



La Revolución del Espíritu

ALEJANDRO ARROYO

Muchos seres se mantienen a lo largo de su existencia ignorando por completo su naturaleza espiritual. De este modo dejan de vivir de una forma plena, malgastando su vida en la satisfacción de los sentidos, cuando en realidad Dios mora en nuestro interior y nos ha creado para que le descubramos y desarrollemos todo nuestro potencial como hijos suyos.

Toda innovación, todo gran cambio en la historia de la humanidad proviene de mentes y espíritus emprendedores que desean el progreso y se resisten a la mediocridad y al estancamiento general.

Tal como nos dice un viejo proverbio:
Sólo los peces muertos nadan con la corriente.

¿Hay mejor revolución que aquella que de forma silenciosa, pacífica y amorosa se crea en nuestros corazones y nos impulsa a evolucionar, a conocer nuestro Ser Verdadero y a descubrir la unidad con nuestro Creador?

Atrévete al cambio, pues la recompensa es mejor de lo que jamás soñaste.

La Revolución del Espíritu

ALEJANDRO ARROYO



9 788460 789598

La Revolución del Espíritu

ALEJANDRO ARROYO

www.alexarroyo.net

DEDICATORIA:

A mis padres, *Joaquín y Ana*; quienes me han enseñado el valor de la constancia y la entrega y me han servido de ejemplo para intentar ser mejor persona.

A *Pilar*, por su apoyo y por soportar mi carácter

Copyright Alejandro Arroyo Carbonell
www.alexarroyo.net

Grupo Blue Universe

Impreso en los talleres: Tecfa Group
Fotocomposición y diseño cubierta: Raf D

ISBN-84-607-8959-4
Depósito legal: B-45456-2003

Reservados todos los derechos. Ninguna parte de este libro puede ser reproducida en cualquier forma o por cualquier medio, electrónico o mecánico, incluyendo fotocopiadoras, cassettes, etc; sin autorización expresa y por escrito de la editorial.

AGRADECIMIENTOS:

A todas las personas que he conocido a lo largo de mi camino y que han supuesto una guía para mi evolución espiritual, en especial a mi amigo Juan Rey.

“Quiero saber como Dios creó este mundo. No estoy interesado en éste o aquel fenómeno, en el espectro de éste o aquel elemento. Quiero conocer sus ideas, lo demás son detalles”

Albert Einstein

INDICE

Introducción	13
Cambia tu mente, cambia tu vida	15
¿Qué es lo que crees?	17
El subconsciente, el motor de nuestra vida	18
Nadie se engaña más, que uno a sí mismo	19
Nuestras células tienen inteligencia	22
Es más fácil destruir que crear	23
Un nuevo día, una nueva vida	25
La falta de amor, el principal problema de la humanidad	31
Aprendiendo a perdonar	33
Escuchar, una forma de amar	36
Recupera el niño interior	38
Enseñando a amar	40
Tú eres espíritu	50
Tú eres un hijo de Dios	55
¿Por qué buscas externamente?	56
Los diferentes cuerpos	59
El momento de partir	62
Volver a morir, volver a nacer	65
Prácticas para el día a día	78
La mina de oro de Dios	82
El poder de la oración	83
Meditación, el encuentro con Dios	93
La salud de la mente, la salud del cuerpo	99
Afirmaciones curativas	113
Visualización	107
Alimentación	137
Ejercicio físico y mental	117

Introducción

¿Qué es la vida?, ¿En base a qué poder se sustenta?, ¿Por qué vivimos?, ¿Cuál es su fin último?, ¿Es la muerte física, el final de nuestra existencia?...

Estos interrogantes han estado presentes en las mentes de los hombres desde tiempos ancestrales. La magia y el misterio de la Vida arranca con el propio origen de esta. La vida, en cualquiera de sus más diversas formas es evolución y ésta podemos expresarla dependiendo de nuestra actitud ante ella.

Un aspecto básico es conocer que la Vida es siempre la misma, una y eterna, si la entendemos como la corriente de Energía Cósmica que impregna todo lo que hay, todo lo que siente, todo lo que Es.

Nosotros, los seres humanos, somos parte de ese caudal de vida y gracias a ello podemos existir y ser un instrumento de la gran Mente de Dios Padre-Madre, INICIO Y FIN DE TODO LO CREADO.

Si los seres humanos aprendiéramos a canalizar y controlar la energía de la Vida, al igual que intentamos hacerlo con las energías que manipulamos tecnológicamente, en poco tiempo hablaríamos de la mayor época de esplendor en la historia de la humanidad y se abrirían fronteras hasta ahora vetadas para el conocimiento humano.

Como quiera que el principal problema de la humanidad es el ignorar quién es realmente y cual es su potencialidad, si descubrimos mejor

nuestras capacidades habremos dado un pequeño paso, para mejorar la especie y el mundo en que vivimos.

Estas páginas están escritas para buscadores de la Luz, que no desean tener sus conciencias dormidas. Así, es muy probable que encuentres ideas y conceptos que chocarán literalmente con tus creencias actuales, otras de las que ya tendrás conocimiento a nivel intuitivo, pero que quizás no has comprobado y puesto en práctica y por último algunas que ya estarás practicando, y si es así, estarán aportando Luz a tu vida.

Aunque el fundamento del libro es de carácter espiritual, no por ello es un texto de pura teoría filosófica, sino que constituye una guía o manual eminentemente práctico, puesto que el desarrollo del espíritu requiere de la acción que brinda la puesta en escena de todos los conocimientos del Ser.

Todas las vivencias, ideas y conceptos vertidos en el libro son fruto de las experiencias de mi propia vida y no están basadas únicamente en el dictamen que ejerce el raciocinio, sino también en el que brinda el corazón. Por ello, a pesar de ser una obra de temática espiritual, su contenido no está ligado a doctrina o dogma alguno, como fuente de verdad única, puesto que sólo el Creador es la Verdad misma.

A Dios no se puede llegar sólo con el intelecto. Es necesario amarlo para conocerlo y no al contrario. Las personas que actúan únicamente por la lógica que brinda la razón, esgrimen que es imposible amar lo que no se conoce y su argumento encierra cierta verdad. De tal forma, el hombre que desea encontrar a Dios, primero debe encontrarse a sí mismo y saber quien es. Sólo entonces empezará a vislumbrar al eterno constructor.

Los hombres, con su ceguera confunden y limitan la espiritualidad con los dogmas, rituales, dictámenes, restricciones e imposiciones de cada religión, haciendo así divisiones de lo Indivisible. Sin embargo en lo más recóndito de cada ser, existe nuestra parte esencial, esa semilla divina de la cual todos sin distinción hemos sido creados y de la que procede la

auténtica unión con todo. De nosotros depende cuidarla, para que pueda crecer y ofrecer buenos frutos.

Es este un sencillo libro cuya lectura invita a la reflexión y a la paz del alma. No lo leas atropelladamente, sino desgranando el significado auténtico que en él se encierra. Estas páginas van dirigidas precisamente a quien desea seguir esa senda, a todos aquellos seres sinceros de espíritu y que anhelan respuestas en un mundo que parece no tenerlas y que ansían el conocimiento y la dicha eterna que siempre ha residido en nuestro interior.

Si comulgas con el conocimiento vertido en las siguientes páginas, te animo a que no te quedes en la palabrería vana, sino que ello te sirva de estímulo para la acción, con la que lograr las cotas de Alegría y Liberación que tu espíritu anhela.

Si al final de la lectura he logrado brindarte un poquito de Luz y acercarte al conocimiento espiritual y ello ha servido a su vez para que tú seas portador de luminosidad a otros; este libro habrá valido la pena, ya que este y no otro es su propósito.

Gracias por acompañarme...

**La vida se rige por Leyes, apréndelas y tendrás conocimiento,
vive conforme a ellas y tendrás sabiduría.**

Cambia tu mente, cambia tu vida

¿Qué es lo que crees?

Es una de las preguntas más importantes que puede hacerse el ser humano y de su respuesta depende en gran manera como se desarrolla su vida.

El universo de cada persona está en su mente.

Del conocimiento y la ignorancia depende en gran manera la felicidad y el sufrimiento.

¿Nunca te has preguntado a que estás conectado? ¿Qué es lo que hace que puedas moverte, pensar, sentir, actuar?

Es nada más y nada menos el flujo energético que anima todo lo que vive, la propia Vida.

¿Crees que existe el azar, que las cosas pasan por casualidad, que no existe la Justicia Divina?

Uno de los más grandes sabios de nuestro tiempo, Albert Einstein, nos dijo: “Dios no juega a los dados”. Todo tiene una razón y una consecuencia, una causa y un efecto.

Cualquier acto que queramos llevar a cabo, nace de la mente, ella es quien rige todas nuestras actividades y se convierte en el origen y fin de nuestro mundo.

Nosotros los humanos, tenemos el gran don de la libertad y podemos utilizarla para algo maravilloso, crear nuestros pensamientos a imagen y semejanza del Padre. Nuestra actitud mental determina en gran manera nuestro futuro, nuestros pensamientos son energía sutil, que van construyendo nuestra realidad en el plano físico. O dicho de otro modo, nuestro pensamiento tiende a hacerse realidad. De ahí la vital importancia de nuestras creaciones mentales.

Nuestra mente actúa a modo de un receptor que canaliza la energía de vida y la transforma a voluntad, gracias a nuestro libre albedrío.

Si Dios, nos envía su energía pura, ¿por qué nos empeñamos en distorsionarla creando conceptos erróneos que no hacen sino crear sufrimiento e ignorancia al mundo?

Si nuestra creencia en la Vida es buena, buenos serán los frutos que de ella obtengamos, pues la Vida no hace sino transmitir lo que nosotros demandamos.

Piensa por un instante lo maravilloso e incommensurable que resulta el poder de la mente, que permite que cada ser humano pueda crear y generar de forma individual su propio mundo. Sin embargo ninguna de esas ideas, pensamientos o creaciones mentales son originales. Todo proviene de Dios y cualquier concepto aún mucho antes de llegar al receptáculo físico de tu cerebro, ha sido desarrollado anteriormente por Dios, ya que nada es ajeno a Él. Tu conciencia por tanto será ilimitada si está fijada en Dios, pues de Él proviene todo poder.

Una de las peores cosas que podemos hacer los humanos es dar algo por hecho. Ese es uno de nuestros mayores errores y la principal limitación para el desarrollo personal. Nuestra vida está condicionada por diversos factores tanto genéticos, como vivenciales y todo ello va conformando nuestra personalidad. Si bien es cierto que ya en el momento del nacimiento está determinada en gran parte nuestra personalidad y nuestras pautas de conducta de nuestros primeros años de vida; el prin-

cipal aspecto que determina como será nuestra existencia es nuestra mente y modificarla y potenciarla si que está a nuestro alcance.

Sin duda alguna, nuestra capacidad de aceptación y asimilación de conceptos e ideas en nuestra mente, o dicho de forma llana, nuestra creencia; es lo que rige nuestras vidas.

Es evidente que la creencia determina el rumbo de nuestras vidas y ello lo observamos de una forma clara en las personas de comportamientos más radicales, que llevan su creencia hasta el fanatismo, sea ideológico, religioso o de otro orden.

Tu mente es un instrumento poderosísimo, te asemeja al Creador y con ella puedes manipular energía a tu antojo. Pero recuerda que la energía no es buena ni mala en sí misma, sino que dependiendo del uso que le des, TU LA HACES BUENA O MALA.

Cuando tomas plena conciencia de este hecho, ¿a qué esperas para empezar a crear todo lo bueno que hay en la vida y de lo que tú eres capaz? Planifica mentalmente como quieres que sea tu vida, tus relaciones de pareja, de amistad, tu plan económico, de trabajo, etc.

Los cimientos de tu nueva vida se están construyendo en tu mente ahora. Es importante que decidas como deseas que sea tu futuro, porque ahí vas a pasar el resto de tu vida.

Aunque si lo analizamos veremos que parece increíble, ¡la mayoría de cosas que creemos las hemos aprendido de otras personas y sólo por ello las hemos aceptado como ciertas! Es decir, nuestra base de creencias no está basada en nuestra propia experiencia y discernimiento, sino en lo que los demás creen y nos dicen que hemos de creer.

Esto es especialmente cierto en la edad infantil en la que vamos formando nuestro carácter por las influencias de los padres, pero tiene continuidad a lo largo de nuestra vida y curiosamente los conceptos negativos son los que nuestra mente subconsciente graba con mayor facilidad. También existen otras creencias que impregnan ya desde el nacimiento

nuestro campo mental y que por ley de magnetismo son atraídas a nuestra conciencia y estas son las creencias de grupo o raza, en dependencia del lugar del nacimiento del ser.

Esto deriva en que los seres nacidos en determinados países poseen genéricamente unas características comunes a modo de inconsciente colectivo de esa nación determinada.

Reflexiona por un instante sobre los caracteres globales de los individuos de dos países distintos, que aún teniendo sus límites fronterizos contiguos, difieren en mucho en mentalidad de sus habitantes.

Debido al auge en el uso de las telecomunicaciones, que propicia la globalización del planeta y a otros factores, como son la mezcla de razas y los nuevos niños resultantes de estas fusiones; este aspecto en su nivel nacional, irá menguando paulatinamente en un futuro próximo, para tomar más cuerpo el inconsciente colectivo mundial.

Incluso para las personas con alto coeficiente intelectual y dotadas de un cerebro prodigioso, es necesario evaluar periódicamente cual es el estado de cuentas de la mente, al igual que en un almacén se realiza el inventario.

Aunque la persona se discipline a seguir unas pautas determinadas, incluso en el camino espiritual, esa decisión debe estar marcada por un pleno convencimiento proveniente de ideales internos. El compromiso con uno mismo es ineludible y no está condicionado por ningún agente exterior.

Esta afirmación es válida siempre, incluso para las afirmaciones que yo estoy haciendo ahora, por ello te invito a que no te quedes en la teoría y repases y compruebes por tu propia experiencia, cual es tu verdadera actitud mental.

La mente actúa cual poderoso ejército y opera en diversos niveles, que interactúan entre sí:

Subconsciente

Lo forman las ideas grabadas a lo largo de nuestra existencia y suele conformar nuestro sistema de creencias más íntimo.

Una forma de ir ejercitándolo es ir renovando nuestra casa mental para ir adecuándola a las mejoras que queremos que se produzcan en nuestra vida.

Conciencia

Está conformada por las experiencias y las ideas que guarda nuestra mente activa y que en el estado de vigilia tenemos presentes.

En este estado en el que nos mantenemos despiertos nuestro cerebro emite ondas beta, que nos permiten actuar y efectuar los procesos de pensamiento lógicos.

Así mismo la conciencia también almacena nuestro caudal espiritual, y a medida que nos adentramos en una vida más acorde al espíritu, nuestra conciencia va expandiéndose.

Supraconciencia

Es el nivel más elevado en el cual sentimos la Unidad con Dios y experimentamos nuestro Real Ser, no como individuos, sino como espíritu. A pesar de que es nuestro estado natural por derecho, este permanece oculto, debido a que el humano ha abandonado su conciencia de la Totalidad para sumergirse en la confusión de las divisiones.

Estado de vigilia

En este estado en el que nos mantenemos despiertos nuestro cerebro emite ondas beta, que nos permiten efectuar los procesos de pensamiento lógicos del intelecto.

Estado de relajación

La frecuencia de nuestras ondas cerebrales baja considerablemente y es el estado ideal para reprogramar la mente. Esto es así porque las ondas

alfa que son emitidas, facilitan la memorización de la información en el subconsciente. De hecho numerosos programas de estudio y superaprendizaje subliminal trabajan en esta frecuencia de onda.

Estado de somnolencia

Es la fase que precede al sueño profundo, pero en la cual no dormimos.

La mente emite ondas theta, y en este estado permanecemos en la meditación profunda y en la ensoñación. Existe creatividad, los altos niveles de sugestión y los impulsos de inspiración. Por sorprendente que parezca, esta situación es dominante de los 2 a los 5 años de edad.

Estado de sueño profundo

En este nivel las ondas cerebrales emitidas, Delta, son de bajísima frecuencia y producen el estado en que dormimos.

Gobierna tu mente y serás el rey de tu mundo.

SÉ TU MEJOR ALIADO

En función de la conciencia de todas las cosas, sus resultados fluyen a nuestro mundo. Tu conciencia de salud es lo que aleja la enfermedad. Tu conciencia de abundancia es lo que atrae el dinero y la prosperidad. No son sino tus conceptos limitados los que ponen el freno al caudal de provisiones de la Vida.

Los resultados se manifiestan en función de la amplitud de conciencia de cada ser, por tanto a medida que ésta va desarrollándose, mayor será el flujo que nos aportará.

En el interior de cada individuo se halla la respuesta a todos los interrogantes. Cada ser humano que está en la Tierra, tiene en sí mismo el potencial de experimentar las maravillas del Universo. Para ello debe vencerse a sí mismo, ya que el propio ego se convierte a su vez en el principal obstáculo para que el Ser pueda sentirse libre de las ataduras que impone nuestro mundo.

Recuerda que tú eres tu mejor amigo, y la persona más importante de tu vida, pero si no sigues las reglas de la Vida, puedes convertirte en el peor de tus enemigos. Si realmente deseas mejorar tu vida, has de saber que está en tu mano, pero que ello te obligará a establecer cambios profundos y a renunciar a ciertos hábitos de conducta.

No es posible desear avanzar en el mejoramiento personal, en tu desarrollo interior y en espiritualidad, y no estar dispuesto a pasar por el esfuerzo que ello conlleva.

En ocasiones he conocido personas dispuestas a mejorar su vida, pero en la realidad el cambio no se producía nunca. ¿Sabes cuáles son los principales obstáculos que has de superar? El miedo, la comodidad y la resistencia al cambio.

Muchas veces esos miedos o como yo los defino, “fantasmas interiores”, son buenos, porque precisamente te están indicando el camino, son esas lucecitas que aunque no nos gusten, nos muestran a modo de guía;

que aspectos debemos corregir. Son en definitiva, los impedimentos para avanzar y en la gran mayoría de las veces por culpa de las limitaciones que nos autoimponemos.

La gran mayoría de conceptos negativos preestablecidos, que nos limitan y que poseen muchas personas, suelen ser del tipo:

- Soy incapaz de hacerlo
- No soy atractivo/a
- No tengo suerte
- Soy demasiado gordo/a
- Es imposible conseguirlo
- He nacido para ser pobre
- Ya probé y no funcionó
- Nadie me quiere
- Nunca lo lograré
- Esto me pasa por bueno/a
- Nunca me tocará la lotería
- Esto sólo está al alcance de algunos

¿Te suenan?, Seguro que algunas de ellas las has utilizado alguna vez, todo el mundo lo hace. Todas estas afirmaciones, son expresiones de limitación, que no hacen sino aumentar esa cualidad que no queremos ver reflejada en nuestra existencia. Cuando verbalizamos estas expresiones, ponemos en marcha el poder de la palabra, e inconscientemente estamos obstaculizando, poniendo frenos y construyendo barreras para lograr lo que deseamos.

Sin darnos cuenta, a menudo estamos potenciando precisamente lo que no queremos, y la vida, que es muy obediente y que se rige por sus inquebrantables Leyes, nos proporciona lo que pensamos, lo que mantenemos en nuestra conciencia. Ya nos lo dijo el Maestro Jesús “Donde esté vuestro tesoro allí estará vuestro corazón”.

Muchas veces intentamos chantajear a la Vida y esperamos cambiar nuestra actitud y nuestros pensamientos cuando cambien las circunstancias, pero las reglas de la vida no son así.

No importa por cuanto tiempo y con cuanta insistencia te hayas repetido estos conceptos erróneos en tu interior. El momento del cambio es ahora.

Sí, efectivamente, ahora puedes cambiar en tu mente, con sólo tu ardiente deseo. Todos esos patrones que han estado perjudicándote y limitando tu vida, pueden ser sólo un sueño. Aunque una habitación haya permanecido a oscuras durante muchos años, cuando encendemos la luz, toda ella queda iluminada al instante. De igual manera debes comprender que la actitud que cuenta es la de ahora y no la que tuviste en el pasado, por persistente que ésta haya sido.

Toda creación mental continuada y mantenida con intensidad, construye las condiciones óptimas para atraerla al mundo físico, cualquiera que sea su naturaleza. De tal forma, debes comprender que la potencia de tales pensamientos crea entidades o formas de energía sutiles y aunque permanezcan vetadas para los sentidos ordinarios, sin embargo son tan reales como tú.

La belleza o repugnancia de todas las manifestaciones depende de la cualidad con que las impregnes, según tu voluntad y discernimiento. Ellas son meras creaciones, pero han sido dotadas de la inteligencia y la cualidad con que tú las creaste y actuarán en consecuencia a su naturaleza sin importarles como sea ésta.

Si un individuo siente cualquier emoción negativa y desea eliminarla, la forma certera y eficaz de hacerlo no es ni resistiéndose, ni liberándola, sino tomando conciencia de ella y reconduciendo su energía. No olvidemos que cualquier cualidad que manifestemos, no es más que energía expresada en uno u otro polo.

La manera más sencilla y efectiva de ir reemplazando nuestros patrones erróneos por otros positivos es ir enviando a la mente subconsciente los mensajes que deseamos sean grabados en ella, de esta forma iremos poco a poco reeducándola y creando pensamientos adecuados para conducir nuestra vida de una forma mucho más elevada.

No puedes culpar a nadie por lo que piensas, tu eres el dueño de tus pensamientos y si estos son buenos, tu vida poco a poco irá transfor-

mándose. No eches en cara nada a nadie, tu estado mental depende de ti, hazte con el control.

Uno de los primeros pasos para el Ser que desea avanzar en su camino espiritual, es el de conseguir el autodomínio. Esta postura de control interno, nos hace dueños de nuestras creaciones mentales y nuestras actitudes y nos reviste del poder del espíritu.

Debido a que nuestro mundo es dual y tal como nos dice la tradición oriental está gobernado por energías opuestas y complementarias a la vez, como el yin y el yang; es importante encontrar el equilibrio y la ecuanimidad. Nuestra conducta debe mantenerse permanentemente serena, bien sea en la actividad o en la quietud. Para ello el dominio de nuestra esfera mental, es de vital importancia.

El control sobre nuestros hábitos, sean buenos o malos es indispensable para poder tomar las riendas de nuestra existencia y gobernarla.

