

Todo Se Puede Curar

Sir Nkinin Broírikut

Anotación

La sociedad actual suele considerar al proceso de la sanación como algo extraordinario y misterioso, accesible solo a los chamanes y a quienes poseen "dones" especiales o contacto directo con Dios, cuando en realidad todos tenemos esos dones y todos somos sanadores. Todo se puede curar nos presenta a la curación o sanación como una técnica de la conciencia, como un conjunto de herramientas accesibles a cualquiera que desee aprender el proceso. La presente es una obra técnica, un manual sobre el funcionamiento y el proceso de sanación, que incluye los principios y los conceptos que constituyen el sistema Cuerpo-Espejo. Su lectura y su estudio te ayudarán a conocerte mejor y te enseñara como curarte a ti mismo y a los demás

Prefacio

Antes de 1975, yo no creía en ninguna de las ideas presentadas en este libro. No fue sino hasta que se me diagnosticó un tumor en la columna ya en proceso terminal —por lo que me pronosticaron tan sólo uno o dos meses de vida—, cuando me sentí estimulado a investigar acerca de la relación existente entre la consciencia y el cuerpo, a fin de encontrar una cura para mi enfermedad.

Decidí trabajar conmigo mismo utilizando técnicas de relajación, visualización, pensamiento positivo, meditación y afirmaciones, que había aprendido en un programa conocido como el Método Silva. Motivado por la necesidad de curarme, me adentré también en las religiones orientales y en las filosofías esotéricas, así como en la psicología occidental. Busqué en todas las áreas que me pudieran proporcionar alguna información que pudiera ser útil para salvarme la vida.

Tras dos meses de trabajar conmigo mismo, obtuve la recompensa al oír a los médicos decirme que «debían haber cometido algún error», pues el tumor ya no existía, ni tampoco ninguno de los síntomas. Cuando concluyó mi curación, comencé a enseñar a otras personas los instrumentos de auto— curación que yo había empleado y a compartir con ellas los descubrimientos realizados durante mi proceso curativo.

Algunas de esas personas me pidieron que las curara. Al principio me resistí, pensando que todos tenemos el poder y la capacidad de curarnos a nosotros mismos. Sin embargo, a algunas de esas personas les resultó difícil aceptar tales ideas o bien no supieron cómo desarrollar la claridad y la objetividad necesarias para llevar a cabo su proceso de curación. El hecho es que creían más en mi capacidad de curarlos que en su propia capacidad para curarse a sí mismos.

A pesar de mi insistencia en que podían hacerlo ellos solos, seguían pensando que era yo quien debía sanarlos. Si me negaba a atenderlos se quedaban sin curarse, lo cual me hacía sentirme muy mal.

Pensé que, como autor de la obra, debía buscar un final feliz: esas personas deberían estar curadas cuando se despidieran de mí. Así fue como finalmente decidí participar en su proceso, convirtiéndome de este modo en sanador.

A medida que trabajaba con más personas, fui viendo cada vez con más claridad la relación existente entre lo que sucedía en su cuerpo y lo que sucedía en su consciencia. Gradualmente comencé a desarrollar un modelo que parecía incluir todas las ideas que había estudiado y que reflejaba también mis experiencias, así como lo visto en las curaciones realizadas. El resultado fue un sistema de curación que decidí llamar Sistema Cuerpo-Espejo, y que presenta la idea de que el cuerpo de la persona es un espejo de su vida.

Las partes del cuerpo que no funcionan debidamente reflejan los aspectos de la vida de la persona que tampoco funcionan de un modo adecuado; es decir, aquellos aspectos de su vida que generan estrés y tensión en su consciencia. El estrés presente

en la consciencia de la persona, relacionado con algún aspecto particular de su vida, se acumula en forma de tensión a nivel físico, en una determinada zona del cuerpo.

Así pues, podemos considerar al cuerpo como un mapa de la consciencia del individuo. El proceso curativo comprende la liberación de las tensiones, no sólo del cuerpo, sino también de la consciencia, y la vuelta al estado natural de equilibrio.

La curación ha sido siempre vista de una manera errónea, con recelo y temor. La sociedad la ha considerado como algo extraordinario y misterioso, accesible sólo a los chamanes, a los hombres de ciencia y a aquellos que tienen «dones» especiales, contacto directo con Dios o alguna otra circunstancia extraordinaria no accesible a la gente común, cuando de hecho, todos poseemos esos dones y todos somos sanadores.

El propósito de este libro es presentar la curación como una tecnología de la consciencia; es decir, un conjunto de instrumentos accesibles a cualquier persona que desee aprender el proceso. Este es un manual técnico del proceso curativo, que combina conceptos procedentes de las tradiciones orientales con los de la psicología occidental. Los lectores familiarizados con las filosofías esotéricas encontrarán aquí el esclarecimiento de muchos conceptos relacionados con esas disciplinas, mientras que aquellas personas que no poseen ningún antecedente en tales áreas, hallarán las ideas y las técnicas presentadas de una manera tan sencilla que podrán comprenderlas y aplicarlas con toda facilidad.

Este libro contiene las ideas, los principios y las filosofías que integran el Sistema Cuerpo-Espejo de Curación y Autoconocimiento. Mi deseo es que te sea de utilidad para conocerte a ti mismo y para saber cómo curarte a ti y a los demás.

No hay ninguna enfermedad de la cual alguien, en alguna parte, no haya sido curado.

Lo que una persona puede hacer, cualquier persona lo puede hacer.

Todo se puede curar.

Introducción

Todo comienza en tu consciencia. Todo lo que sucede en tu vida y todo aquello que sucede en tu cuerpo comienza con algo que ocurre en tu propia consciencia.

Cuando en tu vida se presentan ciertas situaciones, tú eliges responder a ellas de una manera en particular. Tú tomas las decisiones, tú decides qué sentir, qué pensar, qué hacer. O puedes no decidir. Eso también es una decisión.

Este proceso no comienza a una determinada edad. Siempre ha existido. Es intemporal. Como consciencia que eres, has estado llevando a cabo tal proceso desde que naciste en tu cuerpo humano, durante tu primera infancia, tu niñez y tu adolescencia, y lo seguirás haciendo en tu vida adulta, y aun después de que abandones tu vehículo biológico humano.

Cuando respondes a las distintas situaciones de manera óptima, permaneces en equilibrio y el proceso continúa.

Cuando reaccionas de tal forma que el resultado es tensión o síntomas físicos, algo no se ha hecho bien o no ha funcionado correctamente. Algo está en desequilibrio.

El estado natural de la consciencia es el equilibrio. La salud es la vuelta al estado de equilibrio y a la integridad física. En nuestra sociedad se nos ha enseñado a pensar que las causas de las enfermedades o de los problemas físicos provienen del exterior. Si bien, en el plano físico, esto es cierto, también es verdad que ello sucede sólo cuando las circunstancias de tu consciencia lo permiten.

Si continúas con la tendencia de buscar remedios y soluciones externas, seguirás sin ver las situaciones de tu vida y las tensiones de tu consciencia con las que están relacionados —y que de hecho han creado— los síntomas físicos. En consecuencia, te verás como una víctima de las circunstancias y serás incapaz de liberar las tensiones de tu consciencia que se interponen entre ti, la salud y la felicidad que buscas.

Si eliges hacer algo para aliviar los síntomas de una manera distinta a los enfoques modernos tradicionales, puedes hacerlo reorientándote hacia la percepción de que todo comienza en tu propia consciencia. De esa forma estarás asumiendo la responsabilidad de todo lo que ocurre en tu cuerpo, en tu vida y también de aquello que eliges plasmar o te permites aceptar en tu consciencia.

Puedes recordarte hasta qué punto creas tu realidad. Puedes recordar también tus ilimitadas capacidades naturales y los instrumentos internos que siempre has tenido a tu disposición para curarte y la manera de utilizarlos. Y también que puedes responder a tu entorno de una manera distinta, una manera que te funcione mejor.

El propósito de este libro es recordarte las conexiones que existen entre tu consciencia y tu cuerpo. Es también un manual de usuario del equipo que has tenido desde que llegaste a este mundo y de los instrumentos que siempre han estado a tu disposición, y a la de todos nosotros.

Todos somos sanadores, y en alguna parte profunda de nuestro interior sabemos que todo se puede curar.

Sección Primera ORIENTACIÓN

1

Sanadores y Sanación

Podemos definir la curación como el retorno al equilibrio, a la armonía y a la salud. Aquel que cura a otra persona le está ayudando a recobrar su salud. Quienes se curan a sí mismos o se adentran de alguna manera en la autocuración se están haciendo volver a sí mismos a la experiencia de la salud.

Utilizamos la palabra «curación» (o «sanación») para describir el proceso que tiene por objeto hacer que el individuo —la persona que recibe la curación— recobre su bienestar. Curación también es la palabra que damos al resultado final cuando el proceso tiene éxito. Decimos entonces que la persona se ha curado.

El éxito de la curación puede ser parcial o total. Es parcial cuando la persona ha experimentado algún tipo de mejoría. Se dice, por lo tanto, que ha tenido una curación con resultados parciales (por el momento). Cuando los efectos son totales, podemos afirmar que esa persona ha sido curada y está curada.

Un «sanador» es alguien que participa en el proceso de curación con la intención de ayudar a que la persona vuelva a gozar de salud. También empleamos este término para designar a alguien que anteriormente ha conseguido resultados satisfactorios en este campo. Dado que sólo los sanadores pueden sanar o curar, cualquiera que haya llevado a cabo con éxito una curación habrá de ser considerado como sanador.

Ello implica que aquellos a quienes llamamos sanadores poseen la capacidad de obtener resultados positivos en el proceso. Creemos que todas las personas han nacido con dicha habilidad y que sólo necesitan aprender a utilizar las herramientas que ya poseen. En este sentido, todos somos sanadores, ya sea potenciales o consumados.

Al igual que sucede en la medicina, los resultados de la sanación no se pueden garantizar. El éxito en un proceso de sanación se debe a una combinación de factores coincidentes que pueden ser cuantificados. Entre dichos factores se encuentran: el grado de habilidad del sanador para utilizar las herramientas de que dispone; el grado de apertura del individuo ante la curación y ante el proceso de cambio que necesariamente la acompaña y por último, la dinámica de interacción entre el sanador y la persona a quien se pretende curar, es decir, el sujeto de la curación.

Obviamente, existen muchos niveles posibles de curación; entre ellos están el físico, el mental, el emocional y el espiritual, así como muchas categorías de sanadores. Algunos trabajan con energía que proviene de Dios y sienten que ellos son canales a través de los cuales el trabajo será llevado a cabo por Dios. Otros desarrollan su labor guiándose más por un sentido de participación personal en la curación y puede ocurrir que ni siquiera crean en Dios. Pero de una forma u otra, los pacientes son curados.

No hay razón para que nadie siga sufriendo si se dispone de los medios que pueden proporcionarle alivio, ofrecidos como un gesto humanitario por personas de distintas creencias, pero que poseen los elementos y las habilidades apropiadas.

Algunos sanadores trabajan con ideas relacionadas con la pureza del vehículo por el que la energía curativa habrá de pasar: su cuerpo; otros trabajan con la idea de que lo que cura es el amor puro, independientemente de la situación del vehículo al que llaman cuerpo. Algunos sanadores comen carne, mientras que otros son vegetarianos. Algunas técnicas chamánicas incluyen el uso de drogas, mientras que otros sanadores las evitan. Hay sanadores que usan hierbas y diversos tipos de medicamentos, en contraste con otros, que trabajan sólo con el poder de la consciencia. Algunos sanadores prefieren trabajar cerca de la persona a quien están curando, mientras que otros prefieren hacerlo a distancia.

Lo que todos ellos tienen en común es que poseen la capacidad de ayudar a otros seres a recobrar su integridad física, por lo que son útiles a su comunidad y a los miembros que la integran.

Considerando todo lo anterior, es evidente que la persona no necesita cambiar su forma de ser para integrarse en el grupo de sanadores. La primera regla consiste sólo en ser uno mismo y hacer todo aquello que mejor te funcione, aun cuando sea diferente de lo que hacen quienes te rodean.

No importa cuáles sean tus hábitos personales, alimenticios y sexuales, ni tampoco cuán sociable puedas ser, lo relevante para la comunidad será tu capacidad para curar a otros. Cuando lo consigas, te convertirás en sanador, lo cual es algo que nadie te podrá quitar ni invalidar, cualesquiera que sean las ideas represoras de esas personas.

Cuando uno actúa como sanador se convierte en miembro de la comunidad de sanadores, la cual se extiende por todos los segmentos de nuestra población, adaptándose al medio en el que trabaja. Los sanadores están en cada punto de la sociedad en el que la curación es necesaria; y hasta ahora ningún segmento de la sociedad ha sido la excepción. Incluso los sanadores a veces necesitan también ser curados.

Hay sanadores que trabajan dentro de la comunidad científica; otros lo hacen en el medio militar y otros más en la política. Hay sanadores que se desenvuelven en respetados círculos sociales y otros en diversas subculturas y contraculturas. Hay miembros de clubes de motociclistas, punkis, prostitutas e integrantes de comunidades de drogadictos que también son sanadores.

El hecho de ser capaces de utilizar de manera efectiva una serie de instrumentos para curar a los demás no nos convierte intrínsecamente en individuos más poderosos o mejores que otros, al igual que el hecho de saber leer no nos hace mejores ni más poderosos que quien no sabe. Ambas son habilidades valiosas que cualquier persona puede aprender, y que de hecho se enseñan a los niños. ¿Cómo entonces puede alguien presumir sólo por saber utilizar una serie de instrumentos

cuyo uso incluso un niño de seis años puede aprender?

Es verdad que ciertos sanadores se han aprovechado de la superstición y la ignorancia de algunos enfermos con objeto de alcanzar fines personales. Sin embargo, ello es y será cada vez menos frecuente, a medida que la gente descubra lo fácil que es utilizar las herramientas de curación que todos poseemos, como las que se presentan en este libro; al igual que tú, lector, lo vas a descubrir.

La cuestión no es si la curación funciona, sino más bien cómo funciona. Este libro trata de explicar cómo funciona.

Todos y cada uno de nosotros podemos utilizar estos instrumentos. Todos podemos curar.

2

Realidades alternativas

Para empezar, debemos abandonar la idea de que las cosas funcionan tan sólo de una manera, de esa manera a la que llamamos «realidad». Vamos a analizar la idea de las realidades alternativas, en donde las cosas funcionan de modos distintos.

Todos tenemos una consciencia y un cuerpo. Cada uno de nosotros decide qué pensar y qué sentir. Nosotros elegimos nuestras percepciones y nuestras percepciones crean nuestra realidad. Nuestras percepciones son el modo subjetivo en que interpretamos toda la información que llega a nuestra consciencia, proveniente del mundo que nos rodea. Es como si existiera una burbuja alrededor de nosotros, a través de la cual pasara la información, se filtrara por la superficie y atrajera nuestra atención a fin de que tuviéramos conocimiento de ella.

El resto de esa información, sin embargo, no se registra de forma consciente, sino que viaja a través de la burbuja y se almacena en niveles más profundos de nuestra consciencia. Nuestras ideas, creencias, deseos y sentimientos colorean la burbuja, que actúa como filtro de nuestras percepciones, de tal forma que quienes miran la misma situación a través de burbujas diferentes, podrán tener distintas percepciones de lo que están observando. Por ejemplo, una persona que se encuentra dentro de una burbuja roja verá el mundo de color rojo, mientras que una persona que está en una burbuja azul lo verá de ese color. Ya podemos imaginar cómo sería una conversación entre esas dos personas hablando acerca del color del mundo. Desde cierto punto de vista, ambas formas de ver la realidad son correctas y las dos afirman su verdad. Sin embargo, desde otra perspectiva podríamos decir que ninguna de esas percepciones representa una realidad objetiva, pues quizá el mundo no es rojo ni tampoco azul. Todo lo que podemos saber de cierto es que una persona lo ve rojo y la otra lo ve azul, con lo cual tenemos un indicio de la naturaleza de cada uno de los filtros. De esta forma, tenemos una base para comunicarnos e intercambiar ideas. Mientras que cada uno de nosotros ve los mismos acontecimientos del mundo exterior, nuestra burbuja respectiva se encarga de teñir la interpretación de dichos acontecimientos. Si ponemos atención a nuestras interpretaciones, podremos tener una idea acerca de la naturaleza de nuestras propias percepciones, pues son éstas las que colorean nuestras burbujas. La persona que cree que la rivalidad y los conflictos son algo universal, verá solamente eso; mientras que él mismo tiempo otra persona verá un mundo lleno de gente motivada por el amor y expresando amor.

Resulta entonces evidente cómo nuestras percepciones nos pueden predisponer a adoptar ciertas actitudes que no sólo forman parte del escenario que percibimos, sino que de hecho lo crean y lo mantienen. Por ejemplo, alguien que no se siente.

Utilidades alternativas seguro de la persona a quien ama, puede incluso llegar a rechazarla debido a tales inseguridades, justificando sus percepciones y probando

además que son correctas, para lo cual primero habrá creado el escenario.

Una vez, a un hombre se le pinchó un neumático no muy lejos de una granja, en una remota zona agrícola. El hombre se dijo entonces a sí mismo:

—Allí hay una granja; estoy seguro de que deben de tener las herramientas que necesito para reparar la rueda. Mientras se dirigía caminando hacia la granja, pensó: — Necesito absolutamente esas herramientas. Podría ser generoso y darle diez dólares al granjero por dejarme utilizarlas. Estoy seguro que me agradecerá el gesto. Siguió caminando y pensó:

—Realmente este lugar está lejos y aislado. Si el granjero quisiera cobrarme 25 dólares por usar sus herramientas, tendría que pagárselos.

Más adelante pensó con cierta molestia: Estoy aquí abandonado. Si al granjero se le ocurre pedirme 50 dólares por dejarme utilizar sus herramientas, ¡no tendría más remedio que dárselos!

Cuando llegó a la granja y llamó a la puerta, estaba ya furioso. Cuando el granjero abrió, el hombre le gritó:

—Bueno, ¿Cuánto me vas a cobrar por prestarme tus herramientas, sinvergüenza?

Podemos ver cómo este hombre, no sólo adoptó una actitud de acuerdo con el escenario que percibía, sino que de hecho, él mismo creó tal escenario.

Cuando hablamos de cómo las percepciones crean nuestra realidad, no sólo nos referimos a nuestros filtros perceptuales, sino también a la forma en que las cosas suceden. Ello significa que incluso las aparentes relaciones causa-efecto que se dan en el plano físico, en realidades distintas y en diferentes paradigmas son diferentes.

