

## CONTENIDO

Prefacio	2
Reconocimiento/ Agradecimiento	4
Despertando Conciencia	7
Los Mayas	16
Profecías	18
El mundo de los miedo	29
Competencia	36
Gratitud	46
Transparencia Divina	47
Amor	51
Meditación para amarte	55
ADN	63
Aceptándote	67
Milagros	69
El Alimento del Alma	74
Somos Niños Cómicos	74
Camino Espiritual	78
Secreto	80
Rejuvenecer	84
Naturaleza por decisión	86
La nueva era	91
Se desvanece el ego	94
Decisión	105
Descubriendo la energía femenina	109
Preparación	119
Llave maestra	122
Meditación para conectar	123
Afirmaciones	131

## PREFACIO

Mi intención al escribir este libro es la de ayudar a la gente a despertar, a estimularlos hacia una vida nueva completamente diferente, a ayudarlos a abrir la mente e incentivarlos a buscar perspectivas simples y diferentes a las que ya conocen. Conllevarlos a que entiendan y se den cuenta que el planeta está cambiando su órbita y por ende su frecuencia y por lo tanto nosotros debemos empezar a hacer los cambios necesarios para sincronizarnos con el ritmo del planeta para estar en su misma frecuencia y poder ser capaces de catalizar armoniosamente las próximas transformaciones que nos influirán directa ó indirectamente durante éste proceso de evolución. Por lo tanto, es necesario que cambiemos actitudes y manera de pensar y empezar a pensar positivamente para crear un colectivo positivo que nos ayudaría a levantar nuestras vibraciones y nuestra propia frecuencia.

Las enseñanzas de éste libro están basadas en relatos que

heredamos de antiguas civilizaciones, nuestros antecesores que nos dejaron consejos llenos de sabiduría y amor a la humanidad para que nos guiaran con su luz de certeza a escoger el mejor rumbo para nuestra propia evolución, levantando el velo de la incertidumbre para que viéramos claramente que nuestro futuro depende de nosotros mismo que escogiendo una forma de vivir diferente creamos un futuro mejor y justamente de esto se trata éste libro, de enseñanzas antiguas que prevalecerán en el futuro.

La especie humana se extinguirá o Seremos capaces de crear un desenlace positivo nosotros mismo.

## RECONOCIMIENTO

Desde lo más profundo de mi corazón agradezco a todas aquellas personas que me han ayudado en forma directa e indirecta, me han ayudado a llegar a este punto de mi vida.

A mi queridísimo esposo me ha dado el soporte que he necesitado. Siempre está allí para mí y me ha enseñado a depender de mi misma, a no depender de él, ni de nadie.

Les agradezco a mis hijos por ser tan bellos seres humanos y las amorosas y placenteras enseñanzas que a través de ellos dos he recibido. Todo lo que me han aportado por su manera de ser tan amorosos, compasiónados, bondadosos y alegres, que me han brindado muchas alegrías y satisfacciones.

A mi amado hijo Kevin que con su sabiduría me ha enseñado a enfocarme en lo que我真的 quiero. A seguir adelante escalando eslabones que antes yo no me hubiera atrevido a subir. A ver la vida con optimismo y que la vida te brinda muchísimas puertas de oportunidades y solo hay que

decidir cual tomar, porque todas son buenas. Quien a pesar de su corta edad, me ha brindado el ejemplo máximo de bondad y amor. Me ha mostrado una faceta diferente de la vida. Una vida plena de satisfacciones y bendiciones. Me ha enseñado que con dedicación se logran metas.

Mi carrera espiritual se la debo igualmente a mi amada hija Kelly, que con su bondad y compasión, me hizo inclinar a la búsqueda de la verdad y a buscar alternativas espirituales. Me enseño a no conformarme con lo ya he aprendido y a continuar aprendiendo porque la vida es una escuela de continuo aprendizaje, mostrándome el camino a mi búsqueda espiritual. Subiendo escalones que me conducían a mi propio progreso espiritual y seguir mi rumbo en ésta dirección

A mi hermano José Enrique que con su gran sabiduría, me ha inspirado a continuar mi camino espiritual en esta vida. A mi hermano Freddy Barrios que me ha iluminado el camino muchas veces en mi vida.

A nuestro Creador Supremo le  
agradezco por todas las  
bendiciones que me ha  
otorgado. Que me conduce por  
el camino que debo andar.  
Iluminando mí camino.  
Abriéndome puertas.  
Mostrándome el sendero que  
debo recorrer. Trayendo a mi  
vida a los maestros y tutores  
Rev. Lisa French Y Rev. Marcy  
Strate de los cuales debía  
aprender en el momento  
preciso.

## DESPERTANDO CONCIENCIA

### **Antiguos secretos** Que Esperar del año 2012: Como Prepararnos

Hace mucho tiempo atrás existió una civilización muy antigua, muy sabia, que dejaron legados grabados sobre piedras el destino de civilizaciones futuras. Hicieron dibujos que relataban pequeñas historietas acerca de posibles acontecimientos para generaciones futuras. . Estos dibujos contienen una leyenda consigo llena de sabios mensajes, los cuales fueron ocultados por diferentes razones y que ahora se han convertido en las profecías de estos tiempos. En sus dibujos dejaban plasmados sus conocimientos de astrología y matemáticas, como también la influencia que tienen el sol y los astros sobre el planeta y sobre la humanidad,

claramente demostrando su sabiduría espiritual en ellos. Curiosamente destacan la alineación del hombre con su Ser Superior y el Padre Supremo, creando una especie de triángulo de conexión.

Se aprecia la influencia y la consecuencia que surge del hecho de estar alineados o no. El uso de esta forma de triángulo se destaca en todas sus construcciones y también en sus dibujos. Pareciera que las pirámides fueron más que

Un edificio y que al parecer, fueron un instrumento de conexión con los astros y con el sol.

Sus relatos gráficos se convierten en unas escrituras antiguas que hacen un llamado a una reflexión interior, a una transformación de comportamiento de la humanidad que posiblemente pudieran estar refiriéndose a una humanidad que en éste caso correspondería a la nuestra. En ellos se demuestra su compasión hacia la humanidad y sus ganas de querer ayudarnos de alguna u otra forma, asegurándose de que sus mensajes quedaran grabados sin que el tiempo los

afectarán. Es un legado de amor para la humanidad para prevenirnos de no caer en el ego. Advertirnos que nuestra salvación es tomando el camino de la espiritualidad. Aparentemente ellos pudieron observar el peligro amenazador para la humanidad de perder en algún grado su conexión consigo mismo y con su Dios. Según sus calculaciones matemáticas, el ciclo de renovación de la tierra, correspondería en estos tiempos, especificando el año 2012 el día del solsticio 21 de diciembre. Justo en esta fecha el planeta daría un gran salto de frecuencia cambiando su vibración, por consecuencia de su nueva alineación con su eje vibratorio, con el sol y los astros de nuestra galaxia. Cuyo ciclo se repite cada cierto tiempo. La energía que entra desde el mismo centro de la galaxia en ese momento, es el encargado de la evolución del planeta y de sus habitantes. Sube su frecuencia y por ende su vibración cambia. Esta es la razón por la cual nosotros debemos por decisión propia tomar en nuestras manos el rumbo de nuestro futuro y empezar a cambiar nuestra vibración para resonar con la

nueva energía y poder ascender a la misma nueva frecuencia en que el planeta estará girando y gravitando.

Una vez una especie de libro escrito sobre piedras, se escribió con el propósito de guiar a futuras generaciones a sobrevivir el ciclo natural de sincronización con los astros y el centro de nuestra galaxia, por la cual atraviesa el planeta cada cierto tiempo. Los mensajes Mayas que han sido escritos con el propósito de ayudar a la humanidad a despertar del adormecimiento de que se ha sumergido y como una especie de petición individual y colectiva de abrir corazones para poder recibir la nueva la nueva energía que está penetrando en el planeta desde hace varios años atrás, pero que se está sintiendo más intensamente en éstos tiempos, embarcándonos en un nuevo camino espiritual cuya base es la compasión y el amor.

Todos somos hermanos compartiendo una comunidad concretada como planeta Tierra, el cual ya está listo para moverse a una nueva energía vibracional. Nuestro

planeta ha comenzado éste proceso evolutivo bien despacio y lentamente moviéndose hacia su nuevo espacio que le corresponde en su paso espiritual de evolución, enviándonos señales a todos los que habitamos en él para que nos re-encontremos nuevamente con la naturaleza, reconociendo su hermosura, su belleza, su sabiduría y aprendamos a valorar los beneficios que ella nos aporta a todos los humanos para que podamos existir en esta "casa grande" que llamamos planeta Tierra.

### **Planeta Azul Proveyendo generosidad, bondad, El**

amparo cobijador que siempre ha brindado lo seguirá ofreciendo a través del proceso de transformación, pero con la intención de ayudarnos a evolucionar al mismo ritmo de ella. Nuestra madre Tierra se ha saturado de tanta energía que ya no le sirve en su propio propósito evolutivo y le ha llegado la hora de sacudirse el polvo. Desprenderse de todo aquello "viejo" que ya no le funciona. Su energía está cambiando. Como en todo proceso de crecimiento, se

acentúa el efecto de los cambios, pero como toda madre sabia, ella está creando un sistema muy original de limpieza desechando energías extrañas fuera de su campo energético.

Por supuesto que van a haber cambios, cambios para el bienestar de todos. Los patrones sociales tienen atemorizada a la gente infundiéndoles miedos, los cuales impiden la libertad espiritual, anunciando catástrofes, terremotos, inundaciones, manteniendo a la gente en un estado de pánico como método de control colectivo.

Hace algún tiempo atrás, Yo escuche las siguientes frases, donde alguien decía que "el mundo estaba envenenado por una gran mentira. Que no había libertad porque todo estaba escrito. Que después de esta vida, no había otra porque el mundo se acababa pronto"-- a cual mundo se refiere?

No es un secreto para nadie que por mucho tiempo, el mundo ha estado influenciado por ciertas energías, que lejos de unir a la humanidad, la divide; separándola de su

propia esencia. Existe mucha energía de competencia, la cual, desconecta al humano de su Dios y de sí mismo. Como también, el miedo que está reflejado en la conciencia colectiva actuando sobre cada individuo como anulador de sus acciones, impidiéndole ejecutar pasos importantes que le conducirían a su libertad espiritual. Se ha manipulado a través de miedos y dolor, entre otras, las cuales son manejadas de tal forma para mantener a la humanidad bajo un control total y desviarla de su propia verdad espiritual.

Quitando un poco la venda de los ojos y dejando salir la verdad en nombre del amor, el mundo que se acaba es el mundo de la competencia, el miedo y la ira, sostenedlo con una base frágil, la cual se derrumba ante la energía dorada de amor que estará entrando y sanando al planeta. Al cambiar la energía se desvanece la mentira.

En tus manos está el poder empezar a cambiar tu realidad por una realidad basada en el amor, compasión y una energía hermosa de kínder que serán las bases de la nueva

era. La llave mágica está en nuestros corazones. Abriendo nuestros corazones, liberándonos de prejuicios aprendemos a ver a nuestro vecino como hermano, no como seres extraños de otras galaxias con los cuales no tenemos nada en común. Todos somos iguales, a pesar de nuestros diferentes colores o raza, somos hijos del mismo padre supremo. Todos compartimos un espacio que se nos ha dado a heredar, el cual hemos dividido con fronteras. Ya es hora de eliminar esos límites, los cuales no existen. Solo existen en los mapas demográficos creados y delineados por el hombre. Hemos sido programados a ver fronteras y límites donde no existen. Veamos la verdad; somos libres! Desde el espacio no se ven las fronteras. Estas no existen. Solo existen en los mapas...

Yo recuerdo un comentario de uno de los estudiantes astronauta, Vigman Pattamatta, quien conversando con los astronautas a bordo de la estación internacional espacial en el 2007, entre ellos la astronauta Sunita Williams, les comentaron

algunas de sus extraordinarias experiencias. Lo que más notó el estudiante astrónomo fue el entusiasmo con el cual los astrónomos hablaban acerca del espacio diciendo "El planeta se ve como un maravilloso globo azul sin bordes, ni fronteras. Maravillosamente azul y sereno. En el planeta no se ven fronteras, ni divisiones cuando lo miras desde el espacio". Que extraordinaria expresión!

El planeta es de todos para disfrutar, para compartir.

Amemos a nuestro planeta de la misma forma que ella nos ama. Honrémosla, respetémosla. Seamos generosos con ella como ella ha sido con nosotros. Brindémosle la atención que se merece. Recuerda que todo lo que tú das, se regresa a ti intensificado

## LOS MAYAS

Ah!...Los Mayas..... Que civilización! Cuanta sabiduría! Siendo uno de nuestros antecesores más importantes, nos han dejado una herencia de oro. Unos relatos maravillosamente elaborados que describen posibles acontecimientos para nuestra generación, probablemente, esta antigua civilización entendían su conexión con el planeta y con el universo y en sus mensajes se denota la devoción hacia la naturaleza y el enfasis de conectarse con el Ser Supremo.

Observando los dibujos mayas, ellos relatan una serie de acontecimientos los cuales ocurrirían el 22 de diciembre del año 2012, tendría lugar un cambio de ciclo, entre la noche y la mañana, sariá el comienzo de una nueva era o retorno de la energía de Jesús, la energía de conciencia absoluta.

Estas historietas relatan un cambio de actitud acerca de ver la vida. Señala la fecha del 11 de agosto del año 1999 como el momento en que la humanidad empezaría a

aprender a verse a sí mismo y a cambiar su actitud acerca de la vida. Se empezaría a notar la esencia de las cosas, especialmente de la naturaleza. A apreciar mas la naturaleza o de lo contrario entraría en acción la ley del "causa-efecto", la cual reaccionaria en consecuencia a como ha sido tratada. La naturaleza se enfurecería en contra la humanidad. A partir de este año empezaría a contar 13 años para el giro del tiempo hasta el 22 de diciembre del 2012.