En numerosas ocasiones actuamos movidos por la fuerza de la costumbre y esta es mayor, a medida que lo es el tiempo que llevamos practicando dicha costumbre. Si una persona desea modificar un hábito que considera negativo, debe fijar su conciencia en la cualidad opuesta a la que está manifestando. De esta manera el subconsciente va reprogramándose para adaptarse a la conducta que deseamos expresar.

Esto opera de forma inmediata en los planos sutiles, pero no ocurre siempre así en nuestro plano, ya que se manifiesta con mayor o menor rapidez, dependiendo de la evolución de la persona y de la concentración mental y la fuerza de voluntad que ésta posea.

Al tiempo que vamos tomando conciencia cada vez mayor de la cualidad y la intensidad de nuestros pensamientos, nuestra capacidad para incidir en la materialización de estos, también se hace mayor.

El equilibrio resultante de esta conducta, nos dará una visión más certera y juiciosa de las cosas. Cuando controlamos nuestra actividad mental, logramos mantener una actividad calmada y un reposo activo. Ade-

más, ello nos ayuda a mantenernos con una apertura de conciencia que hará que progresivamente aumentemos nuestro conocimiento interno.

Debido a diversos factores, como la ejecución de la ley de causa y efecto, el ser humano común, que actualmente se halla en la Tierra, no puede controlar todos los acontecimientos que marcan y condicionan de uno u otro modo su existencia, puesto que la naturaleza de estos, sobrepasan en mucho su entendimiento. Pero lo que si puede determinar en base a su actuación presente, es el resultado que tales producirán en un futuro. Podríamos decir algo tan sencillo pero tan complejo a un tiempo, como que lo único que depende de nosotros es nuestra propia actuación.

Aunque el tiempo es un concepto sujeto a nuestra dimensión física y por ello íntimamente ligado a su relatividad; es necesario en nuestro plano, para que puedan desarrollarse de forma adecuada los acontecimientos que necesitamos para nuestro aprendizaje.

Cuando meditamos sobre la naturaleza del tiempo cronológico desde la óptica que brinda el espíritu, observamos que este no es más que un puente virtual, trazado desde la mente sin tiempo y en el cual tiene lugar el teatro de la vida, con todo su repertorio de personajes.

Otro ejemplo que te ayudará a comprender la irrealidad del tiempo, es la semejanza que este tiene con una línea trazada en el interior de una circunferencia, donde cada línea que describamos en su interior tiene su origen y fin en el propio círculo, que es lo que le da la razón de ser, puesto que sin la esfera no existiría el principio y el fin y sin embargo el propio círculo carece de ellos.

**Haz que tus pensamientos sean siempre constructivos,
que aporten Luz, porque ellos construyen tus creencias
y tus creencias construyen tu vida.**

ES MÁS FÁCIL DESTRUIR QUE CREAR

Si en nuestro mundo físico, formado por los átomos de la materia, cualquier realización, un edificio por ejemplo, puede llevar años de dedicación y esfuerzo para construirlo y sin embargo la explosión de una bomba puede reducirlo a pedazos en un solo segundo, en el campo espiritual también las energías negativas acuden con mayor rapidez que los aliados de la Luz. Debido a ello es más fácil caer en hábitos destructivos y conductas perjudiciales, por la simple fuerza de la costumbre, que construir auténticos valores y virtudes que son los pilares que fortalecen realmente al ser humano.

Este principio también actúa análogamente en el campo de los pensamientos y es por ello, que si nuestra conducta en el pensar no está disciplinada y enfocada hacia la naturaleza superior, fácilmente nuestra mente divagará, hasta llegar a los terrenos de los pensamientos negativos. Crear las condiciones necesarias para que tu mente sea un foco de luz, requiere práctica y esfuerzo. Lo fácil es lo que hace el hombre común, que nada en las playas de la ignorancia.

El mundo de los sentidos y las tentaciones de la materia, son sin duda experiencias provocadoras, ya que nuestra conciencia siempre ha estado enfocada hacia lo externo.

Cualquier acto que realizamos tendemos a repetirlo, esto es bien comprendido por los educadores infantiles, pero es la tónica que seguimos también en la etapa de adultos. Cuando sentimos el deseo de expresar una sensación de forma continuada, se produce el hábito.

Los hábitos realizados sin conciencia no son positivos para el hombre, ya que aún los buenos, acaban por realizarse por pura costumbre y no proceden entonces de una postura interior de autocontrol.

Parece absurdo que los humanos puedan apegarse a conductas que les son perjudiciales. Pero realmente esto es una evidencia de la ignorancia y falta de luz de la humanidad.

Las experiencias sensoriales ofrecen en principio un mundo de placer dulce, pero acaban manifestando el sabor de la amargura. La persona que

reiteradamente adopta el hábito, acaba por ser atrapado por él y sigue aferrado a éste, sin desprenderse, aunque le ocasione daños evidentes. Ejemplo claro de ello lo observamos en las conductas adictivas, en las cuales el hábito se ha hecho tan persistente que incluso llega a ahogar la voluntad de la persona.

Toda sensación se experimenta en la mente y si meditamos sobre ello, veremos que el placer que proporcionan los sentidos, se desvanece cuando retiramos nuestra atención mental de ellos. Por ello el dominio de la mente es un aspecto básico para lograr fines superiores.

El hábito es un dictador que ejerce el dominio sobre la persona y la obliga en ocasiones a mantener conductas contrarias a su propio bien. Cuanto más fije la persona su conciencia en el mundo de las sensaciones y la materia, más apegado estará a ser esclavo de sus hábitos.

Dios ha dispuesto todas las experiencias para la progresión interior de nuestra alma y aunque la ceguera de la visión humana nos impide ver la perspectiva global del plan divino, debemos saber que los aparentes obstáculos nos han de proporcionar nuestra superación y liberación terrenales.

Las dificultades existentes aún para aquel que desea seguir la senda evolutiva, constituyen los elementos adecuados para que expresemos las virtudes del Padre: Amor, Fortaleza, Perseverancia, Luz, Alegría, Sabiduría, Entrega, etc.

El ser que está evolucionado debe generalmente atravesar pruebas mayores, ya que también mayor es su vibración espiritual. En cualquier caso las pruebas siempre están a la altura de nuestras capacidades y en nuestra voluntad está el superarlas. ¡Esfuézate y lucha por tus sueños!

Es precisamente en esos momentos de dificultad cuando tenemos nuestras auténticas pruebas evolutivas, ¿o acaso alguien puede acreditar unos conocimientos si no ha demostrado que ha superado un examen para valorar su capacidad real? Incluso en nuestro comportamiento humano

valoramos a las personas cuando han estado a la altura de las circunstancias en momentos difíciles para nosotros, ahí es donde se demuestra la calidad y la madurez del espíritu.

En ocasiones muchos seres se sienten desfallecer cuando intentando seguir la senda del espíritu los acontecimientos les son desfavorables y es precisamente en esos instantes donde el alma está siendo probada.

Aunque sientas que no puedes avanzar, da un paso más, demuéstrate a ti mismo de que eres capaz.

NUESTRAS CÉLULAS TIENEN MEMORIA

El cerebro es el órgano físico que sirve de receptáculo a la mente y donde se construyen los procesos mentales, sin embargo una de las principales actividades de la mente que es la capacidad de almacenar recuerdos, no se halla únicamente en el cerebro.

Quizá el siguiente caso te ayude a comprenderlo:

Hace unos años, una niña colombiana fue brutalmente violada y asesinada. Los padres de la criatura quisieron donar su corazón y este fue trasplantado a otra niña enferma, de edad similar que gracias al corazón pudo seguir con vida. A los pocos días de efectuarse el trasplante, la niña comenzó a tener pesadillas por las noches en las que un hombre la violaba y estas eran de tal intensidad que los padres requirieron de los servicios de un psicólogo. El caso fue de tal magnitud, que tanto médicos como los servicios policiales estudiaron el caso, y la niña llegó a ser capaz de hacer una descripción del lugar y del asesino que veía en sus sueños, hasta el punto que este resultó ser el criminal que había asesinado a la niña que donó el corazón.

¿Qué había ocurrido?

Las células llevaban impresa la memoria de ese recuerdo y estas habían sido transferidas a través del corazón trasplantado. Es un caso duro y extremo, pero que te ayudará a comprender, como se graban los hechos dolorosos en nuestra mente y en nuestro cuerpo.

Toda célula que conforma el maravilloso micromundo que es nuestro organismo, está dotada de inteligencia y conciencia. Ellas suponen un inmenso y poderoso ejército, a la vez que obediente. Todas esas unidades que están en tu interior, están entrenadas para seguir fielmente tus dictámenes, ellas no están dotadas a nivel individual del poder de la voluntad. Son tus fieles soldados que únicamente esperan recibir tus órdenes, para cumplirlas implacablemente, pero debes tener cuidado que tipo de mandatos les ordenas, pues una vez ejecutada tu orden, ¡no se detendrán ante nada!

Este símil, te ayudará a comprender como el ser evolucionado trabaja siempre a favor de la Luz y como siempre está en tu voluntad y en tu esencia espiritual el tomar el autodomínio y regir sobre tu propio mundo.

Todas las emociones, sentimientos y pensamientos son energía sutil, pero poderosa, que se adhieren a nosotros y llegan a formar parte de nuestro ser, conformando nuestra aura o cuerpo vibracional. Desde el momento que sabemos que podemos modificar nuestras actitudes, pensamientos y emociones, sentiremos la maravillosa sensación de sentirnos libres y con capacidad para ser dueños de nuestro destino.

Para cualquier persona es fácil comprender de forma práctica, que el futuro de sus próximos años depende en gran manera de cómo actúe, se forme y se desarrolle en el presente. Evidencia de ello, lo observamos en aspectos ordinarios como son la formación académica y profesional de un joven, que le capacitarán para obtener determinado empleo, estando la calidad y remuneración de éste, generalmente en concordancia con las habilidades y estudios que haya desarrollado en el pasado.

Así, también en el terreno económico comprendemos que quien de joven y en su etapa laboral no ha sido capaz de ahorrar para la vejez, pasará muy probablemente sus últimos días con muchas dificultades monetarias.

Del mismo modo, todos los aspectos globales de nuestra existencia, vienen predeterminados tanto por las acciones y pensamientos de esta vida, como de las anteriores, y todo ello queda reflejado invariablemente en nuestro cuerpo energético.

Si entendemos que a través de la inteligencia con que está dotada cada partícula del cosmos, toda la Vida está orquestada por el gran Director, nos será de fácil entendimiento la unidad de toda la Creación. Este ligamen cósmico hace posible que nada se pierda en el universo.

Si en nuestro mundo financiero sabemos que cualquier acontecimiento político o empresarial, afecta a los valores bursátiles; de la misma forma cualquier acto que realicemos en nuestra vida, queda invariable-

mente reflejado en la conciencia global. Nada se pierde en la economía del Universo. Por tanto, el Ser que ha invertido en buenas semillas recogerá de forma certera buenos dividendos.

Esta Ley espiritual, conocida como Ley de Causa y Efecto o Ley de Compensación, tiene su equivalencia en leyes físicas. Ya la comunidad científica ha observado la ineludible relación existente entre el mundo atómico y el macromundo. El descubrimiento de los quarks o partículas más pequeñas de los átomos y su estudio en el campo de la física cuántica, aportará próximamente pruebas de la comunión Ciencia-Religiosidad, que por tantos siglos ha estado dividida.

No sigamos intentando hacer absurdas divisiones de lo indivisible.

La interrelación de toda partícula del cosmos, proviene de la esencia espiritual de todo lo creado, el Amor.

EL SUBCONSCIENTE, EL MOTOR DE NUESTRA VIDA

La mente humana tiene diversas habitaciones y los huéspedes principales se acomodan en el subconsciente.

El hecho evidente que nuestra mente subconsciente va conformando nuestra vida, lo observamos en las pruebas de la hipnosis clínica. Bajo el estado hipnótico es posible cambiar ideas, prejuicios y conceptos de un individuo, hasta el punto que lleguen a formar parte de él y por lo tanto, este llega a cambiar su esfera mental, modificando posteriormente su conducta externa. En el caso de los hábitos destructivos para la salud, como por ejemplo, el tabaquismo o el alcoholismo, resulta de mucha utilidad, puesto que en el estado consciente, muchas personas carecen de la voluntad suficiente para implantarse nuevos ideales por los que luchar.

Sabemos científicamente, que el ser humano está mucho más capacitado para recordar hechos y situaciones que para memorizar números o letras. Nuestra memoria emocional es mucho más potente que la memoria del intelecto, pero cuidado, porque ello supone un arma de doble filo si no sabemos manejarla bien.

Los recuerdos y experiencias de los primeros años de vida, en los que nuestra personalidad está formándose, son muy importantes porque de ellos depende en gran medida como se desarrollará nuestra existencia. Todas estas vivencias unidas a los acontecimientos futuros de nuestra vida, van desarrollando nuestras creencias más íntimas y ellas se instalan en nuestra mente subconsciente.

Las funciones de control de nuestra mente, en las que rige la lógica y el intelecto, son mantenidas por el hemisferio derecho del cerebro, y son la parte consciente de nuestra vida. ¿Pero, que hay de aquellos pensamientos y sentimientos que mantenemos en lo más íntimo de nuestro ser y de los que en el devenir cotidiano no somos conscientes?

Pues bien, esa parte tan olvidada, es la principal de nuestra mente. Es en definitiva nuestra guía interna y que sea positiva o negativa depende de las órdenes que en ella se hayan introducido.

La mente subconsciente actúa de forma similar al hardware de un ordenador, es decir está siempre ahí independientemente del programa que estemos ejecutando.

La vida en su generosidad, nos da al ser humano la oportunidad de modificar nuestra programación, nuestro subconsciente, siempre que lo deseamos. La estructura siempre será la misma, pero en ella podemos introducir el programa que deseemos: amor, perdón, comprensión, fortaleza, esfuerzo, valentía o también odio, rencor, miedo, cobardía, venganza, etc.

Es nuestra elección, la mente no elige, ERES TU QUIEN ELIGE y en función de esa elección cosecharás tus resultados.

Muchas personas se comportan de forma pasiva, de tal manera que es como si permitiesen al ordenador ejecutar el programa que él deseara y se limitaran a ser meros espectadores.

Te pondré otro ejemplo:

Puedes sembrar un campo con patatas, coles, tomates o zanahorias. Dependiendo de la semilla cultivada cosecharás un fruto u otro. Si lo deseas el próximo año puedes volver a resembrarlo con otras hortalizas, puede ser que haya tormenta y la cosecha se eche a perder un año, o quizás varios y tengas que volver a sembrar con esfuerzo, pero lo que es evidente es que siempre obtendrás la cosecha en función de la semilla sembrada. Eres tú quien hace la elección.

Esto que resulta tan obvio, es igual de cierto en nuestra vida, con la salvedad que los resultados no son siempre igual de efectivos y rápidos que en un campo de cultivo, pero en ningún caso serán diametralmente opuestos a lo que elegiste. Si sembraste amor, amor será lo que recogerás, es Ley de Vida. ¿No es estupendo saber que tienes en tus manos la potestad de cosechar los frutos más maravillosos del mundo?

Ahora bien, ¿sabes lo que realmente estás sembrando en tu mente y en tu corazón? Si tu permites que tu mente sea quien te controle te encontrarás dando tumbos de un lado a otro sin tener el control de tu vida.

La gran mayoría de personas son totalmente ajenas a este hecho y ello permite que la masa humana sea dominada por las corrientes de pensamiento general que mueven el planeta.

La mayoría de seres humanos no dominan su mente, sino que la mente es la que los domina a ellos, cuando actuamos así, no nos damos cuenta que no controlamos nuestra vida, sino que somos controlados por ella.

Quien así actúa, se comporta como aquel que teniendo el coche más moderno y potente del mundo, se sienta al volante sin saber su funcionamiento. ¿De qué te sirve todo el poder si no sabes ejercerlo?

¿Dominas tus sentimientos, emociones y pensamientos? Si no es así, no tienes el control de tu vida.

Levanta tu ánimo, puesto que lograrlo es tu derecho. Controlar estos aspectos no significa ser una persona calculadora, fría, y sin sentimientos, todo lo contrario. Significa que hemos evolucionado y somos mejores personas. Con este control sobre nuestro yo, nos ayudamos a nosotros mismos y estamos en disposición de ayudar a los demás, puesto que seremos más conscientes.

La persona que no posee el dominio de sí misma, siendo un auténtico gigante, malgasta y desaprovecha su vida creyéndose un enano y como tal piensa y vive. No importa lo que en realidad estés expresando en tu existencia, importa lo que tú crees que eres. Tu universo está en tu mente. ¡Reorientala y maravíllate!

Al igual que cada ser humano posee una conciencia individual, también existe la conciencia grupal y otra mayor, la conciencia global o planetaria, también llamado inconsciente colectivo. Esta última almacena los recuerdos de toda la historia de la humanidad y en mayor o menor porción ella es impresa en cada ser humano que nace en la Tierra.

¡Si observamos por un instante la historia del ser humano, nos haremos a la idea de qué tipo de pensamientos puede contener dicha mente global!

Lógicamente esta conciencia global posee un enorme poder para ir filtrándose en las mentes individuales y lo hace muy sutilmente y de forma certera: yendo directamente a nuestro subconsciente. Es por ello que el tener el propio criterio, discernir, pensar por ti mismo/a y decidir y experimentar los cambios en tu vida, por propia experiencia es un camino a menudo difícil, aunque la recompensa valga la pena.

Has de saber que los pensamientos son energía en acción y tienden a concretarse. Si tu vibración es de Amor y positividad, atraerás lo semejante, pero si por el contrario tus sentimientos y pensamientos son de odio y negativos (las vibraciones más bajas), también eso será lo que llegará a tu mundo. Medita sobre esto y comprenderás la importancia de mantenerte siempre en vibraciones elevadas.

En ocasiones he hablado con personas que me preguntan, como es posible que teniendo una mentalidad positiva, parece que la vida les da la espalda y la suerte les es esquiva. Es cierto que hay seres muy sensibles y con gran capacidad de amor al prójimo a los que la vida parece tratarlos mal. La explicación a ello obedece a diversas causas y es que es comprensible que las personas más evolucionadas estén sometidas a pruebas más difíciles que los espíritus básicos, precisamente porque tienen mayor capacidad para afrontarlas y no debemos olvidar que este es uno de los motivos por los cuales estamos en este planeta.

De todos modos, existen personas de muy buen corazón que no se dan cuenta que a pesar de tener una orientación mental positiva en sus actos, la mente reactiva guarda todavía los patrones erróneos antiguos que se grabaron en su parte más íntima y permanecerán ahí hasta que ella misma los elimine.

Sólo es posible vivir una vida con plenitud si nuestra mente está totalmente limpia de conciencia negativa.

Existen personas que a pesar de tener actitudes positivas y afrontar la vida con entusiasmo, en lo más íntimo de su ser, no creen que merezcan el éxito, en otras palabras, ellos mismos se cierran la puerta de la prosperidad por creerse indignos de ella, es como si tuvieran miedo del éxito

y éste no fuera con ellos. El primer paso para ser personas de éxito es creernos merecedores de él, así abrimos el canal para que este fluya libremente hacia nosotros.

Sorprendentemente existen personas buenas, que se desviven por ayudar a los demás y sin embargo son incapaces de ayudarse un poquito así mismas y de pedir lo que ellos en justicia merecen. Este es un concepto muy arraigado en la mayoría de personas pues forma parte de la conciencia de limitación que existe en gran parte de las mentes de la Tierra.

El universo es ilimitado y abundante, hay de todo y para todos, sólo hemos de reclamar lo que es nuestro y la vida nos lo dará a su tiempo. Recuerda, eres tú quien elige. Si nos queremos más y nos valoramos en nuestra justa medida la conciencia de abundancia traerá éxito y riqueza a nuestra vida.

En mis primeros años de labor comercial, me di cuenta de cómo las personas juzgamos y damos por hecho cosas, sólo porque formamos en nuestra mente barreras, como son los prejuicios y patrones preestablecidos. Por nuestra ignorancia normalmente estos nos llevan a conductas erróneas.

Uno de mis primeros trabajos de juventud, fue vender colecciones literarias y te aseguro que es un trabajo enriquecedor para el espíritu y del que he aprendido más sobre la condición humana.

Un claro ejemplo de que los humanos nos movemos por emociones y no por patrones lógicos de conducta, lo observamos en este caso real que me sucedió hace ya algunos años:

Visité a una de nuestras clientas de la editorial, era una chica muy culta, con muchos conocimientos literarios y una extensa biblioteca, de la más diversa temática. Era evidente que esta persona era una potencial compradora y animado en la casi segura venta, me dispuse a “soltarle” todo mi argumentario para que se quedara la colección que le ofrecía. A pesar de gustarle mucho la obra, ya desde un principio me indicó muy seriamente que no iba a comprarla, porque no disponía de dinero, por lo cual, no era necesario que le expusiera todos los detalles. Yo lógicamente estaba entrenado para superar estas obje-

ciones e hice oídos sordos y proseguí con mi “estupendo” discurso de ventas. A lo largo de la conversación me volvió a indicar que le parecía muy buena, pero que no iba a comprarla por motivos económicos. Tras una hora de intentar infructuosamente el cierre de la venta, yo estaba ya haciéndome a la idea de que no iba a poder convencerla, y aunque no sabía muy bien el por qué de su negativa y sabiendo que el dinero era más bien una excusa que una causa real, proseguí intentando venderle la colección, con todas las técnicas de venta que había aprendido. Tras un rato de nuevas explicaciones, de nuevo volvió a interrumpirme pero esta vez lo hizo de forma tajante, diciéndome textualmente: “Oye, te agradezco mucho la explicación, y la colección está muy bien, pero ya te he dicho varias veces que no voy a comprarla y si me lo permites, son las 10.30 de la noche y tengo que cenar”. Me quedé hundido, había perdido la venta y además estaba literalmente invitándome a que me marchara de su casa. Pero afortunadamente quise jugar mi última carta y pensando que ya lo tenía todo perdido y tras pensar por un instante lo que acababa de decirme, le respondí de la forma más cariñosa y con la mejor sonrisa que pude:

“¿ Ah sí, y que tienes para cenar?, porque podemos seguir charlando de libros mientras cenamos.”