Por ejemplo, alguien que desea adelgazar, puede creer que debe ser consciente de la cantidad de calorías que ingiere en sus alimentos y compararlas con las que quema al realizar sus actividades. Si ingiere más calorías de las que quema, aumentará de peso; y si quema más calorías de las que consume, adelgazará. Por lo tanto, una forma de adelgazar es comer alimentos que contengan menos calorías de las que se necesitan para consumirlas, como podría ser la toronja. En este contexto, si una persona consume toronjas o pomelos, podría esperar bajar de peso.

En una realidad diferente, las calorías tal vez tengan poco que ver con su peso, dado que éstas son inmediatamente consumidas. De lo que uno debe ser consciente es de la cantidad de hidratos de carbono que ingiere, ya que son éstos los que se almacenan en el cuerpo en forma de grasa. La persona que desea adelgazar deberá entonces reducir su ingestión de alimentos ricos en carbohidratos. Resulta interesante notar que la toronja o pomelo se considera un alimento rico en carbohidratos; por lo tanto, dentro de este contexto, si alguien come muchas toronjas, ¡aumentará de peso!

Ambas realidades son verdaderas, y quienes creen en cada una de ellas podrán probar fácilmente que las dos realidades son correctas. Una realidad no excluye a la otra. Una no tiene que estar equivocada para que la otra sea correcta. Las dos son correctas, y sin embargo, los acontecimientos suceden de formas diferentes dentro de

cada realidad.

Entonces, si vas al súper a comprar toronjas, ¿qué sucederá cuando te las comas, adelgazarás o aumentarás de peso?

En primer lugar, ello dependerá de lo que creas que ocurrirá al comer las toronjas. Si crees que aumentarás de peso, aumentarás de peso. Si no sabes qué sucederá cuando comas toronjas, deberás consumirlas para averiguarlo. Sólo así podrás identificarte con una realidad, o con otra; y sabrás lo que para ti es verdadero. De esa manera podrás darte cuenta también de que algo diferente puede ser cierto para otras personas.

¡Cualquier cosa que creas que es verdad, para ti será verdad!

¿De dónde provienen tus creencias? Cuando te encuentras con las creencias de otras personas, eres libre de aceptarlas o rechazarlas. Si eliges aceptar las creencias de alguien como verdaderas, las adoptarás como tuyas. Puedes decidir que, dado que así lo afirman los expertos, comer toronjas te hará adelgazar. O engordar. Tú eres quien decide.

Otra forma de crear una creencia en tu consciencia es definirla partiendo del modo en que has interpretado tus propias experiencias. Puedes comenzar sin tener la menor idea de lo que es verdad para ti y sin saber en qué creer. Comienzas con una experiencia; experimentas algo. Comes toronjas sin saber lo que va a ocurrir.

A continuación analizas los efectos de la experiencia, los interpretas de cierto modo y te la describes a ti mismo con ciertas palabras. De esa manera formas una creencia determinada. Por ejemplo, decides lo siguiente: «comer toronjas hace adelgazar, porque cuando como muchas adelgazo».

Las palabras que usas para describir tu experiencia crean tus creencias, y por lo tanto, tu realidad.

Una vez que tus experiencias han definido tus creencias, éstas definirán y crearán tu experiencia; descubrirás que cualquier cosa que creas que es verdad, será verdad para ti. Entonces atraerás aquello en lo que crees y tendrás cierta tendencia a notar las experiencias que te den la oportunidad de reafirmar tu verdad.

Ello implica que para una persona que crea en algo diferente, lo verdadero puede ser algo distinto.

Significa también que cambiando tus creencias puedes cambiar la manera en que las cosas ocurren dentro de tu paradigma, dentro de tu realidad. En consecuencia, si algo no ha estado funcionando para ti de manera óptima, explorando tus diversas creencias podrás descubrir algún método para hacer que las cosas funcionen de modo diferente, del modo como a ti te gustaría que funcionaran. Puedes encontrar la manera para realizar lo que deseas.

Dentro de la realidad de las ciencias físicas, a una persona se le puede decir que padece una grave enfermedad contra la que ya no hay nada que hacer. Dentro de tal realidad, si no se da ningún cambio, la persona ciertamente morirá. Pero si esta persona

opta por explorar otras realidades alternativas en las cuales exista alguna forma de salir de esa situación, habrá una oportunidad para que continúe con vida, con salud y en armonía.

La curación puede ocurrir de una manera en la que, en apariencia, se está violando alguna ley física, química o biológica. Estas «leyes», sin embargo, no constituyen mandatos absolutos, sino sólo intentos de predecir comportamientos basados en experiencias pasadas y en datos empíricos. Se consideran leyes sólo hasta que sucede algo que hace necesario considerar otros factores adicionales, los cuales pasan a modificar esas leyes.

Por ejemplo, si lanzas algo al aire, volverá a caer. No importa cuántas veces repitas el proceso, siempre obtendrás el mismo resultado. Tú decides si consideras como ley que «todo lo que sube tiene que bajar». Y será válida hasta que lances algo con tal fuerza que escape a la gravedad de la tierra y te veas obligado a cambiar dicha «ley» teniendo en cuenta otros factores.

Al observar el paradigma de la curación, aun cuando parezca que estamos violando las «leyes» de la biología, de la química y de la física, en realidad no se está violando ninguna ley. Simplemente se están cumpliendo otras leyes, pues en realidades diferentes las cosas suceden de maneras distintas.

Entonces podemos considerar la curación como una burbuja alternativa a la realidad de las ciencias médicas tradicionales. Dentro de cada burbuja, puede parecer que ésa es la única realidad existente, pero si abandonamos la idea de que sólo existe una realidad, podremos considerar que tal vez existan otras realidades alternativas, ya sea de manera aislada o combinadas con otras realidades.

Algunas personas eligen combinar realidades diferentes, tomando de cada una de ellas los elementos que mejor les funcionan. Otras personas, a las que las ciencias tradicionales les han dicho que ya nada pueden hacer por ellas, pueden optar por dedicarse totalmente a paradigmas alternativos. Algo de fundamental importancia es hacer lo que mejor le funcione a uno y no rechazar ninguna idea o método que de alguna manera nos pueda ayudar.

En este manual presento las verdades, las dinámicas y las relaciones causa-efecto que existen dentro de la burbuja que representa una realidad, el paradigma del Sistema de Curación Cuerpo-Espejo.

Ello no invalida otras realidades.

Simplemente proporciona una alternativa.

En esta realidad, sostenemos la idea de que todo se puede curar.

3

El Sistema Energético Humano

Tú eres consciencia.

Esta se puede definir como «La experiencia de ser»

Eres, por tanto, un ser que experimenta el ser. Siempre lo has sido y siempre lo serás. Mientras tengas una forma humana te llamarás a ti mismo «ser humano».

La consciencia también se puede describir como una forma de energía. En ocasiones se la conoce como «energía vital». Cuando la energía o «energía vital», abandona el cuerpo, éste muere. Al decir cuerpo físico, no nos referimos a lo que tú eres, sino más bien a aquello que actúa como vehículo de la consciencia que tú eres. Es al mismo tiempo una extensión, un aspecto más denso de tu consciencia/energía, y por tanto, refleja también las situaciones de la consciencia que eres.

Tú eres consciencia.

Esta se puede definir como «la experiencia de

Juntos, tú y tu cuerpo (cuerpos, si consideramos los cuerpos etéreos) constituís un sistema de energía, es decir, diferentes densidades de energía, diferentes frecuencias vibratorias que mantienen entre sí una relación dinámica.

Aunque estas ideas han sido conocidas y transmitidas durante miles de años, sólo muy recientemente se han podido demostrar científicamente algunas de sus evidencias. Ahora es posible hacerlo, a través del proceso conocido como fotografía Kirlian.

El sistema funciona de la siguiente manera: se hace pasar una corriente eléctrica a través de una placa fotográfica mientras se toma una fotografía a un objeto en contacto con dicha placa. En un principio se tomaron fotografías de hojas. Al revelarlas se vio que la imagen de la hoja física estaba rodeada por lo que parece ser un campo de energía que emana desde la hoja.

Al cortar una parte de la hoja y tomar otra fotografía Kirlian, la imagen de la hoja física apareció cortada, pero el campo de energía que circunde a la hoja permaneció entero, sin corte alguno.

Resulta evidente que el campo energético de la hoja no es algo que irradia de la propia hoja, sino que más bien tiene una existencia separada de la hoja física.

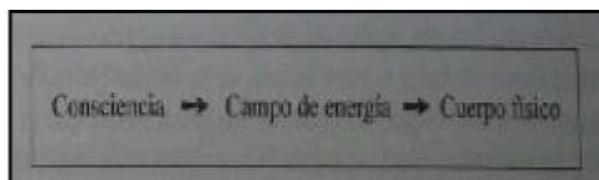
Cuando se fotografía la mano de una persona con el proceso Kirlian, aparece un contorno de energía. Se ha visto que los sanadores cuyas manos han sido fotografiadas con dicho proceso, son capaces de modificar ese contorno de energía, de modo que cuando envían energía de manera consciente a través de sus manos, el patrón de energía mostrado en la fotografía Kirlian cambia.

En consecuencia, las fotografías Kirlian no reflejan la estructura física de la mano, sino el campo de consciencia y energía de la persona cuya mano se fotografía. Los cambios que

tienen lugar en la consciencia de la persona quedan reflejados en las fotografías Kirlian como una modificación en el campo energético del individuo.

Los profesionales de la fotografía Kirlian han podido cuantificar el campo de energía mostrado e identificar los «puntos débiles» en el campo de energía de la persona, los cuales se corresponden con debilidades o con ciertos síntomas físicos concretos. De hecho, las debilidades en el campo energético se pueden detectar incluso antes de que aparezcan evidencias de debilidad en el nivel físico.

Todo cambio en la consciencia crea un cambio en el campo energético. El cambio en el campo energético aparece antes que en nivel físico. Así, esta manifestación sigue una determinada ruta, desde la consciencia al campo de energía, y luego a la estructura física, el cuerpo.



Si observamos el proceso de este modo, resulta muy claro que no es el cuerpo físico el que crea el campo de energía, sino que más bien es el campo de energía, el efecto de la consciencia, lo que crea el cuerpo físico.

Lo que vemos como cuerpo físico es el resultado final de un proceso que comienza en la consciencia. La consciencia, el campo de energía y el cuerpo físico se encuentran en un estado de equilibrio entre sí. Cuando se da un cambio considerable en la consciencia causado por una decisión o una reacción que provoca tensión, el campo de energía y el cuerpo físico tienden a equilibrar esa situación; entonces aparecen en el cuerpo los síntomas en forma de tensión, reflejo de la tensión existente en la consciencia.

Durante el proceso de curación, cuando el campo de energía se restablece y se vuelve a equilibrar, la consciencia y el cuerpo físico pasan a un nuevo estado de equilibrio con una nueva configuración de energía, desapareciendo así las tensiones y los síntomas.

Para ver cómo sucede esto, habrá que explorar con más detalle la consciencia, el sistema energético y también la estructura biológica, es decir, el cuerpo.

Un día me pidieron que visitara en el hospital a una mujer que había caído por el hueco de un ascensor. A causa del impacto, su cuerpo resultó con diversas fracturas, quedando dañada la médula espinal, con lo cual la parte inferior de su cuerpo quedó paralizada e insensible. Cuando la toqué en diferentes zonas de su cuerpo, no sintió nada.

Cuando pasé la mano por el costado de su pierna, sin tocarla, ella describió una sensación como si una onda se estuviera moviendo hacia la parte inferior de su pierna. No

había fundamento alguno para dicha sensación física, puesto que ni siquiera la había tocado. Cuando la toqué, no sintió nada a causa del daño en la médula espinal.

A fin de explicar de manera coherente cómo pudo ella experimentar dicha sensación, podríamos imaginarla como un cuerpo de energía que ocupa un cuerpo físico, y luego imaginar que el cuerpo de energía se ha separado del cuerpo físico, así podía experimentar y sentir el cuerpo de energía, pero no el físico.

Todo aquello que experimentamos lo hacemos a través del cuerpo de energía. Cuando este cuerpo y el cuerpo físico ocupan el mismo espacio, se dan procesos paralelos a nivel físico, como el estímulo de los nervios, las reacciones electro-químicas, los impulsos eléctricos que circulan por los nervios, etc.

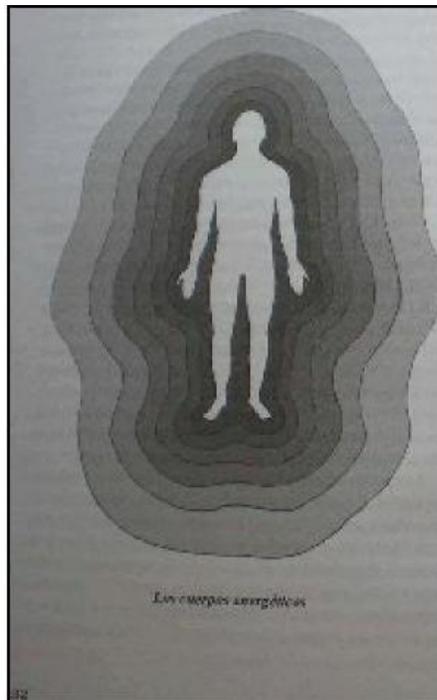
Las ciencias físicas se encargan de estudiar los procesos del nivel físico, pero éstos no son necesarios para las experiencias a nivel de la consciencia. Cuando una persona experimenta su consciencia en otro lugar, como en los sueños o en un viaje astral, ello se experimenta como si se utilizaran los sentidos físicos, aunque los órganos de esos sentidos no participan. Sin embargo, los recuerdos de esas experiencias pueden almacenarse en el nivel físico.

Las ciencias físicas se basan en la idea de que las causas de los síntomas son externas a nosotros (los microbios causan enfermedades, los accidentes causan heridas, etc.). Sin embargo, de acuerdo con los principios de la metafísica, esto sucede sólo cuando se dan en la consciencia las condiciones propicias para que ello ocurra. En un sentido metafísico, se puede afirmar que todo lo que sucede en el terreno físico es un efecto y que la causa que lo provoca está en la consciencia.

El modelo físico no contradice al metafísico, sino más bien describe el proceso paralelo que ocurre a nivel físico cuando las circunstancias de la consciencia han creado el ambiente propicio.

La consciencia no ocupa solamente el cerebro, sino la totalidad del cuerpo, de tal suerte que es a través de la consciencia como nos ponemos en contacto con cada parte de nuestra estructura física. De hecho, tu consciencia se extiende más allá de tu cuerpo, por lo general hasta una distancia de entre 120 y 180 cm en todas direcciones (algunos dicen que llega al infinito). Este aspecto de tu consciencia y por lo tanto de tu campo de energía es lo que se conoce como aura.

Las partes externas de tu aura y tu campo de energía son muy sutiles. A medida que nos aproximamos a lo que conocemos como cuerpo físico, esa energía se vuelve cada vez más densa. Podemos considerar el aura como un compuesto de diferentes densidades de energía que corresponden a los distintos niveles energéticos que irradian desde los diferentes cuerpos (físico, emocional, mental, astral, etéreo, búdico y causal), los cuales ocupan el mismo espacio, aunque a diferentes frecuencias vibratorias. Sobre estos diferentes cuerpos hablaremos con más detalle en una sección posterior del libro.



Puesto que la densidad de la energía se incrementa a medida que nos acercamos a lo que llamamos cuerpo físico, podemos considerar a éste simplemente como una forma más densa de energía.

Dada nuestra tendencia hacia lo físico, hemos llegado a considerarnos como una estructura biológica; pero si miramos más de cerca los elementos que componen la materia, nos será posible vernos también como una estructura energética.

La unidad biológica más pequeña, la célula, está compuesta de moléculas que a su vez se componen de átomos (o iones). Estos están constituidos por partículas más pequeñas (quarks, neutrinos, gluons, etc.), los cuales, a su vez, se componen de pequeños hoyos negros y hoyos blancos, cada uno con una carga positiva o negativa.

Los conjuntos de estos hoyos negros y blancos forman la forma más pequeña de lo que llamamos partículas, en el universo físico. Conjuntos de esas partículas forman partículas más grandes, y éstas, agrupadas de cierta forma, forman átomos. Los átomos al agruparse forman moléculas y las moléculas forman células. Las células forman tejidos y los tejidos forman órganos. Los diferentes órganos forman el organismo.

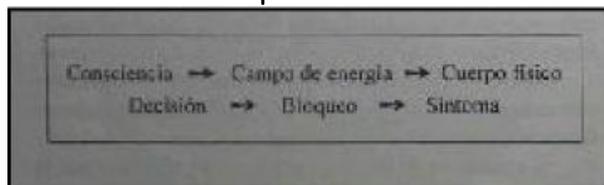
Podemos afirmar, por lo tanto, que todo el organismo está compuesto de hoyos negros y hoyos blancos en una configuración particular. Todo es energía.

Si estuviéramos en un cohete espacial veríamos que la tierra se mueve alrededor del sol como un electrón se mueve alrededor de un núcleo. Podemos considerar al sistema solar como un átomo, más o menos con las mismas proporciones de espacio y materia que se dan en el átomo, y que forma parte de una molécula más grande que llamamos galaxia. Podemos considerar a otras galaxias, otras moléculas, como parte de una estructura más grande, y así sucesivamente.

También podemos ver en el espacio hoyos negros y hoyos blancos (cuásares). Vemos que lo mismo es fuera que dentro; y desde un particular punto de vista, hemos acordado llamar a lo que vemos «físico». Pero del mismo modo lo podemos ver como sólo energía, y ello nos beneficia. Al hacerlo así ya no estamos limitados por las «leyes» físicas, podremos hacer curaciones y lograr efectos que parecerán desafiar a las leyes físicas, ya que la energía funciona de un modo distinto a la estructura física, obedece a «leyes» distintas.

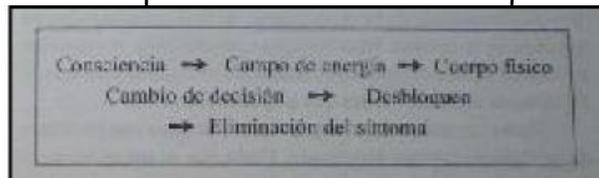
Cuando vemos a la estructura física simplemente como una forma de energía más densa que las auras que la rodean, podemos vernos a nosotros mismos como un sistema de energía, compuesto por diferentes densidades de energía.

Cuando un individuo está sano y equilibrado, la energía fluye suavemente. La consciencia es capaz de responder adecuadamente ante cada situación en que se encuentra. Cuando el individuo bloquea el flujo de energía mediante decisiones o por medio de cierto tipo de reacciones y este bloqueo es lo suficientemente intenso, el efecto será algún síntoma en el cuerpo físico.