Los Mayas fueron una civilización conocida por ser grandes matemáticos, físicos, tenían conocimientos sofisticados de astronomía, avanzado conocimiento de Arquitectura, excelente constructores. Esta antigua civilización crearon un calendario que a través de la alineación del sol, la luna y la tierra con el universo, discernían información. Por razones aún desconocidas, esta civilización abandono sus ciudades, construidas con avanzados métodos, y desaparecieron de la faz del planeta. Sin embargo, nos dejaron documentados

profecías dibujadas en paredes y murales con mensajes que aun estamos tratando de descifrar. Sus mensajes, los cuales contenían luz de verdad, estuvieron ocultos por muchísimo tiempo y cuando fueron descubiertos, fueron desvirtuados de su verdadero contenido, de su verdad absoluta.

Algunas de sus profecías recuperadas hablan de un cambio inminente. Hacen mención acerca de un rayo sincronizador que visita al planeta cada 25.5 años desde el centro de la galaxia, el cual sincroniza al sol y a todos los planetas atreves de una emanación de energía.

## PROFECIAS MAYAS

La antigua civilización Maya fueron habitantes del planeta, los cuales dejaron un legado de leyendas e historia, cuyos conocimientos fueron grabados sobre piedras y gracias a estos hemos podido recibir parte de sus profecías. Esto demuestra

que eran una civilización con grandes conocimientos científicos, astrológico y de numerología. Utilizaron un calendario basado en un sistema numerológico. Esta civilización utilizó un sistema de cálculos llamado "Cuenta larga" en uno de sus calendarios y tenían exactitud en los cálculos del tiempo.

El el año 530 AC, el filosofo griego Pitágoras dio a conocer una relación entre los planetas y su vibración numérica, la cual la llamo "la música de las esferas" a través de este sistema de numerología descubrió que las palabras tienen un sonido que vibra en consonancia con la frecuencia de los números y esta a su vez contiene una información que es descifrable atreves de este método. Cada letra contiene un valor numérico el cual provee una información acerca de su vibración cósmica y la manera como se co-relacionan unos con otros. La numerología le asigna valores numéricos a las letras del alfabeto, proveyendo enorme información. Información que había sido suprimida por distintas razones y conveniencias personales.

Los relatos Mayas revelan gran contenido matemático aplicado en sus calendarios, a través de los cuales, hicieron sus predicciones. Sus profecías pronostican un cambio en el planeta apartar del 21 de Diciembre del año 2012 a las 11:11. En este caso, si aplicamos numerología y sumamos todos los números de esta fecha, nos encontraríamos con un número muy significante para la numerología.

Permítame explicarle, fecha:  
21-Diciembre-2012:  
21+12+2012: 11

Obviamente. Utilizaron un sistema de Numerología en la que basaron parte de sus profecías, ciencia que le asigna un valor numérico a las letras, el cual provee una información acerca de su vibración cósmica.

La energía del numero11 es una energía sutil. Una energía de despertar a tu verdadero yo. Es una energía de cambio.

Cambio que afecta o influyen masas. Generalmente este número trae consigo un aprendizaje, una enseñanza para la humanidad. Ya

depende de usted, utilizar este mensaje para su propio bien, para su crecimiento espiritual. Esta es una energía de frecuencia elevada, de nacimiento. Originando cambios acelerados. Lo que indica que estas fechas y estos números no fueron hechos al azar, sino por el contrario fueron calculados con mucha precisión.

Ahora bien, revisando un poco más profunda la fecha de Diciembre, 21, 2012 veamos que encontramos:

Desembre 21, 2012:

Mes 12<sup>th</sup>

Día 21<sup>st</sup>

Año 2012: 2+0+1+2= 5

Sumando mes (Dec) + día (21) = 12 + 21 = 33 es un numero maestro

Total= 33 / 5

Fabuloso! El número 33 es un Numero Maestro. No puede ser dividido.

33 es un número que contiene la vibración de la Energía de Cristo.

Y el numero 5 le otorga libertad a la vibración principal, lo que significa en este caso,

La energía Cristica entrando al planeta, para esa fecha, tendría plena y total acción sanadora y capaz de llevar a la humanidad al nivel de evolución que necesita estar en el momento preciso por el bien de ella.

## EL SALON DE LOS ESPEJOS

### PRIMERA PROFECÍA

El relato Maya hace referencia al salón de los espejos y a las erupciones solares; las cuales, producirán unas manchas visibles en la estrella solar, indicando el comienzo del periodo de aprendizaje del humano aquí en el planeta, el proceso de despertar a la energía consiente.. Ésta es la primera profecía de los Mayas, la cual se refiere a que va a llegar el momento donde el hombre se verá obligado a verse a sí mismo con sus virtudes y defectos. Es un llamado a auto revisarse y aceptarse a sí mismo tal como es, en otras palabras, a amarse a sí mismo. Es una nueva oportunidad que los humanos reciben para decidir su nuevo rumbo y su realidad cercana, ejerciendo su libre albedrío de tomar ésta oportunidad que se le brinda para cambiar y dejar atrás los temores, las rabias, la competencia y empezar a actuar en base al amor. Abrir su conciencia a la nueva energía del amor, de la compasión. Señala que en este año del 2012 el planeta se

ubicaría en otra frecuencia y nuestra estrella solar sería el indicador del comienzo hacia este cambio a través de visibles manchas solares que aparecerán en la superficie solar.

Actualmente, los astrónomos han descubierto unas manchas en la superficie del sol de blanca apariencia, que parece indicar la presencia de una polaridad particular, que según los expertos, es el inicio del nuevo ciclo de tormentas solares. La presencia de estas manchas acentuando la actividad solar y la fuerza de las tormentas

Por otra parte, los Mayas se refieren al Salón de los Espejos, señalando el momento de la verdad consigo mismo. El humano será puesto a prueba enfrentándose a sí mismo con sus propias emociones y como resultado deberá escoger el camino para su propio bien espiritual. El hombre se verá obligado a analizar su comportamiento consigo mismo y con su alrededor, su prójimo, su medio ambiente y el planeta en general, de manera que empiecen a cambiar y a ser

consientes de todos sus actos, actuando con compasión y aceptar que tanto el hombre como el resto del planeta son parte de la misma energía y que son reflejo de sus propios actos, escogiendo el camino de la compasión. Eliminando de esta forma el miedo y actuando con más compasión ó de lo contrario tomarán el camino del sobrevivir, del temor, la ira y la destrucción. Básicamente el desenlace del futuro, está determinado por el comportamiento humano en el presente.

#### PROFECÍA de la ACTIVIDAD SOLAR

Los Mayas en este otro relato señalan que el sol desprendería enorme flujos de energía solar, afectando los sistemas establecidos de comunicación, el sistema eléctrico y electrónico. Señalan que éste es un proceso cíclico de la galaxia y ocurre siempre en el mismo período. Es un ciclo indispensable para la galaxia y es fijo, no varía, mantiene su ritmo. Estas ondas enviadas por el sol producirían cataclismos en la tierra,

debilitando la capa de ozono, frecuentes erupciones volcánicas y afectando gravemente los recursos naturales. Indican que este flujo energético influirá en el cerebro humano, balanceando los dos hemisferios del cerebro para estar listos para entrar en la nueva energía cósmica de conciencia. Aconsejan emprender rumbos espirituales, de manera, de no ser afectados negativamente. No es coincidencia que en estos tiempos la gente se ha volcado en la búsqueda de su existencia espiritual, de su propia verdad.

Según los Mayas estos son ciclos que se repiten cada cierto tiempo en el planeta. Los Mayas observaban el tiempo en forma circular y no lineal, indicando que el ciclo del planeta es siempre el mismo cada cierto tiempo. Se repite el ciclo y la manera en que afecta a humano, depende de sus actos en el ciclo anterior. El planeta entra en el proceso natural de renovación. Desprendiéndose de todo aquello que no le sirve en su propósito en ese nuevo ciclo. Esos son los cambios que atraviesa la tierra y los

acontecimientos por los  
atraviesa.

Científicamente, los  
astrónomos actuales, han  
demostrado que cada 5125  
años ocurren cambios en el  
sol, el cual ejerce un  
desplazamiento en su eje de  
rotación que afectan a nuestro  
planeta en cierto grado. Lo  
cual indica que los mayas no  
estaban tan lejos de la  
verdad con sus calculaciones  
de gran exactitud.

#### PROFECÍA del ECLIPSE SOLAR

Según una de las profecías  
Mayas, a partir de un eclipse  
solar se transforma el  
comportamiento humano.  
Producido desorientación en  
algunos humanos; siendo las  
emociones las que rigen este  
ciclo produciendo  
enfrentamientos, odio  
colectivo, guerras y según los  
Mayas, este proceso es  
necesario para la evolución del  
hombre

Según cálculos científicos de  
los expertos actuales, coincide  
con el eclipse solar ocurrido en  
el año 1999. A partir de ese  
evento, todos hemos sido

testigos de todas las guerras y enfrentamiento que han sido provocados por diferentes naciones en el mundo y de todo el odio que se ha desbordado entre las razas.

Actualmente, nuestro planeta está atravesando un ciclo difícil de guerras, odio, competencia por el poder y del que tiene más dinero y posesiones. La humanidad empezó a creer que la felicidad depende del dinero y de las pertencias personales, desviándose del camino espiritual. Pensando que su único proveedor es su trabajo, el gobierno, etc., cuando en realidad nuestro proveedor sagrado lo encontramos en el campo espiritual. Nuestra fuente proveedora es el Padre Supremo.

#### PROFECÍA de las CORRIENTES CÁLIDAS

La presencia de corrientes cálidas en el planeta altera el sistema ecológico, aumentando las temperaturas en el planeta, originándose lluvias torrenciales, sequías, huracanes, provocando un

desequilibrio en el clima mundial.

#### PROFECÍA del SOL

Esta estrella brillante se ve afectada por las erupciones internas que se efectuarán en su sistema alterando su funcionamiento. Debido a esta actividad los niveles de los mares aumentaran produciendo inundaciones que afectaran la geografía del planeta. Mucha tierra firme será cubierta por el agua. Por lo cual muchas naciones tendrán que modificar sus mapas físicos del mundo.

#### PROFECÍA del COMETA

La aparición de un cometa amenaza la extinción de la humanidad en el planeta. Hace que todas las diferentes razas mundiales se unan en la búsqueda de una solución para desviarlo, logrando este, la desaparición de fronteras. Acrecentando la fraternidad y reconociendo y tomando conciencia que el amor y la unión son más fuertes que la división y el odio.

## EL MUNDO DE MIEDOS

Todo lo que pensamos es plasmado en la conciencia colectiva del planeta, por lo tanto, debemos ser más cuidadosos de lo que pensamos porque instantáneamente eso es lo que creamos. Somos capaces consiente e inconscientemente de crear y de cambiar.

Cuando hablamos del camino a la era del 2012, la gente lo relaciona con catástrofe, terremotos, etc. La verdad es que si van a haber cambios, cambios para bien, para precisamente, ayudarte a cambiar tu mentalidad, tu forma de pensar, y enfocar la cosas. Los cambios siempre son buenos, traen buenas nuevas y son dados por alguna razón te transforman para bien, aprendes a ver las cosas desde otro punto de vista. Cada vez que sucede un cambio, la pregunta que debes hacerte es "que puedo aprender de esta situación y cuál es la bendición que me trae este cambio? Si lo enfocas del lado sagrado, ten la seguridad que el cambio para ti será positivo, aunque se está derrumbando el mundo a tu

alrededor. Reconociéndo los cambios sin hacer resistencia a ellos, solo aceptarlos y decir "esta bien, les agradezco la enseñanza que me brindan". Preguntándote a ti mismo "cuál es el regalo o la bendición que ellos me ofrecen" Buscando en que forma te ayudan a evolucionar y dar gracias al creador por este regalo maravilloso. De esta forma les permite que continuen los cambios sin afectar tu espacio.

Debemos convencernos que estamos viviendo un desenlace en varios planos tanto material como energético y espiritual. Las escrituras hablan del Dios dentro de cada uno de nosotros. De abrirnos a la fuerza interior divina que cada uno de nosotros poseemos. Somos uno como parte del todo. Que no estamos solos sino que el universo esta allí, ayudándonos veinticuatro horas al día, todos los días. A medida que elevemos nuestra forma de pensar hacia lo positivo, elevamos nuestra conciencia energética y nos hacemos más capaces de ver a los seres de luz que siempre han estado viviendo aquí en nuestro planeta. Seremos más sensibles a sus energías y

empezaremos a comunicarnos  
frecuentemente con ellos.

Es simplemente el despertar  
espiritual humano, es una  
señal que indica que estamos  
despertando y entonces  
comprendemos y empezamos  
a darnos cuenta que el ego no  
nos ha llevado a nada bueno y  
conscientemente lo empiezas a  
eliminar. Todo esto envuelve  
cambios en lo emocional,  
espiritual y físico demográfico.

Empezamos a entender cómo  
funciona nuestro cuerpo.  
Como empezando por cuidar  
nuestro cuerpo físico es el  
primer paso para este cambio,  
en la forma de alimentarte, de  
darle el cuidado natural a tu  
cuerpo físico; conllevando así  
un cambio mental y empezar a  
ver el ambiente en el que te  
desenvuelves. En cómo este  
influye en tu salud, en tu  
cuerpo, en tu estado emocional  
cambiando así la convulsión  
alrededor tuyo e implantando  
un sistema más natural y  
tranquilo de vida mirando mas  
a tu alrededor, haciendo  
conciencia de la naturaleza que  
te rodea. Empiezas a notar los  
elementos naturales y a  
agradecerles su presencia.  
Empiezas a honorarlos y esto a

su vez conlleva a mirarte a ti mismo interiormente, más allá de lo físico.

Reconócete como un espíritu especial. Búscate a ti mismo dentro de ti, lo bello que eres como ser humano. A admirarte como ser humano, ilumina tu ser interior y a despertar todas tus cualidades internas, a ser un ser bondadoso, compasivo. A ver por tu vecino, por la persona a tu lado. Entiende que tu eres uno, que eres parte del todo y tu vecino también.

A parte de las antiguas profecías Mayas, podemos señalar una de las enseñanzas básicas de Jesús., la cual hace referencia a lo siguiente "solo tienes que ir a la casa de mi padre para encontrar tu verdad" se refiere simplemente a enfocarte en tu interior como un punto de referencia interna. Sintiendo tú presencia interior, tu espíritu. Contemplarlo, reconociendo su presencia en ti. A medida que te enfocas en ella, esta comienza a revelarse por sí misma en forma de un gran sentimiento de amor sublime. Te sientes seguro y protegido.

Cada vez que te conectas con tu presencia interna, sientes la sensación de pertenecer a un todo y encuentras tus propias respuestas, por lo tanto, Te desprendes de la idea de estar solo.