Ella se quedó mirándome por un momento y tras un segundo de seriedad, empezó a reírse a carcajadas al tiempo que me decía: “está bien, te la compro, lo conseguiste”. Ante mi sorpresa, la misma chica que hacía unos segundos me estaba despidiendo de su casa, ahora cogía el bolígrafo y ella misma rellenaba la solicitud de compra.

¿No es increíble?, una hora y media de conversación seria, rigurosa, con argumentos literarios bien documentados, y toda mi verborrea y sapiencia comercial, no habían servido para convencerla; sin embargo una sencilla broma, había conseguido que esa chica riera a carcajadas y acabara comprando la colección.

Parece absurdo, pero esa broma arriesgada aunque con cortesía, fue una forma de decirle a su subconsciente que aceptara lo que su parte racional negaba, al tiempo que la hizo simpatizar. Ese día conseguí una gran venta, pero lo realmente importante fue el aprendizaje que extraje de esa experiencia.

El verdadero conocimiento de la vida radica en el espíritu y este es puesto a prueba en las experiencias cotidianas que todos tenemos. Cualquier acto del día a día, por insignificante que pueda parecerse, nos ofrece una oportunidad única e irrepetible de mejorar.

Hace unos años, cuando inicié mi actividad en el sector financiero, a pesar de ser uno de los líderes de ventas de la compañía y de estar muy bien considerado por la empresa, uno de los directivos solía reprenderme a menudo por mi forma de comportarme con los compañeros, ya que a menudo solía hacerles reír, imitando la voz de personas, explicando chistes o contando cualquier anécdota graciosa.

Siempre me decía: “¡No me distraigas a los comerciales, no quiero ni pensar cuanto dinero ganarías si dedicaras toda esa energía a los clientes!”

Pasado algún tiempo en el que dejé de trabajar en aquella oficina, pasé un día a saludar a mis antiguos compañeros. No creo que nadie me recordara en absoluto por haber sido el mejor vendedor, ni por haber logrado este o aquel premio y ello ni me interesaba lo más mínimo, pero lo que no olvidaré y fue para mí fue una gran satisfacción, fue cuando tras charlar con una compañera me dijo, “te echamos de menos, desde que te has marchado esto parece un entierro”.

Fue entonces cuando di por buenas todos aquellos momentos vividos, todas aquellas risas, aún a costa de las broncas de aquel director, que por cierto, tampoco trabajaba ya en aquella oficina.

Las personas nos recuerdan por la ayuda y el amor que les hemos brindado. Pasado el tiempo, yo tampoco recuerdo el trabajo por las broncas de aquel director, por el dinero que gané, o por los premios obtenidos, sino por los buenos momentos que me dejó en el corazón y por encima de todo, por las estupendas personas que conocí. Esa es la verdadera riqueza que guardaré por siempre.

A las personas nos mueven las emociones y el subconsciente, mucho más que el raciocinio y la lógica.

UN NUEVO DÍA, UNA NUEVA VIDA

La vida no se estanca, el agua de un río fluye libremente y no se pregunta por el día de ayer y tampoco lo hace el resto de la naturaleza, que no hace sino manifestar su esplendor.

Todos nos preocupamos cada día de estar aseados y con ropa nueva, y de alimentarnos con comida nueva. Sin embargo, ¿por qué no hacemos lo mismo con nuestra mente?

Tenemos que aprender a realizar la limpieza mental, a eliminar toda esa basura emocional, que a lo largo de los años se ha ido acumulando en los rincones de nuestra habitación interior, que es nuestra conciencia y hemos de permitir que el aire fresco nos renueve y purifique.

¿Por qué te preocupas si el día de ayer trajo dolores y penas?. Ya pasó. Libérate y disponte a vivir el día de hoy con plenitud.

No importa lo que sucedió ayer, ni lo que está por venir, el aquí y el ahora es lo que cuenta, tu felicidad está en tu mente en este mismo momento, en este preciso instante en que lees estas líneas y te preparas para cambiar tu vida, para llenarla de éxito, de amor y renovación.

Tú eres la persona más importante de tu vida y mereces todo lo bueno que la vida puede ofrecerte. La vida está dispuesta a darte todo lo que tu necesitas, pero ¿tú estás preparado para recibirlo?

Sorprendentemente muchas personas tienen buenos sentimientos y externamente parecen adoptar una actitud positiva ante la vida. Sin embargo, ¿sabes realmente que esconde su mente?.

¿Cómo empiezas cada día? ¿Malhumorado, ensañándote contigo mismo y martirizándote por los errores del pasado? ¿Preocupado por lo que esté día te deparará?, o por el contrario, ¿te despiertas lleno de alegría y agradecimiento por la nuevas oportunidades que te ofrece?

Es muy importante despertarnos cada día con esta sensación de gozo y bienestar puesto que este estado mental será el que traslademos fácilmente a toda la jornada. Recuerda si estás triste o preocupado por el pasado, que no existen errores, sino experiencias y aprendizajes que nos ayudan a evolucionar y que los problemas están ahí para que los superemos, no para ignorarlos.

Muchas personas viven en un estado de limitación sólo porque en el pasado tuvieron malos resultados, o no vieron cumplidas sus expectativas en algo que habían luchado con insistencia y han condicionado el resto de su vida por ese “fracaso”. Esta es una de las razones que más causas de resentimientos y frustraciones causa en las personas, los deseos y aspiraciones no logrados, y en numerosas ocasiones se convierten en fuente de amargura y cortan nuestro desarrollo.

A veces tras una experiencia fallida, abandonamos ese camino y buscamos nuevas alternativas. Esto es positivo y nos abre horizontes, el problema se produce cuando nos estancamos en el problema, no buscamos otras opciones y esa experiencia es grabada en nuestra mente como un “fracaso”. Debemos eliminar cuanto antes este tipo de ideas de nuestra mente, puesto que son precisamente los conceptos que van formando una barrera para nuestro progreso interno.

Tienes a tu disposición los tesoros más importantes de la vida y es posible que ni siquiera hayas reparado en ellos. Están siempre disponibles para ti, las 24 horas del día y no hay limitación de cantidad, son infinitos, nunca se agotan. Han estado toda tu vida dentro de ti y quizás los hayas utilizado alguna vez sin darte cuenta de que encierran el más maravilloso potencial que pueda existir.

Estos radiantes tesoros son el Amor, la Comprensión, el Perdón, la Alegría, la Renovación, el Desapego. Verás que con el uso van transformando tu vida y tu sensación de plenitud irá aumentando. ¿A qué esperas para empezar?

Atrévete al cambio. Esta resistencia a la renovación, a lo nuevo, a soltar lastre es una de las principales ideas preconcebidas de la humanidad, que se aferra a lo conocido por miedos y también por apegos. Es impo-

sible avanzar si no abandonamos viejos hábitos. El nuevo día no llega si no acaba el anterior. Es Ley de Vida y la Vida es evolución, cambio, renovación, transformación.

Debido a ello, las personas debemos ir renovando y limpiando nuestra casa mental de ideas antiguas y prejuicios que nos limitan y entorpecen, al igual que eliminamos las cosas materiales cuando son viejas, porque ya cumplieron su propósito, pero que ahora ya no son útiles.

**El momento de actuar es ahora, no te demores,
no dejes tu evolución para mañana;
el mañana sólo existe en el lenguaje de los necios.**

La falta de amor, el principal problema de la humanidad

El Amor es el poder de unión del Cosmos. De su carencia y por tanto de la desunión resultante, procede todo mal que existe en el mundo.

El Amor universal es perfecto e ilimitado y quien así lo manifiesta llega a experimentar la unidad de todo lo creado y por ende con el propio Creador.

El amor es el alimento del alma, sin el cual perece.

La manifestación del amor universal surge en el origen de los mundos y no está sometido a los condicionantes con que los humanos lo obstaculizamos, minimizamos y personalizamos.

A pesar de que los seres humanos han evolucionado desde sus aspectos más primitivos, muchísimos seres aún los considerados intelectualmente adelantados, siguen mostrando carencias en el principio del Amor, que es el más elevado de todos. Este es uno de los motivos que nos atan a la Tierra y que nos hace renacer vida tras vida en cuerpos físicos.

El Amor tiene diversos niveles que van desde el simple respeto hacia los demás seres, hasta el amor más desinteresado, ejemplo del cual lo vemos en las madres y los cuidados y atención que dispensan a sus hijos.

En la Tierra, a menudo se focaliza esta energía de forma individualizada, tergiversándola y mezclándola con diversas emociones como el romanticismo o la pasión sexual, de esta forma, se confunde el enamoramiento o la atracción por una persona con el Amor.

El Amor como virtud, es siempre el mismo; está dentro de nosotros para ser usado libremente y expresa la cualidad divina que reside en todo humano. Nosotros, como individualizaciones de Dios, podemos canalizar ese amor y manifestarlo de distintas formas y grados, según nuestra voluntad.

El amor a los padres, a los hijos, a la familia, a la pareja, a los animales, a la vida, todo nace de la misma fuente espiritual, es el mismo amor, solo que expresado en diferentes vibraciones o niveles.

El Amor auténtico en la pareja, no intenta cambiar al otro, simplemente lo acepta tal y como es. Muchas relaciones de pareja se rompen por la falta de amor y otras muchas, porque aunque existe amor, este no es manifestado o entregado correctamente a la persona amada. Bien distinto del Amor, es el enamoramiento, que suele surgir de aspectos menos sutiles, como son la simple afinidad de aficiones y costumbres, o por la atracción física y sexual. Las parejas que se unen con este motivo suelen sentirse vacías y aburridas al desaparecer dicha atracción y al no haber consolidado su unión en unos principios más sólidos y comprometidos.

Los mecanismos espirituales del Universo funcionan por el principio de magnetismo o atracción, por lo que el ser que se encuentra armonizado, atraerá hacia sí, la pareja ideal para su desarrollo. Dejando al margen el amor romántico de la relación de pareja, si los dos miembros no están comprometidos con el mismo proyecto de futuro, su unión está destinada a no prosperar. ¿Acaso puede una empresa funcionar cuando los socios procuran su interés personal y no el bien común?

Todos los seres son capaces de manifestar un poco de amor a algunos y sólo unos pocos son capaces de manifestarlo a todos. Es fácil amar a quienes nos aman, pero no ocurre lo mismo con quien no tenemos dema-

siada afinidad. Desgraciadamente existen casos en los que ni siquiera las personas aman a sus seres más cercanos y ello se traduce en una disgregación de las relaciones tanto personales como familiares.

El Amor auténtico suele ir acompañado de dos virtudes hermanas, como son la Sencillez y la Humildad. Veremos pues, que los seres más amorosos y espiritualmente elevados no hacen gala de ostentaciones, ni se vanaglorian en ellos mismos, pues no es en el efímero ego, ni en el reconocimiento del mundo donde están sus miras, sino en tener su conciencia limpia y en agradar a Dios.

Actualmente la falta de amor se manifiesta de forma más cruel y despiadada en el terreno político. Como es posible que la humanidad camine siguiendo las directrices que marcan unos líderes políticos, que no hacen sino sembrar egoísmo e ignorancia en el mundo.

¿Acaso no veis, los insultos y las mentiras que se profieren de forma prepotente unos a otros, abortos en sus ansias de poder? Defienden su verdad con vehemencia, cual dogma de fe, llegando hasta al crimen y la guerra, si lo creen necesario y lo que es más triste, haciéndolo en ocasiones en nombre de Dios. ¿Es posible que pueda llamarse desarrollada una sociedad, cuando defiende la guerra, aún a costa de muertes de miles de niños indefensos?

Jamás llegará la Paz al mundo por medio de la guerra, pues ésta no hace sino sembrar más odio, porque deja a las víctimas sedientas de venganza.

La hipocresía, la mentira y la indiferencia que reina en el interior de cada persona, toma mayor expresión de poder en las mentes de algunos de estos personajes que guían los destinos del mundo. ¿Acaso puede un ciego guiar a otro ciego?

Muchos de estos hombres, que ocupan posiciones de liderazgo en el mundo, están embrutecidos y cegados y de ahí observamos que el planeta no es regido por principios de justicia y solidaridad, sino por la egoísta lucha por el dinero y el poder.

Pero no os escandalicéis, ni pidáis Justicia a Dios, puesto que estos personajes, detrás de su caricatura mediática, no son más que el fiel reflejo de la humanidad adormecida, egoísta e indiferente que existe en el planeta. Sí, cada uno de ellos representa en menor o mayor medida el dictador del ego que cada ser humano lleva consigo. Las actuaciones desastrosas y erradas de los políticos, son clara traducción del comportamiento individual planetario.

La gran masa humana permanece, como rebaño de borregos, aletargada e indiferente, tanto de su propio destino, como del destino del mundo.

¡Despertad!, ¡Revolucionad vuestro mundo!, ¿o acaso sois tan necios que pensáis que no va con vosotros?. La Tierra se nos ha dado en heredad y es nuestro hogar, el reflejo del deterioro ecológico del planeta, es la consecuencia del desarreglo interior, de la tibieza y de la ignorancia del Ser humano.

Enlazando con la Ley de Correspondencia, que opera en todos los niveles de la creación, también el Karma o prueba individual, tiene su extrapolación tanto en familias, como en regiones o países. De ahí las diferencias, tanto en mentalidades como en actitudes, de los diferentes países del planeta. Esto no obedece únicamente a los roles sociales o culturales imperantes en cada nación, sino que su trasfondo, estriba en la mente subconsciente colectiva de cada grupo.

Los líderes de la nueva humanidad serán portadores de la globalización del Amor y la Justicia entre las personas, y ello no vendrá si antes cada individuo no ha empezado a ordenar y armonizar su propio mundo.

Mientras existen multitud de países del llamado tercer mundo, otros por el contrario nadan en la abundancia, con total desprecio e indiferencia hacia sus hermanos pobres. El mundo debe caminar hacia la unidad, o simplemente no caminará. La humanidad ha avanzado tecnológicamente en los últimos 50 años, más que en toda la historia de nuestra Era, pero ello no se ha traducido en un equilibrio de igualdad entre los pueblos, antes al contrario las diferencias entre los países industrializados y los subdesarrollados es cada vez mayor. Estas abismales diferencias ocasionan un agravio comparativo que no debíamos permitir.

La falta de amor, expresada en términos de olvido, menosprecio o indiferencia hacia las personas que sufren, tanto en el llamado tercer mundo, como también en los países que se autoproclaman desarrollados, constituye una de las mayores lacras de esta humanidad. Lastimosamente ese supuesto desarrollo únicamente es de orden material, sino va acompañado de valores como la compasión y la solidaridad con los necesitados.

También el Ser humano, sigue actuando de espaldas a la ecología, creando tanto en pensamientos como en actitudes negativas y egoístas, condiciones externas que desembocan en resultados catastróficos de la propia naturaleza.

¿Qué resultados puede obtener una especie que disfruta con el sufrimiento ajeno?

Nuestra raza, debiera también amar a sus hermanos pequeños- los animales-, pero sólo algunos son tratados correctamente, mientras que son muchos los que sufren absurdamente para que mentes enfermas obtengan la satisfacción de sus hábitos insanos.

Todo en el universo posee conciencia, puesto que todo contiene el espíritu de Dios, ¿acaso te crees tú con más derecho a vivir que otro ser? En nombre de la ciencia se han cometido y se siguen cometiendo, horribles crímenes con animales, sin saber que todo acto reporta su consecuencia y que por afinidad, la ley de justicia ha de recaer sobre el criminal y sus cómplices.

Todas las condiciones que existen en nuestro planeta han sido creadas por los hombres a través de todas las Eras. Las matanzas ocasionadas a nuestros hermanos más débiles, sólo hacen que reclamar venganza y devuelven a la humanidad los efectos de sus propias acciones.

El funcionamiento del espíritu y de las leyes cósmicas, es raramente comprendido con el mero razonamiento intelectual y el discernimiento de la razón. Por el contrario la apertura de la conciencia en la esfera de la unidad con Dios, nos acerca a la realidad de todas estas cosas de forma certera y tangible.

No te servirá de nada escuadriñar en tu mente la verdad científica de todo esto, si primero no amas verdaderamente y procuras limpiar tu mundo interior. El Amor como base de nuestra actitud y pensamientos diarios, disipa todas las dudas y proporciona la sabiduría de la luz interna.

De igual forma que para subsistir en el mundo físico, te basta con alimentarte y no necesitas comprender como funciona tu sistema digestivo para transformar y distribuir la energía de los alimentos que ingieres; no estés preocupado por comprender como todo puede desarrollarse de forma armoniosa, pues la ley básica es el Amor, si vives conforme a ella todo tu mundo se ajustará de manera perfecta. El desorden del planeta proviene de esta falta de amor y fraternidad, tanto entre los propios hombres, como con los animales y el resto de la naturaleza. El mundo perece por falta de amor y de ahí se derivan todos los problemas sociales.

Se nos dijo, “ Amad y perdonad a vuestros enemigos”, pero los hombres que ni siquiera a veces aman a sus congéneres más cercanos, ¿ qué no habrán de sentir por los otros!

De este modo muchos humanos, están sumergidos en el pozo del odio y la ignorancia, creando una cadena interminable de horror y sufrimiento absurdo, al caer una vez tras otra en los mismos errores. Las leyes humanas prohíben matar, pero su justicia terrenal, sigue matando a quien mata y la pena de muerte sigue existiendo, ¡aún en países que se dicen cristianos!

La capacidad de amar, latente en el interior de cada ser humano nos indica nuestro potencial como hijos de Dios.

Muchas veces la ignorancia se convierte en el obstáculo principal para amar, dado que difícilmente amamos lo que no conocemos profundamente. Si ni siquiera te conoces a ti mismo, ¿cómo pretendes comprender a tus semejantes y menos aún a Dios?

Todos los seres hemos sido creados de la misma fuente, del Padre-Madre Dios, por ello debemos amar y respetar a toda la Creación. Si los

humanos supieran cual es su verdadera naturaleza dejarían de existir las rivalidades y odios latentes en la actualidad. A menudo las diferencias entre las personas son utilizadas para crear barreras entre ellas, cuando debiera ser todo lo contrario, ya que en la diversidad y pluralidad de individuos reside la grandeza de la Creación.

El odio y menosprecio hacia cualquiera de nuestros semejantes, es una de las causas que mayor sufrimiento ocasionan en nuestra Tierra.

Existen seres que odian a otros porque tienen diferente color de piel, o diferente creencia en Dios, o porque son de determinado país, o defienden determinadas ideas políticas, o ejercen determinada opción sexual. En definitiva, porque son diferentes a ellos. Esta energía negativa no hace sino perjudicar al emisor, y a quien así actúa, las leyes espirituales le devolverán en forma de Karma los efectos de sus actitudes hasta que sus propias experiencias le hagan despertar a la humildad y la comprensión.

¿Acaso no sabes que podrías encarnarte con la cualidad que criticas tan despiadadamente en otros? Bastante tenemos con mejorar nuestras propias vidas, centrémonos en mejorar nuestra condición y nuestro mundo, puesto que el juicio hacia los demás no es competencia nuestra, sino del Supremo.

La crítica y el juicio hacia nuestros semejantes es una actitud habitual en la condición humana y aunque no siempre se realiza de forma destructiva, es mejor enfocar nuestra conciencia en el hábito positivo, es decir en la cualidad que deseamos ver expresada y no en la que aborrecemos.

Debes saber que en espíritu no hay borrachos, ni drogadictos, ni asesinos. Simplemente hay personas que beben en exceso, personas que son adictas a las drogas y personas que matan. Detesta el hecho, pero nunca a la persona. Pues todos somos en esencia iguales, aunque no todos estemos en el mismo nivel de conciencia.

Por difícil que te resulte, cuando veas personas con actitudes negativas, debes tener compasión de ellas puesto que son las principales víctimas de sus actos y deberán pasar por el sufrimiento para superarlas.

Asimismo, cuando encuentres a un ser evolucionado, no pienses que está tocado por la Gracia Divina y que Dios ha insuflado en él todas sus virtudes de forma aleatoria o caprichosa. Los maestros espirituales de todos los tiempos han llegado a su comprensión de Dios, por su propio esfuerzo y gracias a todas las experiencias vividas a través de cada existencia.

Nuestro Sol físico nos aporta una de las fuentes básicas de energía, pero esta no es su única función, ya que también simbólicamente posee su vertiente espiritual y Dios se sirve de él como fuente principal de Amor y Luz al mundo.

De igual modo y asemejándonos al Sol cósmico, las personas podemos irradiar esta Luz que todos poseemos en nuestro interior y brindar Amor a todos los que nos rodean. Esa pequeña llamita casi desapercibida para algunos, puede convertirse en un potentísimo foco de luminosidad a poco que le prestemos la atención y el cariño necesario.

Una de las formas más bonitas de irradiar este amor, es en el desarrollo de nuestra profesión, en la cual podemos verter todo el caudal de energía, utilizando para ello las cualidades que cada uno poseemos. Poco importa que trabajo desempeñes si procuras hacerlo con la máxima entrega y amor.

Además de los grandes Avatares y maestros espirituales, muchos de los grandes científicos e inventores de nuestra Historia, no sólo fueron hombres sabios adelantados a su tiempo, como meros precursores vanguardistas, sino que sus cuerpos albergaban grandes almas en estatura espiritual, gracias a la cual poseían un conocimiento global, no sólo de su especialidad, sino del orden cósmico. Estos seres utilizaron sus dones, para aplicarlos en su campo profesional y hacer avanzar a la humanidad.

Da Vinci, Shakespeare, Lincoln, Emerson, Franklin, Edison, Einstein, Ghandi, Teresa de Calcuta y tantos otros, fueron grandes maestros que llevaron hasta la excelencia los dones que les fueron otorgados para su existencia terrenal. Ellos constituyen la Luz y el Amor del mundo expre-

sada en distintos campos o manifestaciones laborales, pero cada uno contiene el desarrollo de la individualidad en niveles de crecimiento que pocos seres han alcanzado.

El Amor actúa como una corriente poderosa de agua, que aunque existan barreras en su camino, se filtra por todas las rendijas y acaba por extenderse.

El Amor está en los pequeños detalles, una sonrisa amable, una suave caricia, una palabra cariñosa, un por favor y un gracias.

El Amor es aceptación y comprensión, entrega y dedicación, respeto y admiración.

