

Un camino de autorealización

¿CÓMO CONSTRUYO MI MEJOR DESTINO?

ANGÉLICA BRITOS



despertando
SOY FELIZ

¿CÓMO CONSTRUYO MI MEJOR DESTINO?

inspirado en el libro
Construye tu Destino de Wayne W. Dyer
Con ilustraciones

INTRODUCCIÓN

No todo destino viene pre fijado, las cosas no nos ocurren por azar, suerte o casualidad, la vida se construye a cada paso y así será el siguiente.

Se trata de una idea universal:

Construirnos a nosotros mismos, preparar un terreno fértil para que nuestro destino sea bueno, sabio, mejorable cada día, no solo es posible sino real en base a la paz, la armonía y el bienestar.

Eres parte activa de lo que sea te esté pasando ahora y lo que vivas en el futuro, no eres un juguete del azar o de algo que viene marcado e inamovible desde otro sitio. Es claro que hay cosas que no podemos cambiar como las circunstancias en que hemos nacido o la familia de la que vinimos, así como algunos eventos que llegan por alguna razón, pero sí tenemos mucho margen de acción que hace una gran diferencia hacia dónde dirijamos nuestra vida y lo que logremos.

Tu poder de decidir lo que quieres, es tu espada mágica, y tu voluntad para lograrlo, el mejor escudo.

No solo se trata de nacer, estudiar, trabajar, tener pareja, hijos y morir, hay un propósito que realizar algo que transformar, mejorar, aprender.

Nacemos con un regalo inmenso pocas veces adecuadamente reconocido, ese regalo es LA CAPACIDAD DE DECIDIR

NUESTROS ACTOS, esas decisiones serán acertadas si son tomadas dentro de una vida sana, virtuosa y con sentido.

Elegir lo mejor, el bien mayor se hace desde momentos de paz, tomadas desde allí serán las mejores decisiones. Es por tanto primordial saber encontrar esos momentos de calma e introversión.

¿Cómo podemos conocer qué es lo mejor para nosotros o cuál es el propósito de nuestra vida? solo podemos conocer ese propósito en estados de calma, serenidad y entrega, ya que estando preocupados con conflictos y necesidades no tendremos espacio mental para ello y lo que pensemos estará teñido de desesperación y no de sabiduría.

En silencio a solas contigo mismo descubres tus verdaderos deseos, que se vinculan a tu mejor versión y a tu propósito de vida, te vas conociendo a ti mismo y sabes la vida que quieres lograr porqué y para qué. Luego llevarlo a cabo es tu desafío.

El don que traemos es la capacidad de decidir nuestros actos desde la luz, la paz, la confianza, desde ahí uno decide bien.

Solo desde ese lugar el hombre o la mujer son libres.

Pero tomar decisiones desde el hombre o la mujer frustrados, dominados por argumentos aprendidos o copiados, dejándose llevar por voluntades ajenas o rencores y dolores sin sanar, deseos que provengan de la mente inconsciente sin conocer, no nos traerá un buen destino.

Es importante, saber desde dónde defines la vida que deseas tener, si la defines desde los valores de tu alma o desde tu mente inconsciente sin sanar.

Hay una pregunta que necesitas hacer cuando decides hacer algo:

¿para qué voy a hacer esto? ¿será bueno para mí?

Saber escuchar el corazón sincero es el primer paso para la decisión correcta.

A veces creemos que queremos determinada cosa, pero solo es influencia de otras personas o tal vez para complacer a alguien o para conseguir que alguien haga lo que queremos.

La vida no es solo defenderse, apagar fuegos momentáneos deseos y necesidades pasajeras o descontroladas, la vida es construirse desde un corazón tranquilo y un alma fuerte.

Un ser humano hombre o mujer es un ser íntegro, completo que no deja que otro elija su destino, al decir otro me refiero no solo a otra persona, familia, sociedad, institución, ideología sino también a ese otro interno, propio, plagado de vicios, dependencias e ignorancia, llamado el inconsciente, sub consciente o la sombra como lo nombrara el psicólogo suizo Carl Gustav Jung.

Comprendiendo, educando y disciplinando nuestra naturaleza humana es que logramos trascender, aumentando nuestras virtudes y disminuyendo debilidades.

Un hombre o mujer íntegro pone orden en su vida y en su familia, se hace cargo de su destino y no culpa a otros por lo que hace o deja de hacer.

Cada situación en la vida nos exige poner nuestro carácter, nuestra voluntad, de lo contrario no pasa nada.

Es preciso muchas veces correr riesgos, seguir ciertos caminos y abandonar otros.

Ninguna persona elije sin algún grado de miedo, por eso los mayores desafíos deben realizarse en silencio, para que nuestro propio miedo no se alimente del miedo de las personas que nos influyen y no nos traiga un peso extra.

“Dentro de ti mismo existe una capacidad divina para la manifestación y para atraer todo aquello que necesitas o deseas”

La INTENCIÓN se vuelve clave en este trabajo, crear un pensamiento poderoso que va a definir lo que harás después. La intención consciente es la que hace que seamos quienes dirijamos el timón de nuestro barco y así no dejarnos desviar por circunstancias o personas.

He tomado **el libro Construye tu Destino del Psicólogo Humanista Wayne Dyer**, (escritor de grandes libros de autoayuda como tus zonas erróneas y el cielo es el límite), **como hilo conductor para el tema de la manifestación, en una traducción**

clara y práctica con algunos aportes y explicaciones inspiradas para que sea fácilmente aplicable a todos.

También he recurrido a las notas de Ramón Freire, motivador del camino espiritual autónomo, de grandes conocimientos y capacidad de enseñanza fácil.

Usaré en algunas ocasiones el método de repetir ideas para que se puedan ir integrando con efectividad.

Se trata de una guía que te brindará la posibilidad de:

- **Entender el funcionamiento** de materializar la vida que quieras tener.
- **Cómo lograr** tus objetivos y metas
- **Saber lo que te conviene** hacer, o tener en cuenta y lo que no te conviene hacer o no tener en cuenta.

No es un material para perezosos, no es un material para el que no quiere saber y prefiere quedar como está o dejarse llevar por el viento según su antojo, tampoco es para aquél que busca que otro le arregle su vida, subirse a las espaldas de alguien más, dependiendo toda la vida del que se presente.

En cambio, sí es, para personas que deciden hacerse cargo de sí mismos y su vida, las personas que deciden ponerse en marcha para lograr lo que quieren, los que abandonan la queja y el juicio y toman las riendas de su vida con decisión y confianza.

Es para valientes, entusiastas, optimistas, en definitiva, **aquellos que realizan los cambios que se necesitan para crecer y evolucionar.**

Solo pon en práctica lo que vayas entendiendo y aprendiendo, lo demás irá llegando solo, es un proceso que va paso a paso al compás de tus días y noches. Como dice el dicho popular: "Persevera y triunfarás".

¿QUÉ SIGNIFICA CONSTRUIR EL PROPIO DESTINO?

Significa que uno puede tener un futuro bueno y feliz, más allá de lo que te ocurra, pero hay que hacer algo, sin hacer nada no llegará lo mejor, porque ninguna cosa viene sola, siempre hay una causa se la conozca o no, que origina los hechos concretos.

De alguna manera siempre estamos construyendo un destino en forma inconsciente, sin conocer el resultado que tendremos, que generalmente no es lo que esperamos. Nos dejamos llevar por las circunstancias, por lo que quieren otros o por lo que “creemos” que sería mejor, generalmente mirando al un futuro que tememos. Hacemos muchos planes, pero sin bases sólidas y verdaderas, lo que termina generalmente en fracaso o en desilusión, o tal vez en vidas insípidas, plagadas de dificultades. Por lo general nuestros planes de vida se basan en el miedo, en lo que has aprendido que debe ser y lo que aprueben todos.

Construir nuestro mejor destino es otra cosa.

Primero es necesario saber lo que quiero, me refiero a querer de verdad y no solo un deseo caprichoso pasajero, hay una gran diferencia en ello y no es algo menor.

Una cosa es un deseo momentáneo y otra una dirección de mi vida completa pensada, sentida, inspirada desde la mente superior.

Por ejemplo: me gustaría vivir en un departamento más grande y en un piso alto en la ciudad (sin pensar mucho en mi plan de vida a más largo plazo, ni en mis cualidades especiales, sin conocerme aún) y luego que lo tengo con mucho sacrificio compromisos y deudas que asumí por muchos años, descubro que es molesto y con pérdida de tiempo, el uso constante de ascensor, vecinos molestos tan juntos y prefiero una finca con terreno quizá en otro barrio o ciudad, donde también pueda tener mi negocio autónomo con salida directa a la calle.

Es necesario conocerse a uno mismo un poco mejor, mirar más lejos y ser paciente.

Cómo saber lo que uno quiere de verdad es un tema que no trataremos aquí detalladamente, partiendo de que ya sabes la vida que quieres tener veremos ahora cómo materializarla. De todas formas, llevando a cabo estos principios, aunque aún no lo sepas con certeza podrás ir definiendo tu mejor destino, tus auténticos deseos.

Una vez que sabes lo que quieres, esa vida que te gustaría tener no surge por arte de magia, sino que surge como resultado de tu propia labor. Hay que ponerse en marcha con los pasos correctos e

ir sumando logros uno a uno, que irán construyendo ese destino estable y feliz que sí quieres de verdad.

Infórmate ahora de qué se trata y actúa con este nuevo saber.

Estudiaremos 9 principios o leyes que funcionan con esta finalidad que puedes considerar y aplicar.

.....

LO QUE ES NECESARIO SABER PRINCIPIOS PARA MANIFESTAR LO QUE DESEAS.

Se trata de empoderarte tú.

No nos referimos a que “alguien” haga “algo” que esperas.

No se trata de que ganes la lotería o que esa mujer u hombre se enamore de ti, o que tal o cual persona cambie y haga o te dé lo que tú quieres.

Es tiempo de volvernos serios, madurar, hacernos cargo de nuestra vida y dejar de ser niños en envase viejo.

Aprendamos entonces.

**"Declara
quién eres**

**y reclama
tu herencia"**

UCDM



PRIMER PRINCIPIO

1. ERES HIJO DE DIOS

*“El reconocimiento de la divinidad y de nuestra divinidad naciente
es el camino hacia la libertad.”*

Sin tener claro esto no pasa nada.

Los verdaderos cambios, la transformación que necesitamos realizar los seres humanos en este momento, se da al aceptar, creer, experimentar, reconocer que hay una divinidad arriba y una divinidad abajo en uno mismo.

Dentro de ti hay una parte divina, es tu esencia, con las mismas cualidades creadoras del ser superior que te creó.

Ni venimos del mono, ni somos el cuerpo que nos dio mamá y papá.

Venimos de una inteligencia superior, somos parte de una inteligencia superior a ella conectados, de allí salimos y allí regresaremos.

Descarta las condiciones y pre conceptos que te impiden tener claro esto, es esencial, es clave para poder materializar tus deseos. Los abusos e incongruencias de religiones antiguas han marcado nuestro inconsciente colectivo para rechazar lo espiritual. Ábrete ahora a considerar lo espiritual nuevamente desde una visión correcta.

Eres Hijo de Dios, inteligencia universal o energía superior, la fuente.

“Aquello que no tiene origen es origen de todo lo originado”

Tu voluntad lo es todo. La voluntad es como un músculo, cuando uno la aplica se hace más fuerte.

El ser humano hombre o mujer tiene una cualidad que lo diferencia del resto de la naturaleza, tiene la habilidad de formar imágenes mentales y de atraer a la vida lo que hay en su

mente. Somos creadores transformando la energía, atrayendo hacia nosotros lo que queremos.

Si quieres lograr tus metas, dispone de un tiempo y espacio a diario para conectar con esa parte divina dentro de ti. Le puedes llamar Yo Superior, Espíritu Divino, Padre celeste o solo tu Espíritu, el nombre que te sea más familiar, lo identificas como lo divino en ti.

Relaja tu cuerpo, deja a un lado toda preocupación de lo que te esté ocurriendo, puedes escuchar una música suave de relax o de sonidos de la naturaleza construye entonces un **santuario interior o espacio sagrado dentro de ti**, así en estado meditativo puedes recurrir a este sitio interno en tus prácticas diarias, estás en un lugar sagrado donde hay paz, todo está bien y tienes toda la ayuda que necesitas y quieras. Es así que conectamos con nuestra intuición, la inspiración divina.

Habla así con tu Ser superior como lo harías con un amigo cercano, pregunta lo que necesites saber y luego en tu día y vida cotidiana permanece atento a las señales que te darán respuesta.

Es importante tener claro desde el comienzo:

Dentro de cada uno de nosotros hay un espíritu divino o Yo Superior, trabajamos en conjunto con ese aspecto que es quien sabe, quien conoce y nos guía para el mayor bien, es parte de nuestra anatomía oculta y es tiempo de saberla utilizar.

Ser conscientes, reconocer nuestro Yo Superior o espíritu divino en nosotros es esencial y conectarnos a diario con él es la clave de todo éxito duradero.

Todos los avatares (mensajeros del cielo) han dado el mismo mensaje “Dioses sois”.

Hasta no aceptar y reconocer nuestro verdadero origen, nuestra verdadera naturaleza poco podremos lograr que perdure. Puedes decidir que no aceptas esta idea y dejas de leer, pero puedes decidir que seguirás probando un poco más.

Entonces, ¿qué decides? ¿avanzamos?

Todos tenemos el mismo origen divino y todos regresaremos al mismo hogar. Pero no todos AHORA, no todos estamos en el mismo momento o tenemos el mismo camino a casa.

Por eso:

“Nunca pongas a otros por encima o debajo de ti considéralos como iguales (que se encuentran en diferentes momentos). Es necesario asimilar esta idea plenamente antes de poder experimentar una verdadera transformación”

La idea de tener una parte divina dentro de ti no tiene que ser motivo para creerte especial con respecto a otros, parece obvio, pero es necesario aclararlo ya que el mal también está en nuestra mente y es muy astuto.

Recuerdo un paciente, de mediana edad, culto, inteligente, con baja autoestima, bastante arrogante por lo que era rechazado por muchas personas. Cuando comenzamos a trabajar para ver la verdadera naturaleza del ser humano, más allá de traumas y defectos, buscando que conectara con su naturaleza divina, él se lo tomó muy personal, no quiso entender que todos venimos de la misma fuente, que todos somos hijos de Dios. Tuve una gran sorpresa cuando su novia me llamó también sorprendida, contándome que había ido apresurado a decirle que él era un dios, y por tanto superior a ella, solo escuchó lo que quiso para justificar su arrogancia, fortalecer al ego mal educado. Evidentemente no se puede ayudar a nadie que no quiere ser ayudado. Por cierto, su novia lo dejó al instante.

Todos somos hijos de Dios, todos tenemos una divinidad en nuestro ser, lo que ocurre es que no todos deciden conectar con ello ahora, muchas personas necesitan hacer un largo camino a veces tortuoso, de muchos pesares, antes de reconocer su propia divinidad.

“CUANDO EL MAL GOBIERNA LA TIERRA, LOS DÉBILES OFRECEN SU SACRIFICIO”

Veamos ¿por qué nos cuesta conectar con nuestro Yo Superior, la divinidad en nosotros y concretar lo que deseamos?

Porque estamos condicionados, hemos sido programados desde niños a pensar y actuar de manera automática. Vencer este obstáculo es posible ahora. Soltar creencias limitantes, abrirnos a nuevos pensamientos de poder y confianza que nos llevarán al éxito deseado.