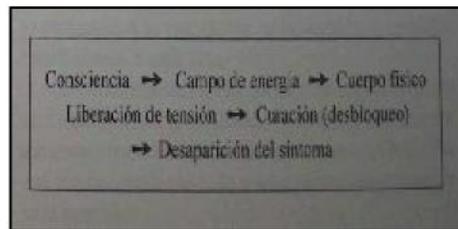


Por tanto, podemos afirmar que todos los síntomas no son sino reflejos de un bloqueo de energía. Cuando quitamos ese bloqueo, ya sea tomando ciertas decisiones o participando en un proceso de curación, al restablecer con ello el equilibrio en el campo de energía, el síntoma desaparecerá.

Si observamos nuestro conjunto de consciencia, campo de energía y cuerpo físico, nos podremos dar cuenta de que nuestro cuerpo es el resultado final de un proceso que tiene su origen en nuestra consciencia y que se desplaza a través de nuestro campo de energía. Al revertir la decisión que bloqueó el flujo de energía, el campo de energía volverá al equilibrio y el síntoma desaparecerá de acuerdo con lo que creamos que es posible.



Cuando curamos el campo de energía, los efectos se desplazan en ambas direcciones: hacia la consciencia y hacia lo físico, de modo que la persona experimenta un cambio en su consciencia (se elimina el estrés en ese nivel) y al mismo tiempo libera tensiones y desaparecen los síntomas en el físico. Los pequeños hoyos negros y blancos se reacomodan a sí mismos y, por ende, la estructura biológica también se autoajusta, desapareciendo así el síntoma. Esto puede ocurrir rápida o lentamente, de acuerdo con lo que la persona crea posible.



El síntoma sirvió únicamente para comunicar una situación al individuo. Cuando en la consciencia ya no existe tal situación, no hay razón para que ese síntoma siga existiendo.

Cuando existe tensión en alguna zona determinada de tu cuerpo, ello es un reflejo de una tensión existente en alguna zona determinada de tu consciencia, que está relacionada con algún aspecto particular de tu vida. Las zonas de tu cuerpo que no funcionan bien, son un reflejo de las partes de tu vida que no marchan bien. Cuando la tensión de cierto aspecto de tu vida desaparece de tu consciencia, la tensión desaparecerá también de tu cuerpo. Tu cuerpo, tu consciencia y ese aspecto de tu vida volverán entonces a su estado natural de armonía, y tú volverás al estado de ser que mejor te funciona.

Todas las enfermedades y todas las heridas son producto de un flujo de energía bloqueado. Dado que nosotros mismos dirigimos la consciencia o la energía con nuestros pensamientos, podemos desbloquear la energía donde quiera que se haya bloqueado, ya sea en nosotros mismos o en los demás. Cuando lo hacemos, el resultado es una vuelta a la integridad física. Eso es la curación.

Entonces, evidentemente, todo se puede curar.

El Lenguaje del Cuerpo

En algún lugar de tu interior hay un estado de consciencia en el cual los aspectos que constituyen tu vida están en un perfecto equilibrio, experimentando una salud perfecta. De hecho, éste es tu estado natural de ser. Cuando experimentas dicho estado de consciencia eres capaz de responder a las situaciones que se te presentan con una eficacia óptima, estás en contacto con tu voz interior, tu intuición, y la escuchas. Eres tú mismo. Y estás sano.

Tu intuición habla un lenguaje muy sencillo, la aceptes o no. Parece que todo el mundo está de acuerdo en que cuando seguimos a nuestra intuición siempre nos guía al éxito. Por ello, haz siempre lo que en tu interior sientas que es bueno, y no lo contrario.

Si aceptas la idea de que tienes un propósito en la vida, deberás considerar asimismo que tal propósito tiene que ser algo que internamente te parezca correcto. De lo contrario no te sentirás motivado para llevarlo a cabo.

Estás aquí para ser feliz; por lo tanto, debes hacer aquello que te haga feliz y no lo que te hace infeliz. Si ésta puede considerarse la regla del ser en el nivel más profundo, debe ser cierta en todos los niveles. En consecuencia, deberás realizar aquello que en verdad quieras hacer y que te parezca bueno; no lo que no deseas hacer, no aquello hacia lo que sientes resistencia. Escucha a tu consciencia.

Cuando no escuchas a tu consciencia, obtienes infelicidad y tensión. Si te desplazas en dirección hacia lo que no parece ser bueno para ti, experimentarás resistencia en tus emociones y los acontecimientos ocurrirán de manera diferente a como tú quieres que pasen. Cuando dicha resistencia es demasiado fuerte, es posible que te veas diciendo: «Debí haber escuchado esa voz interior cuando me dijo que hiciera otra cosa». Por lo tanto, tuviste que oír esa voz, de lo contrario no dirías: «Debí haber escuchado».

Cuando haces aquello que desde un principio sabías que tenías que hacer, la tensión se libera y te sientes mejor, volviendo así a un estado de armonía contigo mismo y con tu entorno. Si en lugar de ello continúas en la dirección equivocada, experimentarás cada vez más tensión y más resistencia hasta que esa tensión llegue al nivel físico y desarrolles un síntoma, o bien atraigas experiencias que más adelante provoquen un síntoma físico. Ese síntoma tal vez sea el resultado de una enfermedad, un «accidente», una caída, un nervio pinzado, etc.

Para nuestro propósito, lo importante es observar el síntoma, el efecto. Desde un punto de vista metafísico se dice que el resultado final no es otra cosa que la intención original; la experiencia ha ocurrido para lograr el resultado final que ahora tenemos.

No existen los accidentes ni las coincidencias. Si todo comienza en tu consciencia, todo lo que suceda en el nivel físico será el resultado de lo que ha estado ocurriendo en tu consciencia. Si el efecto de dicho acontecimiento ha sido un síntoma, el suceso tenía como

objetivo crear ese síntoma, pues era de gran importancia que tú recibieras un mensaje de tu Yo Superior, al que no escuchaste en el nivel intuitivo ni en el de las emociones.

Los síntomas hablan en tu propio idioma, te dicen lo que te has estado haciendo a ti mismo. Este lenguaje refleja la idea de que tú eres quien crea tu propia realidad. Cuando describes el síntoma dentro de este contexto, el significado metafórico de dicho síntoma se hace evidente.

Así, más que decir «no veo», estás diciendo «he estado tratando de evitar ver algo». Más que decir «no oigo» estás diciendo: «no he querido oír» o «no quise escuchar algo», etcétera, etc.

Tu cuerpo está diciendo: «Esto es lo que te has estado haciendo a ti mismo con la forma de ser que has elegido hasta ahora, con lo que has hecho en tu consciencia». Puedes continuar con el mismo comportamiento o hacer algo diferente. No es cuestión de estar en lo correcto o equivocado, sino más bien es un asunto de causa y efecto. No se trata tampoco de un proceso en el que se deba culpar a alguien, sino más bien es cuestión de asumir una responsabilidad. Una determinada forma de ser crea un síntoma. Otra forma de ser elimina ese síntoma. Tú eres quien decide tu forma de ser.

Cuando comprendes el mensaje que tu cuerpo te ha enviado y llevas a cabo los cambios necesarios en tu consciencia, así como en tu forma de ser, de tal manera que dejes de hacer aquello que te ha hecho perder el equilibrio, vuelves a la armonía en todos los niveles. El síntoma, que sirvió sólo para transmitirte un mensaje, ya no tiene razón de ser y puede ser eliminado de acuerdo con tu sistema de creencias, es decir, con aquello que tú crees que es posible.

Todo lo anterior deberá analizarse dentro del contexto de lo que estaba ocurriendo en tu vida en el momento en que el síntoma se presentó, pues fue tu respuesta ante dichas situaciones lo que creó el síntoma.

Mi caso es el siguiente: Tuve cáncer en la médula espinal, a la altura del cuello. Era un enfermo terminal y entre mis síntomas estaban la parálisis, incapacidad para caminar y mucho dolor. El cáncer representa algo que se ha reprimido y no se ha expresado. Cuando reprimimos algo sin expresarlo, crece y crece dentro de nosotros. Es una metáfora perfecta del cáncer. La parte afectada del cuerpo muestra lo que se ha reprimido.

El cáncer se me desarrolló en la parte del sistema de energía que representa la comunicación y la expresión. Yo había tratado de mantenerme alejado de todo lo que fuera comunicación, y de expresar lo que para mí era verdad. Tuve un matrimonio infeliz en el que no me sentía libre de comunicarme sin que surgiera siempre una discusión.

Cuando describo mis síntomas desde el punto de vista de que yo mismo los generé, más que decir que estaba paralizado, digo que yo mismo me paralicé. Trataba de ser lo que yo pensaba que los demás querían que fuera, en lugar de ser yo mismo. El verdadero yo se encontraba en mi interior, y sin embargo, no le dejaba que

expresara mi verdadera forma de ser, con lo cual me provocaba a mí mismo un gran dolor.

Más que decir que no podía caminar, debo decir que yo mismo me impedía caminar. Me mantenía a mí mismo en situaciones que me hacían infeliz evitando alejarme de ellas, cuando eso era lo que yo realmente quería. Los efectos del estrés que experimenté debido a ello, alcanzaron en mi cuerpo proporciones catastróficas.

Me di cuenta de que para que los síntomas desaparecieran, debía modificar mi forma de ser, que era la que había creado los síntomas.

En lugar de decir que me estaba muriendo, debo decir que yo mismo me estaba matando. Tuve que reconocer que, de acuerdo a la idea de que todo comienza en la consciencia, cualquier enfermedad terminal empieza con la decisión de morir. Por lo tanto, yo había decidido morir. La gente se muere por una de dos razones. O bien su viaje ha terminado ya y la persona ha completado aquello que deseaba hacer en esta vida, o bien se encuentra en una situación o experiencia difícil para la cual no ve otra solución que la muerte; la segunda era más válida para mí.

Me di cuenta de que para seguir viviendo, era necesario que me expresara tal y como yo era, que comunicara lo que para mí era verdad, que abandonara las situaciones que me provocaban infelicidad y que considerara modos de vida alternativos, diferentes de los que había estado utilizando para acabar conmigo. De igual forma, debía considerar otros modelos médicos distintos de los que veían mi situación sin ninguna esperanza. Hice todo esto y mi vida cambió.

Como el modelo médico no me ofrecía solución alguna, no recibí ningún tratamiento ni medicamento. Puesto que se esperaba que yo fuera a morir en cualquier instante, cada vez que tosía o estornudaba, el alimento que estaba ingiriendo podía ser el último; así que comencé a comer todo lo que me apeteciera, lo cual me fascinó. No seguí ninguna dieta especial, Comencé a desear y a disfrutar de una gran cantidad de hamburguesas, salsas, pizzas y coca-colas. Lo que yo necesitaba en ese momento era mucha energía yang y un amplio espectro ying-yang.

Lo que cambié fue mi dieta mental, las ideas que yo elegí aceptar en mi consciencia. Si tenía cierto tipo de pensamiento y después me comenzaba a sentir mal, sabía que estaba creando estrés con ese pensamiento; y el estrés crea la enfermedad. Si pretendía sentirme mejor, sabía que era necesario optar por otro tipo de pensamientos que me hicieran sentirme mejor.

Asumí la responsabilidad de mi situación. Reconocí la importancia de ser feliz y de hacer aquello que me hiciera feliz. Me dediqué al trabajo interno conmigo mismo, trabajo que era necesario para permitirme a mí mismo creer que los síntomas de la enfermedad podían ser eliminados. El efecto de todo ello fue que la situación de desesperanza fue revertida. La curación ocurrió.

El proceso me llevó dos meses de trabajo intensivo conmigo mismo, debido a que yo creía que tardaría dos meses. En ese momento yo no sabía lo que ahora sé. Con

ayuda de los instrumentos que presentamos en el Sistema Cuerpo-Espejo, el mismo trabajo se puede completar en dos semanas o incluso en dos horas. Efectivamente, el cambio de un estado de deterioro a un estado de mejoría sólo tarda unos instantes. Después de ello sólo se necesita mantener la percepción de que la curación está en proceso y notar cómo se va produciendo la mejoría en el nivel físico.

Lo importante es darse cuenta de que todo se puede curar. No es cuestión de si la curación sucede o no, sino de saber cómo realizarla.

Entonces, hazlo.

Cuando comprendas el lenguaje del cuerpo, podrás escuchar los mensajes de forma cada vez más rápida hasta funcionar totalmente en armonía con tu ser interior, con tu Yo Superior. En esa etapa ya no es posible experimentar preocupación por tu salud, pues no habrá ninguna razón por la que debas recibir los mensajes a través de los síntomas. Serás capaz de funcionar cada vez más desde tu interior, escuchando tu voz interna y haciendo lo que es correcto hacer.

Estarás más sano y más feliz.

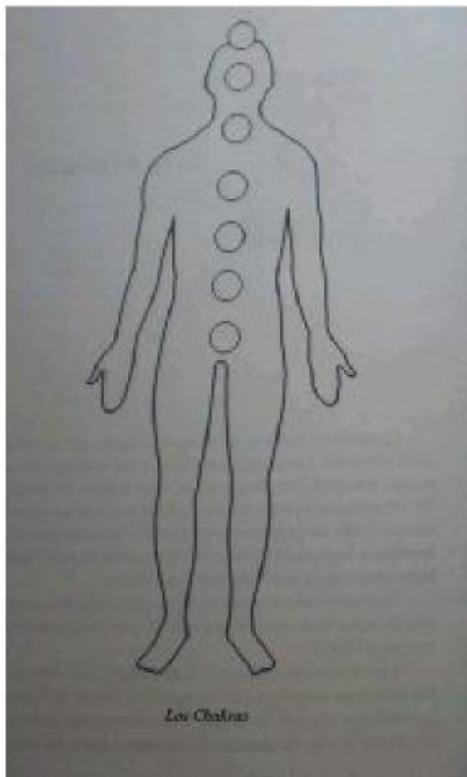
Todo se puede curar.

Sección Segunda
EL SISTEMA CUERPO ESPEJO
Definición de los términos
5
Los Chakras

La palabra Chakra es un término sánscrito que significa rueda o vórtice y designa a cada uno de los siete centros de energía que componen tu consciencia y tu sistema de energía. Tu consciencia representa todo aquello que puedes experimentar. Todas tus percepciones, tus sensaciones, los procesos mentales y los estados de ser que eres capaz de producir tienen lugar dentro de lo que llamamos consciencia.

Tu consciencia se puede dividir en siete categorías y cada una de ellas está relacionada con un particular centro de energía o chakra.

La consciencia es un sistema de energía. Está compuesta por diferentes densidades de energía en un estado de flujo, de movimiento. Cuando la energía fluye suavemente, uno experimenta un estado de totalidad. En cambio, cuando esa energía se bloquea experimentamos tensiones que pueden manifestarse como síntomas. Los chakras funcionan como bombas o válvulas que regulan el flujo de energía a través de todo el sistema energético. Por lo tanto, el estado de tus chakras es el que determinará el estado del flujo de energía en tu consciencia



El funcionamiento de los chakras refleja tus decisiones sobre cómo responder a las diversas situaciones de tu vida. Tú abres o cierras esas válvulas cuando decides

qué pensar y qué sentir, y qué filtro perceptual eliges para experimentar el mundo que te rodea. Lo importante, desde luego, es mantener funcionando suave y armónicamente todas las válvulas, como las válvulas de una flauta. Cuando en tu consciencia hay una tensión residual procedente de algo sucedido en tu vida, esta tensión ejerce un efecto en el funcionamiento de las válvulas del sistema de energía; es posible que éstas se «atoren» y, en consecuencia, que no se abran ni cierren con la debida suavidad.

Los chakras son aspectos de la consciencia, al igual que el aura. Sin embargo, los chakras son más densos que el aura, aunque no tanto como el cuerpo físico. Los chakras son como bolas de energía sólidas que interpenetran el cuerpo físico.

Cada uno de los chakras está relacionado con una de las glándulas endocrinas así como con un determinado grupo de nervios, con un plexo nervioso. Cuando experimentamos tensión en algún aspecto de nuestra consciencia, la experimentamos también en el chakra asociado con esa parte de la consciencia. De esa manera, la tensión se transmite a la glándula endocrina asociada con ese chakra. Esta glándula segrega hormonas que provocan cambios químicos en el cuerpo. Así pues, un cambio en la consciencia genera un cambio en la química corporal, dependiendo de las necesidades del momento.

Por ejemplo, si vas caminando por el bosque y te topas con un oso, el hecho de percibir que tu supervivencia se encuentra amenazada estimulará la secreción de adrenalina, lo cual preparará a tu cuerpo para pelear o para salir corriendo.

Las percepciones relacionadas con la supervivencia están asociadas con el chakra que llamamos Chakra Rojo, también conocido como Chakra Raíz, con el cual están relacionadas las glándulas suprarrenales. Así, podemos decir que la tensión generada por la amenaza que percibimos a nuestra supervivencia fue experimentada en el Chakra Rojo, el cual se encargó de transmitir esa tensión a las glándulas suprarrenales que a su vez respondieron a la percepción de amenaza secretando adrenalina.

La tensión es igualmente transmitida, a través del chakra correspondiente, al plexo nervioso relacionado con ese chakra, y de esa forma a las zonas del cuerpo que dicho plexo, o grupo de nervios controlan. Tomando el ejemplo anterior, el Chakra Rojo controla las piernas, a través del plexo sacro, por lo que podemos decir que la percepción de amenaza a la supervivencia fue transmitida por el Chakra Rojo desde el plexo sacro hacia las piernas, las cuales reciben la energía necesaria para correr. Las tensiones que se generan en el cuerpo pueden así relacionarse con las tensiones existentes en la consciencia, de tal forma que podemos ver al cuerpo como un mapa de la consciencia.

Como ejercicio, imagina una situación que te provoque tensión. Al pensar en esa situación y sentir lo que dicha situación te haga sentir, puedes apreciar en qué parte del cuerpo sientes tal tensión. Si dibujaras un círculo alrededor de esa parte de tu cuerpo, ¿qué tamaño tendría ese círculo?

Si tuvieras que imaginar un color en especial dentro del círculo, ¿qué color imaginarías?

Si tuvieras que describir las sensaciones físicas que experimentas, ¿qué palabras utilizarías? Puedes describir las tensiones como una resistencia al flujo de energía, y ver los lugares en los que te has resistido a ese flujo.

Si has estado oponiendo resistencia al flujo de energía, puedes también eliminar esa resistencia conscientemente, relajando la parte que has mantenido tensa. A medida que practiques esto cada vez más, sentirás que esa parte de tu cuerpo se vuelve a relajar, abriéndose cada vez más al flujo de energía hasta que de nuevo te sientas cómodo y bien; serás otra vez un canal limpio para el flujo de la energía.