El Amor no puede personalizarse, es un sentimiento que brota del corazón y crece con el uso.

El Amor vive por siempre, es universal e infinito, ¿quién tiene la medida del Amor?

Amor no significa que por mucho que amemos, también han de amarnos.

El Amor no busca ser amado, no espera recompensa, no impone, no manipula, no abusa, no exige, no desespera, simplemente ama.

El Amor es el principio que anima toda partícula de Vida, es la esencia de Dios.

Irradia amor y vive cada día feliz e intensamente, como si fuera el último de tu vida, al fin y al cabo no sabes si lo será.

Realizar las cosas con conciencia, significa hacerlas con amor. La sociedad occidental tiende a acelerar el proceso de toda actividad y con ello se está perdiendo el goce cotidiano de la vida. La precipitación es muy dañina para el ser humano, independientemente de dónde se aplique.

Esta conducta de prisa y aceleración desmesurada, propicia que las personas no vivan cada momento con plenitud, puesto que su mente no posee el poder de la concentración.

El aumento de la llamada comida rápida, la agitación que muchos demuestran al sentarse al volante, las formas alocadas de diversión, no son más que claros indicativos de la falta de paz interior, que fácilmente se exterioriza.

Cada vez es más necesario la actitud de meditación y reflexión, en una humanidad que corre de forma alocada tras la última novedad social.

La persona necia marchándose de viaje y estando únicamente en su mente el lugar de destino, no percibe las maravillas que por su camino van apareciendo.

Existen personas que inician todas las semanas laborales con su mente enfocada en el siguiente viernes, y pasan por tanto año tras año unas jornadas de trabajo insatisfactorias, ¿no te das cuenta de que si así te comportas, desde lo más profundo de tu alma tu voz interior te está gritando que debes cambiar de empleo?

¡Qué vida tan insulsa la de quien vive esperando el fin de semana, las vacaciones o tal o cual acontecimiento que le permita sacudirse su tediosidad!

Yo te digo, que si así actúas, no has reparado en tu auténtico Ser. Él te capacita en cualquier momento para modificar tu rumbo tanto en la vida profesional, como en la personal.

¡Vive cada día con alegría! ¿por qué habrías de conformarte con sólo unos míseros momentos de gozo?

Si falta el equilibrio interior, ¿cómo es posible actuar de forma adecuada? Cuando realizamos nuestras actividades con plena conciencia y establecemos nuestro poder de concentración en ellas, observamos una nueva perspectiva en nuestra vida, por insignificante que pueda parecer-nos lo que hacemos. De este modo estaremos sacando de la vida, todo el maravilloso jugo que nos ofrece.

No es lo mismo que leas las líneas de este libro con calma, concentración y reflexión de su contenido, que devorar una tras otra sus páginas con precipitación, lo que convertiría su lectura en un acto vago y mecánico y del que por supuesto nada aprovecharías.

No seas como un mendigo que echado en el suelo se contenta con las migajas; tú eres un Rey, siéntate a la mesa y disfruta del festín.

APRENDIENDO A PERDONAR

El amor y el perdón son dos armas infalibles, pero que a menudo no queremos utilizar.

Uno de los mayores lastres del ser humano lo constituyen las emociones negativas. A medida que transcurren los años, las personas van construyendo una barrera emocional y mental con los recuerdos dolorosos del pasado. Estos obstáculos son el miedo, la ira, el deseo de venganza, la frustración, etc.

Hemos de aprender a vivir con agradecimiento y aprender del pasado sin recrearnos en él. Las personas que rememoran los hechos negativos, vuelven una y otra vez a sentir sus efectos en un círculo vicioso sin sentido, en el que se convierten sin saberlo en víctimas y verdugos de sí mismas.

El perdón tanto a los demás como a nosotros mismos demuestra la capacidad de olvidar las viejas heridas del pasado y de afrontar el día a día con renovación y entusiasmo.

Quizás nos ayude saber que no hay nadie que voluntariamente quiera hacer daño a otro. La voluntad del ser humano es intrínsecamente buena, aunque ocurran hechos negativos.

Todos los humanos tenemos motivos, (nuestros motivos) para hacer lo que hacemos, sólo la ignorancia humana no permite ver que las motivaciones de uno puedan herir al otro y causarle sufrimiento y en ocasiones a pesar de ser conscientes de ese sufrimiento nos dejamos arrastrar por el egoísmo y el orgullo.

La empatía, es la capacidad para ponernos en lugar del otro, y ello nos animará a comprender que fue lo que pudo motivar a aquella persona que nos hizo daño, para actuar como actuó, y así llegar a perdonarla.

El mayor ejemplo de Amor y perdón lo tenemos en Jesús, que fue capaz de perdonar a quienes le crucificaban sin motivo.

Es muy bueno que sepamos que el perdón libera tanto al ofendido como al ofensor y produce en nuestra esfera mental y espiritual un sosiego y una paz maravillosa. Muchas veces las ofensas que se nos hacen son pruebas a las que la vida nos somete, para conocer nuestro grado de evolución, ya que sin obstáculos nos estancaríamos.

El perdón comienza hacia nosotros mismos. No es bueno considerarse un pecador, puesto que estas potenciando la actitud que no deseas ver manifestada.

Aún el peor de los pecadores puede erradicar su conducta si esa es su voluntad.

Este ha sido uno de los prejuicios que más mentes ha azotado e intentando ser un instrumento espiritual, ha constituido una de las principales barreras, sobre todo en la cultura cristiana.

La naturaleza del hombre es intrínsecamente buena, puesto que ella ha sido creada del espíritu de Dios, sólo el hombre con la ignorancia de su Real Ser, impide la expresión de su propia Luz y convierte su mundo en oscuridad.

Si torturamos nuestra mente con pensamientos negativos sobre nosotros mismos, nos estamos haciendo un flaco favor. La autocrítica es positiva para evaluar cual es nuestro proceder, pero una vez haya sido realizada debemos alejarla de la conciencia para enfocarnos en los cambios que queremos manifestar y no en las cualidades erróneas.

Las personas que se empeñan en sentirse indignas, están impidiendo que la prosperidad y la felicidad sea derramada sobre sus vidas.

Tu eres fruto de la creación de Dios. Pon remedio al mal que hayas hecho y toma la resolución de sanarte interiormente y perdonar a todos, incluyéndote a ti mismo.

Si realizamos de forma auténtica el perdón, una nueva perspectiva se abrirá en nuestra vida, puesto que entenderemos que somos los propios jueces de nuestros actos.

La persona que en su carácter manifiesta excesiva autocrítica no actúa en su propio favor. Es muy loable el anhelo del perfeccionamiento, pero la búsqueda de este, debe realizarse sin perder nuestro equilibrio.

A menudo el ser de corazón humilde y sincero, observa sus defectos y se siente insignificante al evaluar sus progresos. Pero la conducta adecuada, lejos de lamentarse y autocondenarse es la de levantarse con vigoroso ánimo y seguir con ímpetu en el camino. No te impacientes, ni te ancles en tus errores, date la oportunidad de corregirte. Perdónate tus errores y alégrate, pues todos los sabios han pasado también por ellos.

**Libérate y perdona todos los actos del pasado.
Tú eres Luz y Amor, pues estás hecho a imagen
y semejanza del Creador.**

ESCUCHAR, UNA FORMA DE AMAR

Imbuidos en el torbellino del estilo de vida actual, muchas personas deambulan por la vida absortas en sus propios egos y cerradas en sus estructuras mentales arcaicas y rígidas; menospreciando así la diversidad de opiniones de sus semejantes.

Si nos preocupamos un poco de los demás, lograremos su aprecio y gratitud y conseguiremos un pasito más en nuestro crecimiento interior.

La dicha de la felicidad es tal, que ésta aumenta con la de los demás.

Una de las formas más sencillas de hacer feliz a alguien es escucharle. Este acto que parece tan sencillo y cotidiano, no lo es en absoluto. La mayoría de las personas, están tan pendientes de su “yo”, que cuando dialogan con alguien están deseando que este acabe de hablar para exponer su opinión, sin reflexionar siquiera lo que acaban de escuchar.

Nuestra sociedad está perdiendo el placer de conversar y cuando se dialoga se hace en términos de desprecio y sarcasmo, cuando no se está de acuerdo con el interlocutor. Una muestra de ello son las “tertulias” de los programas televisivos de mayor audiencia, los cuales se convierten en nidos de víboras chillonas, que buscan el escándalo, el morbo y el des crédito de cualquier persona.

Por el contrario, un ejemplo del amor que se demuestra al escuchar, lo observamos en la sonrisa sincera de los niños, los cuales siempre agradecen a quien los escucha, pues ello les hace sentirse queridos y valorados.

Esta actitud hace aumentar en las personas el nivel de autoestima y de desarrollo humano.

No hay que olvidar que una cosa es oír y otra es escuchar. Cuando escuchamos demostramos respeto por la otra persona y entonces dialogar se convierte en un placer. La valoración, la tolerancia y la comprensión, nos hacen crecer. El lenguaje soez, la crítica destructiva y la rigidez mental nos embrutecen.

Nadie está siempre en posesión de la verdad y lo triste es que quien así lo cree, quiere imponer su criterio sobre el de los demás. Por desgracia hoy en día abundan este tipo de conductas, incluso en personas de elevado nivel intelectual.

Las conversaciones acaban en disputas que todos quieren ganar, sin saber que la única forma de vencer en una discusión es evitándola.

¡Qué distinto sería el mundo si aprendiéramos a ver también las cosas desde el punto de vista de los demás y no sólo desde el nuestro!

Es una lástima que hayan más personas dispuestas a hablar que a escuchar, será por ello que como dice el refrán, el cántaro vacío es el que más suena.

RECUPERA EL NIÑO INTERIOR

La reflexión te ayudará a comprender que las cosas más maravillosas del mundo son gratuitas y están siempre a tu disposición.

En tu mente no hay limitaciones, los pensamientos, emociones y sentimientos son infinitos y perdurables eternamente. De ello se traduce que las cosas más importantes de la vida surjan de tu interior.

Recuerda como actuabas cuando eras pequeño, tu curiosidad no tenía límites y te mostrabas abierto al mundo. Pero fuiste creciendo y la conciencia de limitación cayó sobre ti, al igual que cae sobre la mayoría de los humanos y encerraste una de las cosas más bonitas de la vida, la capacidad de mostrar sentimientos y emociones. Muchas personas temen hacerlo, simplemente por hipocresía social, porque no están acostumbrados a hacerlo o simplemente porque no lo han hecho nunca.

Los niños no están sometidos a los absurdos prejuicios e hipocresías de los adultos. Ellos son espontáneos, directos y sinceros.

De igual forma que el niño manifiesta su amor por sus seres cercanos, de adultos, debiéramos también expresar aprecio, elogio o admiración hacia nuestros semejantes.

El elogio, cuando es sincero despierta en las personas agradecimiento y constituye fuente de crecimiento personal.

Cuando a los niños se les elogia por sus pequeños avances, estamos sembrando en ellos el fruto de la autoestima y ello les impulsa a seguir avanzando con mayor ímpetu.

Vivir la vida con plenitud, significa que volvemos a ser niños, volvemos a tener esperanzas y sueños y estamos abiertos a todo lo positivo que la vida nos depara.

A pesar de los condicionantes físicos que impone la edad, la juventud es un estado mental, ¿o acaso no ves personas de edad avanzada con

mayor energía, entusiasmo y ansías de aprender que muchos de los que se dicen jóvenes?

¡Hay viejos con 35 años y jóvenes con 80!

Si te renuevas diariamente serás como los niños, que encaran todos los días con nuevas ilusiones.

Cambiar tu mundo, mejorar y evolucionar como persona requiere de tu compromiso de empezar de cero, de hacer borrón y cuenta nueva y de tener la humildad de aprender día a día.

¡Qué pobreza de espíritu demuestra el que vive creyendo estar de vuelta de todo!

Piensa por un instante si hay en tu interior sentimientos de odio, rencor o resentimiento hacia alguien o quizás por el contrario alguien a quien nunca le has mostrado tu amor o tu agradecimiento y desearías hacerlo. Tu tienes un contrato que firmaste antes de venir a la Tierra y no sabes cuando te vas a marchar de este planeta, nadie lo sabe. ¿Por qué no saldadas tus deudas ahora mismo? No esperes a mañana, porque no sabes si mañana estarás aquí.

Pide perdón si ofendiste a alguien, muestra tu cariño a esa persona que sabes que te aprecia y hazlo cuanto antes. Sentirás una sensación de gozo y plenitud como nunca, porque estarás siguiendo el camino del espíritu.

Actúa ahora, no esperes a mañana. El mañana sólo es una excusa para quien no desea hacer algo. Pero tú, si estás leyendo estas líneas, no deseas comportarte así, estás aquí para mejorar tu vida y la de tus semejantes.

Ahora estás a tiempo, el momento de acción es el presente, el futuro es hoy.

Mantén tu niño interior siempre dispuesto al aprendizaje y alcanzarás la Sabiduría.

ENSEÑANDO A AMAR

Las condiciones latentes actualmente en nuestra humanidad, son el producto de la enseñanza que se ha ido transmitiendo de padres a hijos durante todas las edades. A poco que meditemos sobre la situación de nuestro mundo, comprenderemos que la educación y el ejemplo que con obras se ha ido transmitiendo, no ha sido la más acertada.

La verdadera educación radica en la enseñanza del perfeccionamiento del carácter. Ese es el auténtico aprendizaje. ¡Que ignorancia demuestra el que afirma que la personalidad es invariable! La personalidad es la hermana pobre del espíritu, que está sometida por el ego y por ello ignorante de la unión con Dios. Sin duda alguna, tú puedes mejorar tus pensamientos, tus creencias, tus hábitos y tu conducta, y resueltamente habrás perfeccionado tu carácter.

Tú no eres un autómatas, programado para actuar desempeñando únicamente una labor con unas aptitudes determinadas. Cambia tu actitud y verás cambiar tus capacidades. Si eres padre o madre educa a tu hijo en el perfeccionamiento y reedúcate a ti mismo también.

Del mismo modo que la escuela básica sirve para el aprendizaje de conocimientos prácticos para el desarrollo posterior de las personas y existen centros formativos para la vida profesional, también debiera existir un aprendizaje sobre el arte de vivir, sobre la importancia del Amor y sobre nuestra misión en el mundo.

¿Con qué autoridad moral los padres regañan a sus hijos, si son ellos los autores de mayores faltas? Muestra primero a tu hijo en palabra y obra el camino adecuado y podrás luego amonestarle si no obedeció.

Educar a los niños en el Amor, no es rodearlos de mimos y atenciones, para desarrollar caracteres caprichosos. El Amor auténtico no tiene nada que ver con la gatzmoñería y la cursilería, sino en enseñar a los niños a amarse primero a ellos mismos, a desarrollar sus capacidades y a transmitir amor a otros. El amor comienza con el respeto a nosotros mismos y a nuestros semejantes.

El verdadero amor que debiera ser inculcado en los niños, debe fomentar ese respeto por todo. Así, encontramos padres y madres que son auténticos educadores, mientras que la gran mayoría son únicamente criadores. En detalles insignificantes pero tan importantes a la vez, observamos la calidad de esta enseñanza; aspectos como el vocabulario, la forma de comer, la puntualidad, la manera de estrechar la mano, el mirar a la cara a la persona con quien conversamos; son algunos de los signos externos de la educación auténtica. Estos aspectos de urbanidad son muy cuidados en algunos países, donde la mayor cultura social se traduce por ejemplo, en la limpieza de sus calles.

El mal ejemplo que muchos padres dan a sus hijos, es caldo de cultivo para que éste siga propagándose sucesivamente, ya que en numerosas ocasiones se fomenta en los niños, únicamente la cultura del ego, la ambición material y la satisfacción de los sentidos. Si esto es vivido por los pequeños a edades tempranas, es fácil comprender que estas actitudes serán las que fomentarán a lo largo de su existencia, puesto que lo que han experimentado en su infancia, cuando su carácter está consolidándose, queda indeleblemente marcado en sus auras y les condicionará el resto de sus días.

Cuando un árbol es plantado torcido, así será su crecimiento, si no lo abonamos y regamos adecuadamente será fácil que enferme y posteriormente difícil será su curación y mucho menos si está podrido.

Por el contrario si le damos los cuidados necesarios, aunque pueda torcerse más tarde, las posibilidades de éxito serán mayores. Así también, podemos fomentar en los niños las virtudes que darán en el futuro buenos frutos, y aún así y en dependencia de su voluntad y libre albedrío podrán elegir un camino equivocado. Pero lo que si tenemos garantizado es que si las actitudes positivas no les son inculcadas en su tierna infancia, difícilmente las manifestarán con posterioridad, en su época de adultos.

El carácter del niño, se asemeja a una casa que posee dos pilares, sobre los cuales se asienta toda la estructura. Estos son los pensamientos y los hábitos. De la calidad de ambos dependerá la consistencia futura del

hogar. Si enseñamos a los niños a pensar y actuar en el perfeccionamiento, estaremos construyendo una nueva humanidad, basada en el amor y la justicia.

Además existe otro aspecto mucho más sutil y lo constituye el hecho que los niños no son únicamente maleables por las actitudes que observan externamente, sino que los pensamientos y sentimientos de los mayores les influyen de forma interna mucho más fácilmente, del mismo modo que las ondas electromagnéticas les resultan mucho más perjudiciales. A efectos prácticos podemos decir que no sólo los hábitos de conducta son aprendidos por ellos, sino que las vibraciones de la mente y las emociones de los que les rodean se adhieren de forma fácil a su cuerpo energético. Esta verdad científica ya ha sido comprobada por la ciencia moderna, sirva como ejemplo las vibraciones que emana la mujer embarazada y de las que para bien o para mal, se impregna la criatura que vive en su interior.

Si comprendemos que la existencia terrestre se asemeja a la escuela, entonces nuestros mayores esfuerzos debieran ir encaminados a fomentar en nuestros niños los auténticos valores y conocimientos para que se realicen plenamente como individuos.

Los niños se preguntan todo, su curiosidad no tiene límites y anhelan descubrir cosas nuevas constantemente. Muchos padres por el contrario han dejado de hacerse preguntas y por ello han abandonado su evolución; como decíamos antes, dan muchas cosas por hecho, quitándole magia a su vida y lo que es peor, quitándosela a los demás.

Actualmente se manifiestan en los jóvenes dos corrientes vitales bien diferenciadas, mientras que una parte nace con una nueva conciencia de la libertad, la justicia social y la solidaridad, existe otra cultura emergente en la que prima el libertinaje, el desenfreno, la ignorancia, la chabacanería, la indiferencia y la falta de respeto y amor por los semejantes. Muchos de estos jóvenes, crecen únicamente con el ansia de las posesiones materiales, con las que creen poder lograr la felicidad. Este deseo se antepone generalmente a toda virtud y crecimiento interno y es fácil observar las consecuencias desastrosas que ello acarrea.

En muchos seres se observa una carencia absoluta de ideales, con la degradación cultural y social que ello conlleva. Este aspecto lo vemos manifestado también en el terreno político, donde la escueta formación de las personas, deviene en ocasiones en una apatía del individuo sobre el propio destino de su región o país.

A lo largo de la historia, en la infancia y la pubertad, los seres han buscado en los mayores, modelos como ejemplo a seguir e imitar y ello supone también un claro condicionamiento para la constitución de su carácter.

Una humanidad espiritualmente avanzada se preguntaría:

- ¿Quiénes son los referentes para los niños de nuestros días?
- ¿Cuáles son sus ideales?
- ¿En qué cultura se les forma?

Los últimos estudios sobre la influencia psicológica de la publicidad y los medios de comunicación nos demuestran que la televisión sirve de escaparate para que las conductas que en ella se muestra sean tomadas como ejemplo a seguir y constituyan por tanto referentes sociales. Nos bastará una simple mirada a la mayoría de programas televisivos y nos daremos cuenta de los valores con los que estamos “educando” a los jóvenes. Lo que se utiliza para la diversión grosera y adormece las mentes de la mayoría de personas, hace repugnar a cualquier ser con fines elevados.

Estamos inmersos en una nueva Era de progreso tecnológico con las ventajas que ello puede proporcionar para la adquisición de conocimientos que permiten el desarrollo cultural y espiritual de la humanidad. Sin embargo, estos elementos lejos de utilizarse para fines sublimes, son a menudo instrumentos al servicio del deterioro y el embrutecimiento de las mentes. Casi todos los medios de comunicación de masas constituyen un ejemplo evidente de ello, ya que teniendo en sus manos la potestad para instruir individuos y conducirlos al perfeccionamiento; en vez de ser portadores de Luz y Conocimiento para elevar a las personas, se venden al poder y se sirven de su influencia para

manipular y conducir a las gentes, según sus propios intereses y éstos cegados e indiferentes asienten como hipnotizados, por la corriente general, demostrando su imbecilidad y torpeza.

Muchas veces los profesionales, que en ellos trabajan se amparan en el adagio de justificar el fin sin importar los medios y así nos aseguran las audiencias que la diversión y el escarnio es lo que desea el público, potenciando de esta forma un círculo vicioso en el que ellos mismos caen en su propia ignorancia. ¡También en la Roma Antigua el público se divertía viendo como los leones devoraban a las personas, pero no por ello el hecho deja de ser abominable!

Por otra parte, en estos medios existen personas con grandes capacidades, que por dinero se rebajan a ofrecer contenidos denigrantes. ¡Hipócritas, creadores de oscuridad!, pues pudiendo ofrecer sus medios y conocimientos para el bien común, no hacen sino empobrecer las mentes de forma expresa.

La verdadera educación, nace de la comprensión y respeto por toda la naturaleza y aspira al perfeccionamiento, signo de madurez espiritual y de cumplimiento de la voluntad divina.

Tú eres espíritu

¡Piensa por ti mismo y perfeccionate! Esta ha sido la lucha impenitente de todos los grandes hombres y mujeres de la humanidad, los libre-pensadores artífices del progreso de nuestro mundo.

Muchas personas se conducen a sí mismas de forma rutinaria, sólo porque la sociedad les invita a ello, de esta forma actúan como autómatas que siguen la dinámica general. Si de verdad deseas tu evolución espiritual, es necesario que hagas un alto en el camino, que reflexiones, que medites. Verás como es tu vida y así podrás establecer las modificaciones pertinentes para que logres como deseas que sea. Del mismo modo que las personas planifican sus estudios, sus vacaciones y un sinnúmero de actividades cotidianas, también es necesario fijar un planning para nuestra evolución espiritual. Nada sucede por casualidad y mucho menos los logros del espíritu.