Te invito a tomar consciencia de ello y decidir hacer lo correcto. Comienza a conocerte de verdad, a observarte y encontrar dentro de ti esa fortaleza divina que posees. No es tu fuerza sola sino la fortaleza de Dios en ti, no tienes que desgastarte, la fuerza divina viene de una fuente inagotable y está a tu disposición.

Pero ¿cómo reconocer mi parte divina de mi parte egoica o errada?

¿Cómo no confundirme con los deseos del ego, el pequeño yo?

Esos pensamientos constantes sin dirección ni sentido provienen de tu yo inferior o ego malsano que solo te lleva a la ruina, a repetir historias que ya no quieres vivir y a creer lo que no es verdad.

El ego es la parte de la mente con ideas equivocadas que nos llevan por mal camino.

Hay una guerra entre bien y mal no solo en el planeta sino también dentro de nosotros mismos, por eso tenemos que disciplinarnos.

El ego sería la parte del mal que anida en nuestra mente, el lobo malo como contara la leyenda Siux tan conocida. El yo superior o espíritu sería el lobo bueno, en dicha historia. En la lucha del bien y el mal en tu mente, ganará aquél que alimentes.

Para reconocer la diferencia debes saber que **tu Yo Superior solo desea que estés en paz y feliz.**

¿HAS ESCUCHADO LA PALABRA ILUMINADO?

Pues bien, iluminado significa aquel inmerso y rodeado de paz.

Los iluminados más conocidos fueron Buda y Jesús, pero sin ir a tales niveles también tú y yo podemos irnos iluminando ahora adquiriendo mayores grados de paz en nuestras vidas y eso supone adquirir cierta sabiduría.

“Puedes conocer tu yo superior escuchando la voz que solo desea que te sientas en paz”

Cuando no sepas por dónde seguir o qué decisión tomar pregúntate entonces:

¿“Me va a traer paz lo que voy a decidir o hacer”?

Por lo tanto, para conocer a tu Yo Superior, para conocerte, observarte, reflexionar lo que vas a decidir, es necesario ir más allá del mero plano físico.

¿Cómo se hace eso?

Como dijimos, aprende a crear un lugar en tu interior, un santuario propio dentro de ti, un espacio sagrado personal, dirígete allí liberándote en esos momentos de retiro de todas las cosas del mundo que te atan y del ego que te confunde.

Encuentra ese sitio interior para estar en paz un rato cada día todos los días.

No puedes ir más allá del plano terrenal si te hayas aún identificado con él, debes salirte del campo de batalla.

La meditación en tu espacio sagrado, es una práctica que te traerá calma, control y seguridad.

Comienza una vez al día en un horario determinado y lugar elegido, con la constancia un día lo podrás hacer varias veces al día y en cualquier lugar casi automáticamente, sin esfuerzo alguno, te saldrá natural.

Acostúmbrate a disponer de ese ratito marcando una misma hora fija, deja todo asunto fuera por unos minutos, respira profundo, y escucha el latido de tu corazón. Utiliza este símil: el huracán es un viento muy fuerte que gira en círculos arrasando con todo a su paso, pero tiene como particularidad que en su centro, su núcleo todo está en calma y hace buen clima a pesar de que todo a su alrededor gira y se destruye. Sitúate entonces en el centro de tu huracán, descansa y siente tu Ser.

Una vez que tienes tu refugio interior donde hayas tu energía y fortaleza, comenzarás a sentirte diferente ya no necesitas estar a la defensiva de los sucesos de la vida o con temor defendiéndote del mundo terrenal. Estás en paz, no explicas ni haces alarde de tu energía, solo lo sabes tú, eso es lo único necesario.

Puedes ayudarte al comienzo con meditaciones guiadas de calidad, a mí me dio resultado seguir las meditaciones raja yoga de Brahma Kumaris

Confía en ti y en tu creador, estás aprendiendo y desarrollando una fe poco conocida por los demás (aún).

Tu yo superior no es solo una idea o una creencia, es una forma de ser. Esto es lo primero a saber y entender para atraer a la vida lo que desees y necesites: Conecta con tu Yo Superior, Construye tu santuario interior y aprende a estar en paz. Esta es tu práctica principal. Luego desde la paz puedes ir formando tus imágenes mentales, imaginando tu mejor destino.

**¡SOMOS PODEROSOS! PERO ESTAMOS ENGAÑADOS
CON RESPECTO A NUESTRO VALOR.**

No somos seres limitados y carentes, solo nos falta la correcta información, confiar en la vida y en nosotros mismos.

Todos y cada uno de nosotros somos capaces, podemos y debemos mejorar nuestra vida, sin presión, a nuestro ritmo particular.

Poseemos un gran poder dentro nuestro, aunque aún permanece en estado latente, es hora de activarlo. Saber y creer que podemos estar mejor, elevar nuestra sana autoestima es lo primero.

“Yo he dicho: Dioses sois” Juan, 10, 34 Biblia

Ese poder interno que todos tenemos viene de nuestro espíritu, y es clave recurrir a ello para construir nuestra vida mejor.

Primero debes saber lo que quieres

Segundo, creer en ti mismo

Tercero, aferrarte a tu espíritu como guía y sostén.

El ser humano tiene una parte divina, elevada sin revelarse aún, pero es importante saber utilizarla no solo en momentos de crisis sino en todo momento para lograr mayor bienestar y vidas plenas sin mayores preocupaciones ni estrés, por saber manejar con control y poder, los vaivenes de la vida.

Cambia ese sentimiento de soledad por un sentimiento de ayuda continua que te pertenece y que viene de adentro, de tu interior por lo tanto siempre está contigo y a tu disposición.

No estamos solos, estamos avanzando hacia una conciencia superior y lo primero entonces es saber y reconocer nuestro poder espiritual.

Si, tenemos un poder espiritual y es tiempo de comenzar a usarlo.

Luego de saber que tú eres poderoso debes saber que los demás también lo son y al igual que tú pueden usar ese poder para su propio bien si así lo deciden, lamentablemente aún son pocos los que deciden hacerlo, pero vamos avanzando

Nadie es más o menos que nadie, solo estamos en momentos distintos y tomamos distintas decisiones eso es todo, algunos empiezan primero otros después, pero todos tenemos igual potencial independiente de lo que se vea fuera.

Por eso es necesario respetar los caminos de cada persona, no querer convencer a nadie de nada y mucho menos dar explicaciones de nuestros actos a nadie, porque no lo entenderán, es mejor dar ejemplo con nuestros actos.

Este hecho de estar en momentos distintos y de tomar distintas decisiones en un momento dado, nos llevará inevitablemente a tener que apartarnos a veces, de personas conocidas y allegadas, pero con un camino diferente, personas que no sintonizan con nuestra vibración actual o la que queremos lograr.

“Más que invitarte a leer sobre tu Yo superior, te animo a que lo conozcas, a que lo busques en ti mismo y nunca vuelvas a dudar de él”

No se trata de pura teoría que lees o escuchas, es algo que debes practicar, llevar a cabo, tomar acción.

Significa que seamos serios en nuestro propósito de conocernos a nosotros mismos.

Recorrer cursos, grupos, terapias, eventos, está bien, pero **quedarnos solo en eso** no sirve, se vuelve adictivo y no logramos avanzar, solo se vuelve una distracción que nos demora. **Todo eso debe ir acompañado de un hacer personal de una práctica propia.**

Hay personas que repiten 4 o 5 veces el mismo curso quedando por años en el círculo de dependencia del mismo maestro y no avanzan, esperan que avance el maestro para crecer subidos a él. Esto no solo nos estanca, sino que puede traer problemas posteriores.

Cada persona tiene su propio camino y su propio tiempo. Todo lo aprendido sirve cuando comienzas a tener una vida distinta en armonía con el entorno y la naturaleza.

Nada externo va a cambiarte por dentro si no te involucras, si no llevas lo aprendido a tu vida diaria, cotidiana.

Puedes inspirarte en otros, aprender, informarte, pero el cambio es personal viene de tu propia decisión interior y de tus acciones.

“Para que una filosofía funcione tiene que convertirse en una pauta de energía que utilices en tu vida cotidiana”.

Lo que hagas y aprendas debe ser útil en tu vida.

Por ejemplo, el hecho de meditar por sí solo no ilumina a nadie, pero es útil para centrarnos, ubicarnos en la posición adecuada para enfrentar las cosas del día a día, serena la mente para tener claridad de lo que debo hacer, nos ayuda a sintonizar con el presente en paz, aquieta y redirige los pensamientos, nos conecta con nuestra intuición, activa la mente abstracta y prepara el terreno para conectarnos con el Ser superior.

ES IMPORTANTE SABER UTILIZAR NUESTRA IMAGINACIÓN.

Imaginar es magia interna.

Primero lo veo en mi mente y luego lo veré afuera.

Es así que, en tu espacio sagrado, pidiendo ayuda a tu Yo Superior vas imaginando lo que desees, toda pregunta que hagas en esos momentos será respondida.

Es aquí cuando utilizas la oración con emoción, con sentimiento de lo que imaginas. Seguiremos viendo esto más adelante.

¿CÓMO CONECTAR CON NUESTRO ESPÍRITU SIN DUDAS?

Estar en paz, tener una vida apacible, no supone que no haya situaciones difíciles, la vida trae lo que debe traer a cada uno, pero el iluminado, el que está inmerso en paz, maneja las circunstancias desde la luz, con la ayuda de su espíritu y encuentra el equilibrio en todas las cosas porque tiene certeza, seguridad en lo que hace, no va solo, va conectado a su espíritu.

Repasemos:

“Tu yo superior solo desea que te sientas en paz. No juzga, no compara, no exige que derrotes a nadie, o que seas mejor que nadie, solo desea que te sientas en paz.

Como ya dijimos, cada vez que estés a punto de actuar hazte la siguiente pregunta: ¿Me va a traer paz lo que estoy a punto de decidir o hacer?

Pueden venir grandes tormentas, sacudones, dudas, pero con esta guía sabes por dónde dirigirte. Cualquier decisión es correcta si te trae una paz duradera, una paz genuina. No se trata de salir del paso, bajar la ansiedad o angustia de un momento, se trata de que si lo que voy a decidir me traerá una paz duradera a largo plazo.

Todos los seres humanos estamos en lo mismo, pasamos por las mismas cosas antes o después. Saber esto te ayuda si te ves tentado a hacer juicios, sentirte mejor que otro, compararte o necesitar tener razón.

Aprende a reconocer la voz de tu Yo superior que solo quiere tu paz, y no las continuas voces del diálogo interno sin sentido de la mente inferior.

“Ve más allá de la restricción del plano físico.

Tu espíritu te ayudará en eso. Lo haces creando un santuario interior o espacio sagrado que es tuyo y solo tuyo. Acude a este retiro interior silencioso con tanta frecuencia como puedas.”

Tu espíritu o Yo superior te ayuda a superar tus limitaciones, te ayuda en tu propio esfuerzo, pero tú debes hacer algo, con voluntad dedica un tiempo y espacio preciso para conectarte con él, con tu

luz, en una mínima disciplina diaria de mínimo esfuerzo y grandes ganancias.

En tu casa, tu habitación o en la naturaleza, ese lugar con buenas energías que elijas, en silencio y a solas conecta con tu espacio sagrado.

“Recuerda que no puedes ir más allá del plano terrenal si te encuentras todavía en él. Pero tu Yo superior, tu yo real e invisible puede atraer la energía del sol, el viento y todo aquello que sea celestia”

Lo que significa que solos no logramos nada duradero en este mundo, pero con la ayuda de nuestro espíritu lo podemos todo, es **la unión de dos aspectos del mismo Ser, el de abajo (tú) y el de “arriba” (tu espíritu, tu propia divinidad)**. Por eso es de suma importancia tener ese espacio y tiempo de conexión diaria, es nuestra batería, nuestra fuente de energía y de poder personal.

Lo necesitamos porque nuestro sub consciente, esa parte de la mente que gobierna el 95% de nuestro cerebro, llamada la sombra o inconsciente, contiene pautas o decretos que nos condicionan, que nos limitan en nuestro hacer cotidiano, en lo que atraemos.

El inconsciente no evalúa, es literal, toma tus palabras al pie de la letra, si dices siempre: “gano poco dinero”, “me pagan poco por lo que hago”, “tengo mala salud desde pequeño”, “siempre me pasa lo mismo”, “nunca tengo suerte en el amor”, entonces tu mente inconsciente, te seguirá mandando situaciones de ganar poco dinero, tener mala salud y relaciones de pareja fracasadas, no saldrás de eso.

La mente inconsciente es lo que nos amarga la vida, no lo vemos, pero nos da órdenes y nosotros actuamos según esas órdenes aún en contra de nuestros intereses o bienestar.

Es cuando nos auto sabotamos, son los bloqueos, o cuando queremos una cosa, pero hacemos lo contrario.

Si cambiamos lo que hay en ese inconsciente, sus pautas, sus decretos, entonces cambiarán nuestras circunstancias externas también. Se hace necesario abrirnos a nuevas ideas que sanen y corrijan los archivos equivocados que cargamos en nuestra mente inconsciente.

Por ejemplo, algo a tener en cuenta es nuestro lenguaje, ya que nuestro inconsciente nos escucha y toma todo muy literal. Es moda acortar las palabras, hablar mal, usar muchas muletillas y modismos, eso nos resta inteligencia, va cerrando la mente, la va limitando más. Sería más productivo esforzarnos por hablar bien, incluir buenas palabras, corregir otras.

También para corregir nuestro inconsciente es importante ver las amistades que tenemos, las personas de mayor importancia para nosotros, porque las personas cercanas nos influyen más, generalmente familiares cercanos, amigos de siempre, esas personas que tal vez fueron quienes programaron nuestro inconsciente de pequeños, lo siguen haciendo ahora.

Cuidar el tipo de amistades que tenemos es importante para poder lograr nuestros objetivos. Si frecuentamos a menudo personas con objetivos muy diferente a los nuestros, eso nos hará todo más dificultoso, una carga extra que puede hacernos fracasar.

Las personas virtuosas tienen amistades virtuosas, aunque no sean todas. Es bueno y necesario nutrirse de otros que estén en el mismo camino o propósito, y si ya lo han logrado mejor. Es ir con viento a favor y no en contra.

Algo a tener en cuenta respecto a cuidarnos de la influencia de los demás, es lo que te dicen las personas cercanas a ti.

Por ejemplo, si vives en un pueblo tradicional, algo “chato” donde aún hay muchos prejuicios, competencia, baja autoestima, o en un barrio decadente con extrema pobreza, adicciones, malas costumbres, las personas que te observan tenderán a oponerse a que tú crezcas o no querrán que mejores tu vida, querrán que sigas siendo como ellos, que no logres lo que buscas, te pondrán “palos en la rueda”, tirarán abajo tu entusiasmo con comentarios que pueden hacerte dudar, te pedirán explicaciones de porqué cambias, e incluso se enojarán contigo. No es arrogancia, son hechos, así suele suceder.

Para avanzar siempre es necesario en más o en menos dejar algunas amistades y vínculos por el camino, no desesperes porque luego llegarán otras más afines con tu decisión de progresar.

“Niégate a defenderte ante cualquiera o ante nada en el plano terrenal. Tienes que aprender a permanecer dentro de tu pauta de energía superior, al margen de lo que suceda ante ti en el mundo material”

Se refiere que **no tenemos que dar excusas o justificar lo que hacemos o dejamos de hacer en pos de nuestros propósitos.**

No tienes que responder a las expectativas que los otros tienen de ti, especialmente la de los propios padres, hijos y personas más cercanas, aunque las respetemos y amemos.