El lugar en el que sentiste la tensión dependerá de la razón por la que la sentiste. Si experimentaste esa resistencia en la zona del perineo, entre el ano y los órganos sexuales, fue debido a que la tensión en tu consciencia está relacionada con la seguridad, la supervivencia y la confianza. Para la mayoría de la gente, ello representa su relación con el dinero, el hogar y el trabajo. Si la resistencia se presentó en la zona del abdomen, la tensión tenía que ver con percepciones relacionadas con la comida y el sexo. Si la sentiste en la zona del plexo solar, puede relacionarse con percepciones de poder, de control y con la libertad para ser tú mismo.

Si la tensión fue experimentada a nivel del corazón, se puede relacionar con percepciones de amor y con tus relaciones interpersonales. Si la experimentaste a nivel de la garganta, querrá decir que dicha tensión se presentó debido a algo que quisiste expresar y no lo hiciste.

Si experimentaste tensión en la frente, fue debido a que sentías que te consideraban por el papel que desempeñas y no por quien tú eres; y si sentiste la tensión en la parte superior de la cabeza, ello fue debido a que te sentías separado cuando deseabas estar unido o porque te sentías unido cuando querías sentirte separado, o bien debido a algún problema con la autoridad.

Si estas afirmaciones describen lo que sentiste, podemos decir que estas tensiones fueron experimentadas en los centros de energía que representan a tu consciencia, en tus chakras. Siempre pudiste sentir tus chakras, sólo que nunca te enseñaron a examinar tus experiencias de este modo.

Los chakras han sido objeto de estudio durante miles de años, muy a menudo debido a su connotación esotérica y por los estados especiales de consciencia que representan, considerados como no ordinarios. Hemos visto, sin embargo, que también tienen un uso muy práctico, un uso cotidiano, pues nos muestran en el cuerpo lo que estamos experimentando en la consciencia.

Cuando la tensión en la consciencia (y por consiguiente en los chakras) alcanza un especial nivel de intensidad o continúa durante cierto periodo de tiempo, es transmitida a través de los grupos de nervios a las partes del cuerpo controladas por dichos grupos. En consecuencia, las partes y funciones del cuerpo controladas por esos grupos de nervios se ven afectadas. Así, desarrollamos síntomas que reflejan lo que nos hemos estado haciendo a nosotros mismos.

Cada chakra está relacionado con un elemento en particular, con un sentido en especial y con diversos sistemas de nuestro cuerpo. Cuando las tensiones de la consciencia alcanzan intensidades elevadas, sobrevienen los síntomas físicos. Así, podemos «leer» los síntomas a fin de entender qué partes de la consciencia son las que han experimentado esa tensión y necesitan cambiar para que el individuo vuelva a su estado de integridad.

Debemos recordar que los chakras son sólo partes de tu consciencia y que eres tú quien decide el estado de tus chakras. Según te muevas dentro de las situaciones que se te presenten, decidirás cómo responder a ellas. De esa manera tú serás quien abra o cierre tus chakras, tocando esas válvulas como un músico tocaría las válvulas de una flauta. Obviamente, es muy importante que ninguna de esas válvulas se quede abierta o se quede cerrada, pues ello te dejaría atascado en los efectos de los anteriores patrones de conducta.

Sólo cuando todos los chakras funcionen libremente, serás capaz de analizar conscientemente cada situación de tu vida, decidiendo en ese momento la acción más adecuada. De esa manera serás realmente libre.

Ello quiere decir que posees dentro de ti un estado de consciencia en el que es posible experimentar tu totalidad y funcionar de manera óptima. Un estado al que podemos llamar perfección.

Cuando experimentes dicho estado, podrás seguir funcionando hasta concluir tu trabajo y que decidas dejar este planeta. Sin embargo, mientras llega ese momento la pregunta es: ¿cómo decides experimentar tu vida?; ¿de manera cómoda o incómoda?; y, de igual forma, ¿cuánto tiempo habrás de esperar para buscar la perfección y el funcionamiento óptimo?

Si hasta ahora has experimentado síntomas, será necesario que pongas en práctica alguna tarea a fin de restablecer tu equilibrio. Recuerda que todo se puede curar y que eres tú quien decide lo que sucede en tu consciencia y, por lo tanto, en tu cuerpo.

Muchas de las personas que están en el sendero espiritual buscan la iluminación; aunque hay que recordar que iluminación no es perfección. Existen seres iluminados que todavía presentan síntomas de enfermedad, lo cual quiere decir que no están experimentando plenamente toda su consciencia, su sistema de energía, con claridad. De igual manera, hay seres que funcionan a la perfección, pero que pueden no haber experimentado ese estado conocido como iluminación. Ello significa que lo que esas personas han hecho, guiados por su instinto, les ha funcionado correctamente.

Aunque a menudo los chakras se suelen asociar con diversas prácticas de tipo espiritual, así como con procesos de evolución acelerada, debemos hacer notar que en esta obra los estudiamos sólo como mapas de la consciencia y como herramientas que pueden ser utilizadas en la tecnología de la curación. La intención es restablecer el

equilibrio y tener, un conocimiento suficientemente profundo del funcionamiento de nuestra consciencia a fin de mantenerla en equilibrio, y darnos cuenta de que ese equilibrio es nuestro estado natural.

Algunos afirman que la clave de la felicidad es recorrer un camino libre de apegos y de aversiones, que nos impiden experimentar el momento actual y todo lo que él nos ofrece.

Los apegos tienen que ver con la posesión de algo, mientras las aversiones o apegos negativos se refieren a la no posesión de algo. Ambos son apegos y cualquiera de ellos puede llegar a manifestarse en nuestra consciencia, ocupada con tener algo o tener que evitarlo. [a tensión que ello provoca puede llegar a un punto tal que se vuelva una constante preocupación, algo así como una adicción. De esa forma, el apego que siempre está presente como una tensión subyacente, interferirá en la experiencia del momento presente, en el aquí y el ahora.

Cuando te apegas a algo y no lo tienes, te sientes incómodo o mal. El grado de incomodidad que experimentas refleja tu grado de apego o de adicción. El apego puede presentarse en el nivel de cualquier chakra. [a constante tensión en ese chakra nos alerta sobre la necesidad de eliminarla mediante la resolución de algún conflicto, o bien mediante la eliminación del mismo apego; sólo así serás capaz de disfrutar el aquí y el ahora.

En capítulos posteriores de este libro se describen algunos de los métodos para eliminar los apegos o aversiones de los que estamos hablando. Nuestro trabajo siempre está relacionado con nuestro grado de desarrollo. Si estamos en el primer grado de la escuela, la única pregunta que nos deberá interesar es si contamos con los elementos necesarios para podernos desenvolver en ese nivel. Si nos encontramos cursando un postgrado en la universidad sólo nos debe importar si podemos funcionar de manera óptima en ese nivel del aprendizaje perpetuo que llamamos vida.

Si algo funciona bien, déjalo así.

Si no funciona, cúralo.

Todo se puede curar.

Otros Aspectos de los Chakras

Cada uno de los chakras es energía que vibra a una determinada frecuencia, relacionada con otros chakras que vibran a otras frecuencias, en una lógica y ordenada secuencia de siete vibraciones.

En dicha secuencia, la frecuencia más pesada, es decir, la más densa, se encuentra en la parte más baja, y la más ligera, en la parte superior. Cada chakra se asocia con cierto elemento; la secuencia de esos elementos sigue el mismo orden lógico. El elemento más pesado, la tierra, está asociado con el Chakra Rojo o Chakra Raíz, situado en la parte inferior. El siguiente elemento más ligero, que es el agua, está relacionado con el segundo chakra, el Chakra Naranja, al cual a su vez, siguen los elementos de fuego, aire, éter, sonido interior y luz interior para los demás chakras, en orden ascendente de ligereza.

A partir de la relación con los diferentes elementos, serás capaz de descubrir tus relaciones con los aspectos de tu consciencia asociados con dichos elementos. Por ejemplo, una persona que no mantiene una buena relación con el agua, sentirá miedo a nadar o a subirse en un barco. Así, esa persona podrá establecer, a partir de sus sentimientos hacia el agua, la relación con los aspectos de la consciencia que el agua representa (comida y sexo).

Cada uno de los chakras está relacionado también con un nivel de experiencia. Basados en la idea de que somos una consciencia dentro de un cuerpo, la experiencia interna más profunda se genera en lo que llamamos alma y la más externa se presenta en las fronteras del cuerpo físico. Cada uno de los niveles de experiencia existentes entre los dos anteriores está relacionado con un cuerpo sutil, y cada cuerpo sutil está asociado con un chakra en particular.

Así, el Chakra Rojo está relacionado con el cuerpo más denso, es decir, el físico; el chakra de color naranja se asocia con el cuerpo emocional que es el que le sigue en grado de ligereza. A estos dos los sigue el Chakra Amarillo, localizado en la zona del plexo solar, asociado a su vez con el cuerpo mental; el Verde o Chakra del Corazón, con el cuerpo astral; el Azul o Chakra de la Garganta, con el cuerpo etéreo; el frontal o Chakra índigo con el cuerpo búdico y el Chakra Coronario o Chakra Violeta con el cuerpo causal (el alma).

Como puedes ver, cada nivel de existencia, y por lo tanto, cada cuerpo sutil se encuentra asociado con un chakra en particular. La evolución del alma puede considerarse como el aprendizaje de vivir desde aspectos cada vez más profundos de tu Ser, hasta vivir desde tu alma, en lugar de hacerlo desde el nivel que la sociedad considera «normal», y que está muy alejado de los aspectos más profundos de tu Ser. Quienes han aprendido a hacer esto y viven desde los niveles más profundos, son los seres extraordinarios que solemos llamar «evolucionados».

Puesto que cada uno de los chakras se encuentra asociado con un particular nivel de

existencia, podemos decir que éstos representan la evolución del alma, y al mismo tiempo muestran todo lo que sucede en nuestra consciencia.

Si la evolución de tu alma y la comprensión de la naturaleza de tu consciencia son las principales razones para estar en la Tierra, si esos son los fines de esta película en la que tú eres el protagonista, todo en la película deberá estar encaminado a lograr tales objetivos. Puedes mirar a tu alrededor y preguntarte qué se te está mostrando sobre tu ser interior, sobre la evolución de tu alma y sobre lo que está sucediendo en tu consciencia.

Puedes ver otros ejemplos de energía que vibran a diferentes frecuencias en una secuencia lógica y ordenada de siete y puedes considerar la posibilidad de que esos ejemplos de siete vibraciones te digan algo sobre ti mismo. Por ejemplo, al ver el arco iris, apreciarás que se trata de una serie de siete vibraciones o colores ordenados en una secuencia lógica. Si la longitud de onda más grande, es decir, el color «más pesado», el rojo, se asocia con el chakra de la parte inferior (Chakra Raíz) y la longitud de onda más corta, el color «más ligero», el violeta, con el chakra de la parte superior (Chakra Coronario), cada uno de los colores podrán ser utilizados para representar un chakra en su estado puro.

Verás que tu relación con un color en particular refleja tu relación con el aspecto de tu consciencia que ese color representa.

En consecuencia, los colores del espectro representan los distintos aspectos de la consciencia humana, al mismo tiempo que son un lenguaje universal que subyace profundamente en la consciencia de cada individuo.

Muchas personas no saben que conocen este lenguaje, pero por la forma en que describen los colores antes mencionados y por cómo los relacionan con los distintos aspectos de su consciencia, resulta evidente que en algún lugar de su interior conocen tal lenguaje.

En consecuencia, es posible referirnos a los chakras por los colores con los cuales se encuentran asociados: Rojo, Naranja, Amarillo, Verde, Azul, Índigo y Violeta.

Además de la escala vertical que los chakras representan, desde el perineo hasta la parte superior de la cabeza, una forma de vernos a nosotros mismos es considerarnos una polaridad de Yin y Yang, con características femeninas y masculinas.

Para la mayoría de la gente, su derecha es su lado Yang y representa las características consideradas como masculinas. Su costado izquierdo es su lado Yin y representa lo que se considera femenino. Esta polaridad, sin embargo, funciona de manera contraria en las personas zurdas; su lado izquierdo es su lado Yang, mientras que su derecha es el Yin.

La polaridad, por lo tanto, se puede considerar como Yang y Yin, masculino y femenino, voluntad y espíritu, acción y sentimiento, intelecto y emociones, etc. Si describimos las partes del cuerpo de la misma forma, tendremos entonces la pierna-voluntad y la pierna-sentimiento o la pierna-masculina y la pierna femenina, etc.

A cada uno de los chakras se le puede también describir desde el punto de vista de su aspecto Yang y su aspecto Yin, o de su lado Yang y su lado Yin. Habiendo definido este lenguaje, podremos explorar el mapa de nuestra consciencia representado por los chakras y el cuerpo. En los capítulos siguientes analizaremos varios aspectos de los chakras, en el contexto de la curación. En los capítulos dedicados a los chakras se incluyen asimismo descripciones de algunos síntomas relacionados con esos chakras. De esta forma, el lector será capaz de comprender de una manera más profunda qué son los chakras, qué representan y cómo participan en el equilibrio y en la curación.

Así, las tensiones que se presenten en los chakras podrán ser liberadas, y los síntomas, curados.

Todo se puede curar.

7

El Chakra Rojo

CONOCIDO TAMBIÉN COMO CHAKRA RAÍZ,
CENTRO DE LA SEGURIDAD Y MULADHARA.



Ubicación: En el perineo, el punto localizado entre el ano y los órganos sexuales

Partes del cuerpo: Las partes del cuerpo asociadas con este chakra son el sistema linfático y el sistema óseo (dientes y huesos), la próstata en los hombres, el plexo sacro y las partes del cuerpo y las funciones controladas por este plexo. Entre ellas están la vejiga y el sistema de excreción, así como las extremidades inferiores (las piernas y las partes que las componen: pies, tobillos, etc.).

Nota: Cuando decimos que este chakra se asocia con un sistema en particular, nos referimos a que aquello que afecta a todo el sistema puede ser rastreado hasta llegar a la tensión presente en ese chakra. Por ejemplo, algo que afecte a todo el sistema óseo, como la artritis sistémica, se puede rastrear en la tensión del Chakra Rojo; sin embargo, un brazo roto, que representa un problema óseo en una región particular del cuerpo, se deberá rastrear en la tensión presentada en el chakra que controla esa parte del cuerpo, en este caso, el brazo, que está relacionado con el Chakra Azul. En el sistema endocrino, el Chakra Rojo se asocia con las glándulas suprarrenales. Las secreciones de las glándulas

suprarrenales pueden asociarse tanto con el Chakra Rojo como con el Chakra Amarillo; sin embargo, el hecho de ser activadas por alguna amenaza a la supervivencia, nos muestra que su principal relación es con el Chakra Rojo.

Sentido: El sentido físico asociado con este chakra es el sentido del olfato, el sentido básico relacionado con la supervivencia. Por lo tanto, el órgano relacionado con dicho sentido, la nariz, está también asociado con el Chakra Rojo.

Consciencia: El Chakra Rojo está relacionado con los aspectos de la consciencia que tienen que ver con la seguridad, la supervivencia y la confianza. Para la mayoría de las personas, los aspectos de su vida relacionados con la seguridad tienen que ver con el dinero, el hogar y el trabajo. El hecho de sentirse «a gusto» y de estar presentes en el aquí y ahora, también se relaciona con este chakra.

Elemento: El elemento que se asocia con el Chakra Rojo es la tierra. Este chakra refleja, por lo tanto, las relaciones del individuo con la tierra así como sus sentimientos de existencia en ella.

El Chakra rojo refleja también la relación del individuo con su madre. En la estructura tradicional de la familia, la madre es quien provee el alimento y el espacio de seguridad. Un bebé que se alimenta del seno materno toma decisiones sobre cómo son las cosas («siempre hay abundancia» o «nunca hay suficiente» o «tienes que luchar para conseguir lo que deseas»). La relación que el bebé guarda con su madre establece los patrones de conducta que esa persona tendrá en el futuro con todo aquello que represente seguridad (hogar, trabajo y dinero).

Cuando la persona experimenta una sensación de separación de su madre y siente que no es amado por ella, corta de raíz esos sentimientos generando un bloqueo en el Chakra Rojo o Chakra Raíz. El efecto que ello provocará, es decir la forma en que el individuo experimentará este hecho en su consciencia, será crear un filtro de inseguridad o de miedo a través del cual verá el mundo hasta que nuevamente se abra y permita ser alimentado por el amor de su madre.

Otro síntoma que puede experimentar alguien carente de raíces podría ser el no tener un hogar, no sentirse enraizado, no basar sus percepciones en experiencias reales y tener dificultad para estar presente en el aquí y ahora.

Cuando una persona mira el mundo a través del Chakra Rojo, sus motivaciones en ese momento tienen que ver con la seguridad, la supervivencia o la satisfacción de sus necesidades básicas. Igualmente, esas motivaciones pueden relacionarse con la búsqueda de alimento para el Ser interno; pero no comida, sino aquello que le dé una sensación de solidez y satisfacción.

Cuando la principal fuerza motivadora en la vida de una persona la constituye la seguridad o la supervivencia, se puede afirmar que su Chakra Rojo será su hogar durante esa parte de su vida y desplazará desde ese chakra su consciencia a los demás chakras, dependiendo de lo que esa persona piense o sienta en un momento

particular. La principal fuerza motivadora de una persona es la base desde la cual se toman todas las decisiones y constituye aquello que motiva al individuo.

Cuando el Chakra Rojo está limpio, la persona es capaz de sentir seguridad, de sentirse «en casa», experimentar solidez y firmeza. Puede entonces sentirse presente en su cuerpo físico y estar presente también en el aquí y ahora y funcionar en el mundo físico, material. Podrá confiar en sus percepciones y en general no tendrá problemas de confianza.

Emocionalmente, la tensión en el Chakra Rojo se experimenta como inseguridad; si esa inseguridad es mayor se manifestará como miedo, pero si es aún más intensa se experimentará como una amenaza a la supervivencia. Si la tensión continúa durante un tiempo considerable o es demasiado intensa, la persona desarrollará un síntoma en alguna parte del cuerpo o en una función biológica asociada con el Chakra Rojo, o bien en alguna región del cuerpo controlada por ese chakra.

Por lo tanto, cualquier situación de desequilibrio o cualquier síntoma que afecte a las distintas partes del cuerpo o a sus funciones relacionadas con el Chakra Rojo estará reflejando una tensión en la consciencia del individuo, en el Chakra Rojo, en algo que tenga que ver con sentimientos de seguridad, supervivencia, confianza, voluntad o capacidad para nutrirse o relacionarse con su madre.