La mayoría de seres viven sin saber por qué, su vida transcurre en pos de la satisfacción material y al final de ésta, fallecen sin más. Este es el proceso biológico de nacimiento, desarrollo, reproducción y muerte, pero esto que es tan sólo la parte más burda de nosotros, es fijado en la conciencia de la mayoría de seres como un principio absoluto, que constituye la creencia del principio y fin de la vida.

La incompreensión de la existencia humana en la Tierra, se asemeja a un espectador que aconsejado por un buen amigo y experto cinéfilo, acude a ver cierto largometraje. Entra en un cine y se dispone a ver la

película cuando ésta ya ha comenzado hace un buen rato. Su desconcierto es evidente puesto que ignora el origen de la misma y el desarrollo que ha seguido hasta lo que ahora observa y por supuesto desconoce la finalización. De este modo esta persona no poseerá un criterio certero para el conocimiento del film y mucho menos para enjuiciarlo, ya que carece de la perspectiva global del mismo. Sin embargo esperará hasta el final, animado por el criterio de su amigo.

Al hombre común que ni siquiera comprende la naturaleza de sus propios actos, le es imposible tener una visión juiciosa de la vida, ni vislumbrar el plan cósmico.

A lo largo de la Historia han estado entre nosotros grandes Maestros, que en tanto liberados de las ataduras terrenales y poseyendo la certeza del plan divino, han mostrado el camino al resto de la Humanidad. Sin embargo ningún maestro, por excelso que este sea, puede llevarte a la realización de tu ser.

Únicamente tú, por tu propio esfuerzo consciente has de lograrlo. No cometas el error infantil, de creer que aquí en la Tierra, existe otro ser con mayores poderes que tú. Tú tienes toda la potencialidad, como hijo de Dios y tu obligación es derramar amor y ser ejemplo para los que te rodean. De esta forma es como el amor de Dios va expandiéndose y llegará a transformar el mundo, hasta realizar el Cielo en la Tierra.

Nuestra esencia, nuestro Real Ser, es de naturaleza espiritual y ha sido creado por Dios. Dios es el Principio, bajo el cual rigen todas las demás leyes. Aunque su manifestación abarca infinitos niveles, en nuestra conciencia como humanos, podemos percibirle como Padre y Madre.

Estos conceptos no están sujetos a los prejuicios sociales con que los hombres rigen su mundo y en el cual han sometido casi siempre a la mujer, relegándola a tareas de segundo orden y ocupando casi siempre un papel a expensas de éste. Aún en nuestros días, multitud de países oprimen a la mujer, menospreciándola hasta límites insospechados y dejándola carente de los más mínimos derechos. Incluso en los países “desarrollados”, la mujer normalmente no ocupa el mismo status del hombre,

y no se la juzga de igual forma que a éste, en asuntos como el profesional, social, sexual, etc.

Al referirme al concepto de Dios, como Padre, estoy expresando la Inteligencia del Creador y sus principios o Leyes, que actúan como regentes del Cosmos. Esta manifestación está determinada por el principio masculino.

Del mismo modo, Dios se expresa como Amor y dador de Vida, manifestando con la bondad, la sensibilidad y la intuición, algunas de las virtudes del principio femenino.

Lógicamente Dios, como Energía y Espíritu omnipresentes, opera con estos dos principios en cada individualización, al margen del sexo físico con que esté dotado cada ser. Así, en nuestra experiencia terrena, nos encontramos con seres que siendo sexualmente masculinos, manifiestan cualidades más propias de la naturaleza femenina y viceversa. De igual forma podemos encontrar madres más severas y padres más bondadosos, lo que nos indica que ambas características están presentes en cada persona.

El sexo, al que tanto se le banaliza en nuestra sociedad, es una cualidad sagrada que está impresa en toda forma de vida y manifiesta el poder que Dios otorga al hombre para ser creador. La mayoría de seres, tanto hombres como mujeres, hacen de la diferencia sexual ostentación, y convierten con sus comportamientos algo que en esencia es sencillo, en complicaciones, que crean prejuicios y tabúes. La vestimenta es un claro ejemplo de ello, donde absurda e infantilmente se realzan las diferencias entre los sexos.

Como hemos visto anteriormente, la mente de cada ser humano es el rasero por el que se filtra su visión del mundo. El ser evolucionado ve a cada alma en esencia, sin importarle su género, porque sabe que esta expresión, no representa más que en mayor o menor medida una cualidad de Dios. Por el contrario, el individuo común tiene su mente enfocada en la separatividad y así no puede evitar sentir las diferencias ni los instintos básicos de su naturaleza inferior y los propios de su género.

El mundo está repleto de cosas maravillosas y la misma naturaleza es reflejo de la majestuosidad del creador. El Ser que busca la comunión con Dios se ha dado cuenta de la importancia de encontrarle a Él, pues es donde reside nuestra auténtica Felicidad, muy alejada de la felicidad y triunfos terrenales que no son más que glorias pasajeras.

Siempre he considerado gracioso lo que la sociedad denomina éxito. El éxito o triunfo verdadero que reside en nuestra naturaleza superior, está a años luz, de las descripciones que muchos hacen de él. Por mucho que la sociedad califique de exitosa a determinada persona, el éxito es una cualidad interna que no puede ser medida en forma alguna en aras del reconocimiento y elogio con el que algunos seres se ven favorecidos.

Si una persona siente en lo más profundo de su ser, que no es feliz, ¿de qué le sirve el ser agasajado por el mundo?

El éxito es un estado interno de satisfacción por el deber cumplido. En función de las capacidades de cada persona todos pueden alcanzarlo al cumplir con su misión. No hay mayor éxito que el cumplimiento de la voluntad de Dios, pues ese y no otro, es nuestro objetivo terrenal, con independencia del rol que desarrollemos en este momento.

Encontramos por tanto, vidas desaprovechadas y carentes de todo triunfo en el terreno espiritual y que gozan del llamado éxito mundano, mientras que otras personas son auténticos triunfadores para Dios y han pasado por la vida de forma desapercibida y sin haberseles reconocido mérito alguno. Con frecuencia los ángeles de la Tierra son personas anónimas que pasan entre nosotros sin estridencias, ni popularidad, ellos se asemejan a una flor en la que nadie repara cuando está en el jardín, pero que al abandonarlo se echa de menos su fragancia.

Si de verdad nos esforzamos por adquirir todo lo bueno que Dios pone a nuestro alcance en el mundo material, ¿cómo no habríamos de encontrarle a Él mismo, que es la fuente de todo bien?

Sin duda este es el mayor éxito que un ser humano puede alcanzar, pero es un objetivo al que muy pocos aspiran. La persona común razona de este modo

“¿cómo es posible que busque a Dios, si bastante tengo con mis ocupaciones diarias?” Es bien sabido que por la vida, perdemos la Vida.

Yo digo que no es que sea provechoso hacerlo, es que es tu obligación. Ahora bien, en función de la libertad de que goza cada individualidad, es posible posponer la búsqueda interior tanto tiempo como desees, por ignorancia o por indolencia.

La vida no te va a apremiar para que corras desesperado en busca de Dios, puesto que todos los sentidos externos en los que el humano se enfoca, conducen precisamente a lo contrario y a anclar la conciencia en la irrealidad de la materia.

Si un ser, ni siquiera alberga en su mente un atisbo de duda, interrogante o curiosidad por saber quien es realmente, ¡cuanto menos habrá de hacer por poner los medios para ello!

Siempre se nos ha dicho que los caminos de Dios son insondables y es una afirmación auténtica, que engloba una de las maravillas de la creación, pero la realidad nos muestra que diferentes personas de todas las épocas han llegado a la Realización del Ser, a través de vías distintas pero con un único destino, la unión con el espíritu.

¿Por qué afanarte por las cosas materiales si tu riqueza auténtica reside en tu parte imperecedera, en la esencia de tu alma, que es eterna y no está sujeta al devenir del mundo?

En mi negocio como promotor financiero es conocida la frase de los grandes líderes que empezando desde cero, disfrutaban actualmente de independencia financiera y que tras varios años de esfuerzo profesional han logrado la satisfacción de no tenerse que preocupar por el dinero. Además del logro económico que ello supone, les produce una satisfacción interna por el sueño cumplido, que no es posible valorar más que en términos de crecimiento humano. Estas personas tras mirar hacia atrás, con la perspectiva que da el tiempo, nos dicen, “ahora que sé lo fantástico que es la posición que disfruto, ¡si volviera a empezar estaría dispuesto a pagar 10 veces más, del precio que pagué por lograrlo!

Imagínate que si alguien que gracias a su esfuerzo ha conseguido el éxito económico, es capaz de hablar así,

¡cómo no habría de hablar quien logra el triunfo de la unión con Dios, sin el cual nada es posible!

En muchas ocasiones, el desarrollo de los negocios, se convierten en vías de progreso espiritual y en nuestra mano está el poder obrar maravillas con las oportunidades que se nos presentan. Los fracasos del mundo empresarial, son sólo obstáculos en el camino y para quien no se deja abatir y resurge con fe, se convierten entonces en oportunidades de crecimiento, de búsqueda de nuevas vías y en definitiva de progreso interno.

Las personas que disponen de grandes fortunas tienen la facultad para poder hacer mucho bien a la humanidad y si así actúan, han abierto el caudal de la abundancia de Dios.

Por el contrario quien en el mundo de los negocios y en la vida ordinaria atesora únicamente para sí, con fines egoístas, vivirá en sus propias carnes el resultado de tales acciones.

Todo lo que nos rodea está para nuestro uso de forma temporal; la vivienda que consideramos nuestra, puede que no lo sea de aquí a un tiempo, y con toda seguridad no lo será cuando hayamos muerto; el automóvil al que algunos idolatran, tratando incluso con más cariño que a su propia pareja, no será más que metal para chatarra de aquí a unos años y así sucede con la materia en general.

Todas las personas desean ser felices y se afanan en la búsqueda de las sensaciones externas como fuente de esa supuesta felicidad. El Universo material está a nuestra disposición y es algo bueno en sí mismo, pero no nos muestra más que una grosera imagen de las maravillas de la Creación.

Las experiencias externas que vivimos en la Tierra, no son más que parte del proceso que necesitamos hasta llegar a Dios.

La vida se desarrolla, cual drama cósmico, en un gran teatro donde la representación es la propia vida. En ella tu esencia espiritual es la que permanece inalterable y la parte de ti que vive por siempre, independientemente del papel que desempeñes en cada existencia. No importa cual sea el rol que estés representando en tu existencia actual, pero debes comprender que tú no eres el personaje, sino el actor o la actriz. Las personas que vamos encontrando a lo largo de nuestro caminar por la Vida, han podido estar presentes en otras vidas, desempeñando otro papel que el que ahora desarrollan, pues cada existencia nos aporta lo necesario para el crecimiento individual, de manera perfecta. Todo ello forma parte de la interrelación de las leyes espirituales que rigen la creación y muy especialmente de la ley de causa y efecto, que determina en gran manera cómo será tu próxima vida, dependiendo de cómo vivas la presente.

En cada vida vivimos las experiencias que cada alma necesita para evolucionar y sobre todo para aprender la ley del Amor. Esta comprensión real de nuestra verdadera naturaleza, que es de orden espiritual, debería mantenernos alejados de la conciencia puramente materialista de la existencia física.

El apego a la materia es una de las causas de mayor sufrimiento para el ser humano, porque lo aleja diametralmente de su esencia real que es espiritual. Todos los dones que Dios ha dispuesto en este mundo transitorio, están a nuestra disposición, para ser utilizados durante nuestra corta estancia en la Tierra, pero no debemos confundir el medio, con el fin. La materia debe estar a nuestro servicio y uso, pero nunca debiéramos rebajarnos a estar sometidos a ella.

Para el ser que desea hallar la Felicidad, Dios debe ser lo más importante y debe comprender que Él envía su amor a través de las personas que nos quieren y que comparten nuestra existencia terrenal. ¿Es que acaso no te das cuenta de quién eres realmente?

Dios nos expresa su bondad a través de padres, pareja, amigos, hijos, etc. Todos ellos son seres espirituales a través de los cuales Dios se manifiesta en el plano físico.

Cuando un ser comprende realmente su unión con Dios, no puede más que sentir gozo continuo y vislumbrar aunque sea en pequeña medida las maravillas que en su evolución va a experimentar.

La Tierra es un paso difícil en nuestro camino evolutivo, pero precisamente por ello, aquí son creadas las condiciones necesarias para nuestro mejoramiento. El objetivo último de un ser encarnado en la Tierra es limpiar de su conciencia toda negatividad y deseo terrenal, pues estas son las causas primeras que pueden encadenar a un alma a encarnarse vida tras vida hasta purificarse.

Dios nos ha dado un plazo de tiempo para cumplir nuestro propósito en este planeta y todas tus energías deberían ir encaminadas a ello. ¡Reflexiona y pide Luz a Dios sobre este hecho y te darás cuenta de tu verdadera misión en este mundo!.

¡Si comprendieras realmente cual es tu camino, estarías ansioso por seguir la Voluntad de Dios.! Esta es la auténtica revolución del espíritu, el tomar conciencia de nuestro deber y expandir la Luz que llevamos dentro hasta que ilumine hasta el último rincón de la Tierra.

En cierta ocasión el presidente norteamericano, John F. Kennedy, lanzó a sus compatriotas una frase que resume el espíritu de servicio con el que todos debíamos estar impresos: “No te preguntes que hace América por ti, sino más bien, qué haces tú por América”. Esta actitud y predisposición abarca tanto a nosotros mismos, como a nuestra pareja, al ser humano que tenemos cerca, a nuestro país, como al resto del mundo y simboliza que para que las cosas cambien, en primer lugar hemos de operar el cambio en nosotros.

Cuando se presentan dificultades, podemos elegir entre dos caminos bien diferenciados, de una parte el enfrentar la situación y tratar de resolverla o bien esquivarla. La persona que opta por la primera elección está en el camino del desarrollo personal y ve en cada problema no un fastidio, sino una oportunidad. Si por el contrario se elige la segunda vía, el problema persistirá y por mucho que tratemos de ignorarlo, la Vida preparará de nuevo las circunstancias hasta que cumplamos con el deber de afrontar el reto.

Tanto en mi vida personal, como en la profesional he tenido numerosas pruebas de ello y uno de los aspectos que proporciona más conocimiento son las pequeñas derrotas en las batallas, que nos preparan para poder vencer en la gran guerra. De este modo la experiencia nos demuestra que evolucionamos a base de nuestra propia superación de los errores.

Cuando inicié mi actividad en el mundo de las ventas, estaba formado en el conocimiento teórico de las relaciones comerciales, pero únicamente el contacto diario y continuado con las personas, proporcionan el entendimiento necesario para desarrollar la labor con garantías. Por mi propia experiencia, sé que cuando no se realiza la venta es cuando realmente aprendo ya que analizo y posteriormente extraigo las conclusiones de donde he fallado. Anteriormente, cuando las operaciones comerciales fructificaban, me mostraba tan entusiasmado que no me daba cuenta que a pesar de la venta, tenía todavía mucho que mejorar.

Tras iniciar los primeros pasos conscientes en la senda del espíritu, el ser humano común, también en principio se muestra satisfecho y hasta engreído de su progreso, pero cuando mayor es el avance también gradualmente va ampliando su conciencia, hasta comprender cuan mínimo es su conocimiento, crece entonces en humildad y comienza a intuir todo lo que resta por descubrir.

En tanto que espíritu, al Ser humano, le bastaría con alzar sus ojos al Cielo y mostrar agradecimiento a Dios, por la dicha de que su alma es inmortal e indestructible. El temor es desechado por el alma evolucionada, y si acaso puede sentirlo es por sí mismo y por el poder que le es conferido. Este es el único temor que debes tener, el de no ser consciente de ti mismo, de tu auténtica naturaleza superior y en ignorancia de esta, poder convertirte en tu propio yugo. De este desconocimiento se derivan todas las aflicciones de la humanidad. En su conocimiento se halla la dicha y la paz.

**A la persona necia, nada elevado le conmueve,
porque hasta el hecho de pensar le parece trabajoso.**

TÚ ERES UN HIJO DE DIOS Y ERES ÚNICO

Tu eres una persona única, con un destino único y unas cualidades únicas y tienes un propósito único en este planeta. No estás aquí por casualidad, por que la casualidad no existe.

Todas las personas tenemos unas cualidades determinadas y unos dones que debemos explotar, tú debes encontrar cuales son los tuyos. Seguro que tienes alguna habilidad especial, algo que sabes hacer mejor que nadie, algo para lo que estás realmente preparado y destinado. Ese y no otro es el lugar en tu vida. Si todas las personas sintonizáramos con nuestro yo interno y ocupáramos nuestro verdadero lugar, realizando nuestra misión aquí en la Tierra, no existirían las desigualdades latentes en la actualidad y todo funcionaría como un perfecto mecanismo de relojería, cada pieza en su sitio.

No todos tenemos un cuerpo escultural, una capacidad intelectual prodigiosa o una voz de barítono, pero cada uno de nosotros somos seres únicos, con nuestras virtudes individuales. No construyas limitaciones en tu mente. Ábrete a lo nuevo que está por llegar, y a recibir todo aquello que te mereces, porque si crees en ello te llegará en el momento oportuno.

Piensa por un instante en los millones de seres que han poblado la Tierra desde su origen y comprenderás la maravillosa individualidad de tu esencia, ya que no existe otro ser como tú. Eres un Ser único y única es tu misión en esta vida, da gracias por ello y disponte a explotar todas tus cualidades.

Del mismo modo que se te ha dotado de unas cualidades determinadas, que constituyen tu peculiaridad y personalidad propias, también única es tu experiencia en esta tierra.

A menudo, el ser humano común se lamenta cuando la vida le golpea con contrariedades, queriendo revelarse y juzga entonces a Dios, interrogándose sobre la Justicia Divina.

Esta actitud es muy propia de quien ha padecido muchas adversidades y bien cierto es, que existen seres a quienes la Vida les somete a pruebas

muy dolorosas. Sin embargo, nadie se pregunta el porqué cuando los acontecimientos nos resultan benignos y nos vemos favorecidos por lo que denominamos “suerte”. Es más, muchos seres ven entonces crecer su ego y orgullo humanos, creyendo en vano que son los responsables únicos de su éxito, cayendo en el error espiritual de la soberbia. El ser que así actúa se comporta como un gigante con pies de barro.

Todo viene de Dios y aunque Él permite, que según nuestra siembra se produzca la cosecha, no menos cierto es, que todo suceso desde el principio de la creación, no ha ocurrido sin su consentimiento. Hay que distinguir la diferencia de concepto entre el consentimiento y la aprobación, puesto que el primero se produce a pesar de que el hecho no cuente con la aprobación divina. Esto que en principio puede resultar una paradoja proviene de forma especial del resultado de la Ley de compensación y a efectos prácticos se traduce en actividades que son contrarias a la Ley, pero que sin embargo son necesarias para que ésta tenga su cumplimiento.

No siempre nuestra voluntad y aspiraciones, están en consonancia con el bien común y por consiguiente con el plan cósmico. Aunque la ignorancia humana no permita el discernimiento de los designios divinos, todo sucede para nuestro bien, y tanto en los momentos de dicha, como en los de tristeza, nuestra conciencia debiera permanecer serena y en agradecimiento, pues todo lo que poseemos nos es dado.

Todas las criaturas somos hijos de Dios, pues todos somos parte de su creación y a Él debemos nuestra existencia. Toda individualización de Dios posee alma, no sólo los humanos; pero una de las diferencias entre el ser humano y sus otros hermanos, radica en que las personas están dotadas del poder de la voluntad, la inteligencia y el libre albedrío y pueden hacer uso de ellas de forma individual. A pesar de estar condicionado por múltiples factores, el Ser puede tomar la decisión consciente de ser el co-creador de su experiencia.

Los animales, también están dotados de alma, puesto que el espíritu de Dios impregna toda partícula, pero estos a diferencia de nosotros, aunque también conforman a nivel individual lo que en los humanos llamamos personalidad; están regidos por una conciencia grupal o de especie y

poseen una guía interna que es el instinto. Estas características están impresas en cada animal que nace en el planeta y sus pautas de comportamiento no están sujetas a la educación que se le brinda, y al posterior discernimiento de la razón y el intelecto, sino que este ya viene impreso en función de la especie, al igual que en los humanos la morfología viene marcada por el ADN, del código genético.

Si el ser humano se afana únicamente por la satisfacción de los deseos y siguiendo su instinto vive con su conciencia puesta en ellos, se rebaja a la animalidad, que es nuestra naturaleza inferior, puesto que permanece ignorante de sus facultades y de su propio poder. Precisamente, en la aspiración de la conquista de nuestra naturaleza o Yo Superior, encontramos nuestra razón de ser como especie y en base a ello, tendríamos que cuidar de los seres que están a nuestro cargo y del planeta entero.

Existen animales como los elefantes, los perros, los delfines o los primates, que tienen muchas similitudes con nosotros en cuanto a las emociones y sentimientos. También el ser humano tiene mucho que aprender de ellos. Sin embargo, la naturaleza inferior que en las personas propicia la animalidad, impulsa a los seres a actuar siguiendo el capricho del deseo y el instinto, lo cual no es una postura de dominio de la voluntad.

Por increíble que resulte, siendo los animales nuestros hermanos pequeños, ¡algunos se comportan más amorosamente que muchos humanos!

Como hijo de Dios uno de los primeros pasos para el perfeccionamiento es aceptar que errores estamos cometiendo por acercarnos a nuestra naturaleza animal, y posteriormente poner los medios para liberarnos.

Si vives conforme al dictamen de los instintos del cuerpo y sólo te limitas a comer, trabajar, divertirse y procrear para garantizar tu supervivencia y la de la especie, ¿en qué te diferencias de un animal?, ¿Es que ellos no juegan, no se espabilan para asegurarse la comida y acaso no tienen descendencia?

El ser humano que toma conciencia de su naturaleza espiritual, debe preguntarse antes de actuar si su actitud es conforme a la voluntad divi-

na, de este modo estará trabajando tanto por su propia evolución, como por el progreso global.