Cuando tú buscas tus respuestas en el mundo físico exterior, fuera de ti, básicamente te desconectas de tu propia verdad, porque estas buscándola a través de tus experiencias pasadas, las cuales seguramente están cargadas de miedos, producto del pasado, y de muchas otras energías que te limitan como espíritu. Abriendo una brecha separándote del Ser Supremo, de Ti Mismo, porque Tu y el Ser Supremo son UNO

A nosotros se nos fue dado "libertad de voluntad". Tenemos libertad de actuar, de escoger que pensar y como actuar. Generalmente son las emociones las que te impulsan a actuar. Dependiendo del tipo de emoción que estas sintiendo en un momento determinado, se reflejan en tus acciones. Estas emociones pueden ser positivas o negativas. Las emociones negativas están cargas de miedos, rabias,

dolor, culpas, de juzgarte duramente a ti mismo y a los demás, etc. y cuando tienes pensamientos negativos, automáticamente te estás separando de ti mismo, de tu esencia, del "todo", del "UNO". Cuando en realidad somos UNO y uno somos TODOS. Somos parte de esta "gran energía"

Simplemente mantente alerta y cada momento que te encuentres pensando negativamente hacia ti mismo, juzgándote a ti mismo, inmediatamente enfócate en tu presencia interna, siente ese amor que emana de tu interior, su perfección, permítele que emerger, re-vivir, y veras que todos esos pensamientos se desaparecerán, porque lo negativo no puede existir en la presencia de su luz.

Los pensamientos negativos provienen de sentimientos de separación, de pensar y verte a ti mismo separado del resto del mundo. Todo en este mundo está inter-conectado. Nada existe "solo". La naturaleza, los animales, los humanos, están conectados entre sí.

En el momento que tu entiendas que eres un espíritu viviendo en un cuerpo físico y no un cuerpo físico que tiene un espíritu, tu "momentum" comienza en una realidad nueva. Empiezas a crear desde adentro como espíritu proyectándolo en el mundo físico. Con la práctica se va haciendo más fácil.

## COMPETENCIA

Competencia es un ejemplo claro de separación. Mantiene a los humanos divididos. Encarcelándolos en su propia cajita de orgullos y egoísmo.

La competencia cierra los caminos a la libertad espiritual. Obstruyéndote tu visión a las posibilidades infinitas. Limitándote todas las oportunidades invisibles provenientes de tu espíritu. Cuando te limitas a lo físico, tu estas afirmándote a ti mismo que la fuente que te provee es limitada. Es puramente física. Estas afirmándote que "no hay suficiente para todos", por lo que empiezas la carrera para llegar primero, para buscar lo que "quieres" antes de que se acabe, te sientes obligado a competir y a pelear para obtener las cosas que quieres.

El problema es que cuando compites, inmediatamente atraes obstáculos hacia ti mismo. Atraes ciertas circunstancias y gentes obstaculizando tus metas y compitiendo en contra tuya.

Vuelvo y repito; nosotros todos somos UNO, y estamos TODOS conectados entre sí. Somos partes de esta Gran Energía.

Cuando tu compites, tu estas compitiendo en contra de ti mismo. La energía que tu proyectas afuera, al mundo, sea este en forma de pensamientos o en forma de actuar, regresa a ti. Esto funciona como un círculo energético. Tiene un mismo punto de partida y de regreso. Por ejemplo: tu envías pensamientos de amor al mundo físico y energía de amor regresa a ti, en alguna forma. Tú envías compasión y recibirás compasión en algún momento apropiado. Tu envías pensamientos de miedos y te encontrarás envuelto en situaciones basadas en miedo. Lo que envías al mundo físico se te devuelve.

El mundo es como un espejo en el cual te reflejas con tus cualidades y defectos. Una vez que te das cuenta de esto puedes empezar a sustituir tu punto de enfoque a un nivel de compasión. Por ejemplo, si tú observas a una persona, busca en ella lo bueno, lo positivo, sus cualidades y no sus

defectos. Viendo con los ojos del corazón, haciendo que estas mismas despierten y se realcen en ti nuevamente. Si haces de esto un hábito, despiertas en ti este sentimiento de compasión, abriendo tu corazón, actuando con el corazón; por ende, anulando las emociones negativas de rabias, miedos, culpas, juzgando, etc., las cuales te separan de tu esencia, de Dios, manteniéndote aislado y desconectado.

Una de las formas más rápida e instantánea de "ver" y "sentir" este espacio, el cual eres tú, es notando tu respiración. Cada vez que respires, nótalo, mientras más frecuentes lo hagas, más familiar y fácil se te hace.

Tienes que cambiar esos patrones viejos de competencia que ya no funcionan. Actúa como espíritu y no como cuerpo físico solamente. Permítete a ti mismo libertad y que tus sueños más intensos te guíen.

Entiende que el Universo, el Ser Supremo, Inteligencia Infinita, Dios, o como lo llames, es la fuente

proveedora de todo. No es otra gente la que te está dando las cosas. Ellos actúan como medio de transporte para hacerte llegar lo que deseas, es que La Fuente Creadora te ha proveído a través de ellos o de circunstancias.

Recuerda que lo que deseas vendrá a ti estando en armonía con la Fuente Proveedora Universal.

Como entras en armonía con esa Energía Universal?

Bueno, todos somos energía y todo alrededor de nosotros es energía. Todos estamos conectados entre sí y todos nosotros somos parte de este Gran Campo de Energía, el Ser Supremo, la Fuente Creadora, o como lo quieras llamar, pero Todos somos Uno.

Nosotros, como energía que somos, creamos apartir de adentro de nosotros mismo y lo reflejamos al mundo físico.

Al comprender el flujo y reflujo, el causa – efecto. Lo que das a tu vecino eso recibes de regreso. Empiezas a comprender a entender la simpleza de una de las reglas que rige este planeta “causa-

efecto" "polo positivo (+) - polo negativo (-)". Que la vida es un río y nosotros estamos en él. Que es nuestra actitud y nuestra decisión hacer que la corriente de ese río sea suave y armoniosa. Una vez que lo entendemos, es simple. Nosotros somos los que creamos nuestros destinos, nuestros día a día con nuestros pensamientos.

Tus pensamientos dibujan el canvas de tu día a día, de tu vida. Solo decide qué y cómo quieras vivir tu vida y dibújala con tus pensamientos, créalos con tus pensamientos. Los pensamientos son energía y están cargados de emociones, sean estas positivas o negativas.

De todas maneras quieras o no tu estas creando tu vida atreves de tus pensamientos. Entonces, si piensas negativamente, tu día va a ser negativo, las cosas no te salen bien. Entonces si vas a gastar la misma energía creando pensamientos negativos, pues, presta atención, tomate el tiempo y piensa positivo.

Existen emociones positivas y negativas. Las emociones nos fueron dadas como regalos

para guiarnos. Ellas son como medidores que te permiten saber que estas pensando en un momento determinado y en qué tipo de frecuencia te encuentras en ese momento, que tipo de emociones estas experimentando, que estas sintiendo, te sientes enojado, triste, o estas frustrado?

Debes estar alerta a no dejarte llevar por el ego. Que este no domine tus pensamientos. Aprender a descifrar cuando es el ego actuando o no. Debes estar alerta a la conciencia detrás de tus pensamientos y de todas las imágenes que pasen por tu cabeza. Ese espacio sagrado que existe detrás de ellos, eres Tú, es tu esencia, es el verdadero tu, tu espíritu.

Una de las formas más rápida e instantánea de "ver" y "sentir" este espacio, el cual eres tú, es notando tu respiración. Cada vez que respires, nótalo, mientras más frecuentes lo hagas, mas familiar y fácil se te hace.

## EMOCIONES

Umm... las emociones son un regalo divino del creador para mantenernos alerta en nuestro paso espiritual. Las emociones son como un termómetro indicándote donde te encuentras en un momento determinado. Si por ejemplo, este termómetro te está indicando "miedos", detén inmediatamente todo lo que estás haciendo, siéntate, medita dejando ir todo el miedo que está invadiendo "tu espacio", tus pensamientos en ese momento y toma tu tiempo. Es por tu propio bien. De lo contrario, serán estas emociones las que te estarán guiando en tus decisiones y actuaciones por un camino distinto a tu camino verdadero. Este es un camino paralelo a tu verdad y si no estás alerta a esto, será ese el que te lleva y te desvía, a cada momento. Por lo tanto, abre tu ojos, bien abiertos, date la oportunidad de ejercer tu derecho innato de libre albedrío, con el cual todos nacemos en este planeta, escoge y decide la dirección que quieras tomar y ten la determinación de mantenerte en ella.

Existen innumerables herramientas simples que podemos aprender para liberarnos de estas emociones que no queremos más. Todo en la creación es energía. Nosotros somos parte de esa creación, de Dios; las emociones no se escapan de ello, también son energías.

Estas emociones son energías. Experimentamos emociones que levantan nuestra vibración, como el entusiasmo, y la alegría. Estas emociones nos iluminan nuestras vidas, aligerando nuestras tareas diarias, facilitando y abriendo oportunidades. Por ejemplo, si sales a buscar trabajo con cierto temor e indecisión, las puertas de oportunidades que se te abrirán serán solo a medias, serán limitadas, pero ninguna se abrirá completamente o pueda que no se te abra ninguna.

Por el contrario, si vas a buscar trabajo y vas bien entusiasmado, con muchas esperanzas, muy alegre, ten la seguridad que muchas puertas se te abrirán y muy buenas ofertas se te presentaran. La diferencia es que subes tu frecuencia energética con estas

emociones y conectas con tu propia esencia, tu yo verdadero. Escogiste caminar sobre el camino de tu verdad, por lo tanto, las cosas se te facilitaron. Es tan simple como eso, saber cuáles emociones dejar que guíen tu camino.

Entusiasmo es una de las energías que te mantiene en contacto directo con tu Yo Superior y con Dios. Recuerdan las historias que se cuentan acerca de Jesús, que se rodeaba de niños y parecía uno más, otro niño; pues, simplemente, porque esta es la energía milagrosa que nos conecta instantáneamente con el cielo.

Aprendamos a ser niños otra vez, a reírnos, a jugar, a sentirnos libres de los prejuicios y patrones aprendidos. Nuestros antecesores nos han legado a heredar ciertos patrones culturales; los cuales han sido parte de nuestras familias y han pasado de generación en generación, pero no nos corresponde a nosotros seguir cargando con ellas. Es nuestra decisión, continuar siguiendo estos patrones culturales, o darnos permiso para dejarlas ir

con nuestros antecesores. Aceptar los cambios que cada era nos proporciona. Dejar ir lo “viejo”, lo que ya no nos sirve en nuestro propósito. Darnos el permiso de evolucionar en todos los sentidos.

## GRATITUD

Estando en una relación de pareja enfrentando una situación económica, en la cual no tienen suficiente dinero, probablemente estarás sufriendo y con mucha rabia contenida. No te preocupes, acepta que no tienes dinero y permítete a ti mismo dejar ir toda resistencia acerca del asunto y todo estará bien.

Al hacer conocimiento de causa y empezar a estar agradecido por lo que ya tienes, instantáneamente, empiezas a abrir puertas para atraer más de "eso" de lo que estas agradecido. Esta gratitud crece y se expande sobre todas las áreas de tu vida. Abriendo posibilidades donde antes no las había, o no las veías. Entonces, esta compasión y este amor empiezan a despertarse en ti, cambiando tu espacio totalmente.

Yo diría que la GRATITUD es una de las "Llaves Divinas" para estar en flujo con "La Fuente Divina"

## TRANSPARENCIA DIVINA

Los Hawaianos tienen la creencia que cuando un bebe nace es como una bola brillante de luz hermosa. Esa es "su energía", su energía pura, transparente. Yo recuerdo una legenda Hawaiana que hace referencia a la pureza de los niños. La primera vez que la escuche fue a través de mi mentora Rev. Lisa French en mi clase de meditación, quedé tan impresionada por la simpleza y al mismo tiempo la profundidad de la historia, que yo hago referencia a ella cada vez que puedo, porque describe claramente que a medida que el bebé está creciendo, todas las personas a su alrededor, especialmente con las que el bebé convive a diario como padres, abuelos, maestros, parientes y amigos, empiezan a invadir el espacio del niño con sus propios temores, sus deseos y esperanzas. Esperando que el niño sea un doctor, o un abogado, enfermero, o maestro, influyendo con sus deseos en los deseos propios del niño, confundiéndolo, hasta

llegar al punto, que el niño ya no sabe reconocer si el deseo de ser doctor o maestro es de él ó de su padre. Lo difícil le es identificar su propio deseo porque ya está cargado de la energía de las personas e individuos que lo rodean, de toda esa energía extraña al él, que invade su bola de luz, haciéndola eventualmente, perder parte de su brillantez.

Entonces, el trabajo de las abuelas Hawaianas, las cuales ellos llaman "tutu", es vigilar la bola de luz del bebé y mantenerla alejada de la energía de las otras personas. Las Tutus conducen una ceremonia en el mar. Introducen al bebé al mar con la intención que cada vez que lo bañan en él, el agua del mar está limpiando toda energía que no le pertenece al bebé y devolverle brillantez a su bola de luz, su transparencia espiritual. Recuperando nuevamente toda su brillantes y su energía original.

Haciendo algo tan sencillo y simple, demuestra la sabiduría de las abuelas hawaianas, preservando la energía divina con la cual nacemos. Esta es una bella enseñanza.

De esta manera o cualquier otra manera que utilicemos para mantener nuestra divinidad absoluta, vale. Como quien dice, existen diferentes caminos que te llevan al hogar.

Ya es hora de que tomemos las riendas de nuestro propio camino y decidamos querer recuperar el brillo y la claridad de nuestro ser, la cual habíamos perdido. Todos somos capaces, con nuestra intención, de encontrar nuestro propio mundo interior. Re-encontrarnos con nuestro niño/a interior que por tanto tiempo hemos ignorado y desatendido. Experimentando todas esas sensaciones y emociones que solíamos sentir cuando niños, aquella inocencia, aquella curiosidad para descubrir y explorar, aquella libertad de crear nuestros propios mundos. Unas veces éramos piratas, otras veces vaqueros, o princesas, o indios, exploradores, a veces éramos cualquier tipo de animales. Recobrar esa creatividad ilimitada que poseíamos en nuestra infancia. Una vez que entremos en contacto con este entusiasmo, estaremos conectando con

nuestra fuente creadora, con el amor.