Es necesario hacer hincapié en que las acciones o la forma de ser de la madre no tienen nada que ver con los síntomas del individuo. Es más bien la forma en que la persona ha elegido responder a las situaciones de su vida lo que se ha transformado en estrés y tensión. Por ejemplo, dos niños criados en una misma familia quizá experimenten las mismas situaciones externas, pero tienen una respuesta diferente a tales situaciones, de tal forma que uno tal vez desarrolle algún síntoma y el otro no.

No afirmamos que ciertas situaciones causen ciertos síntomas, sino más bien que, dados ciertos síntomas, es posible comprender las situaciones que el individuo experimentó con estrés. Si existe un problema con el Chakra Rojo en uno u otro lado del cuerpo, lo analizaremos desde el punto de vista de la polaridad del lado de la voluntad y el lado emocional, o bien del lado masculino y el lado femenino. Como ya mencionamos antes, para los diestros su lado derecho es su lado de la voluntad; para los zurdos el lado izquierdo es el lado de la voluntad.

Así pues, si ha habido algún problema en la pierna — voluntad, éste podría interpretarse en términos del efecto de los síntomas. Si una persona tiene la necesidad de apoyarse (en muletas o en un bastón), podemos afirmar que ese problema no hace más que describir lo que ha estado sucediendo en su consciencia, es decir, necesidad y solicitud de apoyo para tomar decisiones sin confiar en su propia voluntad. Esta persona decide qué hacer, pero no actúa hasta que percibe suficiente apoyo de los demás, que le dicen que ha tomado la decisión correcta.

Si identificamos la pierna afectada o bloqueada con la pierna masculina, ello representará la confianza bloqueada (el aspecto del Chakra Rojo) en un varón. Si se

trata de un hombre cuya pierna se encuentra afectada, los síntomas, por tanto, están reflejando la falta de confianza en sí mismo como hombre. Si la que está afectada es la pierna emocional, podríamos afirmar que ello representa una tensión en el fundamento de las emociones de esa persona o en su dependencia emocional de alguien. El individuo toma decisiones encaminadas a apoyarse en una persona, en lugar de decidir lo mejor para sí mismo; o bien podría ser que este individuo haya experimentado un shock emocional relacionado con el Chakra Rojo en asuntos de dinero, hogar o trabajo.

Si describimos la pierna como la pierna femenina, podría representar la confianza bloqueada en una mujer. Si se trata de una mujer cuya pierna se encuentra afectada, podemos decir que ello representa la falta de confianza en ella misma como mujer.

De igual manera, es posible leer los síntomas desde el punto de vista de lo que la persona necesita para poder restablecer su equilibrio. Por ejemplo, si la pierna de esa persona no se dobla, afectando con ello a su movilidad, concluiremos que su curación requiere más flexibilidad y libertad de movimiento.

Si el problema se presenta en los riñones, a pesar de que éstos se encuentren localizados a nivel del plexo solar, los consideramos por su función asociada con el sistema excretor. Su ubicación en la zona relacionada con las percepciones de poder o libertad (el Chakra Amarillo) podría estar combinada con la zona que se asocia con la confianza (Chakra Rojo). De esta forma, será posible deducir de los síntomas una inseguridad relacionada con el poder (percibida como carencia de poder, haciendo parecer desvalida a esa persona), o bien, manifestada como una falta de libertad o inseguridad con respecto a la libertad.

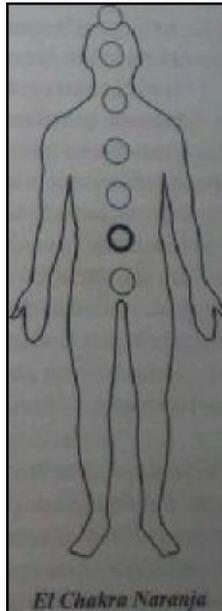
A efectos de interpretación de los síntomas, consideraremos también la función de los riñones. Ellos limpian la sangre de toxinas. La sangre representa el corazón o las percepciones amorosas y las toxinas las actitudes que interfieren en las percepciones que del amor experimenta la persona. Cuando esas actitudes son tan frecuentes que llegan a amenazar el bienestar de alguien, surge la necesidad de introducir un cambio. En consecuencia, esa persona tendrá que permitir que el amor que lo rodea lo alimente y modificar así las actitudes que amenazan su bienestar.

Las alergias a las sustancias que se asocian con los cuidados maternos, como la leche y los alimentos cotidianos, o bien con la tierra, como los productos derivados del trigo y las alergias que afectan a la nariz, como la fiebre del heno, reflejan tensiones en el Chakra Rojo y en las relaciones del individuo con su madre, a través de las cuales él mismo trata de explicarse por qué ha evitado ser alimentado por el amor materno. Cuando estas actitudes cambian, los síntomas desaparecen.

Todo se puede curar.

El Chakra Naranja

CONOCIDO TAMBIÉN COMO: CENTRO DE LA SENSACIÓN,
CHAKRA ESPLÉNICO O DEL BAZO, HARA Y SVADHISTANA.



Ubicación: Centro del abdomen

Partes del cuerpo: Entre las distintas partes del cuerpo asociadas con este chakra se encuentran el sistema reproductivo, los órganos sexuales y el plexo lumbar, así como aquellas partes y funciones del cuerpo que son controladas por el plexo lumbar y también las de la región abdominal. Las glándulas endocrinas asociadas con este chakra son las gónadas (los testículos y los ovarios).

Sentido: El sentido físico asociado con este chakra es el sentido del gusto y el apetito. Por lo tanto, la lengua, como órgano del gusto, está relacionada con el segundo chakra. Este segundo chakra se encuentra también asociado con el aspecto del sentido del tacto relacionado con las sensaciones. **Consciencia:** El Chakra Naranja está relacionado con los aspectos de la consciencia que tienen que ver con la comida y el sexo, así como con la procreación de los hijos. Cuando existe una tensión en las regiones corporales controladas por este chakra, se está reflejando una tensión en la consciencia, un apego o una aversión relacionada con la comida, el sexo o la procreación. Puede también estar reflejando emociones reprimidas sobre sucesos que ocurrieron en la vida de la persona en el momento en que se presentó el síntoma.

Elemento: El elemento que se asocia con el Chakra Naranja es el agua. Este chakra refleja la relación de la persona con ella. Si existe una relación no armónica con el agua (con la natación o con estar a bordo de un barco, por ejemplo), podremos deducir

que la relación que esa persona guarda con el agua es un reflejo de su relación con los aspectos de su consciencia que precisamente el agua representa, es decir, la comida y el sexo.

Cuando se presenta un síntoma cuya consecuencia es la incapacidad de alguien para tener hijos, podremos decir que dicha incapacidad comenzó primero con la decisión de no tener hijos; más tarde, el cuerpo se encarga de materializar esa decisión. Puesto que creemos que todo se puede curar, pensamos que también es posible anular las viejas decisiones; para ello se necesita primero ser consciente de ellas y luego tomar otras nuevas a niveles de consciencia profundos. Luego veremos cómo esas nuevas decisiones modifican nuestro cuerpo.

Este chakra representa la comunicación entre el cuerpo y la consciencia que reside en él. El cuerpo comunica lo que desea y lo que necesita. Esas necesidades las transmiten a través del apetito; de modo que si el cuerpo necesita potasio, por ejemplo, canalizará ese deseo mediante el antojo de un plátano o de algún otro alimento que contenga potasio y en tanta cantidad como el cuerpo lo necesite. La persona que se encuentra dentro de ese cuerpo responderá a este deseo transmitido cuando así lo decida.

El cuerpo actúa como vehículo para la consciencia, como lo es un automóvil para el conductor. Si ese automóvil comunica por medio de sus diversos instrumentos que necesita gasolina, la respuesta inteligente será proporcionarle lo que necesita y no decidirse por alguna otra cosa distinta.

En nuestra sociedad hemos aprendido a no confiar en nuestro apetito; en lugar de confiar en él nos hemos vuelto cada vez más dependientes de lo que los expertos nos aconsejan que debemos comer. Sin embargo, los distintos expertos tienen distintas ideas; y las distintas actividades generan diferentes necesidades individuales. Por ejemplo, una secretaria tiene diferentes necesidades de las que puede tener un minero que trabaja en la extracción de carbón. Mantener una buena relación con el Chakra Naranja implica una buena comunicación entre el cuerpo y la consciencia con respecto a lo que el cuerpo debe tomar; igualmente, implica escuchar esa comunicación.

El Chakra Naranja se asocia con el principio del placer; es decir, nos sentimos atraídos por lo que nos parece agradable dentro de las áreas del sexo y la comida. Sin embargo, debemos siempre tener en consideración ciertos aspectos que se dan entre el cuerpo y la consciencia. Por ejemplo, es posible que sintamos deseos de algo que a nuestro cuerpo no le interesa. Después de haber comido un kilo de helado de chocolate, nuestro apego a la sensación nos sugerirá que nos cabe un poco más de helado, pero al mismo tiempo nuestro cuerpo nos dirá que ha sido suficiente. Si comes más, en lugar de experimentar más placer te sentirás incómodo.

Debemos oír nuestro cuerpo y lo que parece bueno para él. Si cuando escuchamos a nuestro apetito se manifiesta una incomodidad en el cuerpo físico, ello querrá decir que ya no se está cumpliendo el propósito fundamental de proveer de energía al

vehículo físico, por lo cual habrá que restablecer la claridad de la comunicación mediante la eliminación del apego hasta que logremos funcionar de nuevo con claridad en lo que se refiere a este aspecto de la consciencia y a nuestra relación con lo que nuestro cuerpo nos pide.

Podemos afirmar que el apetito funciona siempre como debe hacerlo y que el malestar del cuerpo como resultado de ciertos hábitos alimenticios sólo refleja las partes de la consciencia y del sistema de energía que están desequilibrados. Por ejemplo, la persona puede preguntarse a sí misma cuál es el chakra que corresponde a su malestar y encontrará que esa parte de su consciencia no ha estado limpia. El dolor o el malestar son siempre una señal de que algo está desequilibrado y necesita cambiar a fin de que la persona pueda volver a su estado natural de armonía.

Así como nuestro apetito funciona de una determinada manera, nuestros cuerpos responden sexualmente a ciertas cosas y a otras no. Si escuchamos a nuestros cuerpos, ellos nos dirán lo que nos proporciona placer, independientemente de preceptos morales impuestos o de las ideas de otras personas sobre lo que es correcto. Aquí la cuestión que nos interesa es sólo qué nos funciona y qué no.

Si se presenta algún síntoma que afecte a nuestro funcionamiento sexual, será una clara señal de que lo que hemos estado haciendo y las actitudes que hemos estado asumiendo no nos han funcionado y por lo tanto habrá que cambiarlas.

Dentro del contexto del Sistema Cuerpo-Espejo distinguimos entre amor y sexo. Constituyen partes diferentes de nuestro sistema de energía y somos nosotros quienes decidimos si los combinamos o no y además, cómo lo hacemos. El Chakra Naranja representa nuestra relación con el placer que recibimos de nuestro propio cuerpo físico. Este chakra, en consecuencia, se encuentra asociado con la simple sensación y con lo que se siente, no con nuestras ideas de lo que debería sentirse.

Cuando se presente algún síntoma en uno u otro lado del Chakra Naranja, tenemos que ver qué tensión en nuestra consciencia representa ese síntoma, considerando al Chakra Naranja en su aspecto de comunicación desde el cuerpo hacia la persona interior. Por ejemplo, un problema en el ovario voluntad (el ovario del lado de la voluntad) representa una tensión en la consciencia del individuo en el área de la sexualidad (debido a que los ovarios controlan la sexualidad) relacionada con algún conflicto (la tensión es conflicto) entre lo que el cuerpo de la persona está pidiendo y la voluntad de persona. El cuerpo está diciendo: «deseo eso» y la voluntad de la persona esta diciendo: «no quiero que desees eso».

Si esa tensión se presentara en el lado emocional, lo interpretaríamos como un conflicto entre lo que el cuerpo está pidiendo y las emociones de la persona. Debe hacerse hincapié en que no se trata de lo que ese individuo se permita hacer o no, sino de lo que se permitirá sentir y aceptar como verdadero para sí mismo. Cuando la primera fuerza motivadora en la vida de una persona es la sensación, es decir, el placer que recibe de su

cuerpo, el Chakra Naranja será su hogar durante esa etapa de su vida. Esa persona trasladará su consciencia desde el Chakra Naranja hacia los demás chakras, según donde decida dirigir su atención en un determinado momento.

Aunque el Chakra Naranja está asociado con nuestra relación con la comida y el sexo, existen algunos síntomas en los cuales están involucrados el sexo y la comida, que en realidad no se relacionan con el Chakra Naranja. Por ejemplo, la bulimia es un desorden alimenticio en el que el individuo siente apetito pero no se nutre del alimento que ingiere. Los chakras que causan el problema son, por una parte, el Chakra Rojo, que está relacionado con la disposición para dejarse nutrir, y por otra parte el Chakra Amarillo, que rechaza esa nutrición por medio del vómito. Las tensiones podrían en este caso estar relacionadas con una sensibilidad extrema a la libertad.

Una persona con un bloqueo serio en el Chakra Rojo pero sin problemas en el Chakra Naranja podría tener dificultades para funcionar sexualmente de manera adecuada. Los ovarios, por ejemplo, los controla el Chakra Naranja, mientras que los labios de la vagina son controlados por el Chakra Rojo. En el hombre participan la próstata, controlada por el Chakra Rojo, mientras que los testículos, y por lo tanto el impulso sexual, es controlado por el Chakra Naranja.

Si una persona experimenta una gran inseguridad, es probable que no tenga un buen funcionamiento sexual, lo cual no cambiará hasta que el Chakra Rojo esté curado. Es ésta la razón por la que en algunos sistemas el Chakra Rojo es considerado erróneamente como el chakra sexual. Si vemos un mapa de los nervios, nos daremos cuenta de que el plexo lumbar es el que controla las gónadas, y éste se encuentra asociado con el Chakra Naranja y no con el plexo sacro, que está relacionado con el Chakra Rojo.

Mientras que el Chakra Verde (el Chakra Cardíaco) se suele asociar con los aspectos de relación del sentido del tacto, el Chakra Naranja está asociado con los aspectos del sentido del tacto que tienen que ver con la sensación y el sentimiento en los niveles físico y emocional, como una comunicación del cuerpo físico con la consciencia que reside en él, abarcando nuestra experiencia de lo que es placentero y de lo que no lo es y también el placer que sentimos en nuestro propio cuerpo.

Desde el punto de vista de los diversos cuerpos, el Chakra Naranja se asocia con el cuerpo emocional y con la disposición personal para sentir emociones. Aunque las emociones que una persona experimente estarán relacionadas y dependerán de otros chakras involucrados, aquí nos referiremos al proceso general a través del cual un individuo se permite a sí mismo sentir. Por ejemplo, podemos escuchar música de una manera mecánica o podemos permitirnos sentir una emoción al oírla. Esta decisión de sentir por lo general se asocia con el Chakra Naranja, mientras que lo que sentimos dependerá del contenido de la música y del tono en que se esté tocando.

Si una persona ha tenido alguna experiencia que le haya producido fuertes emociones difíciles de afrontar, por ejemplo una sensación de engaño o de traición por parte de alguien muy cercano en quien confiaba, ello puede ser algo tan traumático

que podría decidir en un nivel muy profundo no sentir las resistencias provocadas por ese acontecimiento.

Después de haber pasado por una experiencia emocional especialmente difícil con su yerno, una mujer experimentó una sensación de frigidez, con lo cual se impidió a sí misma sentir los mensajes de su cuerpo con respecto a cuestiones sexuales con su esposo. Ella cortó todos los aspectos del Chakra Naranja.

De esa forma, si una persona experimenta síntomas que revelan tensiones en su Chakra Naranja y en los aspectos de la consciencia que ese chakra representa, puede observar la relación que existe entre todos esos aspectos. Por ejemplo, podría analizar las semejanzas que existen en su relación con la comida, el sexo y sus emociones.

Tal vez descubra que esas relaciones se reflejan todas entre sí, o que una es acentuada, mientras que otra es disminuida. Por ejemplo, si la satisfacción sexual se reprime, puede ser que el apetito por los alimentos se incremente. Así, la persona elegirá una manera diferente de satisfacer los deseos del Chakra Naranja. Si se ingiere más comida de lo que el Chakra Naranja requiere, tal vez este chakra se desactive y el deseo sexual se vea afectado.

Aunque es evidente que este asunto ha llamado la atención, podemos apreciar que han sido varias las formas de tratarlo.

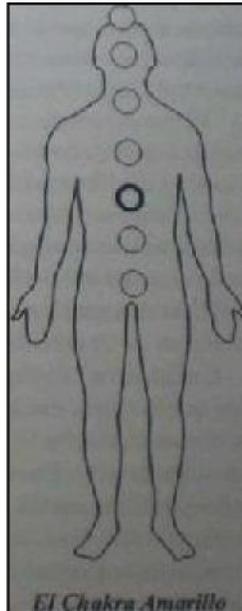
Observándonos a nosotros mismos de esta forma, podremos darnos cuenta de lo que necesitamos hacer para restablecer nuestro estado de equilibrio y totalidad. Las actividades excesivas o insuficientes se pueden equilibrar nuevamente. Podemos decidir hacer cualquier cosa que sea necesaria a fin de volver a nuestro estado natural de armonía.

Sabemos que todo se puede curar.

9

El Chakra Amarillo

CONOCIDO TAMBIÉN COMO: CHAKRA DEL PLEXO SOLAR,
CENTRO DE PODER, MANIPURA.



Ubicación: Plexo solar.

Partes del cuerpo: Entre las distintas partes del cuerpo asociadas con este chakra se encuentran el sistema muscular, la piel como sistema, el plexo solar, el intestino grueso, el estómago, el hígado y los demás órganos y glándulas situados en la región del plexo solar. En lo que respecta al sistema endocrino, el páncreas es la glándula que se asocia con este chakra.

Sentido: El sentido físico relacionado con este chakra es el sentido de la vista. Por lo tanto, los órganos de la vista, los ojos, se asocian igualmente con el Chakra Amarillo.

Consciencia: Los aspectos de la consciencia asociados con este chakra son, entre otros, las percepciones relacionadas con el poder, el control, la libertad, la facilidad con la que uno puede ser uno mismo-facilidad de ser—. La actividad mental se encuentra también asociada con este chakra.

Como el Chakra Amarillo está relacionado con el sentido de la vista, podemos decir que todas las personas con algún daño en la vista han experimentado alguna tensión en su consciencia, relacionada con los aspectos de ésta que tienen que ver con el Chakra Amarillo.