La intuición, aunque está más presente en las mujeres que en los hombres, se encuentra en el interior de cada ser humano y ella representa el papel del instinto en los animales, diríamos que actúa como guía o voz de la conciencia. Puesto que el Poder de Dios, reside dentro de cada ser humano, la persona sabe en lo más íntimo de su ser, si sus actos trabajan a favor de la luz o acrecientan las tinieblas.

**¡Limpia primero tu mundo interior
y verás después resplandecer la Luz!**

NO BUSQUES FUERA LO QUE POSEES EN TU NATURALEZA

La sensación de inferioridad en que viven muchas personas en nuestro planeta, es el resultado de los estereotipos que aparecen como modelos a seguir y que desgraciadamente para la mayoría se convierten en fuente de frustración. Esto es especialmente cierto en el caso de las mujeres, que a pesar de ser emocionalmente más fuertes que los hombres, también tienen mayor sensibilidad y se ven más presionadas por los ambientes culturales y sociales. Un claro ejemplo de ello lo observamos actualmente en los insistentes mensajes publicitarios de la industria del adelgazamiento, que hacen culto del cuerpo, como si este fuera más importante que la propia persona.

Tú no eres tu cuerpo. El cuerpo físico forma parte de ti y no es precisamente la parte más importante. El ser humano posee diversos cuerpos, de los cuales el físico es el más denso y hace que nos atrape en la ilusión de los sentidos. Los yoguis saben bien que el cuerpo puede ser controlado por nuestra mente y que esta a su vez es sometida por la voluntad.

Nuestra sociedad materialista nos impulsa constantemente a seguir unos patrones fijos de conducta y establece como modelo a seguir, a determinadas personas como fiel reflejo del “éxito social “. Un ejemplo de ello, lo observamos actualmente y de forma clara, en ciertos deportistas y artistas, que constituyen los modelos que los medios de comunicación nos venden de manera tanto directa como subliminal como modelos de éxito.

¡Si las personas supieran las vidas de fracaso interior que se esconden detrás de muchas de esas supuestas vidas de éxito!

Por el contrario también existen personas que poseen muchas posesiones materiales, pero su riqueza verdadera está en el espíritu. No está reñida la espiritualidad, con la prosperidad y la riqueza, si nos servimos de estas para fines superiores.

En cualquier caso la riqueza de vida la manifiesta el espíritu, con la paz y la alegría internas. Todas las demás experiencias externas, si no van acompañadas de esta armonía interior sólo producen a la larga, la insatisfacción y el desasosiego de una vida vacía.

Otra de las razones que nos tendría que hacer reflexionar sobre el nivel espiritual que rige en nuestro mundo actual, es el increíble número de ventas de las revistas llamadas de “prensa rosa”.

La vida de cada ser humano es única e irrepetible y todos tenemos en sí mismos las potencialidades espirituales que pueden hacernos sentirnos plenos, sin tener que indagar, envidiar o desear lo que posee otro ser.

En ocasiones las personas trasladan en su universo imaginario las vidas de estos personajes, que parecen vivir en un mundo de hadas, lo cual no es sino reflejo de muchas vidas tristes y vacías. Es lastimoso observar como las personas malgastan sus energías y su precioso tiempo en actividades tan vanas e inútiles como son la crítica y el chismorreo.

No hay que olvidar que el ser humano es de naturaleza curiosa y precisamente esa curiosidad y ansia de conocimiento es lo que nos hace avanzar como especie. La diferencia radica entre el conocimiento abismal que existe entre el conocimiento que nos permite adquirir sabiduría y la morbosidad insana que muchos sienten por el chisme, las habladurías y la charlatanería sobre las vidas ajenas.

Para que te hagas una idea de cómo las emociones son energía sutil, piensa por un instante como se transforma tu esfera mental si asistes a un entierro o si por el contrario vas a una fiesta, o a un concierto musical. No importa cual sea tu anterior estado de ánimo, porque en cualquiera de esos escenarios vas a impregnarte en mayor o menor medida de la energía reinante. Esa energía que flota en el ambiente, no es más que el cúmulo de pensamientos y emociones de los presentes, bien sean de dolor o amargura o de alegría y gozo.

De igual manera a lo largo del día tú, inconscientemente vas captando todas las vibraciones sutiles y se aferran a ti las que son afines.

En el universo hay vibraciones más sutiles que otras y desde nuestra esfera de existencia, el humano ordinario no puede percibir, más allá de sus cinco sentidos físicos del tacto, olor, gusto, vista y olfato. Sin embargo cual-

quier persona, con independencia de cual sea su intelecto, sabe que existen en la creación cosas que los sentidos ordinarios no pueden captar.

Los pensamientos y emociones no son de orden material y sin embargo los aceptamos como reales. Las ondas de radio que fluyen por el éter no pueden ser captadas a menos que dispongas de un receptor, pero en el caso de que tu no las captas, por no disponer de él, es absurdo negar su evidencia, a pesar de tu incapacidad para sintonizarlas.

El mundo espiritual tiene un funcionamiento similar, no todo el mundo puede sintonizarse con su vibración, a pesar que los tesoros están disponibles para todos.

La persona que está enfocada al goce de los sentidos y a una existencia materialista, difícilmente entrará en armonía con las vibraciones más elevadas.

También las denominadas percepciones extrasensoriales, como la telepatía, la intuición o la clarividencia, son aspectos vetados para la mayoría de las personas. A medida que el Ser va entrando en comunión espiritual se van abriendo distintas puertas desconocidas hasta entonces para él y le son mostrados conocimientos que el intelecto por sí solo no puede ofrecerle.

Generalmente las mujeres suelen estar más dotadas para ejercitar el dominio de estas capacidades, puesto que en su naturaleza existe una mayor predisposición genética y su hemisferio izquierdo, que se ocupa del universo inconcreto, suele regir en su cerebro.

Uno de los principales obstáculos para muchos seres sinceros de corazón que anhelan el alimento espiritual, es la desconfianza y el temor generados por muchas personas que malintencionadamente y movidas únicamente por intereses egoístas trabajan en este ámbito del esoterismo. En ocasiones los conocimientos del ocultismo se han aprovechado para confundir a las gentes, cuando no para sembrar el miedo. La utilización de los poderes psíquicos, con fines egoístas, no tiene nada que ver con la espiritualidad.

¡Triste destino el del Ser que capacitado para aportar Luz, siembra el error y la ignorancia entre sus congéneres!

Este es uno de los mayores errores espirituales que pueden cometerse, puesto que la persona que ha venido a este plano con estos dones posee mayor responsabilidad y por ello su aportación debe estar en consonancia a lo que se le otorgó.

El Ser que poseyendo conocimientos en el campo del espíritu, no sirve a la Luz, sino que constituye un canal por el que fluye el egoísmo y el orgullo, no hace sino sembrar la ignorancia y tanto en sí mismo como en detrimento de sus hermanos, comete uno de los mayores errores espirituales y la Sabiduría le es vetada.

La Verdad y las soluciones a las pruebas a las que la Vida nos somete, no se encuentran en los libros, ni en los supuestos poderes de farsantes que estafan a los pobres ignorantes. Si tú eres un luchador en el espíritu, debes comprender que no hay nada externo que pueda ayudarte, sino tu propia fe.

Esta energía divina no se vende en el supermercado, es gratis y está ahora dentro de ti, siempre lo ha estado y siempre lo estará. ¿No es fantástico?, ¡ Tú tienes la libertad para cambiar tu personalidad, pero siempre contarás con tu esencia inalterable y eterna!

Si tomas conciencia de ello, ¿porqué fijar tu fe en algo, que en sí mismo no contiene más poder que el poder que tu mente desea otorgarle?

No te contentes con medianías, no mendigues, pues tú debes aspirar a lo máximo. Aunque puedas pedir consejo o ayuda externa, a las personas que puedan aportarte Luz, el ser que verdaderamente desea el encuentro con lo divino, debe buscar a Dios en su corazón, ya que de Él proviene toda Luz y solución.

Nuestra sociedad, por intereses económicos magnifica a ciertos personajes y esto ocurre en todos los ámbitos, incluso en el espiritual, donde el ser humano busca referentes externos en los que apoyarse. Las vidas

ejemplares son modelo de enseñanza, pero si tú deseas fervientemente alcanzar la Sabiduría, no te servirá ningún gurú, por mucho que te muestre el camino.

Aunque es cierto que en el ámbito del crecimiento personal y de la parapsicología existen buenos profesionales y personas que son instrumentos del Amor y ayudan a otros a abrirse camino; el ser que tiene como meta el desarrollo espiritual debe anclar su conciencia y su progreso en la esencia de su propia naturaleza, antes de buscar a ciegas la solución externa a cualquier problemática. Recuerda que toda persona es en sí misma portadora de la chispa divina y que en ella reside todo el conocimiento.

Busca primero y de forma intensa tu luz interna y verás poco a poco despejarse todos los nubarrones de tu mundo.

Tú tienes toda la potencialidad, ¿con qué razón buscas externamente lo que tú ya posees en herencia? Quien así actúa se asemeja a quien teniendo en su hogar una potencia de miles de vatios de luz, y no habiendo caído en la cuenta que tiene el interruptor a su alcance, le pide una triste vela a su vecino para poder alumbrar su casa.

Los grandes maestros siempre nos animan a vivir la vida en el espíritu, porque eso es precisamente lo que somos.

LOS DIFERENTES CUERPOS

Uno de los principios cósmicos nos muestra que en el Universo todo vibra, todo está en movimiento constante y todo es energía. Todo es energía en movimiento y la diferencia entre sus distintos estados, radica en su vibración y en el grado de conciencia de ésta.

Todo cuanto existe proviene de la Mente de Dios, cuya potente vibración produce pensamientos que van desde los más sutiles, expresados en el campo de las ideas o conceptos hasta las expresiones más burdas, como pueden ser las de la materia, expresadas en los tres estados, sólido, líquido y gaseoso.

Esos tres grados o niveles constituyen también el microcosmos del ser humano, ya que en sí mismo contiene la idea espiritual y mental sutil (cuerpo causal), la energía vibracional (cuerpo astral) y la condensación de esa conciencia en materia (cuerpo físico).

Los seres humanos son individualizaciones del espíritu de Dios. Su estructura atómica actual, forma su cuerpo físico, y este consta a su vez de distintos sistemas que regulan distintas funciones del organismo, muscular, óseo, nervioso, digestivo, etc. Cuando el cuerpo físico muere, el alma no queda todavía completamente liberada, puesto que aún se halla encerrada en los sutiles cuerpos astral e ideacional.

Retira por siempre de tu conciencia que tú eres un saco de huesos, músculos y sangre. Esta manifestación física que para la inmensa mayoría de humanos es la única realidad tangible, no es más que la envoltura que cubre tu Real Ser. Tu organismo es el vehículo que necesitas para desenvolverte en el universo material en el cual resides ahora y gracias al cual el alma puede tomar expresión y desarrollar sus capacidades.

Tras el cuerpo denso y del cual, al ser visible tenemos plena conciencia, existe el cuerpo energético o de Luz. Este contiene las mismas capacidades que el físico pero su naturaleza es mucho más sutil, y concentra

la energía de ese Ser. ¡Cuando nos marchamos de este mundo, seguimos contando con nuestro carácter y nuestras capacidades!

Al igual que en nuestro plano terrestre necesitamos de nuestro cuerpo para las actividades cotidianas y contamos para ello con la inteligencia, la voluntad y nuestros sentidos físicos, en los planos astrales ocurre de igual manera. Por ello el ser astral es capaz de ver, oír, tocar, gustar y oler en los mundos sutiles, aunque carezca de los órganos físicos destinados a ese fin que poseía cuando estaba en el plano material.

La inteligencia y el amor de Dios, anima cada partícula del universo y es lo que mantiene al alma siempre inmortal, dondequiera que se encuentre. Del mismo modo que en nuestro planeta existen seres con distinto grado de conciencia, en los mundos astrales hay diferentes niveles evolutivos, según el desarrollo de cada alma. Este principio es conocido como Ley de Correspondencia y opera en los distintos niveles de la Creación.

Para algunos seres el mundo astral supone un merecido descanso tras una vida de lucha y experiencias a menudo dolorosas. En este período el alma toma mayor conciencia de su potencialidad como espíritu y en función de su desarrollo encarnará de nuevo en un cuerpo físico o por el contrario se desprenderá de su cuerpo astral, para unirse al Universo Causal. En concepto de tiempo horario terrestre, podemos decir que existen almas que se reencarnan de forma casi inmediata a su muerte física, mientras que otras pasan cientos de años en el plano astral.

Las almas que han logrado la unidad con Dios, no tienen necesidad de reencarnar, puesto que han superado los deseos y apegos de los niveles vibratorios más bajos. Sin embargo, en la Tierra hay seres que una vez libres ya de la necesidad de encarnar, por su propia voluntad y Amor, han decidido volver en cuerpo físico, con deseo expreso de ayudar a otros y cumplir una misión determinada.

Jesús, Buda, Krishna y otros grandes avatares, son fiel reflejo del Amor tan inmenso de algunos seres por sus hermanos. Aunque no todos los seres amorosos son de la dimensión de estos maestros, en

especial de Jesús; que encarna el Cristo Cósmico; has de saber que en la Tierra existen muchos ángeles anónimos, a través del cual el Padre nos brinda su ayuda.

El ser que en su existencia terrena ha llevado una vida con exceso de materialismo y que posee deseos no satisfechos, continua con esos sentimientos aún después de abandonar su envoltura y se siente impulsado a expresarse de nuevo en una forma física corpórea. El alma que así actúa es atraída de nuevo a la Tierra, a través de otro cuerpo con el que desarrollar nuevas experiencias. Las personas que no han desarrollado su parte espiritual en la Tierra, se sienten totalmente apegados a esta y desean volver. El conjunto de experiencias y conocimientos acumulados a través de las anteriores existencias, es el bagaje que ese alma trae en su nuevo nacimiento.

Cuando existen seres que han llevado vidas negativas y siguen conservando esas emociones y sentimientos buscan en personas afines a ellas la manifestación de sus pensamientos, para seguir sembrando el caos, es por ello que algunos seres astrales de vibraciones bajas suelen influir en las mentes más débiles para ver satisfechos sus deseos. ¡ Los espíritus de esta índole causan estragos en las mentes ignorantes y negativas que están en la Tierra!. De ahí la importancia de mantener siempre la conciencia en pensamientos elevados y creativos.

Actualmente existen técnicas para el aprendizaje de los distintos niveles de conciencia y ello ayuda a las personas a desterrar el miedo a la muerte y a los espíritus.

La realización del viaje astral o fuera del vehículo corpóreo es posible y es una experiencia que suele acelerar el desarrollo espiritual de quien la ha vivido de forma consciente.

El mundo astral es por todos conocido, puesto que lo visitamos a diario en nuestros sueños, aunque al despertar y una vez en el estado de vigilia no lo mantengamos en la memoria activa.

¿Cómo es posible temer a los espíritus, si eso es precisamente lo que somos? El universo funciona por afinidad y si enfocas tu mente y tus acciones

en el bien, es imposible verte afectado por las vibraciones más bajas que existen en el universo.

Satanás o el diablo, es su principal expresión. Actúa como obstáculo para la humanidad, puesto que su objetivo es que el humano no alcance a Dios.

A pesar que sus intenciones son negativas, Dios se sirve de él y acaba por convertirse en un instrumento de Dios, gracias a que al crear condiciones tan adversas como existen en nuestro planeta, consigue paradójicamente con ello acelerar nuestra propia evolución.

Satanás utiliza las vibraciones más bajas para desviar al hombre del camino espiritual y se sirve para ello de todas las emociones negativas que destruyen al hombre y lo alejan de su identidad como Hijo de Dios; la ira, el miedo, la venganza, el odio, el desánimo, la frustración, etc.

El objetivo fundamental de Satanás consiste en encadenar al ser humano y sumergirlo en la ilusión de los sentidos, haciéndole creer que la Felicidad se halla precisamente ahí, en la satisfacción de éstos. Ello se resume en los llamados siete pecados capitales.

Su mayor éxito es hacer creer a la Humanidad que él no existe.

Dios y Satanás, el cielo y el infierno, están en el interior de cada ser humano. En dependencia del estado mental, espiritual y de las acciones de cada individuo, puede expresar uno u otro.

A pesar que esta energía negativa, manifestada como Satanás, actúa con relativa facilidad en nuestro mundo, el Ser que desea tomar el auto-dominio y seguir la Voluntad de Dios, no debe temer ninguna experiencia externa, cual quiera que sea su procedencia e intención.

Toda ignorancia radica en el desconocimiento Real del Ser. De este modo comprendemos que el mayor enemigo de Dios, no es el Diablo, que a fin de cuentas es instrumento de Él, sino la Ignorancia, que trae la Oscuridad, puesto que Dios es Sabiduría y Luz Infinita.

La posibilidad de elección que Dios nos brinda, al otorgarnos el libre albedrío o libertad individual, hace posible que cada persona pueda, si esa es su voluntad, cambiar su orientación mental en cualquier momento, modificando también de esta forma su nivel vibratorio y reorientando por ello su vida.

Con la plena comprensión de este hecho, tendremos la certeza que somos los maestros constructores de nuestra vida y que por muchos condicionantes externos que nos intenten influir, no podemos culpar a nadie de nuestro estado mental. De ahí precisamente es de donde surge todo nuestro mundo.

Los llamados pecados por las religiones, son las sendas equivocadas o errores que nos desvían del camino evolutivo y pueden ser originados por la satisfacción desmesurada y el acomodo de los sentidos del cuerpo, como son la Gula, la Lujuria y la Pereza o pueden ser de intrínseca ignorancia espiritual, como lo son la Soberbia, la Ira, la Venganza, la Avaricia, y la Envidia.

Todos ellos manifiestan debido a su ignorancia, en mayor o menor medida un alejamiento de Dios y el ser que cae en ellos será víctima de sus propias actuaciones erróneas.

Por el Principio de Polaridad que rige en el Universo, también existen diferentes grados de error espiritual y en consecuencia no todos los "pecados" tienen tampoco la misma gravedad ni generan el mismo grado de Karma. Al igual que las leyes humanas no contemplan del mismo modo un bofetón que una paliza, - aunque en los dos casos se trate de una agresión física- la gravedad de ésta se manifiesta también por el grado o intensidad existente.

A lo largo de la Historia de la humanidad uno de los errores espirituales en los que las personas se recrean con mayor facilidad es en la soberbia. Esta se manifiesta en muy diferentes niveles, pero el Ser evolucionado, puede fácilmente observarla por doquier. La soberbia, tiene su expresión en actitudes como la vanidad, la prepotencia, el orgullo o el afán de notoriedad, todas ellas muy comunes en nuestros días y ensalza-

das por una sociedad que desea el “éxito social”, y que propone la fama y la popularidad, como paradigma de la felicidad.

El Ser que desea progresar espiritualmente, no necesita renunciar por completo a la materia, puesto que a través de ella tenemos también que desarrollarnos. El error no estriba en servirse de ella, puesto que Dios la ha dispuesto para nuestro uso y comprensión, como parte del Universo creado, sino en el apego a ésta como toda fuente plena felicidad.

¿Quién es más digno de admiración y Gloria, la belleza y majestuosidad de la naturaleza con la que se maravillan nuestros ojos, o el Gran Maestro que la diseñó?

¿Acaso puede compararse la grandiosidad de la obra a la omnipotencia del creador de ésta?

Si reflexionas en meditación, sobre la belleza existente en nuestro mundo, y sobre el funcionamiento de la naturaleza, vislumbrarás las maravillas que hay detrás del gran inventor.

En nuestro universo conocemos la relatividad y temporalidad de todas las cosas; basten como muestra las relaciones humanas, personas que ante la perspectiva del matrimonio, hoy se juran amor eterno, no desean ni verse al poco tiempo de convivir; posesiones materiales por las que muchos se desviven pierden luego el más mínimo interés; ¿porqué entonces fijar nuestra conciencia en algo pasajero que no es más que fruto de una vana ilusión de los sentidos?; disfrutemos de las cosas mientras estemos en este plano, porque toda la creación está para nuestro regocijo, pero mantengamos la conciencia en lo que es Eterno y Verdadero, aquello que es nuestra propia herencia y que cultivamos con nuestros mejores frutos, que son las buenas acciones.

En nuestros días existe una dificultad añadida y lo supone el hecho de que debido a la publicidad presente en los medios de comunicación, se impulsa subliminalmente a seguir determinadas pautas de conducta, que en la mayoría de los casos no conducen a la realización espiritual. Fiel reflejo de ello es la agobiante presión de la sociedad materialista, que

impulsa a los individuos al despilfarro y a vivir a crédito, por encima de sus posibilidades, tratando de satisfacer impulsivamente todos los caprichos que la sociedad de consumo les ofrece. Valores como el ahorro y la inversión tanto económica, como en conocimientos, debieran ser consolidados en los jóvenes, antes que la búsqueda desmesurada por las posesiones materiales y el goce de los sentidos.

Del mismo modo que es importante saber que en el mundo empresarial, los negocios más lucrativos son aquellos que nos proveerán rentas futuras continuadas, hay que saber que el mejor negocio del mundo está en poner la confianza y nuestro deseo en Dios, puesto que su actividad y dividendos no están sujetos a las fluctuaciones y riesgos de los negocios mundanos.

**La inversión espiritual es el negocio más maravilloso,
nos asegura una ganancia certera, inmensa y eterna.**

EL MOMENTO DE PARTIR

Tu eres espíritu y como tal eres inmortal. Esa es tu verdadera y sutil esencia, tu Real Ser. Recuerda que estamos hechos a imagen y semejanza del Creador. Tu espíritu vive por siempre.

No ocurre lo mismo con tu cuerpo físico, este ha sido creado con los elementos de la Tierra y cuando partas de este mundo, en la Tierra deberá quedarse.

Si en la Tierra, no nos causa excesiva preocupación el desprendernos de una vieja vestimenta cuando ya no nos es de utilidad, de igual manera al finalizar nuestro periplo terrenal, debiéramos despojarnos de la materia de forma natural, porque en los otros planos no la necesitaremos.