Para sentirnos nuevamente como un niño se requiere que nos liberemos de seriedad, preocupaciones, miedos, tristezas, iras, dolor y tensión, lo cual lo podemos conseguir con ejercicios de meditación, al recuperar nuestra inocencia volvemos a ser unos niños otra vez y Entonces, estaríamos dando comienzo al jardín de la infancia con las características de curiosidad y del entusiasmo de un niño, que son elementos esenciales para CREAR. Capaces de crear nuestra propia realidad en armonía con el amor y la energía divina del Creador. Siendo el principio de un Nuevo Amanecer. Un Nuevo Despertar.

Jesús en sus enseñanzas decía que el que no recibiera al reino de Dios como un niño lo haría, ciertamente no entraría en el. En el Góspel de Mateos, Jesús hace hincapiés a lo siguiente: "si Uds. no cambian sus corazones y no se convierten en niños, Uds. no entraran en el reino del cielo".

Te recuerdas cuando eras pequeño, cuando fuiste al kínder que todo era juego,

dibujabas, coloreabas, creabas tus propios juego, con héroes y heroínas, mundos imaginarios; nada era en serio. Y ese es exactamente el punto a que se refiere esta parábola de Jesús. Mantente en ese estado de entusiasmo de kínder, creativo, disfrutando con la energía de un niño y estarás en Dios y Dios estará en ti. Abre tu corazón espontáneamente y confía

## AMOR

AMOR!! Amor es la energía más sublime que existe. Amor tiene diferentes facetas de acuerdo a como tú lo mires. Existe el amor de familia, el amor de pareja, el amor de padres, el amor de hijo, el amor a Dios, amor universal, amor divino.

Todas estas facetas aparentemente son diferentes, pero todas son generadas por el mismo amor divino. Hay muchas formas de ver el amor, No existe correcto o incorrecto, el amor simplemente existe como esencia, Lo que varia es la forma de expresarlo y es

netamente original de cada individuo.

El amor puro en su esencia lo cura y lo transforma todo. Es una energía que amplifica las cualidades existentes, las realza y por consecuencia al reflejarlas en el mundo que te desenvuelves, imantas todo alrededor tuyo con esta energía, influyendo en forma positiva en las personas, las situaciones, y todo lo que se esté desenvolviendo en el momento, originando lo mejor de cada uno de estos.

Al vibrar en amor divino estas vibrando en tu Dios. Existe un pensamiento anónimo que dice lo siguiente:  
"Tenemos que convertirnos en luz, como Dios, para percibir a Dios"

Lo mismo funciona para el Amor: "Tienes que convertirte en amor, para percibir amor"

Amor es una de las vibraciones más alta. Es un sentimiento extraordinario. Generalmente, tú te criticas ti mismo, juzgándote duramente, no amándote completamente.

En el momento que no te amas a ti mismo, te separas de Dios

y de ti mismo, esta separación ocurre en todos los niveles afectando probablemente tu salud, tus relaciones con otras personas, y hasta tu área financiera, huh!, probablemente alejándote de todo lo que deseas.

Amor es la fuerza creadora más poderosas de todas. Es importante experimentar y transmitir el sentimiento de amor para crear salud, dinero, la relación perfecta, trabajo.

El dilema es, que para transmitir esta frecuencia de amor, tú tienes que amarte a ti mismo primero y muchas veces, aquí es donde existe el problema. Primero, tener la fuerza de reconocerlo y segundo de aceptarlo. Generalmente, la gente niega no amarse y no se dan cuenta que mientras están en el estado de negación, se están "negando" la oportunidad de integrarse en el todo a través de su corazón.

El amarte o no, está condicionado por tus experiencias vividas en el pasado y esto es producto del ego para hacerte sentir culpable o en sufrimiento, etc. Entonces probablemente lo

que ves en ti mismo es reflejo de tus pensamientos en el pasado. Los cuales son solo recuerdos que no tienen ningún poder en tu presente y una vez que comprendas que estas son solo imágenes de recuerdos, estos pierde su fuerza en ti y se desvanecen. Entonces, permítete amarte a ti mismo. Ayúdate a ti mismo dejando ir toda esa energía que no te permite amarte.

A continuación ofrezco una meditación para amarte:

Esta es una meditación completamente diferente a lo que hayas escuchado antes. Deja ir toda seriedad y permítete a ti mismo sentirte como niño, permítete reírte y hasta hacer "tonterías" como imitar sonidos o suspirar en voz alta. Simplemente permítete ser tu mismo. Sin tarjetas de presentación, sin títulos, sin roles, sé tú mismo.

## MEDITACION PARA AMARTE

Yo te recomiendo que grabes esta meditación con tu propia voz y encuentres un lugar en el que puedas estar tranquilo y escuches la meditación

En esta meditación estoy utilizando la técnica del Dr. Lewis Bostwick, introduciendo una herramienta nueva para muchos que lo llamaremos cordón de descarga , la cual sirve de vehículo para descargar toda energía que no resuena contigo, con tu espíritu; como miedos, dolor, culpas, etc..

Este cordón le transmite seguridad a tu cuerpo físico y lo hace sentir conectado

Alrededor de tu cuerpo físico, tienes un campo de energía magnética que rodea al cuerpo, el cual llamamos aura.

Ahora, en tu cuerpo están presentes unos centros de energía que te permiten conectarte con la madre tierra y con la Energía Divina, los cuales llamamos chakras.

En la espalda, en la base de la espina dorsal, tenemos nuestro primer centro energético o chakra, a través de la cual nos conectamos con nuestra Madre Tierra. Ahora vas a usar tu imaginación para crear la conexión- la cual llamamos cordón de descarga.

Entonces, cierra los ojos  
Relájate  
Respira  
Respira profundo  
Respira, una vez más; esta vez suspira....ah....  
Pon tu atención en el centro de tu cabeza  
Ahora usando tu imaginación, vas a crear tu conexión con el planeta  
OK! Imagina el tallo de un árbol gigante, o una línea de energía, o un tubo de colores, o un creyón gigante, o un arco iris, o cualquier cosa que tu quieras.... tu eres un creador...y eso que tu acabas de crear es un "cordón de desecho"

Imagina conectando el cordón de descarga, que acabas de crear, a la base de tu espina dorsal (1ra chakra) y déjalo ir al centro del planeta. Velo como pasa a través de tierra, rocas, agua, más rocas, hasta

que llega al centro del  
planeta..... Y  
, sujétalo a ella. No esfuerzo.  
Solo con tu intención

Relájate  
Respira  
Este cordón de descarga que  
acabas de crear, sirve de  
vehículo para desechar toda  
aquella energía que no sea  
tuya. Solo con tu intención  
No tienes que hacer  
absolutamente nada. Solo deja  
que el cordón de descarga  
haga su trabajo, el cual es  
desechar.

Vamos a disfrutar esta  
meditación, a divertirnos un  
poco, mientras meditamos,  
desechando, dejando ir. –  
podrías imaginarte piedritas  
bajando mientras desechas.

Respira profundo  
Deja ir seriedad -imagina  
piedritas bajando a través del  
cordón de descarga y estas  
piedritas representan seriedad.  
....- déjalas ir, solo con tu  
intención. No esfuerzo.  
- siente entusiasmo....  
respira.... relájate.....  
Permitete a ti mismo estar en  
energía de kínder.....

Respira..... relájate..... deja  
ir toda esa seriedad..... solo  
con tu intención.....

Deja ir toda expectativa.....  
permítete a ti mismo estar  
aquí, en este momento

date permiso a ti mismo para  
estar aquí..... A recibir esta  
meditación..... Permítete a ser  
un estudiante  
Relájate..... Suspira! (ah! )  
deja ir...  
Permitete dejar ir toda energía  
de "ocupado"....  
Toda energía que dice..... que  
tienes que estar en otro sitio o  
estar haciendo otra cosa.....  
Deja ir todo eso....  
Respira.....  
Deja ir rabias. Iras.....  
Deja ir toda energía que dice  
que tienes que estar bravo,  
enojado,  
Déjala ir.....  
Deja ir todas aquellas personas  
con las que te has disgustado  
antes,  
Deja ir aquellas personas con  
las que todavía estés  
disgustado.....déjalas  
ir.....  
Imagínate todas esas piedritas,  
representando esas personas,

bajando a través del cordón de descarga.

Respira.....

Deja ir.....

Relájate.....

Detrás de toda esa ira y es disgusto, estas dejando salir ese dolor que se ha escondido detrás de esa ira

Déjala ir.....

Deja ir todo ese dolor escondido..... déjalo ir.....

Deja ir.....

Respira.....

Respira profundo..... suspira.....

Deja ir toda energía que dice que tú no vales lo suficiente..... Que tú no mereces ser amado..... Acéptate tal como eres..... Eres un ser hermoso..... parte de Dios.... Hijo de Dios.....

Respira.....

Simplemente deja ir, no esfuerzo.....

Deja ir

Deja ir toda energía aquella energía que dice que tienes que ganarte el amor.....

Respira....

Deja ir toda competencia  
Toda energía que dice que  
tienes que competir por el  
amor de tus padres..... para  
ganarte el amor de tus  
padres.....

Deja ir todo aquello que dice  
que tienes que competir para  
ganarte el amor de tu  
pareja.....

Deja ir toda  
competencia.....

Competencia es una energía  
que te separa de tu esencia,  
de tu Dios.

Imagina un sol dorado gigante  
arriba de tu cabeza y que ese  
sol se está llenando de tu  
hermosa esencia.

Cuando este sol este lleno y  
brillante, imagínate que se  
derrite sobre ti y esa energía  
dorada te está llenando tu  
cabeza, tu cuello, todo tu  
torso, tus caderas, tus piernas,  
tus pies. Visualiza tus  
pestañas doradas, llenas de la  
energía dorada del sol y de tu  
magnifica esencia. Imagínala  
expandiéndose hacia el campo  
magnético que rodea tu cuerpo  
físico, la cual es tu aura

Permite que tu esencia llene  
esos espacios vacíos en tu  
cuerpo.

Déjala que fluya  
desvaneciendo toda mentira.  
Que llene tus órganos; nota  
como esta llena tus órganos  
creadores, déjala que llene tu  
corazón....  
Estando en tu corazón permite  
sentir tu presencia. Reconoce  
tu presencia. Nota que estas  
sintiendo.  
Respira profundo.  
Llénate de tu propia presencia.  
Siente la presencia Divina de  
Dios.  
Respira.  
Nota que estas sintiendo.  
Ves algún color?

O te da alguna sensación  
diferente?  
Siente su amor incondicional.  
Permítete a ti mismo llenarte  
de ese amor.  
Enfócate en tu cuerpo  
y nota si siente alguna  
contracción o si estas tenso en  
alguna parte de tu cuerpo.  
Llénala de esta energía de  
Dios.

Deja que la energía de amor  
fluya libremente a través de ti,  
llenando tu cabeza, tu cerebro,  
tus ojos, tu nariz, tu boca, tu  
cuello, déjala

correr hacia tu torso, bañando  
tus caderas, hasta llegar a tus  
piernas y tus pies.

Visualiza como la energía de  
amor llena todos tus órganos  
internos, tu sangre, tus  
células. Siente el amor  
grabado hasta en los mas  
minúsculos átomos de tu ser.  
"déjate ser" "déjate ser amor"  
tú eres parte de Dios, por lo  
tanto, tu eres amor

## ADN

Nuestro ADN contiene memorias que se activan a través de nuestros sentimientos y que ahora están siendo estudiados como códigos

El ADN son las huellas genéticas que contienen los códigos de nuestra creación. Ellos encierran información importantísima de nuestro origen, lo que hemos hecho en el pasado, y lo que estamos haciendo en el presente, en realidad son memorias que se manifiestan y expresan a través de acciones y se activan por nuestros sentimientos.

Ya se ha llegado a demostrar científicamente que nuestros sentimientos producen ciertas frecuencias energéticas que afectan en forma positiva o negativa el ambiente que nos rodea y aun mas importante nuestro ADN. Que sentimientos de amor, gratitud y apreciación producen un cierto estado de bienestar interno modificando nuestro comportamiento. Este tipo de sentimientos contienen un nivel de energía positiva

que afecta positivamente nuestro ADN.

Amor es la energía más sublime que se puede experimentar, que abre el corazón, y conecta con la energía divina, disolviendo cualquier sentimiento negativo que se pueda estar experimentando en un momento dado. Si lo pensamos bien, el amor es el regalo divino que Dios nos ha otorgado a la especie humana para que nos guie en nuestro camino y sobre la cual deberíamos basar todos nuestros actos.

Todos somos diferentes porque tenemos nuestra propia huella digital contenida en nuestro ADN que nos identifica como únicos, manifestando los distintos niveles de las energías, que hemos experimentado en el pasado y el presente, como el amor, la compasión, la verdad, la bondad, tanto como los niveles de energía negativos, como odio, la mentira, la desconfianza. Estas energías son responsables de nuestras acciones, ellas se convierten como patrones de emociones creadas por experiencias pasadas y se almacenan en

nuestro ADN y luego se expresan de una manera específica en un momento determinado a través de comportamiento. Ahora que entendemos que nuestras acciones son desencadenadas por nuestros sentimientos, cada individuo debería conscientemente buscar su equilibrio interno activando sus cualidades positivas internas que lo conduzca a crear una armonía colectiva.

Esto básica y simplemente significa que nosotros mismos somos capaces de cambiar la configuración de nuestro ADN a través de nuestros sentimientos; por lo cual, es necesario desechar todos aquellos sentimientos negativos que mantenemos como 'Presos' en nuestros corazones. Liberar los miedos e iras acumuladas del pasado, a través de meditaciones y/o actividades de relajación, tales como el yoga, u otra actividad que te haga evolucionar espiritualmente.

Tenemos en nuestras manos el privilegio y la oportunidad de oro para transformar y crear un nuevo ADN. Nuestro futuro

y el futuro de las próximas generaciones dependen de nosotros. El amor más que experimentar y expresarse, la oportunidad más que tenemos que crear un resultado positivo en todos los niveles.