Tienes el derecho y el deber de elegir lo que quieres vivir y cómo quieres hacerlo, las demás personas solo deben hacerse cargo de lo suyo y no seguir esperando que nosotros hagamos lo que ellos consideren mejor o peor porque verdaderamente no saben nada, es tu real Ser, tu espíritu quien conoce lo mejor para ti. Permite que los demás tengan su punto de vista, solo permanece en paz con todos y continúa. No necesitas justificar ni convencer solo ser fil a ti mismo quedando en paz internamente con todos y continúa.

En resumen, este primer principio supone entender y asumir que tienes un Yo superior, un espíritu, que lo necesitas y es clave para atraer hacia ti lo que deseas o sea mejor, en esta vida.

Aprendes a conectarte con él haciendo la práctica diaria de tu espacio sagrado o santuario interior donde hayas paz y haces tus preguntas y pides ayuda y guía permaneciendo atento a recibir las respuestas.



Confiar en ti

**es confiar en la
energía que te creó**



SEGUNDO PRINCIPIO

2. CONFÍAR EN TI ES CONFIAR EN LA ENERGÍA QUE TE CREÓ

“Confiar en ti mismo (sanamente, equilibradamente) es confiar en la sabiduría que te creó” “Esa confianza es tu rincón de libertad y siempre será tuyo”

El segundo principio es la confianza.

El corazón confía porque sabe, tiene certeza, está seguro, maneja la intuición.

La mente inferior exige pruebas científicas para poder confiar.

El ego es el que siempre hace preguntas, el ego solo duda y ésta te debilita.

Para poder manifestar los milagros del Yo superior es necesario una confianza total.

Lo que vas a materializar viene del espíritu, tiene su origen en lo no visible, son otras reglas y leyes que desconoce tu pequeña mente intelectual, por eso le llama milagros, pero en verdad son expresiones naturales de nuestra verdadera naturaleza conectada al Ser donde funcionan esas otras reglas o leyes desconocidas en este mundo físico.

Es necesario tener claro nuestro origen y definir lo que queremos creer.

Existe en nosotros una apariencia que es perecedera, finita, limitada y una esencia que no cambia y permanece. El camino espiritual comienza con un compromiso con esa parte imperecedera, con tu esencia que aún no ves, pero sabes que está allí, tienes fe, confías.

Más adelante con tu constancia paso a paso irás logrando un discernimiento, un saber profundo, un entender que te traerá una experiencia.

¿POR QUÉ HAY TANTO MIEDO AÚN A CREEN EN ALGO SUPERIOR, A ACEPTAR QUE SOMOS SERES ESPIRITUALES Y DIVINOS? ¿POR QUÉ TANTAS PERSONAS TODAVÍA RECHAZAN TODO LO QUE USE LA PALABRA DIOS, ESPIRITUAL O SAGRADO?

Es justamente ese miedo a lo espiritual que nos impide confiar en nosotros mismos.

Veamos:

Hay dos teorías acerca de nuestro origen y del origen de la naturaleza, según cuál elijas será lo que puedas lograr.

1. La naturaleza como algo mecánico.

En esta teoría, creencia o forma de ver y entender el mundo todo fue hecho por un “dios” con muchos nombres distintos, generalmente visto como un hombre gigante de barba blanca que está muy lejos que nos vigila y que castiga pecados, muchas veces tiránico, que valora el sacrificio, la culpa, un jefe y nosotros sus subordinados.

Esta idea equivocada tan fuertemente arraigada es la que nos impide tener absoluta confianza en la divinidad verdadera y en nosotros mismos por creernos inferiores, culpables y pecadores. Todo se vuelve dudoso e inseguro cuando me creo culpable porque espero castigo.

¿quién podría tener confianza en un dios que juzga y reprende, que lo ve todo y castiga?

Esta teoría está en nuestro inconsciente colectivo porque ha sido dominante por muchos siglos en la humanidad, origen de muchas aberraciones a lo largo de la historia y nadie ha escapado a ello. Pero poco a poco esta teoría, está perdiendo fuerza dando paso a la segunda teoría.

2. La naturaleza como espontánea e imparcial

En cambio, en esta otra teoría o creencia más cercana a la verdad, que tratamos de aprender ahora, Dios es una inteligencia universal que fluye a través de todas las cosas, por eso todo tiene origen divino, también nosotros.

“Dioses sois” dijo Jesús, lo que significa que Dios también está dentro nuestro. Todos somos portadores de la misma divinidad imparcial, que no juzga ni castiga, que es perfecta y eterna.

Si confiamos en nuestra naturaleza divina, en un creador ya no como jefe sino como Padre amoroso, sabremos instintivamente cómo vivir bien y en armonía con toda la naturaleza, sabremos que todo está bien y no necesitamos un yo inferior o ego que nos confunda y nos lleve por oscuros laberintos.

Al confiar que todo está conectado nos concentramos en esa energía y así, de forma correcta, podremos atraer lo que ya está, hacia nosotros.

“Piensa en ti como una consciencia representada por Dios, del mismo modo que una ola forma parte del océano”

Pensando de esta manera tendrás la confianza necesaria para concretar tus metas.

Si la mente inferior o ego te perturba confía más en tu corazón, ese palpito esa intuición. Cuando entres a tu santuario interior a ese espacio seguro, se honesto y escucha a tu corazón sincero.

Recuerda que “no solo eres digno de confianza, sino que formas parte de la misma fuerza vital que existe en todas partes”

¿PERO CÓMO LIDIAR CON LA VIDA COTIDIANA, SUS DESAFÍOS, VAIVENES DE CADA DÍA Y CON LAS DIFERENTES PERSONAS?

Claro que también tenemos una mente inferior o ego, que quiere quitarte tu paz, quiere quitarte tus metas, no quiere que tengas confianza y mucho menos quiere que tengas control sobre ti mismo, de eso depende su existencia.

Trabájalo en tu santuario, preséntale el problema a tu yo superior, confía y escucha tu corazón y las señales del camino.

“Ten en cuenta que no puedes alcanzar un terreno más elevado si te aferras a un nivel más bajo”

Tendrás una confianza completa cuando hayas logrado tener coherencia y armonía entre lo que dices, piensas y haces.

Obsérvate cuando hablas a otros, cuando piensas a solas y cuando actúas, ¿va todo en la misma dirección o van en direcciones opuestas? Se trata de hablar y actuar igual de como piensas, sólo sé tú mismo.

Cuando se confía se sabe y no necesitas dar explicaciones a nadie, tampoco necesitas perturbarte por la opinión contradictoria de cualquier persona, deja simplemente que cada uno viva sus procesos, respeta, calla y continúa haciendo tu voluntad.

CONFIAR EN TI MISMO ES CONFIAR EN LA SABIDURÍA QUE TE CREÓ

“Aprender a confiar en ti mismo puede ser difícil al principio. Será un ejercicio inútil si te basas en tu mente para crear confianza...Al volverse hacia las cuestiones espirituales la mente intentará encontrar respuestas intelectuales mediante la utilización de pruebas, razonamientos lógicos y teóricos, exigirá garantías y pruebas para establecer resultados tangibles”

Yo no sé cómo late mi corazón, pero lo hace, no sé cómo funciona ni me interesa saberlo, solo sé que funciona porque hay una inteligencia que lo hace funcionar automáticamente. Esa inteligencia no solo está en el funcionamiento del cuerpo, está en todo.

La mente es una herramienta que utilizo para conectar con mi Yo superior, con mi espíritu, mi esencia. Pero no puedo darle control absoluto a mi mente porque solo es un medio y no un fin.

Cuando la mente nos pide pruebas para la comprensión espiritual es mejor pasar al ámbito del corazón, llamémosle palpito, corazonada o intuición. Confía en lo que el corazón sabe porque sabe más de lo que crees.

“La vida espiritual no depende de la acumulación de información intelectual. La espiritualidad necesita del suelo fértil de los sentimientos que aporta la dimensión de lo invisible”

Para una vida espiritual sana debemos recurrir a nuestros sentimientos, aprender a intuir, escuchar al corazón puro y sincero.

Para esto también nos educamos, cuando conectamos con la naturaleza, apreciamos una puesta de sol o el cantar de los pájaros, cuando apreciamos una obra de arte genuina con belleza (cuidado que el arte actual no es más que catarsis del propio artista y no transmiten belleza sino todo lo contrario). Un baño en una cascada o lago de aguas cristalinas, una comida fresca y saludable, la música con nivel, el baile sano.

Es importante alimentar esa parte de nosotros que no es tan racional. También se la llama mente abstracta, la que se interesa por las cosas de mayor trascendencia, en oposición a la mente concreta que solo se interesa con lo que es aparente.

PERO AÚN NO NOS QUEDÓ CLARO:

¿QUÉ NOS IMPIDE CONFIAR?

Volvamos a revisar las dos teorías acerca del origen de la naturaleza, ya lo dijimos, pero, aunque te parezca que no, es un tema aún no resuelto en nuestro inconsciente colectivo:

“La naturaleza como un mecanismo”

Una visión mecanicista de la naturaleza donde todo es un artefacto hecho por “alguien” con muchos nombres, más conocido como dios.

Este concepto de la naturaleza como un mecanismo, que nos muestra un dios vengativo que nos considera indignos. Un hombre gigante de barba blanca que estaría en lo alto, enojado con nosotros por portarnos mal y que nos considera pecadores dignos de castigo, ES FALSA.

Esa aberrante idea de tener que hacer “promesas de sacrificios” para merecer un favor de dios, no es verdad. Tener que padecer un dolor para no ser castigados es simplemente locura.

“Todo se haya sujeto a duda cuando dios es un jefe vengativo”

Esta creencia, esta mentira lleva siglos anidada en nuestras mentes y nos ha vuelto débiles y faltos de confianza tanto en nosotros como en nuestro Ser.

No existe ningún dios castigador, no hemos hecho nada malo, la verdad es otra.

Esa visión mecánica de dios es una calumnia, es errónea y el que cree en ella tendrá muchos problemas para confiar en sí mismo.

Es necesario descartarla, saber que es mentira solo fue una estrategia de manipulación en masa, ahora es tiempo de suplirla por la idea correcta de Dios Padre amoroso que solo espera nuestra decisión de ser felices. Somos hijos de este Dios bueno y como sus Hijos también somos dioses, pero aún no lo creemos, estamos en eso, estamos transformando nuestro sistema de creencias, es el salto que está dando la humanidad.

La vida es sagrada, el hombre y la mujer son sagrados, esta es la clave para construir un buen destino.

La voluntad de Dios es que seamos felices y estemos en paz y disfrutemos de esta vida y este paraíso. Pero tenemos libre albedrío o lo que es lo mismo tenemos poder de decidir lo que queremos.

Es por eso que decimos “que mi voluntad sea la tuya” para asegurarnos de elegir la felicidad y la paz y no el erróneamente tan valorado sacrificio y dolor que aún tenemos marcado a fuego en nuestro inconsciente.

La teoría de “**La naturaleza como espontánea e imparcial**” nos aporta otro resultado.

“Si confiamos en nuestra naturaleza no hay necesidad de inventar un ego que esté separado de lo divino. Sabremos inevitablemente cómo vivir en armonía con la naturaleza. Cuando aprendamos a considerar a Dios como un padre invisible y amoroso que forma parte de todas las cosas y nos permite tomar nuestras propias decisiones, Dios se convertirá en parte de nosotros mismos.”

“... nuestra naturaleza es mucho más fiable que nuestros pensamientos”

Nuestros pensamientos sin control generalmente provenientes del sub consciente nos pueden llevar por mal camino, en cambio nuestra propia naturaleza completa con cuerpos y mentes en armonía que funcionan muy bien, nos sabe conducir por el lugar correcto.

Tú no eres un error de la naturaleza y yo tampoco, no eres malo, Dios no crea nada defectuoso o equivocado. Todos podemos hacernos mejores personas tomando nuestra voluntad y el apoyo del cielo en nosotros.

“Cuando uno comienza a vivir un mini reino de los cielos, se abre una puerta gigante hacia arriba, hablemos naturalmente hacia el cielo sin miedo y sin debilidad. Amar la naturaleza y amar a Dios sin vergüenza”

Repetimos

“Piensa en ti mismo como una consciencia representada por Dios del mismo modo que una ola forma parte del océano”

La energía divina (el Dios bueno) es el océano del que tú eres una ola. Puedes llamarlo Dios o como más te convenza, la idea es que sepas que formas parte de algo mucho mayor que contiene una inteligencia sabia y correcta.

Así, tú también formas parte de todas las cosas y con este concepto adquieres la confianza que necesitas para atraer a ti todo lo que te pertenece, podrías lograr manifestaciones milagrosas.

“No solo eres digno de confianza, sino que formas parte de la misma fuerza vital que existe en todas partes”

“La auténtica confianza solo se alcanza a través de la sabiduría del corazón, al penetrar en este espacio seguro, acudirá a ti todo aquello que te pertenece porque has creado la capacidad interna para recibirlo”

“Es posible que la forma más efectiva de confiar en tu realidad propia sea a través del poder de la oración. La oración y la confianza nos ofrecen métodos aparentemente mágicos para manifestar el deseo divino. Pero primero quizá debas cambiar viejas percepciones relativas a la oración y buscar en tu interior una visión completamente nueva”

(La oración bien entendida, la que da buenos resultados se encuentra explicada al detalle en el libro Despertando Soy Feliz. El Manual, que puedes descargar desde la página Web despertandosoyfeliz.com).

ORACIÓN Y CONFIANZA

En la correcta concepción de la oración Dios no está fuera de nosotros y nos da cosas a nuestro pedido, esto no es así, Dios no es una máquina expendedora que concede deseos una vez que se haya colocado la moneda en la ranura. Así no funciona.

Es preferible la idea de la oración como una comunión con Dios.

“Rezar a nivel espiritual se convierte entonces en un acto que me permite tener la certeza de que Dios está tan cerca de nosotros como nuestro propio aliento...La oración es nuestra forma de comunicar que estamos preparados para que se manifiesten los deseos de esta energía sagrada a través de nuestra forma humana”

Nuestro yo unido al cielo y a la magia de la vida realizan verdaderos milagros.

Hablar al cielo a solas dónde te encuentres, pedir ayuda preguntar sobre lo que te aqueja, da por seguro que la respuesta llega de diferentes formas, ya sea un cartel en la calle, una canción, alguien que te dice algo que coincide con tu pregunta, una película o tu propio saber y entender inspirados por la gracia divina.

En todas las tradiciones espirituales se encuentra este concepto.

“El reino de los cielos está dentro de ti” cristianismo

“Quienes se conocen a si mismo conocen a Dios” islamismo

“Dios habita dentro de ti como tú mismo” Yoga

“Conócete a ti mismo y conocerás el universo” upanishads

La oración es un sentimiento honesto y profundo, es una experiencia y es nuestra decisión de ser y estar que eleva nuestra frecuencia y vibración.

Hay una inteligencia universal de la que formamos parte y lo único que se interpone para manifestarla somos nosotros mismos y nuestras falsas ideas, nuestro inconsciente contaminado. Puedes cambiar eso con decisión y la práctica necesaria para cambiar hábitos malos por buenos hábitos.

¿QUÉ LOGRAMOS AL TENER CONFIANZA EN UNO MISMO?

Logramos Paz.

“El resultado de confiar es que tienes a tu alcance una enorme sensación de paz”. Adquieres seguridad estés donde estés, te vuelves una persona pacífica, pero con un inmenso poder. La confianza te vuelve seguro y poderoso.