La naturaleza de la vista es un reflejo de nuestra forma de ser. Las personas cortas de vista ven con más facilidad lo que está cerca de ellos que lo que está lejos. Dirigen su atención hacia el interior o lejos del exterior. Responden a un mundo

amenazante emprendiendo la retirada hacia el interior y ven el mundo a través de un filtro perceptual de inseguridad y miedo. Existe una tensión no sólo en su Chakra Amarillo, sino también en su Chakra Rojo.

Las personas hipermétropes ven lo que está muy lejos mejor que lo que se encuentra cerca de ellos. Dirigen su atención expandiéndola y llevándola hacia el exterior, lejos de lo interno. Responden a un mundo amenazante apartándolo lejos de ellas; ven el mundo a través de un filtro perceptual de molestia o culpa. Hay tensión no sólo en su Chakra Amarillo, sino también su Chakra Azul.

La gente con astigmatismo tiene una visión distorsionada de lo que quiere o lo que siente, según sea el ojo voluntad o el ojo espíritu (el ojo emocional) el afectado. Han tomado la decisión de que lo que realmente quieren o en verdad sienten no es apropiado por alguna razón y por ello se deciden por lo que debería ser, creyendo más en esto que en lo que es verdad para ellos. Su visión les muestra que su punto de vista está distorsionado. En estos casos, además del Chakra Amarillo hay otros chakras afectados, según cuales sean las percepciones distorsionadas.

La incapacidad para ver, desde el punto de vista de que la propia persona la ha creado, podría considerarse como una falta de disposición para ver algo. Cualquier síntoma que afecte a la visión de una persona, en consecuencia, se puede considerar como el principio de una carencia de voluntad para ver alguna cosa o para mirar algún asunto de su vida interna, con el cual el individuo no se siente a gusto. Si la persona decidiera verlo y observara lo que siente con respecto a eso, tendría que resolverlo o al menos hacer algo al respecto.

El daltonismo pone de manifiesto la relación de la persona con varios chakras. Por ejemplo, la incapacidad para establecer la diferencia entre el rojo y el verde puede considerarse un reflejo de la incapacidad para ver la diferencia entre seguridad y amor, que son los aspectos del Chakra Rojo y el Chakra Verde respectivamente. Cuando ello se aclara, las percepciones de los colores se restauran también.

En lo que respecta al sistema endocrino, cuando el páncreas se ve afectado (como en el caso de la diabetes), el síntoma puede considerarse como una incapacidad para metabolizar el azúcar. Si vemos tal situación desde el punto de vista de que la misma persona la ha creado, podríamos afirmar que lo que intenta es mantenerse lejos de la dulzura. Cuando alguien se aproxima demasiado a otra persona haciéndolo con dulzura, ésta última siente amenazada su capacidad de ser ella misma, y entonces genera una emoción que tiene por objeto mantenerla distanciada con tal de sentir seguridad. Esta emoción es enfado; en consecuencia, la diabetes se considera asociada con un enfado reprimido; se presenta cuando una persona experimenta enfado por algo pero no siente la libertad de expresarlo. Como el páncreas está situado en el lado emocional o sentimental del Chakra Amarillo, podríamos considerarlo como una tensión o un conflicto entre sus emociones y la manifestación de las mismas; es una reacción

emocional. Si en cambio ese órgano se encontrara en el lado de la voluntad, podríamos considerarlo como un conflicto con su voluntad.

Se cree que la diabetes es una enfermedad hereditaria; sin embargo, también podemos elegir considerar que una enfermedad está asociada con una forma de ser en particular. Si en una familia un niño imita la forma de ser que predispuso a su padre o a su madre a contraer un síntoma en su persona, el niño creará en sí mismo el mismo síntoma. Cuando esa forma de ser se modifique, el síntoma desaparecerá.

Mientras que a la diabetes se la considera como la representación del rechazo a la dulzura, la hipoglucemia representa lo contrario. La persona precisa dulzura o expresiones de amor, a través de una supuesta debilidad y desamparo. Los síntomas que se presentan en otros órganos asociados con este chakra (hígado, vesícula biliar, bazo) también se encuentran relacionados con métodos inadecuados de hacer frente al enfado.

El elemento que está relacionado con el Chakra Amarillo es el fuego; la relación de éste con el sol podría compararse con la relación que una persona guarda con los aspectos de su consciencia que este chakra representa. A una persona sensible al sol, por tanto, podría atribuírsele tener una especial sensibilidad hacia el poder, el control o la libertad. Si se presenta un problema de tipo cutáneo que nos haga pensar que esa persona ha estado expuesta al sol durante mucho tiempo, podríamos interpretarlo como una excesiva energía o atención en la zona del chakra del plexo solar.

Podemos afirmar que, cuando la principal fuerza motiva— dora en la vida de una persona es la libertad o el poder, el Chakra Amarillo es su sede o su hogar durante esta etapa de su vida.

El Chakra Amarillo suele estar asociado también con el cuerpo mental y, en consecuencia, con la actividad mental. Cuando una persona tiene una excesiva actividad mental, es común que experimente tensión en su Chakra Amarillo.

La mente es una herramienta de la consciencia, pero es sólo una parte de ella. Tenemos, desde luego, otras partes: el alma y el espíritu, por ejemplo.

Cuando un niño viene al mundo, es un alma que se manifiesta a través de una consciencia individualizada, pero también posee una mente, asociada con el Chakra Amarillo, y la cual usa para aprender. Se le premia con amor por aprender cosas, como responder a ciertos sonidos (su nombre) y por comportarse de cierta forma. En breve comienza a identificarse a sí mismo en términos de lo que sabe, en lugar de por quién es, y desarrolla lo que llamamos personalidad, también en el nivel del Chakra Amarillo. En consecuencia, esa identificación con su mente es su personalidad. Este nivel de existencia lo ha definido nuestra sociedad occidental como norma social, es decir se trata de nuestra definición de lo «normal».

En ocasiones la personalidad está acorde con el espíritu y en ocasiones parece estar tirando en otra dirección, generando una tensión hasta que los dos quedan alineados. El ser interior, el espíritu, tal vez desee algo, mientras que la personalidad quizá presente algún

desacuerdo con ello por sus inhibiciones sociales. Algunas de estas inhibiciones pueden tener cierto valor porque sirven de protección a la sociedad, pero otras sólo sirven para provocar en el individuo un sentimiento de minusvalía y una incapacidad de vivir de forma auténtica. De esa manera, las tensiones generadas pueden a la larga crear síntomas de enfermedad, los cuales no desaparecerán hasta que el individuo vuelva a ser quien realmente es y continúe viviendo de ese modo, optando por eliminar las ideas autolimitadoras. Igualmente, esa persona habrá de convivir con sectores de la sociedad que valoren aquellas formas de ser que lo hacen sentirse feliz y que representan algo natural para ella.

Por lo que respecta al sentido de identificación con la actividad mental, mucha gente en nuestra sociedad occidental no se siente cómoda con la idea de permitirle un momento de descanso a su mente, si bien a algunas les agradaría experimentar la paz interior. Su mente ha dejado de ser sólo una herramienta y se ha convertido en su dueña.

Restaurar el dominio de la mente es decidir conscientemente qué pensamientos aceptamos y cuáles rechazamos, eligiendo nosotros las percepciones en lugar de depender de sus efectos y siendo capaces de permitir a la mente que descanse en la inactividad hasta que se la requiera para algún proceso analítico. De esa forma aumentará la capacidad para ver y presentar los hechos tal y como son, el lugar de hacerlo a través de un filtro de percepciones personales de lo que uno considera como verdadero. De igual manera, habrá más paz y silencio en la consciencia del individuo, lo cual permitirá que se incremente su capacidad para comunicarse en otros niveles de consciencia, en vez de rechazar los impulsos intuitivos con ideas y razones, para no seguirlos.

Cuando la personalidad tira en una dirección diferente a la del espíritu, a menudo se le conoce como ego. Aunque muchas disciplinas espirituales se orientan hacia la destrucción o el sometimiento del ego, nosotros creemos que esto equivaldría a sostener una lucha contra nosotros mismos, creando con ello tensiones adicionales, pues estaríamos discriminando una parte nuestra. Esto dificultaría, por lo tanto, nuestra liberación del proceso.

Tendría más sentido aceptar cada parte nuestra y combinar esto con una elección consciente a fin de alinearnos a nosotros mismos con aquello que consideramos como verdadero. Así alinearemos nuestra personalidad y nuestro espíritu y en consecuencia eliminaremos la tensión sin tener que reducir o destruir ninguna parte de nuestro ser.

Un método para lograr lo anterior es decidir (y por lo tanto saber) que lo que ha sucedido en nuestras vidas ha sido lo que en verdad hemos deseado que sucediera, reflejando así decisiones profundas que habíamos tomado. Cuando reconocemos esto, aceptamos que ha sido el Espíritu quien nos ha estado guiando, y por consiguiente, somos capaces de liberar las tensiones del pasado, de ubicarnos en el

presente y de reorientarnos hacia el futuro de una manera más positiva.

De igual forma, podemos decidir que en cierto modo hemos estado haciendo lo correcto. Si bien es posible que no hayamos sido conscientes de la razón que nos llevó a cometer esas acciones, éstas fueron acordes con nuestros valores y nuestras sensibilidades, que son la base de nuestras prioridades y decisiones.

Esto coincide con la filosofía tibetana que afirma que, debido a quien eres, siempre has sido y siempre serás, no existe necesidad alguna de disculparte por tus acciones. Desde tal punto de vista, siempre has estado guiado por el espíritu y siempre has hecho lo correcto de acuerdo con tus valores.

Desde luego, también es posible reconocer ciertas actitudes pasadas que no te han sido muy útiles, a pesar de las justificaciones que tengas para ellas; de esa forma, ya no habrá razón para que sigas actuando del mismo modo. Te será posible reconocer distintas prioridades, establecer valores diferentes basados en esas prioridades y, en consecuencia, tener otro concepto de ti mismo. En ese momento podrás permitir que surja en tu consciencia otra forma de ser y experimentarás más paz interior.

No tendrás por qué continuar identificándote ni justificando acciones del Ser que ya no existen, podrás ver a ese Ser de una manera más compasiva y podrás seguir adelante con tu vida. Tú mismo te liberarás del sufrimiento que te autoimpusiste y «renacerás» en ese momento a otra experiencia de ser, que sentirás mucho mejor y con la que experimentarás más felicidad. Entonces, podrás experimentar la libertad de consciencia para explorar niveles de existencia más profundos, considerados más evolucionados.

En algunas curaciones, si el sujeto siente náuseas, ello quiere decir que, aunque una parte de la persona requirió y recibió alivio, existen todavía resistencias en la personalidad y tensiones a nivel del plexo solar. La decisión de aceptar la curación deberá afirmarse a niveles profundos, aunque los cambios de consciencia que necesariamente acompañan a la curación facilitarán mucho el proceso.

Esto ilustra el proceso de alineación de la personalidad y el ego a través de una toma de decisiones a niveles de consciencia muy profundos, es decir, espirituales, de modo que todo el ser quede alineado hacia un objetivo común. De esta manera, la personalidad tendrá la oportunidad de ponerse de acuerdo con la decisión que, ella en el fondo lo sabe, es un reflejo verdadero de lo que todo el ser desea profundamente y de lo que ella sabe que es bueno para ese ser. Así, la personalidad tendrá alineado su objetivo con el espíritu y el alma, con lo cual descubrirá un nuevo sentido de cooperación.

En resumen, haz siempre lo que en verdad y profundamente deseas hacer. No hagas lo que no deseas hacer. Sé siempre, y para todo, quien realmente eres y confía en tu camino. Si ya has olvidado esta regla básica de la vida, y te has desequilibrado, puedes tranquilizarte recordándote a ti mismo tu verdad interior: que estás aquí para ser feliz y que todo se puede curar.

10 El Chakra Verde

CONOCIDO TAMBIÉN COMO CHAKRA CARDIACO,
CENTRO DEL AMOR VIVO, ANAHATA



Ubicación: En el centro del pecho

Partes del cuerpo: Este chakra se encuentra asociado con el corazón y el sistema circulatorio, así como con el plexo cardiaco, los pulmones y toda el área pectoral. La glándula endocrina que está relacionada con este chakra es el timo, que controla el sistema inmunológico.

Sentido: El sentido físico asociado con este chakra es el sentido del tacto. Este sentido (el tacto) puede estar relacionado con el Chakra Naranja en cuanto a su aspecto de sensación, pero en este caso su relación se refiere a la manera en cómo una persona siente cuando se la toca y a su relación con el individuo que habita el cuerpo.

Nota: Cuando alguien es demasiado sensible al hecho de ser tocado, consideramos que ello tiene que ver con algo que está ocurriendo en su Chakra Verde. De manera semejante, las personas a quienes les gusta tocar a los demás cuando les están hablando, implican su Chakra Verde al comunicarse. Quienes experimentan insensibilidad en una parte de su cuerpo en particular, o cierto adormecimiento, son personas que quieren evitar sentir; esto está más relacionado con el Chakra Naranja en cuanto a su función de disposición para sentir, al igual que con las emociones.

Cuando una persona recibe un masaje, éste puede constituir solamente una experiencia física, o bien puede ser que el masajista transmita cierta sensibilidad al individuo que se encuentra en el interior del cuerpo, sintiendo él a su vez lo que la

persona a quien está dando el masaje experimenta. De ese modo, el masajista podrá modificar sus técnicas basándose en la relación que se establece con el ser que hay dentro de ese cuerpo. Cuando se da tal relación, éste es el sentido del tacto que se asocia con el Chakra Cardíaco.

Consciencia: Todos los chakras que hemos visto participan de alguna forma en las experiencias del individuo respecto a él mismo; sin embargo, a partir del Chakra Verde veremos cómo esas experiencias se relacionan con su entorno. La palabra clave es «relación»

El Chakra Verde se asocia con la relación, con el área de relaciones en la vida de una persona y con sus percepciones del amor. Puede ser una relación de compañeros o un vínculo con alguna persona afectivamente cercana, como los padres, hijos o hermanos. Cuando esa relación tiene que ver con el amor, puede percibirse como un proceso de dar o recibir amor. O bien puede ser experimentada como el hecho de encontrarse en un espacio compartido en el que el amor se vive y fluye, donde hay un sentido de «inclusión», no necesariamente como sólo dar y recibir.

Elemento: El elemento que se asocia con este chakra es el aire. Podemos afirmar que la relación de una persona con el aire reflejará sus relaciones con el amor. En las personas que tienen algún problema con el aire, es decir, con la respiración, como puede ser asma o enfisema, su «incapacidad» para inspirar o espirar refleja sus decisiones relacionadas con aceptar o rechazar el amor.

Como la glándula timo, que controla el sistema inmunológico, está relacionada con este chakra, quienes padecen alguna afección en dicho sistema (SIDA o VIH positivo) tienen conductas que afectan a su percepción del amor. Su estilo de vida los separa de la gente a la que aman.

Es posible que los detalles en los estilos de vida de esas personas sean diferentes: desde tener preferencias sexuales distintas hasta utilizar drogas no aceptadas por la sociedad.

Obviamente, los problemas cardíacos, circulatorios o de cualquier tipo que afecten a todo el sistema circulatorio tienen su origen en el Chakra Verde y en las percepciones de la persona sobre el amor y sobre cómo éste fluye.

Otros síntomas que reflejan tensiones en el Chakra Verde son los que aparecen en el pecho o la espalda, a la altura de este chakra. Algunos ejemplos de ello son: el cáncer de mama u otros tumores y también los problemas de piel que se presentan en el área del Chakra Verde.

El cáncer es una metáfora de lo que se reprime y no se expresa; la zona afectada muestra aquello que se reprimió y nunca se exteriorizó. Cuando se afectan los senos de una mujer, se podría afirmar que ello representa algo relacionado con sus sentimientos respecto a ser mujer y a ser madre. Si seguimos la posible conclusión lógica de la enfermedad, nos encontraremos con la posibilidad de que el seno tenga que extirparse.

Describiendo el problema desde el punto de vista de que la misma mujer lo creó, podríamos decir que ella ha estado mutilando su feminidad y manifestando más características masculinas de las que tendría en su estado de equilibrio natural. La razón de su endurecimiento es muy clara. Necesita sacar algo de su pecho, algún resentimiento que ha sido contenido en el área del Chakra Verde, el área asociada con las relaciones; se siente mal por algo sucedido en el pasado y decide que ya no quiere vivir en esa situación.

Si el síntoma se encuentra en el lado emocional o sentimental del Chakra Verde, es posible afirmar que existe un conflicto que involucra emociones dentro de una relación; y si está en el lado de la voluntad, entonces se tratará de un conflicto que atañe a la voluntad o a lo que la persona desea. Igualmente sería posible considerar dicho síntoma desde el punto de vista de los lados masculino y femenino del cuerpo y preguntamos si podría tener sentido considerarlo como un conflicto con un hombre o una mujer.

Los mismos síntomas pueden afectar a un hombre, aunque es menos común. Cuando así sucede, el significado es el mismo con respecto al equilibrio del individuo entre esas características que definimos como masculinas o femeninas.

Cuando el Chakra Verde necesita abrirse más, puede tratarse simplemente de un problema de evolución, en el cual el individuo debe tomar la decisión de experimentar más amor del que las definiciones de amor tradicionalmente aceptadas han permitido, o bien tal vez deba decidir cambiar la sede de su consciencia hacia el Chakra Verde.

También podría tratarse de una obligación impuesta por la necesidad de curarse a sí mismo de algún síntoma que está relacionado claramente con las percepciones del amor o con la falta de éste, sobre todo si se permitió interferir a los resentimientos, juicios y expectativas en la percepción del amor. Cualquiera que sea la razón que podamos tener para cerrarle la puerta al amor o para no sentirlo, no es razón suficiente.

En lo que respecta a la relación que el Chakra Verde guarda con el sistema inmunológico, debemos reconocer la importancia que tiene el amor en nuestras vidas. Es necesario para nuestra supervivencia; sin él la persona preferiría no vivir.

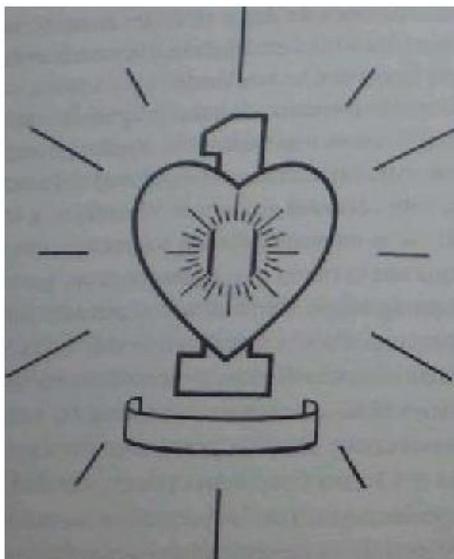
Cuando el Chakra Cardíaco, es decir, el Chakra Verde, se ha cerrado, podemos utilizar la Aceptación como llave o como punto de referencia para abrir el proceso. La palabra puede tener diversos significados dependiendo cómo se vea a través del filtro personal de percepciones, o sea, de la burbuja de cada individuo. Por consiguiente, puede estar relacionada con las percepciones individuales que deberán cambiar para que la persona experimente más amor.