En nuestras manos está la transformación y creación de un nuevo ADN, en bandeja de plata y de esto, depende nuestro futuro y el de las próximas generaciones

## ACCEPTANDOTE

Nuestros Padres universales nos han creado igual a su semejanza. Somos hijos de los mismos padres y por el hecho de ser descendientes de un padre de amor omnipotente y omnisciente hemos heredado cualidades que nos hacen diferentes. Contamos con un sistema perfecto a través del cual corren energías femenina y masculina regalándonos un balance perfecto. Nuestro cuerpo físico, cuyas células han sido creadas con energía de amor, nos sirve de base para ubicarnos como espíritu en este planeta. Entonces porque no aceptamos nuestra belleza?

Empieza a mirarte en forma diferente. No mires mas tus defectos, ni tus imperfecciones, ya has perdido bastante tiempo haciéndolo. Ya es hora de cambiar tu foco de observación resaltando tus puntos positivos, aunque tu creas que estos son muy pocos. Al momento de notar el más simple de ellos, empezaras a notar otros que antes habían sido desapercibidos para ti. Mientras más frecuente lo

hagas, haces un hábito de ello.  
Date permiso a ti mismo para  
admirarte como un ser  
hermoso que eres. Acéptate tal  
como eres. No te juzgues a ti  
mismo. Solo permítete ser.  
Cada minuto que pasa el  
Padre/Madre Supremo te  
regala un milagro, el milagro  
de existir de respirar, de  
evolucionar a través de  
experiencias, no vale la pena  
perder ni un minuto de tu vida  
criticándote o quejándote.  
Disfruta cada minuto tu vida  
reconociendo tu magnificencia,  
eres una bendición del Creador

# MILAGROS

Yo tome mis clases de clarividencia en Hawái. Luego, después de algún tiempo me mudé a Florida. Después de 2 años decidí continuar mis estudios de Maestra y Liderazgo Espiritual, al mismo tiempo para titularme como Reverenda. Tenía las ganas y el deseo, pero no sabía cómo realmente empezar. Todos los días le pedía al Padre Supremo que me ayudara. Que si ese era mi camino, que me lo facilitara. Yo continué pidiéndole al creador, desde lo más adentro de mi corazón que me ayudara a continuar. Yo sentía una fuerza interna que me conectaba directamente al Padre Supremo. Le pedía con todas las fuerzas de mi corazón y lo puse en sus manos.

A raíz de la visita de una de mis cuñadas y tras una larga conversación, nuevas ideas aparecieron y en un instante el panorama había cambiado, había encontrado una solución para hacer realidad mi deseo

grande de continuar con mis estudios para Reverenda. Allí, en ese preciso momento estaba ocurriendo el milagro, un maravilloso milagro. Yo estoy tan agradecida a Dios por ese milagro que me concedió; nada es casualidad en esta vida.

Este es obviamente un ejemplo de un milagro. Pero, la vida está llena de milagros. Cada segundo ocurre un milagro. El milagro de la creación, el milagro de la vida. El tiempo es un milagro, el respirar, el caminar, el amanecer, la puesta del sol, las experiencias son un milagro. Cada milagro está lleno de magia. Chispitas de magia están ocurriendo constantemente en nuestras vidas, mientras más conscientes de ellos estamos, más nos ocurren.

Viendo la vida desde el punto de vista de ser un milagro, somos más capaces de disfrutarla, de vivirla plenamente, con alegría, muchísimo entusiasmo por la vida y lo más importante, esperando siempre un milagro. Nuestra vida es como un pergamo sobre la cual vamos escribiendo, a medida que avanzamos en ella.

Simplemente es decisión nuestra cada diminuto paso que damos, cada rumbo que tomamos. Nosotros siempre tenemos el poder de escoger lo que queremos y cuando abrimos nuestro corazón a esta maravillosa inteligencia divina, contamos con el apoyo incondicional de ésta fuerza creadora universal y entonces, milagros ocurren.

Dejando ir odios, resentimientos, medios, criticismo, sentimientos de culpabilidad, de nuestras vidas. Limpiando nuestra vida de toda emoción que no queremos tener, ni sentir más nunca. Limpiándola de todo aquellos parámetros, hábitos viejos que ya no te funcionan, que no sirven a tu paso espiritual, lo detienen, o lo interrumpe. Permítete a ti mismo a vivir en libertad, libre de emociones y sentimientos que ya no quieras. Ábrete a la libertad espiritual. A ser mismo. Permítete brillar con libertad, sin prejuicios, sin críticas, sin culpabilidad, sin resentimientos. Los milagros provienen de la fuente de energía divina y todos nosotros tenemos

contacto con esta inteligencia universal en todo momento. Ocurren en una forma muy natural, transcendiendo los límites físicos. Es como magia. No existe espacio ni tiempo. Al momento de orar, de hacer un pedido, desde tu corazón, al Creador, no lo enfoques con un tiempo determinado, porque estas limitando el poder divino de la fuerza creadora. Permite que la fuerza interna de tu corazón trabaje por ti, "apártate de la vía" otórgale libertad de actuar. No te preocunes de cuándo o como va a ocurrir. Déjala en manos del Creador.

Generalmente, pensamos equivocadamente, que los milagros son parte de la religión, o de una entidad religiosa y que para recibir uno, tenemos que ser parte de una de ellas, porque de lo contrario, no seríamos merecedores de recibir un milagro.

Lo maravilloso de esta energía, que es libre de prejuicios, de ataduras del mundo físico. Trasciende los límites del mundo físico. Todos tenemos derechos iguales de ser parte de este ciclo divino, que es

parte de la vida, y recibir tantos milagros, como queramos o como pidamos. Lo único que debemos hacer es abrirnos a recibirlos. La energía de Dios es parte de cada uno de nosotros, existe en nosotros, somos parte de Dios. La energía de los milagros es energía divina, proveniente de Dios, es parte de Dios; por lo tanto, Esta energía milagrosa es parte de cada uno de nosotros, al igual que la energía de Dios es parte nuestra.

## El Alimento del Alma

Somos Niños Cómicos

El universo está lleno de inmensas cosas mágicas. . . . Solo está esperando que abramos nuestro innato sentido de humor, encendiendo esa chispa interna de inocencia, de diversión que teníamos cuando éramos niños, que aún tenemos, pero la hemos escondido profundamente dentro de nosotros. Eso es todo lo que te pide, tan simple como eso, ser un niño otra vez. Esa es la llave mágica que abre las puertas de nuestro mundo interior.

Despertando nuestro niño interno, desempolvándolo y sacándolo de donde lo teníamos escondido, mostrándolo libremente estamos mostrando nuestro genuino yo.

Para uno convertirse en un niño nuevamente, es preciso que uno se desprenda de ciertas energías como miedos, seriedad, preocupaciones, estrés e iras, que son energías que ya no nos

funcionan, que ya no resuenan con nosotros y que podemos dejar ir usando herramientas como meditación u otro tipo de técnica de relajación corporal / mental.

Como ya habíamos dicho anteriormente, a medida que el niño va creciendo, va recogiendo piedritas a lo largo de su camino hasta el punto de que su aura cambia su energía original. Una de las formas de deshacerse de ellas es a través de la práctica de meditaciones de conexión y desecho y mientras más frecuentes sean estas, mas rápido se recupera la brillantez perdida.

Una vez que recuperamos nuestro entusiasmo de niño, empezamos a re-crear de nuevo nuestro mundo interno, re-descubriendo así, nuestra inocencia infantil y recuperando el sentimiento de alegría de sentirnos niños otra vez. Recordando la curiosidad y el entusiasmo que nos

caracterizaban en el kínder, alimentando nuestra alma con inocencia, entusiasmo y sabiduría natural de la infancia, los cuales son elementos esenciales para co-crear con el Creador Supremo. Siendo capaces de crear nuestra propia realidad en armonía con el Amor Divino y sería el comienzo de un nuevo mundo en el cual nuestros sueños se harían realidad.

Cuando despertamos nuestro niño cósmico, empezamos a actuar como tales; abrimos de par en par nuestros corazones, jugamos, reímos, disfrutamos totalmente con plena pasión y con la confianza absoluta de que estamos apoyados cien por ciento por nuestro Padre Creador y teniendo la certeza de que somos seres capaces de crear nuestro propio universo sin esfuerzo y disfrutar del manifiesto de nuestra creación. Esto es lo que llamamos el proceso de visualización. Conocido como pensar,

visualizar, creer y esperar hasta que se manifieste.

Un pequeño cuando quiere algo, él lo obtiene porque él tiene esa certeza que vendrá a él y simplemente lo pone en manos de la Fuente Creadora de Dios. El pequeño todavía no conoce los medios, ni límites, por lo tanto, su bola de luz todavía es transparente y no tiene energías de otras personas o extrañas para él.

Nuestra fuerza y capacidad de logros, como niño, es ilimitada, estamos totalmente abiertos y a la merced del universo generoso que conocemos y nos es familiar. Somos uno con el universo y uno con el todo, a ese punto desconocemos las divisiones y el tiempo, los cuales, de verdad, no existen a nivel energético. En la etapa de niños, la forma de obtener las cosas no es realmente importante. Simplemente queremos algo, lo deseamos, nos hacemos uno con la imagen de lo que deseamos y lo obtenemos sin

esfuerzo. Éste es el verdadero mundo de nuestro niño interno, en donde la creación es una con el todo y el todo se hace una con el uno, por lo tanto, el uno simplemente existe. No divisiones, no barreras, no obstáculos, sólo creer en ti y con entusiasmo infantil, esperar y verlo manifestado por sí mismo.

## CAMINO ESPIRITUAL

Todos tenemos un camino espiritual a seguir. En nuestro pergamino de la vida vamos escribiendo el proceso a seguir para conseguir nuestro camino espiritual y nosotros tenemos el poder de decidir en qué forma queremos caminarlo. Es nuestra decisión y el Padre Supremo respeta nuestra decisión, simplemente, nos aporta el apoyo necesario, sin intervenir en los parámetros que hayamos puesto, puesto que los humanos somos seres divinos con el libre albedrío de actuar. Somos capaces de crear y tan pronto nos damos

cuenta de eso, nuestro destino se hace más fácil.

Nosotros tenemos la libertad de escoger recorrer nuestra vida en armonía, en alegría, o en tristezas. Una vez que somos conscientes de esto, es importante estar constantemente alerta de nuestras emociones y del resultado de nuestras acciones. Observando detalladamente nuestras emociones y corrigiéndolas cuando fuera necesario. Permitiendo que nuestras vidas sean dirigidas por la alegría, el entusiasmo, la pasión, la intuición y en buena compañía de la mano de la compasión, creando tu propia realidad.

## Cuál es el secreto. De que se trata esta nueva frecuencia

Los cambios en la Tierra son definitivamente para bien.

El planeta Tierra está entrando en un espacio diferente elevando su frecuencia y nuestra madre tierra está haciendo su trabajo de limpieza energética descargando todo lo que ya no le funciona para su evolución, desprendiendo todo aquello que no le sirve al propósito del nuevo nivel que está alcanzando. A través de estos cambios ella está colaborando con la evolución de la humanidad a lograr sintonizarse con la energía nueva que está actualmente entrando. Obviamente el planeta está trabajando arduamente catalizando los cambios a niveles ecológicos y atmosféricos, por lo tanto, la humanidad debe empezar a dar los pasos apropiados para armonizar con éstos cambios Así como el planeta está haciendo su trabajo, nosotros

tenemos que hacer el nuestro,  
nadie más lo va a hacer por  
nosotros. En nuestras manos  
está el lograrlo.

Tenemos que empezar a ver  
desde adentro. Usando un  
punto interno como referencia.  
Ubícate en el centro de tu  
cabeza y simplemente en  
silencio, callando los  
pensamientos. Ser vigilante de  
lo que se piensa. Aprendiendo  
a discernir los pensamientos e  
identificar y familiarizarse con  
nuestra voz interna. Cada vez  
que venga un pensamiento a  
nuestra mente debemos  
preguntarnos si es ésa la voz  
interna la que escuchas, si es  
un pensamiento, ó si es la voz  
del ego. Una vez que se  
empieza a practicarlo y a hacer  
de esto un hábito, se va  
haciendo mucho más fácil  
callar la mente analítica y  
entrar en el silencio y estar con  
uno mismo.

No pongamos resistencia al  
ego, simplemente reconocerlo  
y luego ignorarlo, sin  
enfadarse con él porque no  
vale la pena, se pierde el  
tiempo y no se gana  
absolutamente nada.

Una vez que se encuentra  
estar en un estado de paz y

harmonía interna con uno mismo, se siente la presencia interna brindándonos una oportunidad invaluable para reconciliarnos con ella y abrirnos libremente a aceptarla sin condiciones con la intención de recuperar el tiempo perdido, como si tuviéramos muchísimo tiempo que no la veíamos, re-conocerla y re-encontrarnos con nosotros mismo.

Este mundo interno es el mundo real, es la verdad. Mientras más frecuente uno se dirija a él, más fácil se hace establecer contacto.

Si se toma el mundo exterior como punto de referencia se está viviendo en un mundo de ilusión, en un mundo que no es real para uno. No es la verdadera realidad y entonces lo qué pasa es que se empieza a experimentar la realidad de otros y no la propia. Por eso se dice que cuando se está en contacto con la realidad interna estás en tu verdad y bajo la burbuja mágica de protección divina y aunque el mundo se esté derrumbando a tu alrededor, tendrás la certeza que no lo sentirás tan drástico.

Si se piensa un poco llegamos a la conclusión de que todas esas catástrofes están ocurriendo en el mundo exterior y es justamente el mundo que se ha quedado en la frecuencia vieja donde rige el miedo, al cual no se pertenece. A medida que uno se sintonice con el ritmo del planeta, uno automáticamente se sincroniza con los eventos que influyen en forma positiva contribuyendo a la armonía del todo e incluyendo, por supuesto, la armonía individual. Aquellos que no dedican el tiempo a buscarse ellos mismo en su verdad, se quedan en el viejo mundo de miedos y sufrirán y pasarán por todas las consecuencias de su propia realidad creada por el ego, basada en medios, dolor y sufrimiento.

Aquí podemos mencionar la segunda profecía Maya, la cual hace referencia a la presencia de dos caminos y la humanidad se verá obligada a decidir cuál de ellos tomar. Ambos, contienen los aprendizajes necesarios para la evolución de la conciencia. El camino espiritual basado en el aprendizaje de tolerancia y armonía y el camino del miedo,

la ira y la destrucción. El hombre encuentra todas sus respuestas en su interior y su comportamiento define su futuro. Es tu decisión. Haz tu trabajo. Dedícate tiempo a reencontrarte a través de meditaciones. De encontrar ese punto de silencio interno.