Desde la calma, estando en paz las cosas son posibles, es el camino hacia nuestros propósitos.

Paz en el trabajo, en los negocios, con la pareja, la familia, sin paz no se logra nada positivo. Por lo tanto, aprender a conquistar esa paz interior es necesario para construir nuestro mejor destino.

PERO ¿QUÉ HAGO CUÁNDO LLEGAN ESAS PERSONAS QUE ME SACAN DE QUICIO Y ENCOLERIZAN?

El “enemigo” se vence con sus propias armas.

Ese vecino molesto, ese familiar disonante, o el compañero de trabajo que abusa de los otros, etc.

Esos son solo personajes que te muestran aquello que puedes corregir en tu mente, son nuestros “maestros” que nos ayudan a superar nuestras limitaciones, nos ayudan a irnos definiendo lo que queremos ser y lo que no queremos ser, eso que te molesta o no te gusta está de alguna manera en tu inconsciente, crees que mereces ese trato por alguna causa y necesitas ponerlo a la luz, nos ayudan a conocernos, nos ayudan a ir aprendiendo cómo limpiar nuestra mente inferior.

Nos vamos perfeccionando, pero sin perder el sello del propio carácter, tenemos nuestra propia identidad claro está, pero hay algo que tiene que ver con la ética, la belleza del alma, tener un buen trato con los demás y con nosotros mismos.

“Que confíes no significa que no experimentes nunca los altibajos de la vida” por el contrario los vas a experimentar como todos, pero le vas a ir dando una respuesta diferente que te llevará a mejores resultados. Claro que a veces hay que defenderse poniendo límites en situaciones concretas, pero desde una actitud educada, que educa, que da ejemplo.

“Al confiar en ti mismo no buscas las soluciones a tus problemas fuera de ti mismo. En lugar de ello mantienes tu confianza y eso te permite atraer la energía necesaria para encontrar la solución”

Como dijimos, Oración y confianza es un método realmente mágico de manifestación.

Pero debes usar la forma correcta de orar que no son palabras exactas repetidas, sino más bien un sentimiento una actitud que no pide cosas, sino que conecta con la fuente eterna desde la certeza del resultado.

El reino de los cielos, que tanto nombró Jesús, está dentro de ti, solo debes conectar con ello. Es una experiencia que se aprende con la constancia, con la práctica, si no haces nada no pasa nada por tanto requiere buena voluntad, eso es todo. La ayuda siempre está.

Cuanto más confíes en la inteligencia que te creó más confiarás en ti, tendrás certeza, seguridad, paz.

COHERENCIA DENTRO DE TI

“La presencia de una confianza completa se manifiesta abiertamente en tu vida cuando todo aquello que piensas, sientes y haces se encuentra equilibrado y en armonía”

Eso significa, por poner un ejemplo, no sería lógico que si eres un vegetariano convencido trabajes en una carnicería o frigorífico.

“Cuando se confía se sabe. Y algo que se sabe no puede verse silenciado por las opiniones contradictorias de cualquier persona con la que te encuentres.

Cuando esa confianza se convierta en tu estilo de vida serás independiente de las opiniones de los demás.

No necesitarás demostrarte nada ni a ti mismo ni a nadie, ni convencer a nadie de la razón de tus puntos de vista”

PARA CONSERVAR TU CONFIANZA ES NECESARIO TENER EN CUENTA DOS COSAS QUE PODRÍAN SABOTEAR TU EMPEÑO:

- **Mantente independiente de la voluntad de los demás**
- **Despréndete de la necesidad de tener razón**

La propia voluntad va a influenciar tu realidad, pero también hay cosas que nos frenan como la voluntad de los que tenemos más cerca, las personas que influyen en nosotros. Son gente que tal vez nos quieren bien pero no se dan cuenta cómo nos afectan con sus opiniones y sus propios miedos.

Comprende y continúa. No es necesario que las demás personas te den la razón, solo debes tener claro lo que quieres y a dónde vas, avanzar en silencio es mejor.

Ser independiente de la opinión de los otros y además desprenderte de la necesidad de tener razón, son dos indicadores de que vas bien.

Repite y ten en claro estas dos cosas. Si aún no las has logrado procura trabajar en ello antes de avanzar, o no tendrás buenos resultados.

Cada uno tiene su propio camino y su guía interna por lo tanto solo tú sabes qué es mejor para ti, y si te equivocas aprendes lo que necesitas.

Con respecto a las opiniones de personas que te influyen más, procura no participar a esas personas de tus planes, solo activarías sus propios miedos y limitaciones, no escuches lo que otros opinen de tus deseos o medios para lograrlos, porque solo tirarán por tierra todos tus esfuerzos. Te harán muchas preguntas y en tu esfuerzo por responder te debilitas. Es mejor que actúes en silencio y una vez que lo hayas logrado tu ejemplo será lo único que los podrá ayudar.

No tienes que convencer a nadie de nada, tampoco necesitas que te den la razón en lo que piensas o haces, porque como ya dijimos cada uno está en un momento diferente de evolución y tiene su propio camino de crecimiento interior diferente al tuyo incluso tus padres, tu pareja o tus hijos.

Tú tampoco sabes lo que es mejor o peor para otros. Concéntrate en ti, quizá tu propio ejemplo pueda inspirar a otros, mantente seguro en ti mismo.

Confías en ti cuando confías que tu creador es un padre amoroso y no una entidad castigadora con juicios tiranos.

La vieja idea de pecadores desterrados debe erradicarse por completo porque es falsa, es una mentira y no te permite ni tener confianza en ti ni atraer lo que desees a tu vida.

La idea de ser un espíritu divino creado por una divinidad o inteligencia superior que no juzga, no ve faltas en ti y que lo único que desea es que estés en paz y feliz, esa idea sí te permite confiar en ti mismo y atraer a tu vida lo que desees.

Cambia el chip, comienza a ver a Dios como tu aliado, tu cercano, que está siempre disponible y que siempre responde.

Te conectas con él cada vez que recurres a tu santuario interior liberándote de las cosas del mundo exterior-

“La energía del sol no nos pertenece, pero siempre podemos recurrir a ella”

Esto es igual, el poder está en ti pero no es solo tuyo. Existe una confianza en uno mismo que va de la mano de la confianza a la divinidad.

Solo podemos materializar y atraer a nuestra vida lo que deseamos, en total unión con Dios y en confianza en ambos juntos por igual.

Sin una confianza absoluta es imposible acceder a los milagros del Yo Superior. Confianza, aceptación de lo que la vida traiga y no hacer juicios.

Confiar desde la paz, con corazón tranquilo y un alma fuerte.

Confiar en uno mismo y en este camino y querer transformarnos. Las cosas no se logran protestando se logran construyendo e interactuando, en su momento, con otro que también construye, el semejante, o sea el que está en tu misma frecuencia.



TERCER PRINCIPIO

3. EL ESPACIO DONDE SE DESARROLLA TU VIDA ES IMPORTANTE

TÚ Y TU ENTORNO SON UNO

No estás separado de lo que te rodea, tu entorno eres tú y viceversa.

Esta idea es similar a la propuesta para las personas que nos irritan, el entorno en el que vivimos nos habla de nosotros mismos.

Tu habitación, tu casa, tu barrio, tu ciudad, la naturaleza que te rodea, los animales que te rodean. ¿Cómo es, cómo tratas tu entorno?

Respetar lo que nos rodea es respetarnos a nosotros mismos, cuidar la naturaleza, no ensuciar las calles, respetar los semáforos, alimentar un gato, no contaminar los ríos, limpiar tu casa, etc.

Todos estamos conectados, personas, animales, plantas, rocas, ríos, océanos, aire, sol. Eres una esencia divina que crece en este mundo.

Tu lugar más íntimo sea una habitación o tu casa debe estar ordenada y limpia, bella en lo que sea posible un espacio sagrado con significado, quitando viejas cosas amontonadas sin uso, aireada, luminosa, ponerle tu atención y cuidados diarios, luego dedica tiempo a contemplarlo y disfrutarlo porque de nada sirven los espacios que no se usan para no ensuciarlos, debes delimitar tu hábitat y pasarla bien allí, es tu energía la que estás embelleciendo. Tú nutres el entorno y el entorno te nutre a ti.

Esta idea te convierte en una persona que aprende a ordenar afuera su casa, su patio, cuidar un jardín, cuidar su cuerpo, todo es necesario para tus logros deseados, todo tiene que ver con todo y verás los resultados también en tu interior

Comenzarás así a ser más ordenado en tus horarios, en tus rutinas, hábitos más saludables para ti y para los demás que te rodeen, estarás más activo y serás más efectivo.

Donde vives, como vives también tiene que ver con materializar tus deseos. Empieza con lo que tienes hoy, mejora lo que puedas y siente la conexión en tu interior.

“Es absolutamente imposible describirnos a nosotros mismos como seres separados de nuestro entorno”.

Es necesario respetar todo aquello que encontremos. Al respetar todo aquello que es externo a nosotros empezaremos a vivir en armonía con nuestro entorno en lugar de querer controlarlo.

Ver a la naturaleza como parte de nosotros mismos.

“Reconocer que la naturaleza forma parte de nosotros mismos nos abrirá un sinfín de posibilidades”.

“Empezarás a verte a ti mismo como una parte orgánica de este mundo antes que como una entidad separada del mismo”

“Ningún árbol tiene ramas tan estúpidas como para luchar entre ellas.” “Y sin embargo eso es lo que hacemos cuando nos vemos como individuos separados con respecto a todas las demás personas que tienen su origen a partir de la misma inteligencia divina”. “eres una esencia que está creciendo en este mundo”

“El poder está en ti, pero no es solo tuyo”

“El poder y la magia de este mundo no se pueden reservar para el uso exclusivo de nadie” “Está disponible en todo momento, pero no pertenece a nadie”

La verdad de lo que somos, y a dónde vamos, la verdad no está en un lugar ni en una persona, está en todos y disponible a todo el que decida conectar con ella y aprenda cómo hacerlo.

La parte está en el todo y el todo está en la parte.

El océano está en la ola y la ola en el océano. Científicamente a este hecho se le llama Holograma (imagen tridimensional obtenida con rayo láser), lo que se descubrió fue que un solo segmento de ese holograma contiene toda la imagen. Lo mismo sucede con nosotros.

“Cuando uno se reconoce en el holograma que es la humanidad, se conecta con todo lo que hay en su entorno a un nivel energético”

A partir de ahí es que podemos manifestar aquello en lo que nos enfoquemos. Claro que eso no significa que sea lo que más nos conviene, por eso es necesaria la ayuda del Cielo, de nuestro Yo superior para que nos guíe en la dirección correcta para nuestra paz y nuestra felicidad.

“La energía es una fuerza que podemos utilizar”

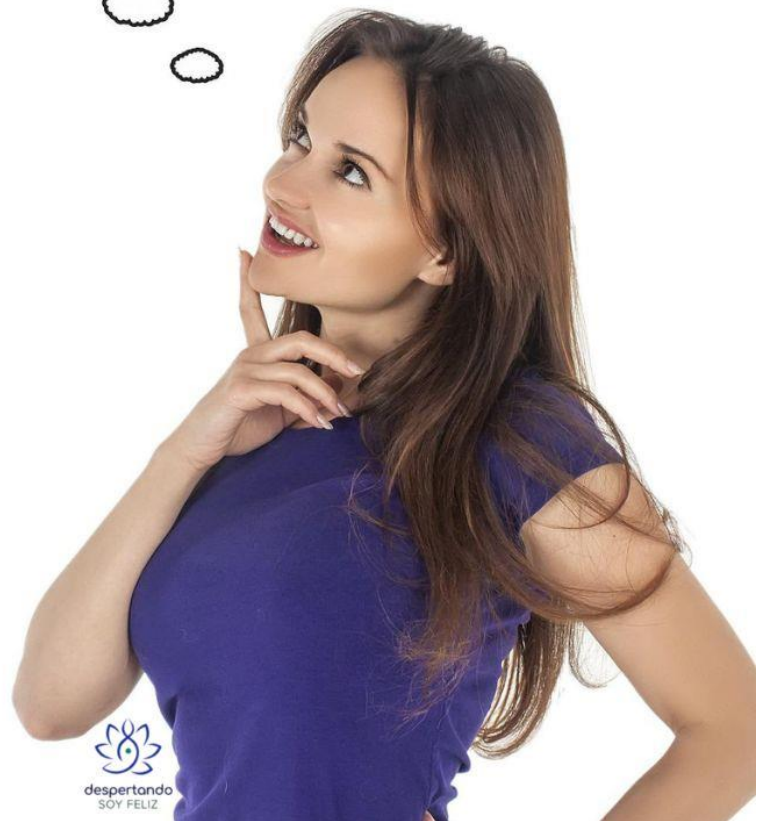
Restaurar la naturaleza y todo lo necesario para la vida, respetar a los animales, aunque comamos carne, pero con respeto.

Hacernos cargo, embellecer y cuidar de nuestra casa, del lugar donde estemos, ser responsables por nuestras mascotas, plantas, no ensuciar la ciudad, lo que sea nuestro entorno.

Parecería una recomendación muy obvia pero no lo es. Cuántas personas o tú tal vez no son conscientes de lo que significa tener una mascota, algunos abandonan sus cachorros en la calle o dejan perros acostumbrados a tenerlo todo en un piso, librado a su suerte en alguna zona descampada cuando ya les molestan. ¿Valoramos y agradecemos el lugar donde dormimos y comemos, aunque no sea lo que deseamos? ¿Amontonas cosas innecesarias por si lo necesitas algún día y así pasan años? ¿Qué haces con tu basura?

No se trata de ir a extremos, pero sí de ir tomando consciencia del entorno inmediato en el que estamos y lo que hacemos con ello. Cada una de tus acciones repercute en el todo y todo regresa a ti.

**Puedo!
Quiero!
y Lo Hago!**



CUARTO PRINCIPIO

4. PUEDES ATRAER HACIA TI AQUELLO QUE DESEAS.

¡PUEDO! ¡QUIERO! Y LO HAGO

Tus deseos son órdenes. Puedes atraer con tu voluntad aquello que deseas, el poder está en ti.

Este principio significa que podemos utilizar esa energía creadora porque somos esa energía creadora.

“Traer cosas al mundo físico es un proceso que llamamos creación”

“La capacidad de formar imágenes mentales es la energía de atracción más poderosa y está en todos los procesos creativos”

Se trata de que te hagas una imagen mental concreta y específica para poder atraerla a tu realidad.

No sirve si estás cambiando frecuentemente de imagen, sin un criterio, define lo que quieres e imagínala mentalmente, con lujo de detalles, desde tu yo empoderado.

Es útil ayudarse con un dibujo o teniendo una foto a la vista de lo que quieres.

Puedes usar una pizarra de corcho con imágenes de tus metas y así hablar al cielo con tus imágenes frente a ti, tanto mentales como externas. Siempre dejando margen para que el cielo te mande algo mejor de lo que pides por si aún no lo estás viendo.

Todo el sistema actual apunta a que tengamos la mente ocupada por eso no logramos autodefinirnos con lo que deseamos, siempre terminamos cumpliendo los deseos de otros, para eso está el bombardeo de propaganda visual y auditiva, música, juegos, películas comerciales, slogans de dirigentes, todo para seducirnos y convencernos de algo.

Aparte de los dibujos o la pizarra escribir lo que deseas ayuda, y volverlo a leer de vez en cuando para no olvidarlo así conservar la

imagen clara de lo que deseamos, es la manera de no dejarnos desviar del objetivo.