Es muy importante que la persona que está próxima a entrar en el trance de la muerte, sienta paz y amor mientras está entre nosotros. Algunos seres suelen en el momento de su muerte, (a no ser que esta sea repentina), visualizar y sentir la presencia de los seres queridos que vienen a recibirle para ayudarlo en su traslado. Esta experiencia lejos de ser un proceso químico de la mente, producido por la agonía de la muerte, es el producto del desplazamiento del velo de la ilusión que separa los dos mundos; astral y terrenal y que en el instante de la muerte física empieza a ser para el difunto tan real, como irreal será en poco tiempo el mundo que abandona. Los últimos estudios científicos, realizados con pacientes que han tenido experiencias en el umbral de la muerte, así lo atestiguan y sirven de testimonio riguroso para los incrédulos.

De todos modos ninguna experiencia humana puede servir de ejemplo espiritual para alguien, que aunque poseyendo conocimiento cultural e intelecto amplio, carezca sin embargo de la luz interior.

El sentimiento humano de pérdida por la partida de un ser querido no debería ser nunca de lástima o de dolor, pues ello puede hacer que el tránsito de esa persona se vea obstaculizado por querer consolar a las personas que aquí permanecen. Si reflexionamos sobre

nuestras propias emociones, advertiremos que cuando un ser querido abandona la materia, las personas se lamentan y lloran, por sí mismas, en un acto de egoísmo, porque están apegados a ese Ser y sienten su pérdida.

El momento de demostrar amor a todas las personas es mientras la persona está con nosotros, durante toda la vida. En el momento de la partida, debemos sentir el gozo de que nos ha dado su amor y hemos disfrutado de su compañía mientras ha durado su estancia con nosotros y no nos dice adiós, sino hasta pronto.

Dios nos ha dado un plazo de tiempo para cumplir nuestro propósito en este planeta y todas tus energías deberían ir encaminadas a ello.

¡Reflexiona y pide Luz a Dios sobre este hecho y te darás cuenta de tu verdadera misión en este mundo!.

Cuando nos marchamos de este plano, el cuerpo físico que está constituido por materia densa y formado por átomos, es desprendido de nosotros, quedándonos con el cuerpo astral de constitución molecular y con el que vamos a existir a partir de entonces, en otros planos de la Creación.

Muchos de nuestros seres queridos que han abandonado el cuerpo físico, siguen ayudando a las personas que permanecen en la Tierra. Su presencia puede sentirse tanto de forma intuitiva en el estado de vigilia, como en la experiencia astral del sueño. En dependencia de las capacidades de cada ser, las personas tienen estas experiencias forma más o menos vívida.

En tanto que humanos, a las personas les cuesta imaginar una naturaleza no material y cuanto más apegado a esta se muestran, mayor es la dificultad para sobreponerse a ella y alzar sus brazos para alcanzar a Dios. Aunque la conciencia de la especie humana, te condicione a pensar así, no te aflijas y muestres tristeza por los seres que crees haber perdido, puesto que Dios te los envió como muestra de su amor y este, como energía primordial vive por siempre. No te quedes úni-

camente con este concepto como algo con carácter poético o romántico, sino que es la realidad fundamental y constituye la maravilla de nuestra existencia.

¿Acaso crees que sobreviene la muerte del alma con la muerte del cuerpo?

Si lograras aunque sólo fuera una vez, poderte visualizar fuera de tu cuerpo físico y ver tus acciones como si asistieras a la proyección de una película, ¿cuan diferente sería tu vida!

VOLVER A MORIR, VOLVER A NACER

En realidad la muerte del cuerpo, no supone más que despojarnos del traje de nuestro personaje en la Tierra, para sentirnos realmente el actor o la actriz que en esencia somos. En los planos de vibración más sutil como es el mundo astral, recuperamos nuestra conciencia espiritual sin los atributos de los roles humanos que hemos desarrollado en nuestra existencia física. Es allí donde recordamos que nuestros seres queridos son mucho más que las representaciones que adoptaron en la Tierra, ya que son seres espirituales a través de los cuales Dios nos manifiesta su amor, independientemente de que hayan adoptado el papel de padres, madres, esposos, parientes o amigos. Esto debería hacerte reflexionar sobre la universalidad del Amor.

Aunque yo pueda asegurarte la realidad de esta dimensión, tú debes buscar en tu corazón, para cerciorarte y experimentar la grandeza de la creación por tu propia experiencia.

Acércate al jardín de rosas, imprégname de su exquisita fragancia y así conocerás su verdadera realidad, ¿cómo sino podrías conocer su aroma, aunque hubieras leído miles de libros sobre botánica?

En virtud de las leyes universales, cada alma está en un nivel de conciencia y si no se purificó todavía, para ascender un peldaño más en la escalera evolutiva, deberá retornar a la Tierra encarnándose en otro cuerpo físico con el que desarrollar nuevas experiencias.

El momento, así como las circunstancias del nacimiento de un ser están siempre regidos de forma muy especial y siguen el orden y el plan divino establecido de forma individualizada.

El estudio profundo y riguroso de la astrología Kármica da buena cuenta de ello y a través de su análisis podemos entrever las características iniciales de la personalidad, con las que llega al nacimiento, el propósito de ese ser, así como las experiencias por las que tendrá que pasar en su nueva andadura.

Ni el nacimiento fue tu principio, ni la muerte será tu final.

Prácticas para el día a día

No importa que religión practiques y cual sea tu concepto o idea de Dios, las Leyes del Supremo nos afectan a todos por igual. Dios nos ha dotado de la libertad individual, del poder para elegir nuestro destino y además nos ha dotado de inteligencia y voluntad. Con la práctica constante de la voluntad podemos conseguir prodigios en nuestra vida.

El logro del desenvolvimiento espiritual, es fundamentalmente práctico. Es en la vida diaria, en los quehaceres cotidianos donde toma mayor expresión y donde mayor es su crecimiento.

La espiritualidad, lejos de ser otra religión o doctrina, es la aplicación de los principios que nos llevan a la Realización del Ser. A efectos prácticos tiene su aplicación y es puesta a prueba en el devenir diario. Cuando la mente es dominada por el individuo y no al contrario, se abre para él un universo maravilloso, que siempre le había estado aguardando, pero que hasta entonces no había sido capaz de descubrir. A partir de aquí el siguiente paso es lograr el control de su mundo activo, a través de la voluntad y el discernimiento de la mente.

El Ser que camina en el espíritu se afana por tanto, en erradicar paulatinamente la esclavitud de sus pensamientos y hábitos para transformar su mundo en autodomínio. Para ello no es necesario renunciar al cuerpo, ni a los sentidos externos, ni mucho menos intentar anularlo a través del

sufrimiento y el dolor, como realizaban los ascetas en una renunciación absoluta. Precisamente nuestro desarrollo se produce en que seguimos contando con la mismas capacidades físicas, pero estas han sido sometidas por el control de la voluntad.

En muchas ocasiones las religiones han menospreciado el cuerpo, rebajándolo hasta el desprecio, cual si fuera un obstáculo para el alma. Lejos de ello, precisamente el alma necesita del cuerpo para su desarrollo y gracias a este obtiene su crecimiento en la materia.

El Ser espiritual que ha modificado y por tanto corregido su mundo interior, se halla después, capacitado para expandir su conocimiento a otros. De tal manera, el mejor ejemplo para nuestros hermanos es el predicar con nuestras virtudes. Cuando la persona iluminada actúa así, cuenta con todas las facultades para ayudar al acrecentamiento del nivel vibratorio de quien le rodea. El hombre sabio nunca puede realizar esto y autocomplacerse de su poder espiritual, ni satisfaciendo el orgullo del yo, sino para dar testimonio y gloria de Dios.

El ser humano necesita para su supervivencia física, de las fuentes externas de energía, ésta es proporcionada, por los alimentos, el agua, el oxígeno y los rayos solares. De igual manera, el organismo está capacitado para generar energía interna y para ello puede utilizar su cuerpo físico, su mente y su voluntad.

Todo el conocimiento de la humanidad sería simplemente teoría científica o ideas filosóficas, sino fuera acompañado de la práctica de la experiencia, ¿cómo puedes estar seguro de algo, sin haberlo experimentado y logrado por ti mismo?

LA MINA DE ORO DE DIOS

Debes saber que como Hijo de Dios, eres capaz de lograr todo aquello que desees, ¿pero estás dispuesto a pagar el precio?

Esta vida no es fácil y es precisamente debido a las adversidades existentes, que nos desarrollamos. Todos los obstáculos que Dios ha dispuesto, están ahí para que los superes, puesto que no hay problema sin solución y en el aprendizaje y la experiencia encontrarás la evolución.

La ignorancia es el mayor enemigo del hombre. Dios es Sabiduría Infinita y está deseando que le conozcamos y pone a nuestro alcance los medios para ello.

Sabes muy bien donde está la mina de oro, está aquí, dentro tuyo permanentemente y nadie te la puede robar.

¡Es fantástico!

Sólo hay un requerimiento y lo supone el hecho que para extraer el oro deberás utilizar tus propios recursos ,tu voluntad y esfuerzo personal, al igual que en la mina tradicional se utilizan picos y palas para extraer el metal.

En el terreno espiritual sucede también del mismo modo, debes experimentar científicamente la teoría de todas estas cosas por ti mismo, y entonces podrás cerciorarte de tu realidad auténtica.

Todo en la Vida requiere un plan de acción, unos pasos a seguir. Es de vital importancia tener objetivos, pero tan importantes como éstos es el plan para alcanzarlos.

Cuando tu determinación se haya fijado en algo concreto, debes entonces volcar el poder de la concentración en ello y no desfallecer, teniendo la certeza de lograr tu objetivo.

De todos es conocido el dicho, “La fe mueve montañas”, pero no todos han comprobado por sí mismos la verdad científica de dicha afirmación.

Si aplicas con denuedo dicho poder mental, estarás actuando en el nivel de conciencia adecuado, además es importante que en los otros niveles, la certeza del cumplimiento esté siempre presente, si además estás unido al Creador y cumpliendo por tanto la voluntad divina, tienes todas las cartas para ganar la partida.

La concentración mental y el poder inmenso de la voluntad consciente son aumentados si tu conducta en el día a día se mantiene ajena a las influencias externas.

Para mantener un estado de equilibrio interno, es imprescindible no permitir que las condiciones del entorno nos influyan en gran manera.

Cuando estamos con las demás personas, es bueno comportarnos según marcan las normas, mostrarles nuestro amor y estar integrados en nuestro círculo social, pero el Ser que tiene el anhelo de la comunión espiritual y del crecimiento interno, debe también valorar y buscar los momentos de soledad, pues estos le aportaran la quietud y la reflexión necesaria para alcanzar la paz interna.

Es precisamente en estos instantes de oración, meditación y sosiego del alma, donde encontramos la fortaleza y la ecuanimidad que nos permitirá afrontar con éxito las experiencias externas a las que todos estamos sometidos.

La paz y la quietud interna, cuando son auténticas no pueden ser perturbadas aunque los hechos parezcan sernos desfavorables, porque debes saber que todo se desarrolla según el plan divino, aunque no siempre los humanos comprendan el devenir de los acontecimientos.

En ocasiones es necesario que una cosa llegue a su final, para que pueda resurgir algo mejor, ese es uno de los principios de la creación. Únicamente la limitación y la dualidad de la conciencia humana, que no tiene la perspectiva global del plan divino, observa los hechos parciales como si correspondieran a la totalidad, sin saber la relatividad de nuestro mundo.

Aunque a veces parezca que tus obras no dan frutos, sigue adelante, porque la cosecha llega siempre, y en ocasiones de forma sorprendente.

EL PODER DE LA ORACIÓN

La oración sea cual sea la técnica y las palabras que emplees, es un arma poderosísima a través de la cual el Creador aportará Luz a tu vida. La oración al igual que la meditación, son vehículos de conexión con el Creador.

Dios mejor que nadie sabe lo que tu necesitas, él no necesita de tus oraciones, pero tu si que necesitas de Él, en tu vida ordinaria y en tu crecimiento espiritual. La oración no consiste en repetir mecánicamente unas palabras, siguiendo un dogma de fe.

Mediante la oración nos ponemos en contacto con Dios y lo que cuenta no es la forma, sino la intensidad con la que le buscamos, esa pasión, ese entusiasmo, esa energía es la que debe impregnar tu vida, si estás en el camino espiritual.

La espiritualidad, así mismo, no significa la renuncia al mundo ordinario, para vivir una vida contemplativa y de ascetismo absoluto, sino que es en el devenir cotidiano donde debemos impregnar todo lo que hacemos de esa magia especial que proporciona el espíritu.

Si perteneces a alguna religión estarás asistiendo a su templo y siguiendo sus oficios. Pero el templo verdadero de Dios, no es ninguna construcción realizada por el hombre para adorarle de forma externa y artificial. El Templo de Dios, es el cuerpo humano y en tanto que sagrado, tus esfuerzos debieran ir encaminados a conservarlo de la mejor forma posible, manteniéndolo en salud, tanto interna como externamente.

No necesitas nada ajeno a ti para orar, Dios te está esperando y tú no necesitas de intermediarios para comunicarte con Él.

Si tu deseo fuese trabajar en una empresa y tuvieses acceso para hablar con el presidente, ¿porqué ibas a conformarte con formular una mísera solicitud al jefe de personal?

Ora a Dios, es el Presidente perfecto, Él siempre tiene tiempo para ti, paga muy bien a sus empleados, siempre les escucha, sus oficinas siem-

pre están abiertas por si alguien le necesita y su teléfono tiene infinitas líneas y no comunica nunca.

Y lo más importante, es tu Padre y Madre.

La oración, de todos modos no es únicamente la plegaria o la petición que realizamos y con la cual esperamos ver cumplidos nuestros deseos; sino todo acto de amor.

Tú estás orando si tu trabajo diario, no importa el que sea, lo desarrollas con Amor .

Tú estás orando si en cada circunstancia de tu vida te entregas al máximo y esa entrega supone una ofrenda a Dios.

Tú estás orando si procuras amar y respetar a todos y tu deseo es crecer en comprensión y sabiduría.

La apatía, el desánimo y la indiferencia son tres terribles lacras que deberías borrar de tu vida. No importa cual sea tu trabajo o actividad; desarróllalo con entusiasmo y Amor y verás obrar maravillas.

Si tu vida profesional o personal no es de tu agrado, entonces pide ayuda a Dios y esfuérzate por cambiarla, no sólo tienes derecho de hacerlo, sino que a demás es tu obligación.

Dios te ha dotado de todos los medios para que lleves acabo tu propio plan de vida, tu eres una auténtica máquina perfecta.

Cuando tomes conciencia que en tu interior Dios ha insuflado la chispa divina y actúes con Amor en cada acto que realices, por insignificante que pueda parecerle, sea en el trabajo, en la comida, en tus relaciones o incluso en tus momentos de ocio y diversión, estarás realizando la mejor oración.

Dios desea que le busquemos, para mostrarse ante nosotros y en nuestro propio conocimiento reside nuestra Felicidad y nuestra comprensión

de Él. Tal como dijo el sabio Sócrates: “Conócete a ti mismo”, es el primer paso para acercarte al Creador.

Tú eres un microcosmos dentro del macrocosmos de la Creación, pide Luz al Padre para tener conocimiento y comprensión de tu Real Ser.

A Dios no le importa cómo le busquemos, -los caminos del señor son insondables-, lo importante es el ardor, la intensidad, la persistencia y la pasión de esa búsqueda.

Es muy importante que antes de orar serenemos la mente y permanezcamos en un estado de sosiego y armonía. El ser que se dispone a entrar en comunicación con el Supremo, debería previamente preguntarse si en su petición no hay atisbo de egoísmo o perjuicio para otros seres, en definitiva si su obtención es intrínsecamente buena.

Nuestros deseos y aspiraciones no van siempre en consonancia con el plan evolutivo y la misión asignada a cada ser, por ello la mejor oración y petición que podemos realizar siempre de forma genérica, es rogar a Dios por que cumplamos la voluntad divina, de esta forma todos nuestros pasos se encaminan en dirección correcta.

Cuando oramos nuestra aura aparece luminosamente bella y la intensidad de la Luz está determinada por el caudal de conciencia y fe vertidas en la comunicación.

Las oraciones más amorosas y desinteresadas son las que realizamos por otras personas y son las de cumplimiento más certero.

La fe, por tanto es la certeza en el cumplimiento de nuestra oración. Realmente es el motor que nos impulsa y que nos llevará al destino propuesto. La fe tiene cierta semejanza con el poder de la concentración mental, aunque a diferencia de esta posee además una connotación espiritual. Esta fe de la que hablo no es una fe ciega, producto de un dogma que muchos ni siquiera aciertan a comprender, sino que es la esencia del poder del espíritu de Dios que reside en cada ser, es el medio con el que el Creador nos ha dotado para que

expresemos sus maravillas a imagen y semejanza de Él y como hijos suyos. No para vanagloriarnos en nosotros, sino para dar cumplimiento de su voluntad.

La teoría es inútil si no la acompaña la acción, ¡debes expresarla y sentirla por ti mismo!

Pide y se te dará, ¿acaso no habría de dotar la Madre más bondadosa de los mejores tesoros a sus hijos?

AFIRMACIONES POSITIVAS

Es importante el canalizar la mente hacia los objetivos que deseamos para operar cambios reales en nuestra existencia.

Del mismo modo, si nuestra creencia íntima y nuestro subconsciente está cultivado con buena semilla, será mucho más sencillo obtener posteriormente buenos frutos.

Para ello la verbalización de las afirmaciones curativas, es una de las formas más efectivas, ya que aún el poder concentrado de la voluntad, con el poder de la vibración de la palabra.

Las frases con vibración positiva, nos animan a un estado vibratorio elevado e irán transformando poco a poco nuestra mente.

Las palabras sin el sentimiento que las acompañe caen en saco roto, no sirven de nada; son como recipientes vacíos. Si queremos realmente operar cambios en nuestra vida, debemos comportarnos con autenticidad sintiendo realmente lo que expresan nuestras palabras.

El ser que desea operar cambios en su vida y avanzar en la senda espiritual, debe tomar conciencia plena de cuales son sus actos y sus palabras, pues ellos son en gran parte los que determinan su vida.

Recuerda las palabras del maestro Jesús: “No es lo que entra por la boca lo que contamina al hombre, sino lo que de su boca sale, porque lo que de la boca sale, del corazón procede”.

Las afirmaciones positivas son muy importantes para limpiar la conciencia y establecernos en una vibración espiritual.

La psicología moderna aplica también estos principios básicos, en aspectos como la motivación o la autoestima.

No hay que olvidar que a pesar de que la verbalización de las afirmaciones trabajan en la mente subconsciente, debemos acompañar las palabras con el senti-

miento de certeza de la cualidad que expresamos y la comprensión adecuada, sólo así estaremos trabajando desde una perspectiva completa y por ello, eficaz.

Semillas para plantar diariamente en nuestra mente:

- Vivo cada momento con plenitud
- Estoy agradecido a la vida
- Espero lo mejor de la vida
- Cada día mejoro como persona
- Hago feliz a mis semejantes
- Lucho por mis sueños
- Me siento saludable
- Perdono todos los actos del pasado
- Me entrego en todas mis actividades
- Soy energía de Vida
- Soy armonía y paz
- Soy Luz y Amor
- Soy un Hijo de Dios

VISUALIZACIÓN

Otra técnica estupenda para ir corrigiendo patrones mentales es el utilizar nuestra imaginación para crear imágenes mentales, lo que se conoce como visualización. Todas las personas lo hacemos constantemente, aunque no siempre seamos conscientes de que lo estamos haciendo.

En la pantalla de nuestra frente continuamente se proyectan imágenes mentales que vamos creando a veces de forma consciente y otras no. En esta pantalla van materializándose nuestros pensamientos, sean de cualquier índole.

Es nuestra sala cinematográfica particular y es un tanto especial, ya que este cine no cierra nunca, está abierto siempre, a todas horas y todos los días de nuestra vida.

La visualización creativa, consiste en proyectar imágenes mentales de las situaciones que queremos vivir, es decir estamos construyendo los planos de nuestra futura vida, pero de una forma positiva y consciente.

Usa la visualización para tener una salud mejor, para conseguir ese trabajo que te mereces, para ayudar a esa amiga que lo necesita, para obtener prosperidad económica, para resolver ese problema pendiente, etc.

Al igual que el arquitecto crea primero una casa en su mente, después se plasma en un plano y posteriormente es construida, de similar manera ocurren las materializaciones de los pensamientos.

Te darás cuenta del enorme poder de la mente, que con constancia es capaz de materializar en el plano físico todo lo que previamente ha creado en los sutiles planos mentales.

¿Cuántas veces has imaginado escenas que no deseas que ocurran?, Lo ves, has usado tu mente en tu contra, ya que donde centramos nuestra conciencia es lo que potenciamos.

Si tienes un problema con el dinero no debes visualizar la escasez, sino abundancia; en la salud no imagines la enfermedad, sino vitalidad, en la ignorancia, manifiesta sabiduría y así con cada aspecto que desees cambiar en tu vida.

Las personas que nunca han tomado conciencia de esto, es lógico que al principio no obtengan resultados inmediatos, debido a que la propia mente, al haber estado condicionada durante años por patrones antiguos, se niega a recibir órdenes nuevas que trastocan su “comodidad” y pone barreras al nuevo orden que se le quiere imponer.

Al igual que en otras cuestiones de la vida ordinaria, a la mente hay que ir reeducándola progresivamente y con la práctica, verás obrar los cambios que te hayas propuesto.

El gobierno de tu cuerpo está en tu mente y todos los demás súbditos que viven en tu micromundo, empezando por los millones de células que lo componen, deben estar regidos por las órdenes de ésta.

Si en tu mundo hay desorden, es porque has permitido la rebelión interna y la mente ha dejado de ejercer su soberanía. Del mismo modo que en un estado político reina el caos cuando no hay establecido un

orden y una jerarquía, el descontrol de la mente provoca el desarreglo de tu mundo.

Tu eres el monarca de tu reino y en tu interior se guarda el tesoro más preciado, la chispa divina. Disponte a reestablecer el equilibrio y comprobarás como todo se adecua armoniosamente.

En tanto que principio cósmico, sabemos que la potencia global de radiación es aumentada si aumentan los focos individuales, del mismo modo si unimos el poder vibratorio de diversas personas y lo focalizamos en un objetivo común, observaremos sus efectos de una forma mucho mayor que la suma individual de cada una de ellas. Esto te demostrará que si varios seres fijan su conciencia en un objetivo y ésta es mantenida con perseverancia este puede verse cumplido con mayor celeridad.