La curación comienza con la aceptación emocional de que hay algo que debe ser curado. En caso contrario, habrá tanta negación que la resistencia al problema captará la atención y la energía que deben ser dirigidas hacia la curación.

La aceptación de que algo necesita curarse permite que se dé el acto de

amor hacia uno mismo de desear que la curación ocurra.

La aceptación permite admitir el estado de consciencia en el cual el síntoma se libera. También es posible emplearla como recordatorio de que el amor que rodea a la persona debe ser aceptado por ella, para que su poder curativo surta efecto.



Símbolo de la Aceptación

La apertura del Chakra Verde puede ser un proceso de autoaceptación, en el que los juicios sobre sí mismo son remplazados por amor propio. Más que buscar razones para creer que debes cambiar tu forma natural de ser y aquello que es verdad para ti, la idea es que te des cuenta de lo importante que es tu individualidad y tu unicidad. De ese modo podrás admitir tu forma de ser que para ti es natural, sin tener que emitir juicios sobre ella; y así, verás cómo los demás terminarán apreciándola.

Puedes optar también por pasar más tiempo con quienes te aprecian y te aman. Junto a esta aceptación vendrá otra aceptación de la individualidad de los demás y una sensación de aprecio. Puesto que a los demás se les aceptará por ellos mismos y sus actitudes no serán objeto de juicio, la apreciación de ese ser podrá crecer en tu interior y al hacerlo te sentirás mucho mejor.

Cuando no existen expectativas, no se habrá de esperar que los demás cambien algún aspecto de su forma de ser que para ellos es natural; se les podrá ver como lo que son en el momento de la experiencia. Eliminar los juicios y expectativas de tus percepciones dejará gratas emociones en tu corazón, y eso es lo que se llama aceptación, y también se conoce como amor.

Cuando las percepciones se te presentan al nivel del Chakra Verde, parece que el mundo entero funciona a partir de ese punto; como si las acciones de todas las personas tuvieran al amor como fuerza motivadora, como si todo el mundo se sintiera motivado por el amor y en ocasiones reaccionara a una percepción

inexistente, pues las diferentes personas aprendieron formas distintas de expresar el amor que sienten.

Una persona puede expresar su amor diciendo a otros lo que tienen que hacer; cuando ello se haya realizado, la persona que recibió el consejo entenderá que se trató de una expresión de amor. Sin embargo, es obvio que esto puede entenderse de otra forma, ya que dicha persona que recibió la sugerencia podría sentir que si alguien realmente la ama no trataría de controlar su vida, sino más bien reconocerá su capacidad para tomar decisiones y desarrollarse por sí misma.

Pongamos un ejemplo. Los padres suelen expresar su amor actuando como padres, pero los hijos se convierten en adultos y es posible que ya no quieran que se les trate como los padres tratan a los hijos. Si los hijos (ya mayores) rechazan la expresión de amor de sus padres, éstos lo intentarán de nuevo y quizá tengan la impresión de que sus hijos ya no los aman. El hijo dice: «Si mis padres en verdad me amaran, no me dirían lo que tengo que hacer. Me dicen lo que debo hacer porque no me aceptan como soy». El padre, a su vez, dice: «Mis hijos no me escuchan; va no me quieren».

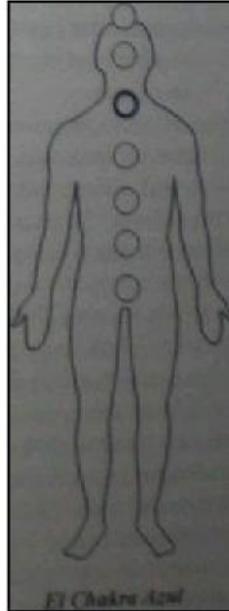
Es importante mirar más allá de la expresión del amor y sentir lo que hay detrás de ella, a fin de que su percepción permanezca. Por ejemplo, el adulto (en otro tiempo niño) puede decirles a sus padres: «Gracias por querer ayudarme, pero quiero hacerlo por mi mismo; se que me amáis y que lo que deseáis es que yo sea feliz. Hacerlo a mi manera me hará feliz. Gracias por vuestro cariño. Yo también os quiero».

Con la certeza de que hay amor, las tensiones que acompañan a las percepciones erróneas acerca de su ausencia se liberan. Sin estas tensiones y sin los síntomas que las habían acompañado, la persona será capaz de percibir nuevamente el mundo que la rodea de la manera que mejor le funcione y que le permita curarse.

El amor cura.
Todo se puede curar.

El Chakra Azul

CONOCIDO TAMBIÉN COMO: CHAKRA DE LA GARGANTA,
CENTRO DE LA ABUNDANCIA, VISUDDHA.



Ubicación: Base de la garganta

Partes del cuerpo: En lo que respecta al nivel físico, controla la garganta y el cuello, así como los brazos y las manos; está asociado con el plexo cervical o braquial. La glándula endocrina relacionada con este chakra es la braquial. La glándula endocrina relacionada con este chakra es la tiroides. Sentido: El sentido físico que se asocia con este chakra es el sentido del oído y, por lo tanto, también sus órganos, es decir, los oídos.

Consciencia: El Chakra Azul está relacionado con los aspectos de expresión y recepción, así como con las creencias que tienen que ver con la manifestación de los objetivos personales. Se encuentra asociado también con el proceso que se da al escuchar la intuición y con el estado de consciencia que uno experimenta al fluir junto con ese proceso. Algunos lo llaman Abundancia; otros lo conocen como Gracia. Éste es también el primer nivel de consciencia desde el cual uno experimenta de forma directa una sensación de interacción con lo que algunos llaman Inteligencia Superior, así como con el «espacio» que nos rodea, tu «espacio».

Elemento: El elemento asociado con este chakra es el conocido como éter, que se define como el elemento más sutil y que corresponde, en cuanto al nivel físico, al espacio profundo. Se trata de un vacío, pero que todavía se considera como parte del universo físico.

Desde el punto de vista del proceso de expresión que asociamos con el Chakra Azul, éste puede representar los procesos de comunicación y discusión. También representa la expresión de una persona en cuanto a lo que considera como verdadero, o bien, de lo que se encuentra en su interior. En este sentido, también está relacionado con las diversas formas de expresión, como la danza, la música, la pintura o cualquier otro proceso a través del cual uno deja salir lo que tiene dentro, cuando lo que se hizo fue hecho sólo por realizarlo, a fin de expresar algo.

El Chakra Azul, en lo referente a su aspecto de recepción, controla los brazos y las manos, que representan, respectivamente, alcanzar algo y poseerlo. Si alguien te lastima un brazo, por ejemplo, por lo cual no eres capaz de alcanzar algo, vista la acción desde el punto de vista de que la misma persona creó el problema, podríamos afirmar que esa persona se está obstruyendo la posibilidad de alcanzar algo. Ello quiere decir que dicha persona está buscando razones para no poder lograr sus objetivos; significa asimismo que ha estado buscando razones para no creer que pueda lograrlo.

Si el que se ve afectado es el brazo de la voluntad, ello querrá decir que la persona ha estado entorpeciendo a sí misma el ir en busca de lo que desea; si el padecimiento se encuentra en el brazo emocional o sentimental, significará que ha estado haciendo todo lo posible para obstruir su camino hacia la felicidad. Nuestro desarrollo llega a su óptimo rendimiento cuando lo que deseamos es también aquello que nos hace felices.

Si el padecimiento se encuentra en la garganta, del lado de la voluntad, significará que la persona ha experimentado algún tipo de resistencia para expresar sus sentimientos. En este sentido, el hecho de expresar lo que quieres o el hecho de expresar tus sentimientos con objeto de alcanzar lo que te hace feliz refleja los pasajes bíblicos que dicen: «Busca y encontrarás» y «Llama a la puerta y se te abrirá» o «Pide y recibirás».

Los estados de la consciencia a nivel del Chakra Azul están asociados con la abundancia, que naturalmente está relacionada con el punto hasta el cual una persona se permite recibir. El Chakra Azul, como ya hemos mencionado, está relacionado con escuchar a nuestra intuición, la cual nos guía con éxito a la culminación de nuestros objetivos. Nuestra intuición nos dice que podemos confiar en ella, siempre. Proviene de lo más profundo de nuestro ser, de ese lugar en el que todo se conoce, de la Consciencia Universal; se adapta a nosotros a través de la consciencia individualizada o del Espíritu. Respeta nuestros objetivos y nuestra sensibilidad, de modo que podamos permitirnos a nosotros mismos ser guiados hacia lo que deseamos, lejos de esas situaciones que nos afectan o a las cuales oponemos resistencia.

Cuando escuchamos a nuestra intuición fluimos sin esfuerzo, nos movemos junto con aquello que tiene que suceder y aceptamos, sin resistirnos, lo que tiene que ocurrir. Continuamos siendo nosotros mismos e igualmente reconocemos lo que es verdadero para nosotros en todo momento. Desde luego, si nuestra intuición nos está guiando en el

momento presente, lo que ella nos diga se relacionará solamente con lo que ocurre en este instante, y con las decisiones que debemos tomar en el momento presente.

Cuando fluimos de esa manera, las cosas suceden de tal forma que crean en nosotros la sensación de que la vida nos da todo lo que necesitamos sin el menor esfuerzo de nuestra parte. Pensamos en ello y sucede. Es un estado de fluidez, un estado de consciencia en el cual las cosas se manifiestan.

Se trata de un espacio mágico, considerado por algunos como un estado místico de consciencia en el cual se interactúa con otro nivel de consciencia que algunas personas identifican con Dios. Otros lo llaman consciencia, Espíritu Santo, el Universo, la Supraconsciencia o la Inteligencia Superior. No es el nombre lo importante, sino el sentido de interacción con otro nivel del Ser.

Algunos describen dicho estado de consciencia como Gracia, un estado en el que parece que todo aquello que el individuo desea para él mismo, Dios se lo quisiera otorgar.

Desde tal estado de consciencia, parece como si el universo fuera una benévola entidad en la que sucesos que en apariencia no guardan ninguna relación siguen un patrón y un orden, y coexisten como en una conspiración que tiene como objetivo hacer feliz al individuo. Algunas personas lo describen como una paranoia positiva.

Es posible que otros le den a esa entidad benévola características humanas, como Jesús con Su Padre. Así, Él pudo decir: «No soy yo quien hace estas cosas sino mi Padre». Para Jesús resultaba evidente que lo que sucedía estaba más allá de lo que Él estaba realizando personalmente y que otro nivel de inteligencia estaba colaborando con Él. Ésta es la visión desde el Chakra Azul.

El Chakra Azul puede funcionar en ese estado de Gracia o abundancia, ya sea de manera individual o en combinación con el Chakra Verde.

Cuando el Chakra Azul funciona en combinación con el Chakra Verde, lo que el Universo proporciona se convierte en una expresión de amor. El individuo sigue su flujo, lleno de amor, y en su transitar abastece las necesidades de los demás, sin que ellos realicen el menor esfuerzo; así, esas necesidades quedan satisfechas por una expresión de amor. Hacer actos buenos por los demás, porque realmente quieres hacerlo, alienta a los otros a que también hagan lo propio contigo. Haz a los demás lo que quisieras que ellos te hicieran a ti.

La clave para permanecer en este espacio es seguir fluyendo en una expresión de amor, reconocer y apreciar que lo que recibes es lo que has pedido desde tu consciencia. Fue un regalo del Espíritu, enviado a través de quien actuó motivado por la expresión de su amor.

En cuanto a la asociación del elemento conocido como éter con el Chakra Azul, dentro de nuestro modelo de universo físico definido por los chakras, vemos que hemos llegado al elemento físico más sutil; sin embargo, quedan dos chakras que aún no hemos comentado. Los elementos asociados con los siguientes dos chakras, en consecuencia, deberán ser

elementos no físicos, o bien elementos espirituales que no existen en el universo físico.

Según este modelo, podemos afirmar que el universo físico se proyecta sobre otra dimensión que recibe el nombre de dimensión espiritual. Desde el punto de vista espiritual, el éter se define como la matriz sobre la cual se proyecta el universo físico. Es el lugar en el que las formas de pensamiento existen como imágenes holográficas y es sobre estas formas de pensamiento tridimensionales donde los elementos físicos se proyectan para llevar a cabo la manifestación en el universo físico.

Por consiguiente, el éter, puede considerarse como un elemento partícipe del universo físico y del espiritual. Cuando la consciencia del individuo se encuentra en este punto, experimenta el estado de Gracia previamente descrito.

Existe una relación entre el Chakra Rojo y el Chakra Azul. Mientras que el Chakra Rojo puede representar las creencias de las personas sobre la satisfacción de sus necesidades, el Chakra Azul está relacionado con tener satisfechos los «deseos». Si alguien no cree suficientemente en la satisfacción de sus necesidades básicas, tal vez le resulte difícil creer en el sentido de la abundancia que el Chakra Azul representa. Esto puede reflejarse en la relación de esa persona con el dinero.

En relación con el Chakra Rojo, el dinero representa seguridad. En cuanto al Chakra Azul, el dinero representa un premio por el trabajo bien hecho. Uno realiza una actividad por el placer de hacerla, disfrutando con lo que hace y el Universo lo apoya. La persona acepta este apoyo permitiéndose a sí misma que se le pague por lo que hace, aunque ésa no haya sido la razón fundamental por la que realizó el trabajo. O bien, puede permitirse recibir algo a cambio de lo que hizo sintiéndose satisfecha con ello.

A nivel del Chakra Azul, por lo tanto, la persona decide el estilo de vida que ha elegido llevar y se percata de que el universo la apoya en ese estilo de vida. Continúa desempeñando lo que en verdad le gusta hacer y no lo que no quiere hacer, y entonces se da cuenta de que sus necesidades siempre están satisfechas en el momento, sin el menor esfuerzo de su parte. Cuando piense en algo, ello ocurrirá.

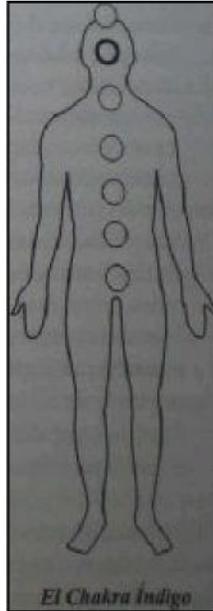
Entonces, la persona experimenta la abundancia y la vida en su Chakra Azul.

En este punto suceden curaciones extraordinarias.

Todo se puede curar.

El Chakra índigo

CONOCIDO TAMBIÉN COMO: CHAKRA FRONTAL,
CENTRO DE CONSCIENCIA, TERCER OJO, AJNA.



Ubicación: En el centro de la frente.

Partes del cuerpo: Este chakra se asocia con la frente y las sienes, el plexo carótido y la glándula pituitaria, controladora del sistema endocrino. Las disfunciones de este chakra se asocian con problemas de crecimiento, originando gigantismo o enanismo.

Sentido: El sentido asociado con el Chakra índigo es el conjunto de todos los sentidos internos, que corresponden a cada uno de los sentidos físicos externos. Por ejemplo, el sentido externo de la vista está asociado con la clarividencia; el sentido externo del oído está relacionado con el sentido de clariaudiencia, y así sucesivamente. La combinación de todos estos sentidos internos se conoce como Percepción Extrasensorial o PES, y es el grupo de sentidos que van más allá de lo físico; es una comunicación espíritu-espíritu. Las capacidades naturales para comunicarnos con el Espíritu o con los espíritus, para sentir las energías sutiles y trabajar con ellas se encuentran asociadas con este chakra.

Consciencia: Este chakra está relacionado con el profundo nivel de existencia que llamamos Espíritu, el lugar en donde están nuestras verdaderas motivaciones, que en nuestra sociedad occidental se conoce como subconsciente o inconsciente; está relacionado asimismo con lo que consideramos espiritualidad y perspectiva espiritual.

Elemento: El elemento que está asociado con este chakra es una vibración, un elemento

no físico conocido como Sonido Interno. Se trata del sonido que uno oye en sus oídos, pero que no procede de una fuente física. Mientras nuestra sociedad occidental lo considera una situación patológica cuya causa se desconoce, en algunas tradiciones orientales (por ejemplo, en el Kriya Yoga) la capacidad para escucharlo se considera como requisito para un crecimiento espiritual más profundo.

En algunas de estas tradiciones, existe de hecho una serie de sonidos internos, cada uno de los cuales posee un significado particular, que le comunica al individuo algo acerca de lo que en ese momento está sucediendo en su vivir. Tal vez se trate de una experiencia trascendente acompañada de música cósmica que algunos consideran como ángeles que cantan, o quizá sea lo que inspiró a músicos como Mozart.

También es posible que sea un sonido de energía intensa, que se presente durante un proceso de transformación, de movimiento entre dos paradigmas. Quizá se trate de un silbido, de un sonido fugaz o de un campaneó. Cuando ese sonido le avisa a la persona acerca de un problema, que es lo más común, su nivel más profundo, su espíritu, está llamando su atención como lo haría un reloj despertador, pidiéndole que analice lo que para ella es verdadero a niveles más profundos.

Una mujer norteamericana se encontraba de visita en Europa con su hija. Cuando llegó la hora de volver a casa, pues pensó que ya «debería» hacerlo, comenzó a oír un timbre en sus oídos. Su ser interno, al cual no había estado escuchando hasta entonces, quiso atraer su atención y preguntarle lo que ella en verdad deseaba hacer. Efectivamente, la mujer lo que realmente quería era quedarse en Europa. En cuanto tomó esa decisión, el sonido cesó.

De esta forma podemos ver la relación de este chakra con los aspectos más profundos de la consciencia: ese nivel al que llamamos Espíritu o espiritual, desde donde podemos saber lo que es verdadero para nosotros, pues eso es lo que realmente dirige nuestras vidas.

Desde este nivel de percepción es posible observar tus acciones, tu teatro externo. Puedes ver si tus acciones son las diseñadas para conseguir un efecto particular o para obtener una respuesta específica.

El Chakra índigo puede representar también tu relación con tu punto de vista religioso, espiritual o filosófico, pues a través de él puedes comprender este nivel de tu existencia. Los detalles de tu perspectiva espiritual no son importantes ahora, pero sí vamos a considerar si estás o no en armonía con ellos.