Es fundamental sentir la alegría que la vida deseada nos traería.

Siempre recordando que no necesitamos convencer a nadie, no necesitamos la aprobación de nadie de lo que hacemos o queremos, tampoco divulgar nuestros proyectos para ser valorados, es mejor hacer este trabajo en silencio.

A solas cierra los ojos he imagina la vida que desees como si la estuvieras viviendo, emocionate, siente la satisfacción que eso te produce y luego agradece. Este ejercicio es mejor que hablar de tus planes.

Todo lo que desees viene de la unión con el cielo, pide claramente, mientras continúas tu vida con tranquilidad, sin preocuparte por ello ni buscar cómo lograrlo. **No te desesperees haciendo planes, mejor confía.**

Solo debes estar atento a las señales de manifestación y aprovechar la oportunidad que se presente sin demora.

Pero ante todo no hables con nadie de tus planes, principalmente familiares, amigos cercanos, pareja. No es exageración, realmente si no cumples con esto no funcionará nada de lo que estás haciendo o te costará mucho esfuerzo extra.

La energía que tienes para materializar lo que desees se debilita cada vez que hablas con otros de tus deseos, tus planes, tus anhelos, esto que estudias y aprendes también te lo censurarán. Pierdes fuerza si permites que otros te cuestionen.

Esto es un trabajo individual, no es con otros, tus deseos son tuyos y tu capacidad de lograrlo también.

Debes examinar tus propios pensamientos constantemente para no sabotearte con pesimismo, por eso es importante que creas en ti y ante todo que creas que lo mereces.

“Se crean las cosas a partir del mundo espiritual, del mundo de lo que no tiene forma, y se mueven aparentemente hacia el mundo de lo material”

“Tus pensamientos y visualizaciones son tu fuente de manifestación, es esta energía la que tienes que activar y hacer que trabaje para ti”

“Algo dentro de ti ya sabe que puedes atraer lo que deseas, solo hay que fortalecer la idea con plena fe y confianza, que alcanzas con tus pensamientos y prácticas en tu santuario interior”

Ese poder te permite formar pensamientos e imágenes.

“Toda esa energía creativa se ve atraída hacia ti a través de tus pensamientos”

Acá juega un papel decisivo el tipo de pensamientos que tienes, de qué te nutres cada día. Observa lo que estás pensando y creyendo, observa tus palabras porque las palabras tienen poder y muchas veces las repetimos inconscientemente: “soy idiota” “qué tonto soy” “yo de eso no sé nada” “me da miedo hacer eso”, “yo no tengo suerte” ¿cuántas veces repetimos cosas así sin darnos cuenta? Frases como estas anulan tu capacidad de crear.

¿De dónde nutro mis pensamientos? ¿de lo que dice mi pastor o sacerdote? ¿de lo que dicen en la radio, el noticiero o en Netflix? ¿qué tipo de libros leo? ¿qué tipo de películas veo?

Los pensamientos y palabras son creadores por eso es necesario hacer silencio y observarnos, conocernos, para poder corregir lo que sea necesario según nuestros objetivos. Esto incluye personas, amistades con quienes me junto, a quién le creo, a quién valoro, a quién admiro y porqué.

“En realidad nuestra función no es la de crear sino la de atraer, combinar y distribuir lo que ya existe”

“Las creaciones son en realidad nuestras combinaciones de materiales ya existentes”

“No hablo aquí de crear energía sino de transformar una forma de energía por otra”

Y eso lo realizas con tu intención, tu propósito, tu propio poder bien dirigido, bien enfocado.

Entendiendo lo dicho concluimos que lo que queremos materializar viene del mundo invisible al mundo visible.

Muy bien hasta aquí, pero debemos agregar que en el mundo invisible de donde viene lo que queremos materializar no se conoce ni el tiempo ni el espacio.

Por eso es necesario que al visualizar tu deseo lo veas como algo que ya has conseguido, ya lo tienes en el plano espiritual, debes sentirlo como un presente.

Imagina que ya lo tienes y te “emocionas”, sientes lo que sentirías si lo tuvieras ahora aquí, ese es el secreto, tus emociones y sentimientos y por supuesto tu gratitud.

Agradeces porque estás seguro del resultado.

Si el fin está asegurado los medios aparecerán solos no debes preocuparte por ellos, sí es necesario estar atento a señales y oportunidades que aparezcan en esa dirección.

Es importante que te desprendas de las preocupaciones de idear estrategias o planes para tu objetivo, eso no lo debes hacer.

Visualiza y siente lo que desees como si ya lo tuvieras, eso es todo.

“Abandona todo temor y dedícate a tus asuntos, con la seguridad de que pronto aparecerán a la vista las condiciones necesarias”

Permanece alerta para poder ver poco a poco acercarse tu materialización.

Cuando revises tus pensamientos y creencias tal vez debas soltar, eliminar viejas ideas limitantes, viejas creencias adquiridas en tu formación, conecta con tu sabiduría interna, pide ayuda a tu yo superior abriendo tu mente a nuevos pensamientos que potencien el resultado que buscas. Ábrete a leer y escuchar cosas nuevas.

No solo tus viejas creencias pueden sabotear el resultado sino también no saber guardar silencio sobre tus planes.

En el silencio hay poder.

Cada vez que hablamos a otros de nuestro trabajo por manifestar lo que deseamos, nuestro poder interno se debilita.

Construir nuestro mejor destino, materializar lo que deseamos, no es para todos al mismo tiempo, algunos no aceptan esta posibilidad

todavía, es solo para algunos pocos que toman la decisión de cambiar, madurar, hacerse cargo de su destino.

La mayoría de las personas no quieren transformarse, no quieren volverse responsables de sus vidas y por eso tratarán de que tú no lo hagas dándote mensajes contraproducentes, desmotivando tu entusiasmo con frases de miedo, de búsqueda de seguridad, en definitiva, que quedes en lo mismo.

No menosprecies el poder de las personas en tirar abajo tus esfuerzos, ante todo de personas cercanas a ti como familia, pareja, amigos íntimos.

“Es propio de la naturaleza humana hablar a los demás acerca de los problemas porque deseamos aliviar la influencia que ejercen sobre nuestra vida. Al compartir problemas esperamos aliviar algo la presión de los mismos” Pasamos parte de nuestra oscuridad a otro.

Pero cuando hablamos del poder de manifestar lo que deseamos, nuestra atención se ve trasladada a la reacción del otro, igual que cuando compartimos problemas, pero en este caso compartimos poder, pasamos parte de nuestra luz, energía que el otro absorbe, pero que no se potencia porque va en otra dirección opuesta a la nuestra. El otro se queda con nuestra luz y nos devuelve su oscuridad.

Hasta que no se materialice lo que desees guarda silencio absoluto no se lo digas a nadie. Esto es clave, esencial para tener un resultado exitoso lo antes posible.

“Guarda tus imágenes mentales para ti mismo, lo que desees atraer es una cuestión íntima, algo entre tú y Dios”

“Despréndete de la necesidad de convencer a los demás de lo correcto de tu postura. No necesitas la aprobación de nadie para buscar tu mejor destino.

Permanece al margen de las opiniones de los demás y concéntrate en tu capacidad para atraer aquello que piensas que falta en tu vida”

“Limitate a comunicarle al espíritu lo que desees sin decirle cómo desees que suceda. Luego retírate lleno de fe y confianza...

¡Permanece atento para detectar los indicios!”

“Destierra cualquier sentimiento de culpa sobre tus acciones del pasado: no existe pasado en la fuerza creativa de la energía. Solo existe un ahora universal”

“El pensamiento es acción creativa. No es ni bueno ni malo”

Aquello en lo que más piensas en lo que pongas más tu atención, va a determinar lo que logres o no logres.

Por eso debes revisar tus pensamientos e imágenes ya que podrías estar atrayendo lo que no quieres.

Si piensas con mucho pesimismo, si rememoras fracasos pasados a menudo, como excusa para no conseguir lo que quieres, recuerda que puedes cambiar eso y hacer las cosas de distinta manera desde el espíritu, con tu espíritu y tener ahora otros resultados.

Si sueles quejarte de los demás, eso solo dice que no crees en tu poder, no reconoces que la decisión es tuya y no de los otros.

Por todo esto **obsérvate a ti mismo**, conocerte bien es de suma importancia para materializar tus deseos.

Atraes aquello con lo que ya estás conectado.

“Hay un poder dentro de ti que te permite formar un pensamiento o imagen.

Esa capacidad de formar imágenes mentales es la energía de la atracción que está en todos los procesos creativos.”

Uno imagina algo antes de materializarlo, antes de verlo afuera.

Pero si lo que imaginamos no tiene un criterio, sino que deriva entre cosas sin sentido, si solo son fantasías, nada bueno ocurrirá.

Todo el que crea su realidad, primero la imaginó, la visualizó en su mente.

Si yo quiero definir mi destino si quiero cambiar algo, tengo que saber a dónde voy, conocer mis objetivos claros y constantes, eso supone conocerme, saber lo que de verdad quiero eso me traerá paz y felicidad.

Tengo primero que imaginar y cuanto más claras sean las imágenes, cuanto más coherentes con lo que soy, con lo que vibro desde la honestidad conmigo mismo, mejor será, para mi felicidad y realización personal.

Si tus imágenes mentales están envueltas en alegría, entusiasmo, fe, atraerás eso también a tu vida.

Me imagino lo que quiero como si ya lo estuviera viviendo, lo saboreo por adelantado, siento la felicidad del logro y estoy en paz, esa es la clave.

Más que de crear se trata de atraer. El secreto está en imaginar, en tener la disposición adecuada para que las cosas sucedan. Se trata de transformar un tipo de energía, por otra que nos favorezca. La energía ya está ahí.

“Si el fin está asegurado, los medios están a tu disposición y podrás dejarte llevar sabiendo que el éxito está garantizado.

Eso no significa que te sientes a esperar o que no hagas nada, eso **significa que te desprendas de la preocupación**, la ansiedad o el miedo, significa que no hagas planes a lo loco, sino que permanezcas atento a cómo se van dando las cosas y “sientas” cuando sea el momento de actuar y en qué dirección.

“Trabajarás en la formación de tus imágenes mentales y lo harás sabiendo que el desenlace está asegurado. Se reconoce así la inteligencia del Espíritu”

Tú también eres inteligencia espiritual, estás permitiendo que la gran inteligencia coopere a tu favor, no lo hace por ti, sino que lo hace contigo, son **dos voluntades unidas**.

“Abandona todo temor y dedícate a tus asuntos...permanece perfectamente alerta ante cualquier brote de la semilla que has plantado en la mente universal y permite que vaya materializándose poco a poco”

Sujétate de tu fe y tu entusiasmo y no permitas pensamientos en otra dirección que te saquen de tu ruta.

“Mantén tu capacidad de atraer lo que deseas en el ámbito de lo privado”

Si cuento mis proyectos, lo que quiero lograr, lo que espero, si sedo a la presión que ocurre cuando me preguntan ¿qué estás haciendo? ¿Cómo vas a hacer? ¿cómo resuelves tal cosa? ¿pero esto cómo lo haces? A veces preguntan cosas muy evidentes y hasta tontas pero el fin es quitarte esa energía luminosa, te quitan poder y fuerza, y empiezas a dudar, o simplemente las cosas ya no salen como venían saliendo.

Todos Los procesos creativos son silenciosos, al igual que un feto se forma en silencio dentro del vientre de la madre sin ser visto, lentamente.

En el silencio hay poder. Ni a mi mejor amigo, ni a mi pareja o familiar más cercano.

Hay un primer tiempo, hasta obtener logros importantes, en que es necesario actuar con discreción.

Vamos de lo individual a lo colectivo y no al revés.

“Despréndete de la necesidad de convencer a los demás de lo correcto de tu postura. Permanece al margen de la opinión de los demás y concéntrate en tu capacidad para atraer aquello que piensas falta en tu vida”

Yo no tengo que convencer a nadie de lo que decida hacer. Lo hago porque tengo una certeza íntima de que debo seguir cierto camino, pero no quiero convencer, de la misma forma que si un día cambio de idea tampoco voy a permitir que cuestionen mi decisión ni tendré que dar explicaciones a nadie.

Hay personas que necesitan aprender de sus errores, necesitan pasar mal para hacer lo correcto después. Hay que respetar los procesos y momentos de cada uno. Si no piensan como yo es porque tienen su propio camino, en otra sintonía al menos por ahora.

Yo puedo modificar mi vida e **influir con mi ejemplo** a los que estén más cerca, puedo inspirar o desanimar.

Somos una de las maneras en la que Dios se manifiesta en este mundo, por eso es necesario examinar los propios pensamientos que serán los que crearán el mundo material.

Los pensamientos se potencian con la alegría, con la paz, el ejercicio diario, o sea reflexiones tranquilas a solas, rodearse de belleza, de naturaleza, acercarse a gente que evoluciona, alejarme de gente oscura, mal hablada de vidas complicadas.

Sujétate a tu propósito, tu fe y entusiasmo y no permitas otros pensamientos en otra dirección que te alejen de tu ruta.

**Lo merezco todo!
Que yo sea feliz
es la voluntad de Dios**



QUINTO PRINCIPIO

5. ¡RESPÉTATE! ERES DIGNO DE TENER LO QUE QUIERES

MEREZCO LOGRAR LO QUE QUIERO

RECONOZCO MIS MÉRITOS

RECUERDO MI NOBLEZA Y MI DIGNIDAD

Nuevamente debes cambiar el viejo chip. El viejo mito de que si eres espiritual no eres abundante es mentira, no es así sino todo lo contrario.

Conectar con lo que eres, conocer tu verdadera naturaleza te empodera. Saber que tienes libertad de elegir y poder para lograr lo que quieras, es justo lo que te hace abundante en aquello que elijas para tu vida.

Es necesario entonces que te sientas merecedor de lo que pides y deseas, de lo contrario no lograrás nada.

Generalmente nuestra autoestima ha sido dañada desde nuestra niñez por otras personas y situaciones, escuchamos a otros que a su vez tienen baja autoestima y nos influncian, comenzamos a vernos como otros quieren que nos veamos y no como realmente somos.

Otra vez, la conexión diaria en nuestro santuario interior con nuestro Ser superior es esencial. Poder acallar las voces externas en un tiempo de silencio, relajación y confianza es lo que te vuelve poderoso y atrae tu éxito.

Repite hasta aceptarlo, tu valor te lo das solo tú, te aceptas como eres, aun teniendo cosas por superar. Se trata de que no participes de saboteos ni de auto desprecio.

Acepta también aquellas cosas que no puedes cambiar como la familia en que naciste y las situaciones que hayas pasado de niño. **Es importante que no quedes atado al pasado y a tu visión de posible víctima, deja eso atrás y continúa, ahora tu vida está en tus manos y tú decides que hacer con ella.**

De los errores propios o ajenos del pasado se aprende y luego se realizan las acciones correctas para corregirlo. Esa es una práctica espiritual y psicológica sana. Ya dejas de contar y repetir lo que te haya pasado a toda persona que conoces o te escucha, de lo contrario solo lo traes a tu presente y lo potencias.

Necesitas amarte a ti mismo a pesar de los defectos que puedas encontrarte. **Tú no eres tus defectos, piensa en ti mismo con amor y grandeza.**

Como dice UCDM: **“Mantente alerta ante la sentencia de verte a ti mismo como injustamente tratado”**. Esto significa que te quites de encima cualquier culpa y asume la responsabilidad por tu propia vida. Eso es avanzar.