El secreto es elevarte a la Conciencia Christica

## REJUVENECER

Nuestro planeta nos brinda milagros a cada momento. El amanecer, el atardecer, las olas de los mares, la brisa, la lluvia, el calor, el frío, la nieve, etc., son unos cuantos mágicos eventos que nos ofrece la Tierra. Sin embargo, las estaciones del año, nos otorgan tantos regalos, que muchas veces, no le damos importancia. No apreciamos la energía diferente que cada una de ellas nos brinda.

Yo recuerdo cuando vivimos una temporada en California, muy cerca de San Francisco, era invierno, estaba bastante frío. Yo me mantenía encerrada en mi apartamento.

Evitaba salir para no sentir el frío. Realmente no estaba disfrutando la vida y al momento que me di cuenta, que estaba perdiéndome lo mejor que el invierno me estaba regalando, empezaron a cambiar las cosas. Empecé a caminar todos los días en el parque. Lo disfrutaba tanto, que el día que no lo hacía, me sentía incomoda conmigo misma. Me encantaba estar al aire libre. Sentir la brisa fría en mi cara. Disfrutaba de la naturaleza que me rodeaba durante el invierno. Empecé a agradecerle a la naturaleza la belleza que me demostraba para que mis ojos la vieran.

Las diferentes estaciones del año derraman bendiciones sobre nosotros, solo tenemos que aprender a recibirlas. Cada una de ellas tiene un color o colores que la definen y una vibración específica que la identifica. Este ciclo se repite cada año. Así como se repite el ciclo de las estaciones, se repite el ciclo de rejuvenecimiento del planeta cada cierto tiempo.

Nuestras civilizaciones antecesoras han experimentado la

transformación y el final de una era. Lo cual no significa que se extinguió la vida en el planeta. Lo que sucede es que hay una transformación de energía planteada por la naturaleza en un momento específico, las cuales siempre contienen sabias enseñanzas espirituales que elevan la frecuencia colectiva.

Aparentemente desaparecen para los ojos humanos, pero lo que sucede es que las civilizaciones aprenden a vivir en otra frecuencia diferente adaptada a sus nuevos niveles de vida más evolucionados, los cuales no podemos ver a simple ojo. Y esta vez, no escapamos del ciclo normal del planeta.

## NATURALEZA por decisión....

La naturaleza no solo es importante para nosotros, sino que yo me atrevería a decir que es indispensable; nosotros dependemos prácticamente de ella. Nuestra supervivencia depende de ella y hasta el oxígeno que necesitamos para vivir. Los arboles especialmente realizan una labor amorosa para nosotros, limpiando el air que

respiramos, reciclando la energía de la tierra y no solo eso, también reciclan la nuestra. Cuando te abrazas a un árbol, éste recoge toda energía negativa y pesada de tu espacio llevándola a la tierra a través de su tallo y raíces, los cuales sirven como medio de transporte para ese uso y a través de ellos mismos suben energía limpia y neutra de la tierra, llenándote y recargándote con nuevas energías, haciéndote sentir bien, sintiendo la sensación de pertenecer, descargando todas aquellas emociones y pensamientos que te mantienen prisionero en tu propia jaula.

La modernización y la tecnología nos ha conducido a un mundo totalmente distinto al que deberíamos vivir, es básicamente un mundo de energía masculina, en el que tu mente siempre está ocupada en algo, en la que la función principal es hacer y hacer, sin descansar.

Ya es hora de permitirte descansar, de buscar reposo y encontrarte a ti mismo, buscando esa paz interior

dentro de ti y encontrar tu libertad interna.

Presta atención a los arboles y a la naturaleza en general, reconócelos y hónralos como seres sabios que son, siente su presencia; si tu realmente prestas atención tu puedes sentir esa inmensa serenidad que ellos reflejan. Acércate a la naturaleza, siente que eres parte de ella, entregándote a ella. Ubícate muy dentro de ti y siente, escucha. Entiende que todo lo que integra la naturaleza, incluyendo animales y elementos naturales, tienen cada uno de ellos su propia esencia, co-existiendo unos con otros en armonía y balance. Respetando y compartiendo un mismo espacio, colaborando todos y cada uno de nosotros en una manera especial para mantener esa armonía, integrándote al ambiente y como parte del todo. Abre tu corazón, tus sentidos, a la naturaleza, nosotros también somos parte de ella, lo que ha pasado es que lo hemos olvidado, pero no importa, estamos volviendo a recordar y eso es lo importante, regresar a casa!

Deberíamos escoger por decisión propia vivir una vida más interna, ir profundo dentro de nosotros mismo y conocernos. Es el lugar sagrado donde habita esa presencia que anima el organismo, sintiendo tu verdadero ser, contemplando la vida interna corriendo dentro de ti, la cual es la misma vida que existe en la naturaleza y en el todo. Abre tu corazón a sentir más allá de lo que ves con los ojos físicos, nosotros no somos solo un cuerpo físico, somos más que eso, conectándonos nuevamente con la naturaleza emprendemos el camino a conocernos nosotros mismos, entendemos quiénes somos y de dónde venimos.

Regálate la oportunidad y el tiempo de observar un árbol, una flor, un animal, una hoja y siente su esencia, siente su existencia, su ser, siente lo sagrado que existe en ellos, su pureza, su simpleza, lo grandioso y al mismo tiempo lo humilde, es Dios, que maravilloso! Lo que existe en la naturaleza también existe muy dentro de ti, solo tienes que re-descubrirlo.

Observa cuidadosamente la naturaleza y "siéntela", lo que sientes también existe dentro de ti, simplemente reconócelo, nota la vibración y elevación de conciencia que se produce cuando estás en contacto directo con la naturaleza haciéndote percibir tu propio ser interno, acéptala, entrégate a ella, permítele que te ayude a re-conectarte contigo mismo, con tu propia verdad, con la vida misma, si, la vida que comienza con tu respiración que es lo primero que hacemos al nacer.

Respiración significa vida y una vez que entendemos que respirar es lo único que nos da vida y nos mantiene vivos, debemos prestar más atención a nuestra respiración, comprender lo importante y esencial esta es para nosotros y por lo tanto es primordial internalizarse e ir muy profundo dentro de nosotros y simplemente notar, observar nuestra respiración representando vida, la misma vida existente en el universo. Busca esa quietud interna observando tu respiración, es la misma quietud y la misma paz que la naturaleza contiene en sí.

## LA NUEVA ERA

Se está dando un fenómeno muy particular en este momento en el planeta. La gente está empezando a despertar. Andan en la búsqueda de "eso" que falta y que ellos saben que está dentro de ellos. Cada vez se están formando y creando grupos espirituales, de meditaciones, con más frecuencia. Como decía Jesús "en la unión esta la fuerza". Si tomamos el tiempo para crear grupos de admiradores de artistas, etc., porque no tomarnos el tiempo para crear grupos de meditaciones para crecer espiritualmente y ayudarnos unos con otros a despertar.

Cada vez que una persona despierta espiritualmente, influye de manera extraordinaria a su alrededor, estimulando a otros a hacer lo mismo. Es hora de tomar y retomar el camino. Como los Mayas señalan en sus profecías de escoger cual camino tomar, el espiritual o el material

Actualmente la humanidad actúa influenciada por energía de sufrimiento, el miedo y la

ira. Actuando bajo la influencia de la energía de control que rige el planeta, pero ya basta queremos libertad, desde la Patagonia a North América.

Es en libertad que aprendemos a escuchar nuestra voz interna y no la del ego.

Puede ser que aparezca un líder espiritual en esta época, pero ese no es el punto importante. La nueva era está definida por la Conciencia Cristica sublime que estará sustituyendo al miedo. NO está de más decir, que no es una energía individual, es de colaboración en grupo con el propósito exclusivo de ayudar a la humanidad a alcanzar la conciencia christica.

La Conciencia Christica siempre ha estado en ti, solo se ha escondido, solo es cuestión de buscarla de nuevo en ti. Despertar el Christo en ti. Lo bueno en ti, la compasión, el amor, es la conexión que te lleva a Dios, al Ser Supremo, ó como lo llames.

Cada uno de nosotros tiene en su interior una llama encendida, llama de sabiduría, de amor divino, que representa

tu verdad y esta es el Cristo interior. Por mucho tiempo la hemos ignorado y hasta hemos negado su existencia. Ha llegado la hora de pararse fermento ante tu propia verdad y buscar esta llama dentro de tu corazón.

Como encontramos esta luz? Jesús en sus enseñanzas hablaba acerca de la internalización de esta luz divina logrando la unión con Dios. Como he dicho antes, tu eres un maravilloso espíritu hecho a la semejanza del Padre, con la diferencia que llevas un cuerpo físico. Este cuerpo físico es el templo sagrado donde resides tu como espíritu; donde se re-unen Divino Padre- Divina Madre. La luz del padre desciende hacia ti derramando su energía sobre ti y la luz de la Madre divina ascendiendo, dentro de ti, desde la base de la espina dorsal en dirección a tu corazón, en donde se encuentran ambas energías sagradas iniciando la llama divina dentro de ti. Lo que muchos llaman la resurrección de la conciencia de Cristo dentro de cada uno de nosotros.

## LA ENERGIA DEL 2012 / SE DESVANECE EL EGO.

Se dice que en año 2012 es la era de la Nueva Era del planeta. Todavía nadie lo sabe con seguridad. Lo que sí sabemos es que la energía en el planeta está cambiando y por ende la energía de la humanidad. En este momento contamos con el apoyo universal para cambiar. La energía que está entrando al planeta en este momento está cargada de enseñanza, bondad, compasión, para ayudar a la transformación de la humanidad. Hay abundante enseñanzas verbales y escritas disponibles colaborando al despertar humano apoyado totalmente por maestros ascendidos espirituales encargados del planeta y por el padre creador.

El mayor cambio que se está dando en este momento es que el humano está dándose cuenta que ha estado regido y controlado por ego y ha decidido cambiar esa situación.

El ego ha dominado a la humanidad por siglos a través de patrones de miedo y dolor. Una vez que el humano percibe

un halo de su propia identidad espiritual, abre las puertas a re-descubrirse como espíritu, causando de esta forma, que el ego comience a debilitarse y a desvanecerse.

La energía masculina ha dominado en el planeta por siglos. Acorralando la energía creadora femenina. Nuestra naturaleza como seres espirituales está compuesta, aparte de otras cosas, por dos energías importantísimas, la energía femenina y la energía masculina. Las cuales deben estar balanceadas al mismo grado, ninguna dominando, sino compartiendo el espacio en partes iguales.

Una vez que sucumbe el ego, se derrumban viejos patrones y por lo tanto viejas creencias. La energía femenina, que ha estado por tanto tiempo ignorada, se balancea con la energía masculina abriendo corazones.

A partir del año 2007 comienza a contar el tiempo de libertad que les fue dado a los habitantes del planeta. Libertad para decidir cambiar actitud y forma de pensar, preparando el camino hacia la nueva energía que se está

creando en el planeta debido a que está elevando su frecuencia y cambiando de orbita. Los maestros encargados de la evolución del planeta están brindándonos apoyo incondicional, trabajando arduamente para ayudarnos a lograr nuestras metas de encontrar paz infinita.

Cuando el ego se ignora reina la paz interior, la esperanza. El reino de los cielos baja a la tierra, descargándose por decisión propia el cuerpo pesado de emociones negativas de odio, miedos, como descargando una mochila del cuerpo y entregarse libre a la gracia del Ser Supremo, de Dios. Como desprendiéndose de toda vieja creencia, entregándose, a la merced de Dios, libre de cargas, limpio.

Todas las cadenas y ataduras de viejos pensamientos y viejos e inservibles patrones, se rompen. Se rompe esa cadena que mantiene sujetado al hombre, esclavizado al ego, al odio, a la oscuridad. Se desvanece la oscuridad. Se aflojan las herraduras. Se empieza de nuevo. Se crea una nueva oportunidad. Se crea

conciencia clara y humilde. Se desvanecen los cielos oscuros.

Se actúa como espíritu que lleva un cuerpo y no lo contrario. Siendo capaces de ver la estrella inmensa que nos guía, que siempre ha estado allí y que no había sido posible para nosotros verla anteriormente debido a todas las cargas anteriores habladas.

Se abren nuevas alternativas, tomando punto de vista diferentes, a lo que se ha vivido antes y crear nuevos conceptos como el de trabajar más en grupo, siendo menos individualista, el cual es producido por el ego creando competencia entre los humanos, dividiéndolos y separándolo de su esencia, la cual es parte del todo y nunca individualista.

El término de "trabajar en grupo o en comuna" hace más sentido. El término "comuna" es una palabra vetada, un concepto no posible para el humano, hasta ahora, debido al concepto de posesión creado por el ego. Pero a partir de la entrada de esta nueva energía entrando al planeta, se renueva el concepto de comuna, este toma su lugar en

el planeta ubicándose en un sitio privilegiado de atención. La energía se empieza a esparcir y se empieza a aprender a recoger lo que implica la enseñanza que aporta el vivir en comunidad que significa compartir unos con otros, respetando los espacios de cada uno. No existen barreras físicas pero existe el espacio individual, el cual, hay que respetarlo. Se aprende el respeto mutuo, el honorarse el uno al otro.

Se debería empezar la unión a través de la tierra, el suelo, de los elementos naturales que han sido la base de este planeta, su soporte. Empezar a comunicarnos con ella a aprender de ella y acerca de ella, acercándonos mas a ella, conociendo acerca de sus necesidades y sus aportes es realmente básico. Como ayudarnos mutuamente –con la tierra- como ayudar a la tierra y como ella nos puede ayudar a nosotros. Empezando por plantar, cuidar la tierra, que es nuestro soporte físico, para recibir alimentos y cobijo de ella y a través de ella y soporte espiritual porque en ella habitan seres extraordinarios que se han

mantenido invisibles a los humanos hasta ahora; como los feries, divas, elementales. Seres maravillosos que han mantenido la comunicación en la tierra, su balance y su armonía. Se han dedicado por entero a cuidarla y a mantener el equilibrio ecológico y energético en ella. Ecológico, porque ellos trabajan en grupo reconstruyendo los bosques, las áreas que necesitan recuperación. Se encargan del nuevo crecimiento de la naturaleza, de la regeneración sana de los campos, la grama, los árboles, los ríos, manantiales, mantener los ríos en sus respectivos cauces, en balance.