Actualmente existen grupos de sanadores que curan con la energía que irradia todo ser y que no es más que el reflejo de la Gran Luz. En estos casos cuando el paciente está en un grado vibratorio elevado, la curación sobreviene de forma más rápida, puesto que conscientemente abre el canal de sanación y permite liberar las energías bloqueadas. En última instancia siempre es la individualidad la que determina el éxito o fracaso de cada curación con la propia actitud interna.

Un caso que te acercará a la verdad científica de este hecho, puedes observarlo en el funcionamiento de ciertos fármacos. Tras su aplicación, remite la manifestación de la enfermedad, pero al no sanar el origen, el mal sigue manifestándose con posterioridad, de igual modo se sucede en las intervenciones quirúrgicas en las cuales ello se produce a pesar de extirpar incluso los tejidos dañados.

De la misma manera, en el terreno espiritual la sanación ha de ser interna, y de nada te servirá la visualización y el deseo de la materialización externa, si interiormente no has armonizado tu espacio.

MEDITACIÓN

Muchas personas conocen o creen conocer la teoría de todas estas cosas, ¡pero no las ponen en práctica!

Si no llevamos este conocimiento al plano del uso, del día a día, estas enseñanzas son inútiles, no te servirán en absoluto.

¡La vida es movimiento!

Uno de los sistemas que más rápidamente te ayudará a cambiar tu mente y con el que notarás como tu vida va transformándose es con la práctica de la meditación.

La meditación es sin duda el encuentro con nuestro auténtico Yo.

De la ignorancia de su conciencia se derivan todos los errores del mundo.

En nuestra sociedad falta tiempo para el recogimiento y la quietud; tan necesarios para reencontrar nuestra parte esencial, que es la espiritual. Eso precisamente es lo que encontrarás en la meditación.

Con los niveles básicos de meditación lograrás aquietar la mente y serenarla.

Esto es muy necesario, ya que normalmente el estrés, las preocupaciones, las prisas, etc, hacen que nuestra vida parezca ir sin control, de forma automática y rutinaria. La meditación hace que nos detengamos y hagamos un planteamiento interno.

Uno de los principales beneficios de la meditación y que personalmente más valoro, es el evitar el parloteo mental.

Sí, puede que tú no te hayas apercebido de ello, pero estás constantemente creando imágenes en tu mente, a todas horas, tanto de forma consciente como inconsciente, tu actividad mental no cesa nunca. El parloteo mental es ese caudal de pensamientos que llega de forma continua a tu mente sin tú darte cuenta, pero que hacen que fijes tu atención y tu conciencia en ellos.

¿Cuántas veces estás pensando en asuntos que tú no has elegido de forma voluntaria? ¿Cuántas veces piensas en asuntos sin saber muy bien el por qué?

Eso es el parloteo mental.

Pues bien, con la meditación, además de eliminarlo, conseguirás:

- Aumentar el control sobre tus capacidades
- Ser más consciente de quien eres realmente y de todo lo que te rodea
- Sentir tu unidad con Dios

Con la práctica de la meditación interiorizamos la mente y sentimos nuestra unidad con todo lo creado. Tomamos conciencia que nosotros no somos nuestro cuerpo, sino que éste forma parte de nosotros, al igual que un dedo no es la mano, pero forma parte de ella.

En los niveles más profundos de meditación es posible traspasar lo que en la India llaman “maya” o el velo de la ilusión.

En este estado de supraconciencia se elimina el “engaño” de nuestra vida terrestre y observamos todo el plan de la evolución con el ojo espiritual, que es el chakra o centro energético situado entre las dos cejas del ser humano.

En estos niveles de meditación profunda, nos es abierto un caudal de conocimientos al que no accedemos por la vía del intelecto, sino de la visión interna.

En este nivel de meditación profunda, Dios se nos revela íntimamente ligado a nuestra esencia y comprendemos la unidad de toda manifestación.

Existen muchos tipos de meditación y tú debes encontrar el que más te guste e ir evolucionando progresivamente. Aquí te expongo algunos, con los que la persona que se inicia puede comenzar:

Fijar la mente en un punto

Cómodamente sentado y relajado deberás cerrar los ojos y mentalmente centrar tu atención en un punto imaginario o en un color. No te

preocupes cuando otros pensamientos vengan a tu mente, tú sigue centrándote en ese punto y fijando tu atención sólo en él.

Concentración en la respiración

El ser humano puede estar 40 días sin comer, 3 días sin beber, pero no puede estar más de unos minutos sin respirar. Esto te dará una idea de la importancia de la respiración, pues es la fuente externa de energía más importante para nosotros.

Con este ejercicio tomarás una conciencia mayor sobre ella y sobre tu propia persona.

Relájate, cierra los ojos y centra tu atención en los movimientos respiratorios, de inspiración y expiración. No intentes controlarlos, simplemente siéntete espectador y observa su flujo de ida y venida. Siente que con cada entrada de aire tu vida es renovada y con cada salida lo viejo desaparece de tu mundo.

La respiración es la vida misma, reflexiona sobre el hecho de que no serías capaz de decir cuando acaba un movimiento y empieza el otro, SOLO EXISTE EL PRESENTE.

Observación en los pensamientos

Puede que este ejercicio te resulte el más sencillo y es que en tu vida ordinaria ya estás acostumbrado a hacer algo similar.

Relájate, cerrando los ojos y observa los pensamientos que llegan a tu mente. No intentes evitarlos, ni tampoco centres tu atención en ellos, únicamente obsérvalos, como simple espectador de esas imágenes mentales que aparecen ante ti como si estuvieras asistiendo a una proyección cinematográfica. No los aceptes como tuyos, sólo pasan delante de ti y se muestran en la pantalla de tu mente, pero no forman parte de ti. Estás asistiendo a una película y tú eres sólo un espectador.

Este ejercicio te ayudará a tomar más conciencia sobre el teatro de la vida.

Concentración en el tercer ojo

Este tipo de meditación es de mayor nivel espiritual y requiere mayor concentración.

A medida que nos adentramos en las profundidades del alma, todo va adquiriendo otra dimensión y ya no sentimos nuestro cuerpo como algo nuestro, sino como un instrumento que necesitamos para operar mientras estamos en la Tierra.

Es muy útil realizar ejercicios de respiración pausada, al tiempo que nos concentramos en este chakra.

La forma correcta de transportar la corriente vital de energía en este ejercicio sería la siguiente:

Inspirar el aire por la nariz, bajándolo hasta el estómago, después lenta y mentalmente elevar el flujo energético a través de la columna vertebral, pasándolo por el cerebro, para acabar proyectándolo a modo de rayo de luz, sobre el tercer ojo.

Con esta técnica, además de lograr los beneficios físicos y emocionales propios de cualquier relajación, se consigue profundizar en nuestra espiritualidad y conectarnos progresivamente con nuestra realidad divina.

Ya las más antiguas escrituras nos lo dicen: “Dios está más cerca de ti que tus manos, que tus pies, más aún que tu propio corazón”.

A ese fin está destinado el Yoga, que no es otro que la unión con Dios.

Como todo en la vida, la práctica lleva al perfeccionamiento. No te preocupes si al principio no consigues tus objetivos. Puedes iniciarte en estos ejercicios con veinte minutos al día e ir aumentando a medida que adquieras práctica. La vida es muy agradecida y a medida que vayas adquiriendo mayor destreza, te sentirás todavía más motivado e impulsado para seguir avanzando en esta senda.

Los niveles profundos de meditación se alcanzan tras años de práctica y búsqueda intensa de Dios.

Existen personas que se inician en actividades de orden espiritual y abandonan al poco tiempo, por no obtener los resultados que esperaban.

La paciencia es una virtud que hay que cultivar y como todo logro importante, el éxito se alcanza con perseverancia.

Si nunca has corrido 10 km seguidos, ¿cómo esperas poder correr una maratón?

Los niveles de meditación, con los que se logra el contacto con lo más sublime, van precedidos de la búsqueda sincera y del deseo espiritual más ardiente que puedas imaginar.

En tu voluntad está el conformarte con los juguetes que suponen los bienes de este mundo o ir directamente hasta Él.

Dios no tiene prisa, ¡eres tú quien debería tenerla!

Dios no se nos revela, hasta que no le colocamos en primer lugar a Él.

LA SALUD DE LA MENTE, LA SALUD DEL CUERPO

La interrelación existente entre la mente y el cuerpo, unido al ejercicio de la voluntad, produce que el ser humano tenga en sí mismo la potestad para crear en su microcosmos - su organismo - las condiciones que desembocan en salud o en enfermedad.

La ciencia ya ha comenzado a descubrir el poder de la mente humana y sus efectos sobre el organismo, bien sean benéficos como en el caso de las afirmaciones curativas, la visualización creativa, etc; o perjudiciales cuyo resultado son las llamadas enfermedades psicosomáticas.

Los últimos estudios científicos atestiguan lo que los místicos saben desde tiempos inmemoriales, el poder de la mente sobre la materia.

La influencia de los pensamientos y los sentimientos sobre el cuerpo físico ocasionan para el ser poco evolucionado, que no ejerce el autodomínio; un trastorno tras otro, puesto que los errores que se gestan en sus cuerpos vibratoriales acaban por impregnar su parte más vulnerable, el cuerpo físico, causando más tarde los desarreglos energéticos que dan lugar a la enfermedad.

Aunque la energía astral envuelve todo el organismo, cada persona tiene órganos más vulnerables que otros debido a su genética y al trato que le dispensa a su cuerpo.

Con independencia del carácter de la persona hay órganos que suelen actuar como rádares de las emociones, siendo muy susceptibles a ellas y suelen sufrir cuando estas son negativas, ejemplo de ello son el corazón y el hígado.

La importancia de mantener una buena salud mental radica en que fácilmente la energía de esos pensamientos va a trasladarse a toda nuestra aura o campo vibracional, afectando así toda nuestra actividad.

Las emociones negativas, causantes de frustración, resentimiento u odio, son muy perjudiciales y si no son reconducidas con las cualidades adecuadas acabarán por manifestar sus efectos sobre nuestro organismo, con consecuencias proporcionalmente tan dolorosas, como intensas sean dichas emociones.

El ser humano debe saber que si con sus pensamientos y emociones equivocados ha creado inconscientemente condiciones adversas para sí mismo, de igual manera con una orientación positiva de esa energía podrá producir la curación.

No todas las enfermedades provienen de estados de ánimo negativos y pensamientos erróneos, puesto que muchos son los factores que coexisten en la aparición de la enfermedad, como son entre otros, el karma, el componente genético ya determinado en el momento de la creación de nuestro ADN, la alimentación, los hábitos de vida, las condiciones climatológicas, higiénicas, etc.

En ocasiones la enfermedad también aparece como consecuencia del Karma o destino individual de cada alma y en algunos casos se convierte en vehículo de desarrollo espiritual.

¡Cuántas almas han cambiado su vida tras una enfermedad!

A través de una experiencia dolorosa, incluso en ocasiones traumática, como lo son algunas enfermedades muchas personas han logrado reorientar su conducta y obtener una vida más plena.

ALIMENTACIÓN

Los alimentos son energía condensada que se transformará más tarde en nuestra sangre para desarrollar los distintos procesos orgánicos.

Como toda forma de energía, de las vibraciones de los distintos alimentos dependerá la calidad de nuestra alimentación, y no me refiero a la calidad que refleja el paladar y que proporciona el sentido del gusto, sino a la cualidad electrónica presente en toda forma.

Los mejores alimentos para el ser humano son los de origen vegetal, siendo por tanto frutas y verduras los mejores aliados en la salud del hombre.

En dependencia de la constitución morfológica y de la actividad que desarrolla, cada persona requiere de mayor o menor número de nutrientes y aporte calórico.

Al margen de ello y sin entrar a valorar una dieta nutricional específica, el Ser que desea vivir una vida más espiritual, debe tratar de estar en armonía, sintonizando con las leyes naturales.

Con independencia de los alimentos que ingiera, la comida debe ser moderada, siguiendo el conocido adagio:

“Desayuna como un rey, almuerza como un príncipe y cena como un mendigo”.

Muchas enfermedades se cuecen en el horno del estómago, por tanto debiéramos tener especial cuidado de cómo tratamos a este órgano, ya que en buena parte nuestra salud está en sus manos.

Además de mantener una actitud de agradecimiento durante la comida, ésta debe ser realizada con conciencia, no permitiendo durante este tiempo mantener en la mente pensamientos negativos, que no harán sino perturbar nuestra digestión.

Durante la comida es importante alejar de nuestra esfera mental todo elemento perturbador.

¡Es preferible no comer, que sentarse a la mesa malhumorado o preocupado!

La salud de una buena digestión empieza en la masticación correcta de los alimentos y tal como nos dijo Gandhi: “La comida debe ser bebida y la bebida comida”; es decir, masticar concienzudamente y beber lentamente.

Otro gran sabio español, el doctor Marañón, nos dejó dicho: “Mastica 33 veces cada bocado”.

Una buena masticación hace que comamos con mayor conciencia, al tiempo que producimos un considerable ahorro energético a nuestro estómago.

Aunque la salud humana depende de muchísimos factores, ¡cuantas enfermedades se evitarían siguiendo estos sencillos consejos!

Si importante es comer adecuadamente y con moderación, también lo es descansar de comer de vez en cuando. Esta es una práctica muy extendida en países como la India, donde generalmente, hay un mayor nivel de conciencia que en los países occidentales.

A pesar que el ayuno está indicado para el reestablecimiento de la salud y sobretodo en algunos casos de las llamadas enfermedades

crónicas, no sólo obtenemos de él beneficios a nivel físico, puesto que debido a la interconexión de los distintos cuerpos del Ser humano, se produce una revitalización del campo vibracional, al ser renovada la energía.

Muchos seres, como por ejemplo los yoguis, practican el ayuno, no como medio curativo de la salud física, sino como elemento purificador para el espíritu.

La práctica del ayuno es conveniente que sea supervisada por un especialista, si es la primera vez que te sometes a ella o si tienes algún problema específico de salud.

En cualquier caso, la individualidad de cada uno hace aconsejable realizar el ayuno de forma personalizada y siguiendo criterios metabólicos específicos, tanto en la forma- completo o parcial-, como en la duración del ayuno,- de 1/2 día en adelante-.

En la generalidad, el darle descanso a nuestro sistema digestivo es muy beneficioso puesto que recargamos nuestro organismo de energía vital.

Paradójicamente el ayuno debiera ser más practicado por las personas que quizás nunca lo han realizado, es decir por aquellas que sobrecargan su estómago con digestiones pesadas debidas a la acumulación de nutrientes inadecuados, tanto en cantidad como en calidad.

De todos modos la persona sana y que cuida sus hábitos nutricionales de forma habitual, también se beneficia del poder curativo del ayuno y los beneficios de éste se extienden a niveles más sutiles, como son el aumento del tono vital, mayor alegría de vivir, aumento de la percepción del sentido del gusto, incremento de la lucidez mental, desarrollo de la memoria, etc.

EJERCICIO FÍSICO Y MENTAL

La principal energía está en nuestra mente. Todo requiere de cuidados y mantenimiento debido a que la materia tiende al deterioro.

Nuestro organismo, al igual que nuestro cerebro necesita activación, para no anquilosarse.

Al margen del factor biológico, la mayoría de personas envejecen al perder la capacidad de sorprenderse, la alegría de vivir, de ampliar conocimientos, ¡ parecen estar de vuelta de todo!

Si encaramos cada día con alegría y esperanza nos sorprenderemos de nuestras capacidades y de los resultados que de ellas podemos obtener.

Para mantener la mente en buen estado es imprescindible tratar de llevar una vida lo más armoniosa posible y ello incluye desde los hábitos alimenticios, hasta los emocionales.

Uno de los aspectos básicos de una mente sana es la capacidad de nuestra memoria. Esta se deteriora por la falta de ejercicio, de igual forma que los músculos se atrofian por la inactividad.

Para ejercitar la memoria y no sólo conservarla, sino desarrollarla, podemos aplicar distintos métodos científicos, como son la lectura, la meditación, la visualización, la concentración, la musicoterapia, etc.

Como ya hemos visto, las emociones y los sentimientos son fácilmente guardados en nuestro subconsciente, por ello y como ejemplos válidos debes saber que la lectura de textos inspirativos o la música que nos deja grandes recuerdos y nos despierta sentimientos, son sistemas muy útiles, además de divertidos para ejercitar la memoria.

La memoria, asimismo, es un instrumento poderosísimo, ya que tiene el poder de hacerte evocar recuerdos, de forma que sientas que estas reviviéndolos de nuevo. Por este motivo es primordial eliminar de nuestra mente los hechos dolorosos, que no hacen sino perjudicarnos, así como todos los sentimientos negativos.

Guarda sólo en el jardín de tu mente las semillas del Amor y verás cuan maravillosos son sus frutos.

El poder de la memoria es tal, que si pudieras lograr el estado de la supraconciencia, el velo de la ignorancia se retiraría y llegarías a recordar quien eres realmente y tu unidad con Dios.

Además es de vital importancia para la mente y el espíritu, procurar rodearnos de buenas vibraciones que nos inspiren Luz. De esta forma mantenemos nuestra conciencia elevada y con amplitud de miras.

Las lecturas de libros inspiradores, la compañía de seres amorosos e instruidos, la meditación, la oración, así como mantenernos alejados en lo posible del ruido, las discusiones y la ociosidad reportan beneficios tanto inmediatos como eternos.

Por otra parte el cuerpo físico también necesita de actividad para activar los distintos sistemas que lo componen.

Hay que distinguir notablemente, entre el ejercicio moderado y la actividad deportiva competitiva en la que en ocasiones se fuerza al organismo hasta niveles perjudiciales.

El yoga es un sistema integral, que tiene la gran ventaja, de aunar en sus distintas variantes el ejercicio físico, a través de las asanas o posturas del Hata-Yoga, con el yoga mental y el yoga espiritual.

De todos modos, sea el baile, la gimnasia, o la natación; cada persona debe encontrar que actividad física le resulta más beneficiosa según su edad y constitución. En cualquier caso todo ejercicio moderado resulta beneficioso tanto para la mente como para el cuerpo.

Es evidente que existen diferentes métodos o sistemas, con los que la persona que desea tener el desenvolvimiento espiritual, puede avanzar, pero lo fundamental en todos ellos es la firme actitud y predisposición interna. Cuando ello se produce de forma concentrada y persistente puede obrar maravillas y lograr un avance mucho mayor, si es combinada con las fuentes de energía externa.

El Ser humano, que se resuelve a ejercitar este poder superior, puede utilizar su mente de manera más potente, extrayendo la energía pránica

que se encuentra en los alimentos, en el agua, en el aire, y en el sol. De este modo si cuando come, bebe, respira y toma el sol, lo hace de forma consciente, puede aprovechar la energía suplementaria que le brindan estas fuentes, para operar los cambios que desea en su vida.

Es comprensible que de este modo y para que sirva de ejemplo, obtenemos un beneficio muchísimo mayor si realizamos unos ejercicios de yoga físico, en la montaña, con aire puro y ambiente soleado, que si nos encerramos en una habitación.

Del mismo modo, si decides trabajar con las afirmaciones positivas, con concentración adecuada y las combinas con ejercicios de respiración pausada y profunda, estarás también potenciando sus benéficos efectos.

He hablado con muchos seres que desean entrar en la senda espiritual, pero lo hacen con reticencia y escepticismo, pensando de esta forma: “Sí, todo esto está muy bien en la teoría, y ojalá todos lo hiciéramos, pero es muy difícil llevarlo a la práctica y más de forma constante”.

Es cierto les digo, es difícil y mucho más si no lo has puesto en práctica nunca y ni siquiera te lo has planteado en firme, pero es mucho mejor esforzarse para aprobar el curso que estar repitiendo de forma absurda año tras año, ¿no te parece?

El final del día es un buen momento para hacer balance de la jornada, dar gracias por todo lo vivido y encarar con ilusión lo que la próxima jornada nos depare.

Es como un pequeño resumen de nuestra vida pero en una sola etapa.

Es importante no irnos a dormir apesadumbrados, entristecidos o malhumorados, deja tu carga a un lado que el día ya acabó.

De la misma forma si sentimos que tenemos deuda con alguien, ese si sería un buen motivo para no dormir tranquilos y lo prioritario debiera ser arreglar esa situación.

Si el ser humano conociera de antemano los frutos que sus buenas acciones le reportarán en el futuro, dedicaría todas sus energías e inteligencia a ese fin.

Hay una cita preciosa de Benjamín Franklin, sobre este asunto, y dice así “Si los pícaros supieran el beneficio que les reportaría ser hombres de bien, serían hombres de bien por picardía”.

Nuestra conciencia debe estar libre, sólo entonces podemos experimentar plenitud y saber que en todo momento hicimos lo que debimos.

Cuando llegue el día que acabes tu vida terrestre y la repases como quien visualiza un film, en el papel que ahora representas, no se te juzgará tanto por lo que has hecho, como por la cantidad de Amor que pusiste en lo que hiciste.

Dios es el motivo, el alfa y la omega, tu razón de ser y te está esperando. Él te proporciona todos los medios para que le encuentres, ¿porqué habrías de esperar?

Ahora todavía estás a tiempo. Si das el primer paso, habrás iniciado el camino a la Felicidad.

- ✓ Yo no soy un iluso, ni un soñador alejado de la realidad.

- ✓ Mantengo mis pies en la Tierra y mi conciencia en Dios.

- ✓ Sé que cada paso del camino me acerca a mi auténtica realidad.

- ✓ Conozco lo que está por venir, nosotros podemos facilitarlo, pues ahí encontraremos nuestra Felicidad.

- ✓ Lejos quedarán los días en los que las atrocidades del presente nos golpeen. Ellas serán motivo de historias que los niños del futuro escucharán como leyendas de una humanidad primitiva.

- ✓ Atrás quedarán la ignorancia, la maldad y el sufrimiento absurdo, causas de nuestra desdicha actual.

- ✓ El Amor inundará la Tierra, toda ella habrá sido renovada por la Luz, y lo impío ya no existirá.

- ✓ Cuando llegue ese día habremos recordado quienes somos.

Si deseas contactar con el autor, tienes a tu disposición esta dirección de correo electrónico:

alex@alexarroyo.net