Recurre siempre a tu Ser superior en tu santuario interior de práctica meditativa, para trascender esos defectos y pasar a un nivel espiritual superior.

Siempre sé honesto contigo mismo y examina el tipo de pensamientos que alimentas en tu mente.

Ser honesto contigo mismo significa tener coherencia entre lo que piensas, sientes y haces, deben ir en la misma línea. No hay peor traición que traicionarse a uno mismo.

Eres digno de recibir por tu origen. Eres noble y merecedor por ser hijo de Dios, portador de sus dones y tienes el poder de decidir de nuevo, comenzar de cero y llegar a donde te propongas con alegría, paz y amor.

Ni mono ni cuerpo débil, eres espíritu en un mundo material, conectado a la fuente inagotable de luz y de poder, creadora de todas las cosas.

Hemos sido programados desde tiempos inmemoriales para creernos inferiores, pecadores, culpables y no merecedores. Pero ya es tiempo de corregir ese error, esa trampa nefasta, en que nos hicieron caer energías oscuras, con el solo fin de podernos manipular y utilizar.

¡Ya no más! Recobremos la sabiduría de nuestra verdadera naturaleza.

Somos hijos del Dios del cielo, este mundo no es nuestro hogar, estamos aquí un tiempo, para crecer y reconocer quienes somos en ese esfuerzo que supone estar en un mundo diferente.

Estamos aquí con un propósito: despertar nuestra consciencia, despertar nuestro espíritu dormido.

Es necesario cambiar la vieja mentalidad de minusvalía y convencernos de que merecemos recibir todas las bendiciones de Dios.

Esta tierra es un paraíso y se nos ha dado como regalo, lo que hagamos con ella es nuestra decisión. La vida aquí es así misma, un regalo de oportunidad y lo que hagamos con ella también es nuestra decisión.

Yo no puedo cambiar el mundo y tú tampoco, pero sí puedes cambiar tu mundo cercano, lo que abarques en tu proximidad y yo el mío, así uno a dos, dos a cuatro, cuatro a ocho vamos haciendo el gran cambio, vamos creando la nueva humanidad.

ACTITUDES DE MERECIMIENTO: PENSAMIENTOS DE PODER

- **“Mi autoestima procede de mí mismo”.**

Una vez más, con frecuencia son las opiniones de otras personas que nos influyen quienes nos convencen de no merecer, de no ser valiosos.

Escuchamos advertencias de personas que a su vez tienen baja autoestima y que solo quieren llevarnos a su nivel.

Así los niños son influenciados por sus padres y maestros, pero al crecer podemos decidir de nuevo, desprendernos de ideas absurdas.

No permitas auto sabotajes o ideas de desprecio, supera poco a poco tus limitaciones, vicios y dependencias.

- **“Me acepto a mí mismo sin reparos”.**

Esto no significa que si eres alcohólico aceptes tu alcoholismo, sino que aceptes que esa debilidad no eres tú, solo es algo a resolver, a arreglar, eso es todo. Se trata de que no te centres en tus errores sino en tu poder y desde ahí corregir lo que puedas.

- **“Acepto sin quejarme aquello que no pueda cambiar.”**

Como el lugar y familia en donde nacieras, u otros hechos que te hayan marcado, deja de culpar o victimizarte por lo que sea que te ocurriera y mira hacia adelante. Entiende, sana tu mente, aprende a perdonar y olvidar.

- **“Acepto plenamente la responsabilidad por mi vida”.**

Tú te haces cargo desde ahora de tu propia vida, ya nada depende de los demás.

Con esto dejamos de culpar a otros por nuestra suerte, dejamos de esperar que otro se decida a darnos lo que nos falta, dejamos de esperar que otro solucione lo que no va bien.

Al hacerte cargo de tu vida, te haces merecedor de recibir aquello que deseas porque no necesitas el permiso de nadie, solo depende de ti lo que traigas o no traigas a tu vida.

Ya no desplazas tu poder hacia otros, sino que el poder está en ti, eso te dignifica y engrandece te hace merecedor frente al universo para atraer lo que deseas, lo que te pertenece.

“La voluntad de responsabilizarte a ti mismo sin quejarte, te sitúa en el flujo natural de toda energía divina...eso te invita a avanzar... Al asumir una actitud responsable te darás cuenta de que los cielos son extraordinariamente cooperativos.”

- **“No acepto la culpa en mi vida”.**

Significa que aceptas abandonar la queja constante, la culpa y el reclamo constante a otros, dejas de esperar y buscar que otros solucionen tu vida, tomas las riendas, tú diriges, estás a cargo y eso se siente muy bien, así el universo colabora y responde de la misma forma.

Si te sientes culpable por algo, lo solucionas, lo corriges en lo posible o simplemente reconoces el error aprendes de ello y lo sueltas.

Eliminar la culpa propia o ajena es asumir la dirección de tu propia vida con decisión y confianza.

DESVINCÚLATE DE LAS HERIDAS DEL PASADO

Todos en mayor o menor medida hemos sido heridos a temprana edad y eso siguió ocurriendo. Permanecer vinculado con las heridas del pasado trayéndolas constantemente al presente, hablando de eso continuamente, solo nos detiene en el dolor sin poder salir de ahí, estarás reforzando la imagen personal de desvalido, haciéndote no merecedor de otros logros.

“La tendencia a vincularnos con las heridas de nuestra vida, nos recuerda lo poco merecedores que somos de recibir lo que realmente nos gustaría tener, debido a que permanecemos sumidos en un estado de sufrimiento. **Cuanto más se recuerdan y repiten esas historias dolorosas tanto más garantizado tiene esa persona que no atraerá la materialización de sus deseos**”

Claro que es importante afrontar los traumas y ayudarnos a curar para luego dejarlos ir, pasar página. El perdón bien entendido es lo que te ayudará a soltar tus heridas, también ayudará a curar tu cuerpo de enfermedades y a avanzar en tu crecimiento espiritual”

“El perdón significa llenarse de amor e irradiar ese amor hacia el exterior negándose a transmitir el veneno o el odio engendrado por los comportamientos que causaron las heridas” No solo avanzas tú, sino que avanza toda tu familia y cercanos.

TIPS PARA SENTIRTE DIGNO Y MERECEDOR

Vivir inspirados y con entusiasmo hace la diferencia. Inspirados: significa “estar infundido de espíritu”. Entusiasmo: significa estar lleno de Dios

- Practica hacer aquello que te guste. Procura que te guste lo que haces cada día. Muestra cariño y entusiasmo por esa actividad.
- Elimina de tu vocabulario y diálogo interno el pesimismo, negatividad, juicios, quejas, cinismo, resentimiento, crítica destructiva. Alimenta en cambio tus palabras y pensamientos de optimismo, amor, aceptación, amabilidad, comprensión, generosidad.
- Busca tu equilibrio. Límpiase de resentimientos viejos, observa lo que emanas al mundo porque este te responderá igual

- Procura encontrar cada día un momento de tranquilidad para fortalecer tu autoestima con ideas y pensamientos de dignidad. Es tu momento de oración y meditación alimentando tu alma, experimentando el silencio.
- Lee literatura de calidad, y psicología espiritual actualizada, también obras de clásicos como Ramindraná Tagore, Kalil Gibrán, Rumi, UCDM, el Bahagavad Gita, escucha música clásica, música de la naturaleza, celta o instrumentales que te eleven, canciones inspiradoras, reduce el uso de música de baja frecuencia.
- Procura rodearte de cosas bellas, personas bien habladas con cierta cultura.
- Practica la amabilidad contigo mismo y con los demás.
- Abandona tu necesidad de tener razón y de ganar, eso no te hace mejor, solo te vuelve necio.
- Empieza a considerar al universo como un lugar amistoso.
- Considera las etapas anteriores y sus heridas como lecciones para crecer, reflexionar y decidir de nuevo.
- Repítelo hasta que lo aprendas: **soy digno de la abundancia del universo y lo siento real.**

“No existe razón alguna para sentirnos avergonzados por desear que las cosas se manifiesten en nuestra vida”

La abundancia es lo que caracteriza a la fuerza creativa del Universo”

Hay abundancia para todos, la carencia solo está en la mente equivocada.

Observa la naturaleza: ¿cuántas semillas tiene una sola naranja? Muchas, ¿verdad? Pues de cada una de esas semillas puede nacer un árbol nuevo, que a su vez dará muchas naranjas con muchas semillas.

“No necesitas salir al mundo y conquistar nada, se trata simplemente de cambiar de mentalidad y de convencerte a ti mismo que mereces recibir todas las bendiciones de Dios, ya sean materiales o de otro tipo”

Es tu labor cambiar tus pensamientos de minusvalía por pensamientos de merecimiento. Sentirte merecedor de lo que deseas es una característica de tu vida interior.

Venimos aquí a prender la luz en medio de la oscuridad, a hacer un renacimiento. Estamos corriendo velos antiguos. Puedes desear y construir tu vida, sin mochilas de reclamos pasados.



**Descubro y alimento
mis virtudes,
es así como conquisto
mi verdadera
libertad**



SEXTO PRINCIPIO

6. CONVIÉRTETE EN UNA PERSONA DISCIPLINADA

Disciplina no significa entrenamiento militar sino tener hábitos saludables sin fanatismos, ser una persona estable con cierto orden en su vida.

Hay rutinas buenas y necesarias que nos ordenan la vida, el aseo, por ejemplo, un desayuno prolijo, ejercicio adecuado a tu condición y edad de forma regular.

Rutina no tiene que significar monótono, la idea es hacer agradables tus rutinas de disciplina. Por ejemplo, preparar tus alimentos para no comer al vuelo cualquier cosa que compres cuando sientas hambre, puede ser un momento creativo de distensión, escuchando esa música que te gusta o un video de tu interés.

Lo mismo ocurre con la limpieza de tu casa o tu dormitorio puedes escuchar un audio libro mientras limpias o algo que te guste o necesites informarte.

Cuidar un jardín puede ser el pretexto para tomar sol y al mismo tiempo hacer ejercicio al aire libre, limpiar un patio trasero de basura y escombros puede traerte luego el beneficio de poder disfrutar en un espacio agradable.

Todas estas pequeñas disciplinas o rutinas van a ir elevando tu vibración, te posicionan en una sintonía más alta y quienes vibran alto consiguen lo que quieren, atraen mejores situaciones a su vida.

Se trata de hacer cosas porque es bueno hacerlas y te hacen bien.

Pongamos otro ejemplo, está de moda no consumir azúcar refinada ya que es sabido es muy dañina para el cuerpo, pero si decides dejarla que eso no sea una tortura, consume fruta entera, frutos secos, pan integral y cada tanto cuando tienes una fiesta comes una porción de postre sin problema. **Esto es tener disciplina, ser constante pero flexible.**

Disciplina es tener un objetivo e ir dando los pasos necesarios para lograrlo, sin sacrificios, pero con tu esfuerzo y decisión, por supuesto también disfrutar y celebrar lo que vayas logrando.

Tener una sana disciplina te ayuda a tener mejor humor, a ser más tolerante con los demás, más amoroso con todos y con todo, ya que baja tu nivel de ansiedad al ir adquiriendo mayor control sobre ti mismo y tu vida.

Al sentirte bien contigo mismo eso se expande a los demás de tu círculo inmediato, tu mente se ocupa de cosas positivas y va abandonando el consabido hábito de juzgar y criticar.

La persona que está en el proceso de atraer a su vida lo que quiere ya deja de exigir a otros y al mundo, que le den lo que desea.

Tu libre albedrío es un regalo de amor, ahora sabes que creas tu propio destino desde esa libertad de decisión, dejas de ser víctima de las circunstancias y de las personas, te liberas del odio y la violencia, de esa forma te es más fácil ir descubriendo en ti la alegría y la paz.

Todos los conflictos y carencias proceden del ego, de tu mente inferior, por esa causa debemos ser hombres y mujeres disciplinados.

Ser disciplinado significa alimentar nuestras virtudes, fomentar virtudes nuevas, nuestras buenas costumbres, alimentar el lobo bueno como nos dice la leyenda Siux.

De esa manera vas tomando el verdadero control de tu vida, la verdadera libertad.

¿Qué significa libertad? ¿Seguro que lo sabes?

¿Crees aún que libertad es hacer todo lo que uno quiere? ¿pero quién es el que quiere? ¿tu ego, tu yo inferior, tus debilidades o tú?

Tomar todo el alcohol que quieras, drogarte cada vez que quieras, poder comer hasta el vómito, decirle groserías a cualquiera, matar, romper vidrieras o negocios. O por ejemplo suponte que te gusta el juego y para ti libertad sería poder ir al casino todos los días y jugar a la ruleta hasta aburrirte, tener varios autos, viajar constantemente eso no es libertad, sino que eres esclavo de tus antojos y limitaciones. Tampoco sería libertad no hacer nada todo el día, vivir sin propósito.

No confundamos la palabra libertad con libertinaje.

La palabra libertad viene de leudar, hacer crecer. Por lo tanto, libertad significa quitar los obstáculos que impiden tu

crecimiento interior. Se refiere a eliminar los obstáculos que te impiden ir siendo una mejor persona, un ser más elevado, más evolucionado.

Eso significa, por tanto, aumentar las virtudes en el ser humano en desmedro de los vicios.

La libertad se elige de forma individual, es un camino personal, no se trata de un grupo que alza el puño, la voz y exige alguna cosa. Reclamar derechos está bien en tiempo y forma según cada caso, pero eso no es libertad verdaderamente, sino solo es reclamar derechos o evitar abusos, la verdadera libertad es otra cosa, se construye desde adentro y es personal.

Libre es aquel que va superando dentro suyo aquellos aspectos de su mente que le quitan la paz.

Querer educar un vicio no trae buenos resultados, es un esfuerzo inútil, lo mejor es alimentar las virtudes y así lo otro que no queremos va desapareciendo solo.

Por eso es necesario tener cierta disciplina en nuestra vida, adquiriendo buenos hábitos, así vamos encausando nuestro espíritu salvaje hacia nuestro verdadero espíritu superior, poderoso, que puede imaginar una vida libre, pacífica, productiva y materializarla en este mundo.



**En calma
y confianza**

**siempre hallarás
tu fortaleza**



SÉPTIMO PRINCIPIO

7. SANA MEDITACIÓN

La práctica de la sana meditación se refiere a ese espacio y tiempo que dedicas a concentrarte en tu santuario interior, donde te conectas con tu yo superior, adquieres paz y sabiduría.

Wayne Dyer lo especifica como un principio aparte dándole así la importancia que se merece y lo condimenta con una herramienta de utilidad: el sonido.

“La importancia de comunicarnos no con otras personas sino con esa inteligencia universal, ese sol, esa divinidad... saber cómo situarnos frente a esa realidad tan grande sin muerte, porque todo es un tránsito.”

Así como se sanan las heridas de la piel, se sanan también las heridas del alma.

Puede que no resulte fácil abandonar el diálogo interno, los continuos pensamientos sin sentido de nuestra mente concreta, esa radio de fondo que nunca para. Es bastante común que nos sea difícil escapar de nuestras preocupaciones y poder meditar, por mejores intenciones que tengamos.

Por tanto, es necesario que elevemos nuestra vibración, cambiar la frecuencia para conectarnos con lo superior en nosotros, salir del pozo, del llano y subir a las estrellas de nuestra mente.

“... se refiere a la utilización del sonido como herramienta para abrirnos al potencial y al poder de nuestra fuerza creativa”

“Los sonidos son una energía poderosa. Cada sonido es una vibración hecha de ondas oscilantes en una frecuencia concreta”.