Aprendemos a honorar a esos seres extraordinarios. A comunicarnos con ellos y a compartir nuestro espacio con ellos, a respetarlos y a hasta consultar con ellos.

Es importante comprender y entender el amor de nuestra madre tierra que nos ha acogido en su regazo, sin importarle el peso que eso significaría en el proceso de aprendizaje por el cual pasaría la humanidad. Ella ha estado dispuesta a soportar cambios y

a ayudar en la mejor forma que fuera posible y permitida al momento a la humanidad. Por el hecho ser descendientes de la conjugación del Padre Creador y la Madre Tierra nos hace automáticamente hermanos.

Una vez desvanecido el ego los falsos sistemas de control dejan de existir para nosotros. El hombre aprende a dar sus primeros pasos en una nueva energía. Caminando el camino práctico de la conciencia CHRISTICA absoluta.

El ego desvanece en el momento que permitimos que la divinidad crezca en nosotros y entonces la humanidad empezaría a discernir, digerir lo que la conciencia absoluta significa, lo iría aprendiendo en el camino hasta llegar a asimilarlo, entenderlo y aplicarlo al vivir diario.

A este nivel de libertad espiritual no existe lo malo o lo bueno; simplemente el ser, el existir; de manera que la humanidad aprende en el camino a tratar al otro, su hermano, de la misma manera que él quiere ser tratado.

Hay una simpleza de acciones, de vida, de modo de vivir, de actuar. Una apertura de corazones. Se despierta una nueve sabiduría, clara, saludable, libre de competencia.

Ayudando al planeta.. Nos ayudamos nosotros. Tenemos que hacer conciencia acerca de del uso y desuso de la energía que está contaminando al planeta. Re-inventar un nuevo medio de transporte consiente al medio ambiente en el que vivimos. De usar nuevos elementos como combustibles, los actuales están obsoletos, ya no funcionan para el planeta ni para la nueva conciencia que se está creando.

Ayudando al planeta estamos ayudándonos a nosotros mismos, a nuestros hijos y a las futuras generaciones a vivir en un lugar limpio, donde respiremos aire fresco.

Ayudando a los hijos de nuestros hijos a vivir en libertad a todos los niveles, enseñándoles que compartir es la llave mágica para vivir en paz y que el planeta es de todos sin excepción para compartir, que todos somos

iguales y que lo que hacemos para vivir no define quienes somos, es simplemente una tarea que ejercemos para proveernos de lo que necesitamos. Que las presentaciones como "soy el doctor tal" no son necesarias y no significan nada, el ser doctor o cualquier otro profesional te da el soporte para ejercer una labor, pero no eres tú, que uno no se debe identificar con lo que hace porque pierde su verdadera identidad, enseñándole a las futuras generaciones a que la verdadera identidad está dentro de cada uno de nosotros y se encuentra a través de contemplación interna, buscando tu propio yo, tu verdad.

Ayudamos al planeta cambiando nuestra mentalidad. Inclinándonos más hacia lo natural, revirtiendo la contaminación ya existente. Plantando un árbol cada 3 meses, reciclando. Apoyando las áreas culturales artísticas, despertando y estimulando la creatividad. Alimentación simple y rica en nutrientes.

Debemos ser más agradecidos, agradecer lo que se tiene, el

agua que bebemos, el alimento que consumimos, proveniente de los suelos fértiles de la madre tierra.

Haciendo los cultivos libre de pesticidas Aceptando que no somos la única especie viviendo en el planeta y reconociendo y honorando la presencia y existencia de otros seres maravillosos que coexisten con nosotros y que viven en la naturaleza, manteniendo el balance en los ríos y montanean, respetando su espacio y su derecho de vivir y existir en este planeta también. Adoptando una nueva visión para el transporte cooperando con la protección ambiental sirviendo a generaciones futuras, como también cambiando el sistema de vivienda que armonice con la naturaleza, la cual mucha gente ha adoptado últimamente, como una manera de ayudar a minimizar la contaminación ambiental y que se ajuste a los nuevos cambios climáticos.

Erradicar los patrones viejos de educación, los cuales están basados en inyectar información y entrenamiento limitando la creatividad. Esta

debería basarse en la formación del individuo como Ser, desarrollando y creando conciencia del Ser interior, estimulando la creatividad

## Que sería un planeta ideal?

Existirían áreas y no países divididos. Existiría libertad de movilidad hacia todas las áreas. Sería un planeta para compartir no para dividir. Habría la libertad de ir de un área a otra, porque ellas no le pertenecerían a nadie y sería un derecho del individuo usar sus privilegios como habitante del planeta, que es. Se desvanecería el concepto de las razas.

Un lugar donde enseñanza significara libertad, creatividad, desarrollo y cultivo del Ser, promoviendo conocerse a sí mismo desde el mismo momento que se es concebido en el vientre materno, estableciendo una comunicación abierta, respetando y honrando la belleza y sabiduría del ser. Sabiendo perfectamente que

es un ser único, hijo del Creador y por sobre todo que no es pertenecía de los padres.

Un planeta ideal sería aquel donde existiera permiso para que todas las especies y razas que habitan el planeta pudieran co-existir en libertad, respetándose una a la otra y trabajar juntos por el bien común del planeta y todos los que vivimos en él.

Cabe la posibilidad que con la nueva energía entrando en el planeta, que la nueva generación que está naciendo ya trae consigo la conciencia de "ser" despierta, ayudando así, a crear lo que llamamos el cielo en la tierra, con su alegría y su espontaneidad.

#### LA ENERGÍA DEL 2012 / DECISIÓN

La pregunta de oro. Que realmente representa el 2012? Nosotros hemos llegado a este Plateau, donde ya es imprescindible tomar una decisión acerca de nuestro rumbo a tomar como civilización; ó tomamos el camino espiritual y elevamos nuestra frecuencia a la energía Christina, ó nos quedamos en el mundo material del ego

corriendo las consecuencias de ello. Navegando en la misma frecuencia vieja y experimentando energías de bajas emociones.

Obviamente tenemos que decidir en qué vibración queremos operar. Estar claros que dependiendo de la decisión que se tomes, la realidad que se vivirá está en las propias manos nuestras en el ahora.

Tu futuro está en tus manos. Quieres vivir en el caos ó quieres vivir en armonía?.

El planeta está entrando en una nueva órbita de una frecuencia más elevada y ese es el llamado a nivel espiritual al que todos estamos obligados a escuchar. Debemos elevar nuestra frecuencia para armonizarnos con el gran paso que el planeta está dando. El camino más fácil para la humanidad es a través del camino espiritual. El planeta está atravesando por momentos críticos de guerras y divisiones raciales y religiosas. Pero llego el momento en que la tierra está saturada de toda esta energía y decide dar un paso arriba de evolución y va a desprender todo aquello que le estorba su paso a su propia

evolución. Incluyendo todo aquél que no quiera resonar con el proceso de evolución que se nos avecina. Este proceso envuelve el planeta en sí mismo y todo ser o énte viviente sobre ella.

Este es un llamado a alinear tu cuerpo físico con el Ser Superior y con el Ser Supremo, sincronizándote con la energía del amor que será la nueva energía que regirá el planeta.

No es coincidencia que últimamente la humanidad se ha volcado a la búsqueda de su espiritualidad para encontrar su propia verdad. Es obvio que está escuchando este llamado universal de cambio y que está dando los pasos necesarios para su propia transformación, cada quien a su propio ritmo.

Es el momento de aceptar que somos uno, que somos una sola energía con el creador Padre/Madre.

Este es un ciclo natural que experimenta el planeta cada cierto tiempo y es ahora nuestro turno de experimentarlo. Preparándonos para esperar con alegría esta energía dorada que está a

punto de tocarnos, si es que ya no lo ha empezado a hacer.

Ya otras civilizaciones han pasado por eso. Aparentemente han desaparecido. Acaso será que lo que ha sucedido es que han evolucionado y habitan en otros niveles de vibración más alta? No lo sabemos, pero no sería nada anormal. Y ahora nos toca a nuestra civilización trabajar por esta evolución y lograrla. Se ha probado científicamente que el universo contiene una capa de conciencia y que en esta capa se reflejan el pensamiento colectivo, todos nuestros pensamientos creando y manifestando nuestra realidad. Lo cual implica que debemos vigilar nuestro pensamiento conscientemente, de manera de manifestar un futuro armonioso. Tu futuro depende de ti. Recuerda que el mundo no se acaba.

## DESCUBRIENDO LA ENERGIA FEMENINA

El Creador tiene dos aspectos, los cuales son el Femenino y el Masculino. Estos aspectos del Creador los hace nuestra Madre Divina y nuestro Padre Divino, lo cual lo hace, al mismo tiempo, UNA sola esencia que contiene el todo. Cada uno de estos aspectos tiene a su vez cualidades específicas que lo identifican.

La Madre Divina, contiene cualidades creativas, capaz de crear y procrear, procesa y acobia, compasión, gracia divina, etc. Una vez que la energía femenina crea y procesa, entra en acción la energía masculina del Creador, organizando, y llevando a cabo la meta, logrando el producto final. En esta forma es como trabajan las dos energías del Creador, trabajando en grupo, en unión, como UNO

Nuestro Padre Divino nos ha creado a su imagen y semejanza; por lo tanto, nosotros contenemos dentro de nosotros los dos aspectos del Creador y como ellos contienen estas cualidades, esto significa que nosotros las

poseemos también. Para poder experimentar todas las cualidades del creador dentro de nosotros debemos crear un balance interno de energías femenina y masculina, las cuales nos hacen seres semejantes. Depende de cada uno de nosotros, del uso o desuso que le demos a estas cualidades. Se nos ha otorgado, por gracia divina, la libertad de acción y es decisión nuestra de darle el uso en forma única y original. Lo cual nos aparta de lo ordinario, destacándonos del resto del cosmo, como seres únicos y diferentes al mismo tiempo.

Todos somos parte del Todo, lo que nos hace iguales a todos y todos somos únicos dependiendo del uso que le damos a las cualidades. Parte de nuestra tarea es despertar aquellas cualidades sublimes que nos alimentan al alma, manteniéndolas puras y alimentándolas con la luz de Dios. Existe un sol dorado a nivel eterice que nos ayuda a mantener lleno nuestro espacio energético brillante y limpio de la presencia de otras energías extrañas a nosotros que podrían causar distorsión en la forma de usar la cualidades.

Llenando frecuentemente tu espacio energético con soles dorados aparte de encender tu luz interna, mantienen una indiscutible paz interior, otorgando libertad mental y confirmando que todo está bien.

Independientemente si eres hombre o mujer, todos y absolutamente cada uno de nosotros contenemos ambas energías masculina y femenina. Funcionamos mejor en todas las áreas cuando ellas están balanceadas, cuando ninguna domina. La energía femenina es la fuerza creativa dentro de nosotros, es amor, es libertad.

Básicamente la energía que está entrando en el planeta está despertando la energía femenina en nosotros, es una energía hermosísima y sublime de evolución. Su propósito es apoyar la evolución humana en el planeta. Ayudándonos a dar los pasos necesarios para dar un salto energético a la par del planeta. Observándole y abriéndonos a despertarla dentro de nosotros, facilitando nuestra recorrido en nuestro camino espiritual. Esta energía te inclina a estar contigo

mismo, a buscarte interiormente y a descubrir nuevamente tu ser interior, buscando tu propia verdad, haciéndote recordar quien realmente eres. No necesitando que ningún grupo religioso te diga quién eres tu o quien es Dios y/o que solo lo encuentras en sus iglesias.

Cuando Jesús dijo "a través de mi encontraras al Padre" simplemente se refería a través de la conciencia de Cristo. y existen distintos caminos para lograr despertar la conciencia de Cristo dentro de nosotros y no necesariamente una sola religión te otorga el privilegio de llegar a él.

Nuestro padre creador nos otorgo el libre albedrio de escoger nuestro propio camino y es nuestra propia decisión de escoger el camino más apropiado para cada uno. No existe ningún equivocado, mientras en el te conduzcas con humildad, amor y compasión.

MEDITACION  
DESPERTANDO ENERGIA  
FEMENINA

Siéntate cómodamente  
Mantén tus pies en el suelo.  
La espalda derecha pero al  
mismo tiempo relajada  
Cierra los ojos  
Respira profundo  
Enfoca tu atención en el centro  
de tu cabeza  
Y solo observa. Desde allí  
simplemente observa, se un  
observador  
... y.... nota como te sientes...  
Respira nuevamente  
... y.... decide que con cada  
respiración dejas ir todo  
aquello que te incomoda, o que  
te distrae  
Saluda y observa la presencia  
y existencia de la conciencia  
universal como un todo,  
conteniendo la madre divina y  
el padre divino en una sola  
esencia.

## Respira

Ahora crea una luz dorada desde tu corazón dirigiéndose hacia arriba, pasando por tu chakra de la corona, hacia la conciencia universal.

Ahora, crea una línea de luz conectándola con la 1ra chakra

Imagina que el otro extremo de esta línea de luz crece hacia abajo, pasando por tierra, barro, rocas, agua, mas rocas,,, hasta llegar al mismo centro de la tierra; conectándose con ella; imagináte que se sujet a ella; manteniéndote seguro. Esta línea de luz te servirá de "conducto de desecho" para dejar ir todo aquello que no quieras.

Haz lo mismo con tus órganos femeninos, si eres mujer u órganos masculinos si eres hombre, conectándolos con una línea de luz, pero esta la conectas con el conducto de desecho.

Ahora, haz lo mismo con tus nervios ciáticos, los cuales se encuentran en el área justo en donde te sientas, en ambos lados, conectando el otro

extremo al conducto de desecho.

En los nervios ciáticos generalmente se acumulan velos energéticos que detienen un poco el crecimiento espiritual. Pero, creando un conducto de desecho en esas áreas, podemos dejarlos ir.

Respira

Todos los velos que hay entre tú y tu divinidad

Respira

Deja ir todos esos velos

Empieza a dejar ir aquella parte de ti que cree que hay un creador que castiga cuando haces algo malo.

Respira

Deja ir los velos que pasaron a ti a través del vientre de tu mama; cuando todavía estabas en el vientre de tu mama.

Continúa botando toda esa energía que no te pertenece

Respira profundo

Empieza a dejar ir aquellos velos que te impiden

experimentar tu energía divina femenina.

No tienes que hacer nada, solo con tu intención de dejar ir, este conducto se activa automáticamente y empiezas a botar todos esos velos

Respira

Deja ir todo aquello que te separa de ser un Ser completo

Deja ir todo aquello que te hace sentir que no eres parte del Todo

Déjalo ir

Respira

Ahora crea una luz dorada desde tu corazón dirigiéndose hacia arriba, pasando por tu chakra de la corona, hacia la conciencia universal, conectándose con ella.

Observa cómo te sientes

Sientes su apoyo?

Sientes su presencia?

Ahora, imagina un hermosísimo sol dorado brillando sobre tu cabeza y este está llenando toda tu energía femenina divina de

donde la hayas podido dejar.  
La está trayendo del pasado,  
de otras vidas pasadas, de  
relaciones anteriores,,,

Permítele a este sol dorado  
traer toda tu divinidad  
femenina.

Cuando esté lleno, repleto, y  
bien hermoso y brillante,  
báñate de él. Visualiza toda  
esta energía derramándose  
sobre ti, llenando tu cabeza, tu  
cuello, tu pecho, tu espalda,  
llenando todo tu cuerpo, tus  
órganos, células, átomos.

Respira,

Nota como te sientes en esta  
nueva energía

Disfrútala

Contempla....

Saluda y observa la presencia  
y existencia de la conciencia  
universal como un todo, en ti,  
conteniendo la madre divina y  
el padre divino en una sola  
esencia.

Respira

Existe un dicho que dice  
"tienes que hacerte Dios, para  
percibir a Dios"

Entonces, observa su presencia  
en ti.

Hazte uno con ella

Cuando estés completamente  
lleno de su esencia,

Abre tus ojos

Toca el piso con tus manos

Párate y estira tu cuerpo.

Que la presencia del Padre  
Divino esté en ti y te  
acompañe en tu jornada  
espiritual

Amén.

## PREPARACION:

Des-educarnos de lo que  
hemos aprendido.  
Educarnos espiritualmente

## DES-APRENDIENDO

Como des-aprendemos lo que ya una vez hemos aprendido y hemos hecho y practicado por años?

Nuestra sociedad nos enseña reglas de conducta para mantenernos controlados. Estas reglas las recibimos primero a través de nuestros padres, luego, los maestros, el gobierno, los trabajos, las instituciones, etc.

Todas estas reglas impuestas a nosotros por diferentes vías y razones, nos coartan nuestra libertad. Nos limitan nuestras ideas y con el tiempo vamos perdiendo nuestra originalidad, nuestra verdadera identidad y por ende nuestra propia verdad.

Entonces, es preciso desaprender todo aquello que

nos nubla, ensombrece nuestra originalidad.

Primero, empecemos a reconocer nuestros pensamientos. Estar alerta de ellos y empezar a discernirlos. Preguntándote a ti mismo "esto que estoy pensando es mi idea? Me identifico con ella? Vibro con ella? Como te sientes, te sientes cómodo con la idea? Lo hago porque me gusta?

Probablemente al principio te costara reconocer tus propias ideas y pensamientos. Pero, a medida que practicas este ejercicio y lo haces un hábito, llegara el momento en el que recocerás si es tu propia idea o si es la idea de otro. Cabria la posibilidad, de haber sido inducida a través de los medios de comunicación, como la televisión, la radio, o a través de otra persona, alguien de tu familia, amigo, jefe, etc.

Una vez que notas tus propios pensamientos y tus propias ideas, empiezas a cambiar tu rumbo, tus acciones y reacciones. Actúas más consciente de tus actos, más "humano". Despiertas sentimientos de compasión y empiezas a entender un poco

más a tus hermanos humanos.  
Validando tu espíritu.

Es sorprendente como algo tan simple como notar tus pensamientos, desencadena toda un flujo de energía impulsándote a re-descubrir tu propia identidad, generando que fluya tu propia verdad interior, que ha estado tanto tiempo escondida, reflejándose en todos tus actos hacia todos los que te rodean.

Cada vez que tengas que tomar una decisión y una idea invada tu mente, hazte la pregunta pertinente. Es esta idea mía? Esta idea vibra conmigo? Resuena conmigo? Deja que tu corazón te guíe, tu intuición es sabia. Escucha tus coronadas.

Con cada cambio que hacemos, por muy pequeño que este parezca, movemos montañas de arena.

Entonces.....

Al igual que nuestro planeta esta alineándose con el centro de la galaxia y su eje, nosotros debemos alinearnos con el Dios de nuestro corazón y nuestro eje interno

## LLAVE MAESTRA

La llave maestra es ponernos al Servicio de Dios. Al ponerte en servicio, automáticamente te estás poniendo en las manos de Dios. Elevándote sobre obstáculos, guiándote en tu jornada espiritual. Abriéndose las puertas de oportunidades y aprendizaje necesarias para tu propia evolución. Los maestros y tutores, de los cuales tengas que recibir enseñanzas de ellos, se aparecerán en tu camino en el tiempo y momento preciso. Caminas tu camino espiritual en armonía, con mucho entusiasmo por la vida. Pasas a ser una luz más sobre el planeta, motivando a la gente a tu alrededor a buscar la suya propia y de esta forma seguimos creciendo espiritualmente como comunidad humana.

Como te pones en servicio?  
Conectándote con Dios, el Ser Supremo y pidiéndole a él directamente.

Existen diferentes caminos para evolucionar, pero todos nos llevan al mismo destino, Dios. Una de las formas más

simples para llegar a Dios es encontrando tu espacio interior. Ese espacio en el que sientes paz interior, tranquilidad y un instrumento muy importante para conseguirlo es a través de tu respiración. La respiración es el fluido de vida y la partida de ella.

### **MEDITACION PARA CONECTARTE:**

Siéntate en una silla cómodamente

Relájate

Respira profundo

Decreta que con cada respiración te llenas de energía de Dios

Y con cada exhalación dejas ir todo aquello que te hace sentir incomodo

Inhala, llénate de energía dorada de Dios

Exhala, deja ir preocupaciones

Inhala, llénate de dorado

Exhala, deja ir miedos y  
temores

Inhala, llénate de energía  
dorada

Exhala, deja ir iras, rabias,  
enojo

Inhala, llénate de energía de  
Dios

Exhala, deja ir sufrimiento

Inhala, llénate de la hermosa  
energía de Dios

Exhala, deja ir tristezas. Solo  
decrétalo y déjalo ir

Inhala, llénate de energía de  
Dios

Exhala, deja ir competencia  
con otros. Decide que vas a  
dejar de competir con otras  
personas. Entiende que el  
universo es infinito y que hay  
suficiente para todos

Inhala, llénate de energía pura  
de Dios

Exhala, deja ir competencia  
contigo mismo. Déjala ir

Inhala, llénate de energía  
dorada y pura de Dios

Exhala, deja ir ansiedad

Inhala, llénate de energía  
brillante de Dios

Exhala, decide SER y dejar SER

Ahora, visualiza un sol dorado,  
brillante, hermoso, sobre tu  
cabeza

Decreta que este sol dorado se  
llena de tu propia esencia, de  
tu propia verdad

Pídele al Padre Supremo que  
derrame bendiciones, milagros,  
mucho entusiasmo, en ese sol  
dorado

Nota lo brillante y hermoso que  
este es

Ahora visualiza ese Sol Dorado  
bañándote con toda esa  
energía espectacularmente  
hermosa

Mira como entra por tu cabeza

Bajando al cuello, el tórax,  
bañando todos tus órganos  
internos.

Sigue bajando por tus brazos,  
tus manos

Continúa a tu cadera, piernas,  
pies.

Respira

Mira como te has bañado en dorado, energía del Padre Creador, energía de AMOR

Nota como esa energía se expande hacia tu aura

Nota como eres una burbuja brillante de luz. Lleno de tu propia energía. Lleno de tu propia verdad

Ahora, decreta tu conexión con Dios

Respira.

Siente su presencia en ti.  
Dentro de ti

Ahora, pídele al Padre Supremo "como hago para estar en servicio"

"yo quiero estar en servicio".

Habla con el Padre Supremo, el te escucha. Pide estar en servicio

Respira profundo. Disfruta de esta paz increíble, de esta armonía interna.

Respira

Abre tus ojos

Junta tus manos en posición  
oratoria a la altura de tu  
pecho, agradece

Toca el suelo con las palmas de  
tus manos

Párate y estira tu cuerpo

## TRANSITANDO EN ESTE MUNDO

Todos nosotros estamos en tránsito en este mundo. Unos lo hacemos en forma armoniosa. Otros lo hacemos en forma dolorosa. Es tu decisión y siempre ha sido tu decisión, la forma en que quieras transitar en este mundo Tierra, durante esta existencia.

Ejerce tu libre albedrío de decidir. Decide y decreta, en este momento, que quieras vivir tu existencia presente en armonía, con entusiasmo y sobre todo apoyado por el Padre Supremo.

Una vez que decides servirle a Dios, el próximo paso es como hacerlo en armonía.

Todas las mañanas haz tu conexión con Dios, si quieras transitar en paz y armonía. Visualízate envuelto en una esfera de luz dorada. Esta es la energía Cristica, la cual te ayudara a caminar en tu propia verdad. Entonces, visualízate que estas dentro de una esfera dorada. Usando tu intención, decidiendo y

decretando, conecta esta esfera con el corazón de la Divina Madre Tierra, con un cordón de luz brillante, que sale de la parte baja de la esfera y se dirige hacia el centro del planeta, el cual es su corazón. Luego, conecta la parte superior de la esfera, con un cordón de luz brillante, dirigiéndolo hacia el Creador Universal, nuestro Padre.

Siente el apoyo universal. Siéntete seguro y confiado de que Dios te guiará en tu camino y todo será dictado para tu propio bien espiritual

Caminaras seguro y confiado de que tu vida y todo lo que gira alrededor de ella, tiene el soporte Divino del Padre Creador y la Divina Madre Tierra, por tu propio bien espiritual, para tu evolución como SER Universal, hijo de Dios, que eres tú. Sigue tus corazonadas, déjate llevar por ellas. Las oportunidades llegarán a ti por si solas. Las personas, maestros que necesites, llegarán a ti en el momento y a la hora apropiada, porque estas en manos de Dios, estas a su Servicio,

protegido total y completamente.  
Estas bendecido.

Que el Padre Supremo camine a tu  
lado eternamente, levantándote  
sobre los obstáculos y bendiciendo  
tu camino por siempre

## AFFIRMACIONES GENERALES

Yo decido reír como un niño otra vez  
Yo decido disfrutar todo lo que hago.  
Yo decido disfrutar cada segundo de  
mi vida.  
Todo lo que hago, lo hago con mucho  
entusiasmo y con gran pasión  
Yo soy espíritu y tengo un cuerpo físico  
Yo creo mi propia realidad desde adentro,  
con mucho entusiasmo y con pasión de  
kínder. La manifiesto y la recibo con mucha  
alegría y mucho agradecimiento

## AFFIRMACIONES DE GRATITUD

Gracias Padre por todo lo que tengo  
Gracias por todos los maestros que pones  
en mi camino  
Gracias Dios que siempre me guías en  
mi camino  
Que siempre me llevas de la mano a  
donde tengo que ir.  
Que pones en mi camino la gente, las  
circunstancias y eventos que me ayudan a  
evolucionar espiritualmente.  
Gracias Dios por actuar a través de mi

cada DIA de mi vida.

Gracias Dios por mis hijos hermosos  
Gracias Padre que mis hijos son saludables.  
Gracias por todos los detalles hermosos que  
aparecen en mi vida.

## AFFIRMACIONES DE TEMPERAMENTO

Cuando te sientas triste o desengañado,  
Acuérdate de esos lugares en donde  
te sentiste feliz  
Recuerda esos maravillosos atardeceres  
que hayas visto antes  
Esa esencia especial que te hizo  
suspirar de éxtasis

! Cuando te sientas triste y  
desilusionado,  
Recuerda esos lugares donde fuiste feliz  
Recuerda esos maravillosos atardeceres  
y el aquel aroma que te hizo suspirar

Si alguna vez te sintieras solo y  
abandonado.  
Ubícate en tu Corazón  
Respira  
Conéctate con el creador de todo  
Respira, quédate quieto

Escucha sin mente y sin cuerpo  
Deja ir todo pensamiento  
Simplemente siente la presencia Divina  
Yo soy el reino sagrado,  
La presencia divina  
Yo soy lo que tú anhelas  
Yo soy Dios  
Yo soy la fuente de todas las cosas

Cuando las cosas no están saliendo  
como tú quieres,  
Empieza a agradecer todas las cosas  
maravillosas que tienes  
Agradece todo lo bello que te rodea  
Es hora de agradecer.

## ALIMENTANDO MY CORAZON CON TANTA BELLEZA

Yo perdono a todo aquel que yo haya  
ofendido  
Yo perdono a aquel que me haya  
ofendido alguna vez  
Yo libero mi corazón de cualquier odio

Yo libero mi corazón de toda rabia  
Yo libero mi corazón de todo dolor  
Yo libero mi corazón de todo aquel que  
yo haya mantenido en el con rabia o  
dolor  
Yo libero mi corazón

## ALIMENTANDO EL ALMA

Oh, umh! Nuestra alma, cuantas veces nos tomamos el tiempo para sentirla y alimentarla? Bueno, no toma mucho tiempo y ningún esfuerzo, solo tenemos que contemplarnos, si, así como lo escuchas, tan simple como eso, parece mentira, pero es así de simple. Contemplación es la manera más sagrada de estar con tu alma. Al contemplarte internamente despierta tu memoria y sientes tu presencia, y no te olvides de respirar mientras te contemplas, de esta manera te estás otorgando permiso y espacio para "sentir" y alimentar tu alma. Podría escribir todo un libro completo acerca del alma, pero por ahora les ofrezco una formula simple para alimentar el alma, solo lo que tienes que hacer es contemplar, respirar y disfrutar.

PARADIGMA.... Se extinguirá la especie humana o seremos capases de crear un desenlace positivo para nuestro propio bien?

Que nuestro Padre Supremo nos bendiga, nos proteja e ilumine nuestro camino, guiándonos por el camino de luz para nuestra propia evolución en amor y armonía,  
Amen