Ya lo enseña la Musicoterapia, según la música que escuches será el estado que te proporcione. Tanto música de relax, repetir mantras, frases de poder, etc.

Pero pongamos las cosas en su sitio.

Los mantras o rezos repetidos solo aquietan la mente para no pensar en otra cosa, entonces pienso en lo que repito. Pero la conexión con lo divino lo hago hablando al cielo sin rituales o técnicas establecidas.

La oración es hablar al cielo. Ha sido bueno repetir mantras o rezos y lo es, pero conociendo su función, ya que la verdadera conexión con la fuente es otra cosa.

Avanzamos conectándonos con la fuente desde nuestra inteligencia, desde nuestra razón, usamos el pre frontal del cerebro que es más profundo. Ya hemos hablado del valor de la oración y la confianza en el segundo principio.

En los momentos que queremos aquietar la mente para serenarnos un sonido muy conocido es el OM. “es el sonido de todo lo que ha sido creado y expresa gratitud por todo lo que ha sido manifestado”. Es el sonido que corresponde al chacra del entrecejo.

Así lo enseñaba Patanjali a sus alumnos, que repitieran el sonido AUM como un mantra prolongando cada letra en la exhalación lenta.

Wayne Dyer también nos informa como dato interesante que el sonido ahhh sería el sonido de Dios, por ser la raíz común a muchos de sus nombres dados a través de la historia de la humanidad.

Puedes probar esta herramienta para el momento de tu conexión con tu ser, o encontrar otra que te dé resultado.

Como sea, sin irnos a detalles como estos, y en términos de la vida práctica, lo cierto es que los sonidos influyen sobre nosotros, una marcha, un bolero, una obra de Bach, una cumbia villera, cambiará nuestro ánimo, pensamiento y estado para bien o para mal según sea lo que escuchemos.

Ninguna cosa en extremo es saludable, no significa que solo escuchemos música clásica o música celta o sonidos de la naturaleza, pero tampoco sería útil a nuestros propósitos escuchar todo el día música de baja vibración con mensajes violentos, soeces, palabras mal dichas que decaen nuestra inteligencia.

La música puede divertirnos y lo hace, pero también es un poder tanto para mejor como para peor.

La música puede sanar como las reconocidas Variaciones Goldberg de Bach ya que hay ondas cerebrales que se encienden con esa música.

La música correcta potencia el saber, potencia nuestro cerebro, pero no cualquier música, hay algunas que lo atrofian.

Hoy en día mucho de la música comercial ha sido creada por verdaderos locos que buscan la degradación del ser humano.

Pero estos consejos son para personas que se están transformando que buscan elevar su vida lograr cosas buenas para sí y los demás. Quienes leen y aceptan materiales como este, son los que buscan otro camino, los que se alejan de la gente burda decadente, es para los que busca cultivarse e ir aprendiendo lo bueno, los que serán semilla para la nueva humanidad. Todos pueden serlo, es una cuestión de decisión, ese es nuestro poder personal, y lo estamos usando, conscientes o no, todo el tiempo.

Cuando entramos en una nueva vibración más elevada comienza a moverse en nosotros una nueva energía, sentimos nuevas motivaciones y nuevos pensamientos e ideas que nos acercan al fin deseado.

Cuidemos lo que reciben nuestros oídos porque es el único sentido que no podemos cerrar.

La música tiene intención, así las canciones de cuna llevan dulzura, las románticas nos predisponen al amor sincero, las marchas militares a la toma de acción y a estar dispuestos, también hay música para relajarnos y elevar nuestra conciencia.

Por ahí escuché que “quien reza cantando reza dos veces”.

Hay un Yo Superior dentro de nosotros que no es solo una idea, es verdadero oro, pero hay que encontrarlo. Una sana meditación diaria nos ayudará en esa tarea.

El tipo de vida que vivimos, las películas o series que vemos, el tipo de amistades que tenemos, nuestras actitudes frente a los demás, nuestras preferencias, demuestran nuestro estado actual y hacia dónde nos dirigimos.



"Todo es hermoso y constante,
Todo es música y razón,
Y todo, como el diamante,
antes que luz es carbón"

José Martí



despertando

OCTAVO PRINCIPIO

8. DESVINCÚLATE DEL RESULTADO. SÉ PACIENTE

Aprende a esperar con confianza.

Una vez que hemos creado las imágenes mentales de lo que queremos lograr, que lo hemos entregado a nuestro Ser superior en la meditación diaria, en nuestro santuario interior, que hemos guardado silencio sin contárselo a nadie siguiendo nuestra vida normal, debemos quedar tranquilos sin preocuparnos, no pensar cómo llegará, y mucho menos buscar estrategias para lograrlo, confiar en el resultado.

Estar en paz es parte de nuestra alimentación diaria. No veré a otros conectados con la paz si yo no lo estoy. Yo tengo que buscar esa paz en mi interior, para mi propio sendero.

La seguridad y confianza en Dios y en uno mismo deben estar unidas.

Buscamos la paz, con el corazón tranquilo, buscamos la guía y apoyo divino para tener todo lo que necesitamos en este mundo. Tenemos un cuerpo físico y las necesidades de este mundo físico también son colmadas por ese poder del cielo, así funciona.

Solo debes estar alerta a las señales de aproximación y cuando llegue el momento actúa sin dilación ni duda.

Cuando aparezca la oportunidad tómala sin dejarla pasar.

Ten paciencia, la fuente a la que te has conectado no conoce el tiempo ni el espacio, **deja entonces que la vida mueva sus piezas, es un proceso de ingeniería, aprende a esperar, seguro del resultado.**

Continúa abocado a tus asuntos, abandona la ansiedad y las expectativas, no te permitas dudar. Es importante recordarnos estar en el momento presente, ocuparnos de lo que tenemos entre manos el día de hoy para que llegue algo nuevo mañana.

Centra tu atención en lo que deseas, no en la cosa en sí, sino en el sentimiento que te produciría lograrlo.

Siente, emocionate como si ya lo tuvieras, eso es lo que acelera el proceso.

Puedes hacerlo como una práctica de meditación y también sirve escribirlo a mano para leerlo a menudo.

Una vez que lo veas llegar, no juzgues la forma de cómo ha llegado.

Aprende a relajarte y estar en paz para evitar presionar o precipitar los sucesos. La inteligencia universal tiene su propio ritmo y depende de qué tan alineado estás tú, con las directivas que hemos descripto.

A photograph of a hand reaching out to touch tall, golden grass under a bright sun. The text is centered in the upper half of the image.

**Tu gratitud
abre la puerta
a la abundancia**



NOVENO PRINCIPIO

9. GRATITUD Y GENEROSIDAD

Tu gratitud le dice al universo quiero más.

La gratitud abre la puerta a la abundancia.

El agradecido olvida lo que su mente le dice que le falta y en cambio, pone su atención en lo que sí tiene y así le llega más y mejor.

Aquello que pensamos es lo que se expande, si piensas en carencia tendrás más carencia, si crees que necesitas tendrás más necesidad.

Pero si eres agradecido por lo que tienes, porque siempre algo bueno tenemos, entonces llegará más de lo que sea que estés pensando, imaginando proyectando.

Al agradecer reconoces la unidad de la energía universal que actúa en colaboración con tus deseos.

La gratitud es un proceso interior, una respuesta de amor.

Puedes encontrar defectos o puedes encontrar amor. La mirada amorosa hacia otra persona siempre te dará paz a ti.

Lo que pensamos es lo que se expande, lo que se materializa, tu mundo interior es la fuente de manifestación.

No te quejes, tampoco expliques. El que se queja siente envidia y amargura, se siente aislado y sin gozo. El que explica demasiado solo denota baja autoestima y desconfianza en sí mismo.

Siente en cambio que no estás solo y que la vida es un regalo que se te dio para tu gozo abundante.

“Abraza tus manifestaciones con gratitud y generosidad”

Una vez que logras manifestar lo que deseas es bueno estar agradecido y la manera de demostrarlo es ser generoso con otros. Eso no significa que des tu dinero, tu casa, o tu auto, significa que trasmitas a otros lo que has aprendido, que brindes lo que eres, que tus manifestaciones mejoren este mundo y sean de utilidad.

“La expresión natural de sentirse agradecido es el desarrollo de un corazón generoso”

“La generosidad es útil para tu propia liberación en la medida en que te enseña la cualidad interior del desprendimiento.”

“El agradecido a lo poco, abre las puertas a lo mucho.”

Siempre hay algo que agradecer, lo que creemos bueno porque fue bueno, y lo que creemos malo porque nos trajo una enseñanza, una oportunidad de crecimiento interior, un despertar.



CAPÍTULO EXTRA

NACER DE NUEVO

Una Experiencia personal

Decidí agregar este capítulo para aclarar un punto importante:

No se trata de cómo materializar deseos, no se trata de tener la vida que deseo ahora, según mi grado de consciencia, según lo dicten mis egos y creencias aprendidas de lo que se supone me haría feliz. ¿acaso sabemos verdaderamente lo que nos haría felices permanentemente?

Lo que de verdad queremos más allá del coche, la casa en la playa o viajar, etc, lo que de verdad queremos es ser felices.

Creemos que teniendo un coche o teniendo la casa en la playa o pudiendo viajar o lo que sea, seríamos felices, por eso deseamos cosas determinadas para alcanzar la felicidad en este mundo y en esta vida.

En verdad no sabemos lo que nos haría felices más de un momento sin decepcionarnos luego. El ego también cumple deseos, pero vienen con trampa, terminamos frustrados y decepcionados porque algo no sale, en definitiva, como esperábamos. La casa en la playa puede ser el sueño para muchos pero luego resulta de mucho trabajo, controlar hormigueros, mantener el jardín, los arreglos constantes y cuando llega el deseado verano todos los familiares vienen sin aviso y hay que atenderlos, armar camas por todos lados, hacer de comer para todos, ropas colgando por doquier. Tal vez tengamos éxito en lo que queremos y luego de logrado vemos que no somos realmente felices nos invade ese sentimiento de que algo nos falta.

El propósito de este libro es hallar la mejor vida que podemos tener, la que nos traiga paz y felicidad duradera. Se trata de un descubrimiento, un conocimiento de si mismo, a medida que realizamos la construcción ya no de deseos caprichosos sino del mejor destino, el auténtico, el que me corresponde y al que puedo acceder ahora.

Para explicar cómo funciona esto, no se me ocurrió mejor método que contarles mi experiencia, la manera cómo aprendí lo que hoy trasmito.

YO TENÍA UN SUEÑO ...

Nunca había tenido una vida satisfactoria ni siquiera por un tiempo, siempre esperando un futuro lejano que nunca llegaba. En el 2019, ya tenía 59 años y era clara la vida que quería tener, muy detallada, había hecho el famoso ejercicio de coaching de visualizarme cómo quería estar un año después, 3 años después y a los 5 años, cómo quería que fuera mi vida y estaba siguiendo todos los pasos descriptos para lograrlo.

No era un mal plan, la vida que deseaba parecía buena, solo que era un plan elaborado de la mano del ego y mi mente inconsciente.

Más tarde descubrí que no era ese el propósito de esta vida para mí, más tarde descubriría, ahora sí, de la mano del Espíritu y con mayor sabiduría, que había algo mucho mejor que podía hacer en esta vida, pero aún no lo sabía.

Seguramente lo habría logrado de haber estado lo planeado, en la línea de mi mejor “destino” o si hubiese seguido con la misma vibración, sin cambios significativos.

Pero cuando uno tiene un plan de vida y las cosas comienzan a complicarse, cuando hay muchos impedimentos, es sensato escuchar lo que la vida nos quiere decir porque sabe más que nosotros y seguramente por ahí no es nuestro mejor destino, probablemente hay otro que aún no podemos ver.

Claro que siempre tenemos una vida deseada que queremos lograr, pero también es de sabios tener en cuenta que esa vida deseada puede cambiarse sobre la marcha, en especial cuando comenzamos a escuchar la voz del Espíritu en nosotros.

Puede ocurrir también que logremos lo que deseamos en totalidad o solo algo de eso y sucede que luego queramos otra cosa, porque nada es estático, si vamos avanzando vamos cambiando por dentro y seguro irán cambiando nuestras prioridades y deseos. Somos muy volubles cuando solo nos guía la mente concreta.

Cuando armamos nuestro plan de vida “a solas” sin dejar un margen para la intervención del Espíritu, el Ser, la conexión con ese algo mayor en nosotros, puede suceder y de hecho sucede muy a menudo, que al lograr lo que deseábamos luego veamos que no era como lo imaginábamos y nos desilusionemos.

Por eso al armar un plan de vida e irlo construyendo es importante dejar un margen de flexibilidad para ir ajustando el timón hacia nuestro mejor destino. Es importante la conexión diaria con el Ser, para no perdernos en los laberintos del ego, del pequeño yo, que solo quiere nuestra confusión y constante caos.

Volviendo a mi historia, para el 2019 ya había avanzado mucho en mi crecimiento espiritual pero aún estaba en pañales y no lo sabía.

Llevaba 10 años, viviendo en ese lugar, luego de haber hecho un cambio de vida radical yéndome a vivir a una zona apartada con apenas no más de 100 habitantes permanentes, no muy alejada de la ciudad, pero sí lo suficiente, lugar de mucha energía vital por la abundancia de naturaleza cerca del mar.

Fue un tiempo de verdadera limpieza, había llegado muy cargada, no solo de estrés sino de un pasado de frustración y peso psicológicos que ya no quería cargar, ese fue el lugar perfecto para liberarme e ir sanando, un retiro voluntario para cambiar la pisada, cambiar mi destino.

Luego de ese tiempo productivo, ya estaba lista para otro salto personal, luego de terapias, cursos, talleres, había cambiado mucho mi mentalidad, totalmente renovada y aun sintiéndome joven para emprender, por supuesto que tenía una vida deseada e iba por ella.

Había muchas cosas que aún no sabía, y por cierto, la vida me iba a ir dando las oportunidades para aprenderlas.

Quería vivir en España, se había vuelto mi obsesión, quería seguir con mis estudios de terapia espiritual pero ahora presencial, llevaba años escuchando y tomando cursos on line de españoles avanzados en el tema, llevaba haciendo muchas cosas on line y ahora quería formar parte en persona, allí donde yo creía que las cosas sucedían, quería ser parte de ese mundo que solo veía a la distancia, quería ser uno de ellos, me sentía preparada y con suficientes conocimientos como para brindarlo a otros.

Mi tiempo de retiro para crecer interiormente y sanar “lo grueso” ya había culminado, quería avanzar en la acción, quería estar rodeada de personas de mente más abierta y en un lugar de mayores oportunidades.

Hice lo necesario, materialmente vendí todas mis cosas, me despedí de todos mis vínculos, tomé el avión con esperanza, expectativas y una agradable sensación de triunfo.

De alguna manera ya había triunfado, había logrado desapegarme de muchas cosas conquistadas hasta ahora, pero quería avanzar mucho más en mi transformación interior.

¡Oh Sorpresa! Cuando a poco de llegar a España las cosas no eran como las había imaginado, todo parecía ponerme trabas, obstáculos para poderme quedar, comenzando con el inicio de la Pandemia de covid 19, el confinamiento era más estricto en España que en mi país, tampoco podía acceder a ningún permiso legal para quedarme más de 3 meses, en fin sin desmerecer la enorme experiencia que mucho me aportó ese viaje y breve estadía, tuve que volver, a pesar de haber hecho todos los intentos posibles, todo resultaba en fracaso, era necesario volver a mi país, tal vez después pudiera regresar, con esa intención me fui.

De todas maneras, fue un año de intenso estudio en la Escuela de Terapeutas del Espíritu, eso sí fluía, muchas prácticas, horas diarias de estudio, mucho conocimiento que iba incorporando cada día mientras continuaba con mi experiencia vital.

Para ser totalmente honesta, hubo un momento que desde mi corazón sincero sentí esa vocecita diferente que dijo: “la experiencia ya se completó, es hora de partir.”

Tal vez de haber tenido 30 años, no hubiese escuchado la vocecita (el espíritu que siempre está), como suele suceder, me hubiese quedado de todas formas, “a lo que viniera” como tantos lo hicieron antes, pero a mis relucientes 60 años no me sentía en condiciones ni físicas ni emocionales para ello, ya no era falta de voluntad ni de motivación, de haberme quedado en esas condiciones y perspectivas hubiese sido solo locura, falta de sensatez.

Ahí aprendí que muchas veces la vida sabe más. Regresé y otro derrotero comenzó con lo que iba apareciendo, confundida, sin tener claro nada, con eventos y circunstancias inevitables, la vida misma me fue llevando por donde debía ir.

Construir la vida que uno quiere es correcto, está bien, pero también hay que saber de dónde viene ese deseo, si es un dictamen de nuestra mente inconsciente, un capricho del

pequeño yo o ego, o si es un plan consciente de la mano del Espíritu para llevar a cabo nuestro propósito de vida.

De todas formas, con más vueltas o menos vueltas el espíritu evolutivo en nosotros, siempre nos lleva a un avance interior, a una mayor frecuencia.

Al regresar, de inmediato casi sin esfuerzo, escribí un libro didáctico sobre los principales temas teóricos de Un Curso de Milagros resultado de mis estudios en la Escuela de Terapeutas del Espíritu de José Luis Molina. También participé en un centro donde impartí terapias, cursos y talleres en forma presencial (en plena pandemia todavía) pareciera que me estaban esperando.

Pero tampoco pude permanecer mucho tiempo allí, al año siguiente el Centro Holístico donde trabajaba tuvo que cerrar justo al mismo tiempo que fallecía mi hermano, por lo que tuve que viajar a la ciudad de Florida y hacerme cargo de mi madre anciana y minusválida. Era la vida otra vez, dándome señales. Poder volver a España estaba cada vez más lejos.

Ahí aprendí que hay eventos en nuestro destino que podemos evitar según nuestras decisiones, pero también hay eventos no negociables, hay que pasar por ellos y aceptarlos sacándoles el mayor provecho posible para nuestro propio avance interior.

UN VIEJO DESEO CUMPLIDO

Crecí mucho internamente ese año, y especialmente al siguiente 2022, pude observar y sorprenderme al ver los cambios en mí, mes a mes, día a día.

Un viejo sueño, anterior al de irme a vivir a España, había sido vivir en la ciudad de Piriápolis, desde que iba de vacaciones con mis padres con tan solo 17 años. En aquel entonces me había convencido de que era mi lugar ideal.

Había deseado ir a vivir a Piriápolis a una casa buena y bien ubicada, y ese sueño había regresado, es muy potente desear algo con intención, el inconsciente no lo olvida, es por eso que el refranero popular dice: “cuidado con lo que desees, porque se puede volver realidad”, le llaman decretos.

Esta vez lo pude lograr, allí estaba en la ciudad balnearia de mi agrado, hermoso lugar con naturaleza a discreción, pero con el suficiente entorno citadino como para no estar aislada.

Lo disfruté intensamente, el mar, la playa, la abundancia de flores y pájaros de la casa donde residía, reencuentro con viejos amigos, retomé la bicicleta luego de varios años, vacaciones permanentes como me había propuesto para ese año, pero luego de unos meses, luego de haberme integrado al lugar, de haberme encontrado con personas conocidas de mis experiencias pasadas en la zona y de haber resuelto algunos cabos sueltos, esto es haber cerrado algunos círculos de la mejor manera, me di cuenta que ese tampoco era mi lugar, no para quedarme ahora, tal vez me parecía bueno años atrás, pero ya todo había cambiado, yo había cambiado.

Observo ahora a la mujer que fui cuando llegué a Piriápolis, estaba mudándome desde la ciudad de Florida Uruguay. Recuerdo lo que pensaba, los sueños que tenía, las necesidades que creía tener, la manera en que respondía, las actitudes con las personas, y hoy soy consciente de ya no ser esa persona, estoy totalmente distinta ¿qué pasó? ... Literalmente nací de nuevo.

A medida que continuaba creciendo internamente iba cambiando mi visión del entorno. **Es claro, que, al cambiar de vibración, también va cambiando nuestra realidad exterior, siempre estamos en el lugar correcto según sea nuestra propia frecuencia.**

Tiempo atrás veía esa pequeña ciudad como el paraíso, imaginaba una vida allí maravillosa, y así fue unos días, unos pocos meses, lo disfruté, pero seguí avanzando internamente, creciendo personal y espiritualmente, **adquiriendo nueva información que luego aplicaba en la vida cotidiana. Al ir cambiando nuestros pensamientos va cambiando nuestra realidad exterior.**

A mitad de ese año estuve muy abatida, algo deprimida, mi cuerpo físico agotado con dolores agudos, mucho estrés con el cuidado de mi madre de 93 años en condiciones alteradas. Recuerdo lo que pensé: si esta es la vida que solo puedo tener, prefiero irme con mis seres queridos que ya se fueron al otro mundo, algunos seres que amé y ya no están, me seducía la idea.

Si no tenía salida al problema que significaba para mi vivir full time para los requerimientos de mi madre, entonces prefería morir.

Ya sabía que la muerte no existía, que sigue la vida en otro lugar y con otros cuerpos sutiles, pero también sabía que estar encarnado en el plano material es una oportunidad invaluable de elevar la conciencia rápidamente y más en estos tiempos del fin de un ciclo humano, y ese en definitiva era el objetivo principal de mi existencia, más bien el objetivo mayor de la existencia de todo ser humano.

De todas formas, fue un año de procesar mucha información nueva, y de haber incluido la meditación raja yoga cada mañana que me aportó mucho sin duda, un buen hábito que me trajo mucha paz aún en medio del caos.

Pero los quehaceres del día a día, la “locura” que vivía con el cuidado de madre no me permitían ya respirar, algo debía cambiar, algo debía suceder.

En un momento límite, sentí que no podía más y pedí ayuda al cielo, ¿qué hacer? No puedo más, ayuda, ¡ayuda!

Simplemente me rendí, solté el control, eso es todo.

De esa forma permití ser ayudada por los seres de luz, guías espirituales de los planos sutiles, mi ángel de la guarda, y todas las energías divinas que aguardaban mi rendición para poder actuar.

La respuesta no se hizo esperar, a los pocos minutos, si, así fue, a los pocos minutos, una amiga, sin saber que yo me encontraba en esa situación, me envía un afiche sobre un taller de constelación Familiar que se haría en breve.

Reconociendo la señal como respuesta a mis súplicas, me anoté y lo hice, constelé y ese hecho me dio una especie de sacudón para reaccionar y salir del estado mental en que me había sumido.

En los días siguientes mi mente fue cambiando, dejé los pensamientos nefastos y pesimistas, por reflexiones profundas sobre un pasado remoto que había olvidado, algo oculto desde mi inconsciente me mantenía en esa situación de sacrificio, sané esa parte de mi vida, solté, perdoné y luego olvidé.

Fue entonces que tuve una experiencia interna que solo puedo contar con palabras, fue una energía diferente que desde mi corazón me preguntaba: **“Te quedas o te vas, ¿qué decides?”**

Evidentemente tenía esa opción, tal vez todos la tengan llegado el momento, pero no todos son conscientes de ello. Sentí la pregunta como algo muy profundo, en mi mente cristiana, parecía que era el mismo Jesús Cristo quien la formulaba, y también desde mi corazón sincero, el conectado con mi propio espíritu, pude contestar y **dije: “sí, sí quiero quedarme y llevar a cabo algo más en esta vida, aún me queda algo por hacer”**.

Esto me recuerda una oración dicha por María Magdalena en la novela del mismo nombre, que se puede ver en Netflix, casi al final:

“Maestro, dime que estás aquí, te suplico que me salves una vez más, ahora que sé que venciste la muerte, que sé quién eres, deseo vivir para cumplir la promesa que te hice de llevar tu mensaje, no me dejes morir Jesús Cristo Maestro”.

Pensé que aún me faltaba y además quería, transmitir a otros los conocimientos adquiridos en todos estos años, expandir mi propia experiencia en el despertar de la conciencia, de toda una vida acelerada para que otros pudieran aprovecharla y no necesitar tanto esfuerzo o vueltas para lograr lo mismo o algo mejor aún.

De la misma forma que yo había aprendido tanto de otros que despertaron antes, quería dejar mi granito de arena para los que vinieran después, los rezagados, los últimos que por cierto “serán los primeros” en ser semilla para la nueva humanidad.

Luego de esa decisión consciente, sentí que nací de nuevo y todo comenzó a cambiar.

¿QUÉ SIGNIFICA NACER DE NUEVO?

Recordemos que ese fue el mensaje de Jesús cuando le dice a Nicodemo “debes nacer de nuevo ... no del vientre de tu madre sino del agua y el Espíritu para entrar en el reino de Dios”. Juan 4:1-42.

Si la frase nacer de nuevo ya nos deja perplejos, cuando dice nacer del agua y del espíritu, digamos que no aclara mucho, sino que aumenta nuestra incertidumbre.

Creo que Jesús lanzaba esas frases y las dejaba en stand by, en espera a que cada uno llegara a ese momento de nivel de consciencia en que sencillamente tienes claro lo que escuchas, se llama discernimiento, sabes algo sin saber cómo lo sabes, pero lo sabes.

En fin, digamos que 2000 años después ya podemos descifrar el enigma, utilizando ese discernimiento que llega luego de la experiencia.

El agua simboliza una limpieza, también algunos dicen que es un bautismo un comienzo de un camino espiritual, pero en este caso no es un bautismo inconsciente e impuesto como se le puede hacer a un bebé, es la decisión más o menos consciente que hacemos cuando comienzan a interesarnos los temas de crecimiento personal con espiritualidad, cuando comenzamos esa “búsqueda” de algo más.

Es un nacimiento espiritual, la llamada “**salvación**”, el agua es un bautismo, **se inicia un camino hacia el espíritu por propia voluntad** y luego al avanzar, en ese camino, llega ese momento en que **decidimos por segunda vez, con mayor consciencia, ser lo que somos, seres divinos, espíritus, continuar en este mundo y con el mismo cuerpo, pero como personas totalmente diferentes, con otra mentalidad, otra forma de pensar, de sentir y de actuar, en coherencia y consistencia con nuestra verdadera identidad, el Ser, el Espíritu en nosotros.**

Es esa “agua”, cuando decidimos iniciar un camino hacia el espíritu, la que nos va limpiando de errores pasados, va borrando lo que nos hace daño.

Es por eso que “algo” interior nos mueve a hacer terapias, aprender técnicas de sanación, buceamos en nuestro inconsciente para buscar decretos, aprendizajes adquiridos sin consciencia y **comenzamos a deshacer lo que estaba equivocado hasta tener un corazón nuevo y mente nueva, es un proceso voluntario.**

Luego de ese más o menos largo proceso de limpieza, decidimos una segunda vez, decidimos llenar todo ese espacio que hemos liberado con el conocimiento profundo de lo que en verdad somos, seres nacidos del espíritu superior, la fuente de toda vida: “Lo que no tiene origen, pero es origen de todo lo originado”.

Es ahí que nacemos de nuevo, ese momento es realmente mágico. Lo pude sentir, experimentar siendo totalmente consciente de ello, fue breve la experiencia en sí, pero su energía permaneció.

Luego de ese momento las cosas, “los problemas”, comenzaron a solucionarse o al menos minimizarse, sentí la necesidad de cuidarme tanto mi cuerpo físico haciendo los cambios necesarios para ello, como mi parte anímica y emocional con pensamientos de poder y confianza, hice cambios en mis rutinas diarias e incorporé actividades nuevas, conocí otras personas y otros lugares cercanos pero muy diferentes.

Al poco tiempo, me llegó entonces una inspiración divina de cuál sería mi mejor destino, lo tuve ante mis ojos todo claro, sin esfuerzo, sin dudar, y me pareció de enorme coherencia, además de ser realmente posible. Comencé a verlo todo aún más, de otra manera.

Nacer de nuevo, nacer del agua y del Espíritu, no es más que iniciar un proceso de búsqueda y hallazgo.

Primero mirar hacia adentro y ya no tanto hacia afuera, madurar, dejando de ser adolescentes eternos, dejar de quejarnos y de culpar, volvernos responsables de nosotros mismos y nuestra vida, comenzar a conocernos, escuchar a los que van adelante en el camino de crecimiento personal y espiritual, aprender cosas diferentes de mayor consciencia, aplicándolo en nuestro día a día, sin expectativa, sin objetivos de poder, solo el anhelo de aprender, vivir intensamente aplicando lo aprendido.

Y Luego llega un momento en que estamos listos para reconocer lo que en verdad somos y vivir de acuerdo a ello.

Ahí nacemos de nuevo y todo el tiempo restante en este mundo es totalmente aprovechable, la vida se vuelve más llana, diríamos fácil, y somos ejemplo de los que vienen detrás y nos ven, nos tocan, nos oyen y deciden hacer lo mismo o algo mejor aún.

Enseñamos con nuestro ejemplo, ayudamos a abrir la conciencia de otros solo por nuestro ejemplo. No se puede cambiar a nadie, solo podemos ser nuestra mejor versión y dejar que cada uno decida su propio camino.

Hoy, comenzando el 2023 realmente mi vida es placentera y útil, me ocupo de varias cosas, tengo una vida bien ocupada pero también tranquila y la disfruto. Vivo en mi país, en Punta del Este, una ciudad de playa internacional en pujante crecimiento, mi madre está bien cuidada y acompañada en una hermosa residencia de la misma ciudad donde vivo, continúo mi trabajo como escritora, terapeuta, y guía en el despertar de la consciencia, lo que amo hacer y me llena de gozo, tengo un buen vínculo con mis familiares, algunos buenos amigos de siempre y también nuevos que surgen cada día, y por supuesto un proyecto en puerta mirando hacia adelante, en fin, una idea clara y pacífica de mi mejor destino, la vida que quiero construir ya la estoy construyendo, estoy en eso, de alguna manera ya está aquí, ya la estoy viviendo.

Tengo hoy una visión limpia de dónde estoy, de hacia dónde voy tanto en el plano material como espiritual. Ya no hay dudas de a dónde debo ir, qué debo hacer, qué cosa decir y a quién.

Preguntas tantas veces repetidas al fin han sido respondidas.

Continúo caminando con confianza, paz y seguridad, porque no voy sola.

Lo que aún no sepa lo sabré en el momento adecuado, y lo que sí sé, que debe ser, llegará suavemente a medida que la vida se va procesando.

Hoy estoy en paz y disfruto de lo que me rodea, agradeciendo lo que se va yendo, para ir generando ese espacio a lo que va llegando.

Nacer de nuevo. Vivir la vida intensamente sabiendo quien soy y actuando en coherencia con mi verdadero Ser, dando ejemplo, a los que llegan de lo que significa la nueva humanidad, hacia ahí nos dirigimos.

.....

www.despertandosoyfeliz.com