Puesto que la perspectiva espiritual se encuentra asociada con el Chakra Índigo, atraerás hacia ti los acontecimientos que reflejen tus deseos, tus miedos y tus creencias, es decir, las imágenes que has puesto en tu consciencia, y verás que lo mismo hacen los demás. Todos los sucesos de tu vida son un reflejo de decisiones que has tomado, tanto si las recuerdas como si no en el momento en que tales sucesos ocurren. Tus decisiones crean los hechos del mundo externo, el cual se transforma a fin de permitir que esas decisiones tuyas se vuelvan realidad.

Dado que cada uno de nosotros crea su propia realidad, son sorprendentes las interacciones que podemos lograr con otros creadores. Es como si tú fueras el personaje principal en tu propia película, junto con todos tus amigos que interpretan los papeles secundarios, y al mismo tiempo, te encontraras interpretando papeles secundarios en las películas de cada uno de tus amigos, en las que cada uno de ellos son los personajes principales.

Esta compleja interacción funciona perfectamente, según lo que cada uno crea y esté de acuerdo en actuar. Si consideramos la curación como un proceso de co-creación, y la apreciamos desde el punto de vista de este chakra, nos es posible ver que lo que sucede durante la curación es consecuencia de lo que cada uno de los participantes aporta.

Es como si cada uno de nosotros tuviera un sueño y éste se proyectara alrededor de nosotros como una burbuja. Si nos vemos a nosotros mismos como creadores, nos daremos cuenta de que todos y cada uno de nosotros proyectamos nuestras respectivas burbujas. En el punto en que las burbujas se interpenetran entre sí, co-creamos un holograma tridimensional que todos acordamos en llamar realidad física externa. Los acontecimientos físicos externos, por consiguiente, reflejan lo que ha sucedido en la consciencia de los individuos que participan en tales acontecimientos.

Dado que es ahí donde se originan los sucesos del mundo físico, podemos actuar de tal forma que incluso podría parecer que estamos transgrediendo las leyes físicas, o bien podemos crear secuencias de hechos físicos sorprendentes relacionados con la curación, que las decisiones que tomamos llevan a la realidad. La estructura biológica cambia de acuerdo con nuestras percepciones y a consecuencia de ellas.

Cuando vemos la co-creación del proceso curativo desde este punto de vista, somos capaces de apreciar de la misma forma otros acontecimientos de nuestra vida, lo cual nos da diferentes niveles de comprensión y al mismo tiempo los medios para trascender otros límites autoimpuestos, permitiéndonos vernos a nosotros mismos como creadores.

Durante la curación, el trabajo que se realiza con el sujeto (el ser que habrá de ser curado) en este chakra, muestra cómo se siente la persona con respecto a su vehículo físico (su cuerpo) y lo que está sucediendo en su ámbito espiritual. Durante una curación, una mujer recordó la experiencia de su nacimiento, el cual se llevó a cabo a través de una operación cesárea. Al realizar el médico la incisión, hizo un corte sobre el bebé, de modo que su primera experiencia, incluso antes de venir a este mundo, fue un suceso doloroso. Cuando regresó al nivel de consciencia en el que se encontraba justo antes del nacimiento, la paciente se sintió mucho mejor con respecto a lo que tenía que hacer en este mundo. Además, pocos días después creció siete centímetros y medio y el color de sus ojos cambió.

Cuando ocurren resultados tan notables como éste, podemos ver que no estamos limitados por las llamadas leyes de la genética, de la física, de la química o de la biología y que la fuerza más poderosa del Universo es la consciencia, que está en

cada uno de nosotros.

Esta consciencia que está en nosotros, es lo que realmente somos y no el vehículo, es decir, el cuerpo con el que nos hemos identificado. Somos el espíritu que se introdujo en el cuerpo al nacer y al cual dejaremos después del proceso al que llamamos muerte. Ese ser que cada uno de nosotros es, es un ser inmortal que continuará experimentando otras dimensiones después de haber completado el curso de la vida, y este proceso es eterno.

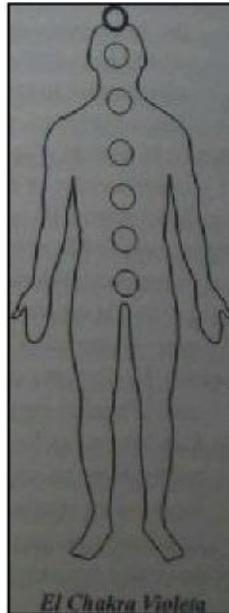
Las percepciones que tenemos después de abandonar el cuerpo son las de la visión espiritual, mucho más satisfactorias que los insignificantes valores humanos a los cuales nos hemos acostumbrado. El lugar desde donde experimentamos esas percepciones es lo que algunos llaman «cielo».

No es necesario abandonar nuestro cuerpo para gozar de una perspectiva tan evolucionada, ni tampoco debemos buscar fuera de nosotros el Reino de los Cielos. Como ya dijimos, ese nivel de percepción está en nuestro interior, y forma parte de nuestro sistema de energía.

Es posible vivirlo, si así lo decidimos. Por ejemplo, ahora mismo. Podemos vivir en el cielo estando en la tierra, como creadores que aprenden a reconocerse y a relacionarse con otros co-creadores. Podemos colaborar recordándonos mutuamente (y a nosotros mismos) quiénes somos realmente y curando a quienes nos rodean si así lo necesitan y lo desean, sabiendo que todo se puede curar.

El Chakra Violeta

CONOCIDO TAMBIÉN COMO SAHASRARA.



Ubicación: Cúspide de la cabeza

Partes del cuerpo: A diferencia de los demás chakras, que se asocian con un plexo en particular, este chakra está relacionado con el cerebro y con el sistema nervioso. Cualquier síntoma que afecte al sistema nervioso como un todo, por ejemplo, la esclerosis múltiple o la enfermedad de Parkinson, reflejará una tensión existente en el Chakra Violeta y en aquellos aspectos de la consciencia asociados con este chakra. El cabello y las uñas, compuestos fundamentalmente de tejido nervioso, están relacionados con este chakra, al igual que la parte superior de la cabeza.

El Chakra Violeta está relacionado con la glándula pineal, cuyas funciones, en su mayor parte, continúan siendo un misterio para la ciencia, aunque algunas de las que se conocen están relacionadas con la producción de melanina, una sustancia que responde a la luz y que se encarga de generar el pigmento en nuestra piel.

Algunos creen que al ingerir ciertas sustancias psicoactivas, éstas no permanecen en el cuerpo como tales, sino que son convertidas en otras sustancias que se asemejan a las secreciones de la glándula pineal; por esto tienen un efecto psicoactivo. Naturalmente, no es nuestra intención alentar su utilización, sino únicamente explicar su funcionamiento.

Sentido: El sentido asociado con este chakra es la empatía, el experimentar la experiencia de otra persona como si fuera propia. Es un aspecto de la unión con esa persona.

Consciencia: El Chakra Violeta representa la parte de nuestra consciencia

relacionada con las percepciones sobre la unión y la separación. Asimismo, representa la relación con nuestro padre y con la autoridad en general.

Elemento: El elemento asociado con el Chakra Violeta es una sutil vibración espiritual conocida como Luz Interna. La Luz Interna es lo que uno vive al llegar al nivel más profundo de su ser, experimentándose a sí mismo como un punto en el que inteligencia y consciencia se funden. Esta fusión, aunque realmente no es blanca ni tampoco es en verdad luz alguna, se conoce como Luz Blanca, pues es la forma más aproximada que tenemos para describirla desde el punto de vista de nuestros sentidos físicos.

La Luz Interna, en un sentido esotérico, se considera el elemento más sutil con el cual el universo se creó, volviéndose luego más denso a través de otros elementos como el Sonido Interno, el éter, el aire, el fuego, el agua y la tierra.

En el proceso de curación, cuando un sanador entra en la consciencia de la persona que está curando, en ocasiones siente lo que la otra persona está sintiendo, como si la curación se estuviera desarrollando dentro de los dos. Resulta sencillo por consiguiente, entender por qué algunas personas absorben los síntomas de aquellos a quienes están curando. Los sanadores pueden experimentar lo que las otras personas sienten a través de lo que llamamos empatía; sin embargo, si el sanador en su propia consciencia no ha creado las situaciones relacionadas con tales síntomas, no los desarrollará en su estructura física.

Si el sanador se encuentra trabajando con alguien que, por ejemplo, se ha roto un brazo o sufre de hemorroides, es evidente que no desarrollará esos padecimientos, y lo mismo ocurre con otras enfermedades.

A través de la empatía, el sanador puede experimentar no sólo las sensaciones físicas, sino también el estado mental o emocional que el otro está experimentando, aunque esto es algo poco frecuente. Cuando los síntomas son aliviados en la otra persona, el sanador sentirá el mismo alivio. Se trata de un tipo de retroalimentación que permite al sanador saber lo que está ocurriendo en el interior de la otra persona.

Aunque el sanador posea este tipo de sensibilidad y experimente tales sensaciones cuando éstas fluyan en la consciencia de quien se encuentra recibiendo la curación, podrá desprenderse de la consciencia de la otra persona como se quita uno un abrigo y podrá fluir hacia su propio interior y experimentar así su propia consciencia.

Cualquiera de los estados de consciencia «místicos» que incluyen una sensación de unidad, están también relacionados con el funcionamiento de este chakra. Entre ellos se encuentran, por ejemplo, experimentar la realidad física como una película, como un juego de luz y sombra proyectado y destinado a la consciencia conocida como «Yo soy», que eres tú, como un sueño que se proyecta para el interés del que sueña.

En este caso, parece que el sueño se desarrolla fuera de ti, pero de hecho se trata de una proyección que proviene de un lugar profundo de tu consciencia. En

consecuencia, todo lo que sucede durante el sueño no es otra cosa que una extensión de la propia consciencia de quien está soñando. En este sueño surge una sensación de unión con todos los seres y todas las cosas ya que todo ello es una extensión y una parte de la misma consciencia que tú eres.

Es posible también que una persona se vea a sí misma como un órgano dentro de un gran organismo. Tal vez esa persona sea un oído, otra una nariz, otra el estómago, etc.; resulta obvio que la mejor forma de servir al organismo, en el caso del oído, es ser totalmente un oído, de la nariz, totalmente una nariz y así sucesivamente. No tendría sentido para un oído decir: «preferiría ser una nariz».

Aunque es evidente que la unicidad de cada uno es de fundamental importancia, sería igualmente evidente que cada individuo está unido a un todo y es parte de él, como los dedos de una mano; y si bien cada uno de ellos es único, todos se encuentran unidos a un ser y al mismo tiempo son una parte de él. Esto que también es un sentido de unidad— está relacionado con el Chakra Violeta, en combinación con la percepción de la consciencia individualizada y con la co-creación que asociamos con el Chakra índigo.

El Chakra Violeta representa el nivel de existencia que definimos como alma, la parte más profunda de quien somos. Es esa parte de nosotros la que continúa de una vida a otra.

Durante el periodo de una vida el alma adopta una consciencia, que llamamos Espíritu, cuyas experiencias individualizadas nos preparan para la misión que tendremos durante ese periodo de vida.

Cuando experimentas la parte más profunda de tu ser, puede parecer que la consciencia es todo cuanto existe. Entonces sientes la consciencia última «Yo Soy». Desde luego, desde otro punto de vista, sabemos que dentro de cada uno de los demás seres existe la misma capacidad. Ellos son capaces de experimentarse a sí mismos también como «Yo Soy», como todo cuanto existe.

Si la parte más profunda de tu ser, en el punto más profundo del Chakra Violeta o del alma, es la misma consciencia «Yo soy», obviamente a fin de cuentas seremos todos Uno.

A nivel de la consciencia todos estamos relacionados. Por tanto, podemos ser conscientes de todo lo que sucede en la consciencia de todos. Todo se conoce, y por eso el Chakra Violeta se asocia con la Consciencia Universal y con los registros akásicos. Los expertos occidentales en asuntos de la consciencia lo conocen también como el Inconsciente o Subconsciente colectivo.

En este punto es donde se origina la intuición. Desde luego, debe de provenir de un lugar en el que todo se conoce, a fin de tener un 100% de precisión. La intuición, como ya se describió, llega al Ser a través del Espíritu de manera individualizada, y después, esa voz intuitiva sigue el camino de la mínima resistencia hasta el Chakra Azul en forma de libre elección.

Así como el Chakra Rojo refleja nuestra relación con la Madre Tierra, el Chakra Violeta representa nuestra relación con Nuestro Padre (Que Está en el Cielo). Dentro de la estructura tradicional de la familia, la madre es quien proporciona la alimentación y un lugar seguro; el padre es el encargado de establecer una dirección. La relación que una persona guarda con su padre biológico establece los patrones para las futuras relaciones que esa persona tendrá con la autoridad, e igualmente, sentará las bases para su relación con Dios, dentro de un paradigma que incluya la creencia en Él.

Cuando alguien experimenta un sentimiento de separación de su padre o no se siente amado por él, su Chakra Violeta se cerrará. Desde el punto de vista del funcionamiento del sistema de energía, ello crea mecánicamente una sensación de aislamiento, como si la persona se encontrara dentro de una concha, lo cual provocará que quienes están fuera de esa concha no puedan establecer ningún contacto con el ser que está dentro de ella, quien al mismo tiempo no podrá tener contacto con el mundo exterior. Este tipo de personas siempre parecerán diferentes ante los ojos del mundo que las rodea.

De la misma forma, es posible que esas personas no experimenten ningún sentido de dirección, ni sepan hacia dónde se dirigen. Su relación con la autoridad será un reflejo de su actitud hacia su padre, hasta el momento en que sean capaces de abrirse al amor paterno y sentir que son amados por su padre o por Dios.

En ocasiones, el cierre del Chakra Violeta no constituye un proceso patológico, si bien podría crear una sensación de aislamiento. Se puede tratar de un proceso espiritual que está ocurriendo con alguien que se crió en las tradiciones occidentales y que en esencia tiene una orientación oriental.

Las tradiciones occidentales conciben a Dios como una autoridad que está fuera de nosotros. La separación y el aislamiento pueden contribuir a que una persona encuentre a Dios dentro de sí misma y pueda vivir en armonía con la autoridad y no en contra de ella. Una vez que las bases filosóficas de autonomía y fe en uno mismo han sido establecidas, la persona será capaz de abrir nuevamente su Chakra Violeta y de experimentar los beneficios que implica la decisión de vivir aislado o en unión con otros, según lo requiera el momento.

Obviamente, hay ocasiones en las que estar solo constituye la decisión más apropiada. Por ejemplo, durante una meditación a nadie le serviría tener a todos sus amigos y familiares galopando en su consciencia, pues en este caso el objetivo es lograr el restablecimiento de su propia paz y el reencuentro consigo mismo, y esto le permitirá relacionarse luego con los demás con mayor claridad.

Por supuesto, nosotros somos siempre quienes decidimos. Si lo olvidamos, nos lo pueden recordar una vez y otra, o nos pueden curar.

Todo se puede curar.

Sección Tercera
INSTRUMENTOS Y CONCEPTOS
14 La Luz Blanca

Cuando uno se encuentra en lo más profundo de su ser, en un punto en el que la consciencia se funde con la inteligencia, es capaz de experimentar lo que se conoce como Luz Blanca. Dicho de otra forma, la parte más profunda de tu ser es la fuente de esa Luz Blanca, si bien algunas personas prefieren sentirla como algo que viene desde «arriba».

Por proceder de la parte más profunda de uno mismo, puede utilizarse para «limpiar» y aliviar todo aquello que no somos. Algunos sanadores prefieren limpiar su ser después de la curación por si absorbieron la vibración o parte de la consciencia de la otra persona. Si esto es válido para ti, se puede llevar a cabo llenándote a ti mismo de tu propia Luz Blanca, para así volver a la consciencia que sabes y reconoces como tuya, en un estado de equilibrio.

La Luz Blanca se conoce, desde el punto de vista esotérico, como la forma más elevada de protección espiritual y a menudo se la emplea para crear la percepción de que se está protegido de algo amenazante. Cuando te llenas a ti mismo de Luz Blanca y te circundas de ella, te podrás sentir protegido. Al experimentarla te sentirás seguro y más relajado. Cuando te relajes y te abras más, brillarás con más Luz Blanca y te sentirás más seguro. Este proceso continuará hasta que te encuentres totalmente abierto, completamente relajado y sintiéndote protegido e inmerso en la Luz Blanca.

Cuando percibas que alguien tiene un problema o un problema potencial («estoy preocupado por esto o por tal persona, espero que esté bien») puedes imaginar a esa persona llena y rodeada de Luz Blanca, así como puedes percibir que esa persona, en efecto, se encuentra bien.

Tus percepciones crean tu realidad. En lugar de sostener la percepción de un problema, puedes ver a la otra persona inmersa en la luz blanca, viéndola feliz, sana y haciendo alguna tarea que le guste mucho realizar; insistiendo en esa percepción lograrás que la imagen contribuya a la co-creación que solemos llamar realidad física externa.

Dado que cada uno es una consciencia con los mismos elementos espirituales y capacidades, todos somos seres igualmente espirituales. Nadie tiene poder sobre ti, salvo que tú le hayas conferido ese poder por medio de tus percepciones. Cuando le temes a alguien, la sensación de miedo y de sentirte amenazado es precisamente lo que le da poder a la otra persona. La resistencia, es decir, el miedo, es el mecanismo para ello. Si tú no le temes a alguien, no experimentarás la sensación de que esa persona es más poderosa que tú. Si no concibes a los demás como algo más poderoso que tú, no habrá ninguna razón por la que temerles.

Cuando te colocas dentro de la Luz Blanca y pones también a la otra persona en

ella, se creará una percepción de igualdad, así como una base para la comunicación, sin que nadie se sienta amenazado. La resistencia será eliminada y experimentarás tu conciencia con toda claridad. Algunos sanadores prefieren comunicarse de esa forma con los espíritus, sin sentirse amenazados por ellos. Si así lo haces, podrás llenarte de Luz Blanca y rodearte de ella y podrás ver a ese espíritu en la misma situación; luego podrás preguntarle: «¿Quién eres?» y «¿qué quieres?» Después de todo, debe existir una buena razón por la que un espíritu ha decidido manifestarse. En ocasiones, ellos sólo quieren que sepas que están ahí, mirándote, como puede ser el caso de un pariente que está en el otro lado, por ejemplo, un padre cuyo espíritu quiere que su hijo sepa que no está sólo, aunque ese padre ya haya «muerto».

En ocasiones, vienen para dar información o para darnos su punto de vista desde el otro lado, lo cual puede resultar muy útil. A veces necesitan ayuda para solucionar algo que ha quedado incompleto para poder así continuar su viaje. La curación tiene muchas formas.

Puesto que la luz blanca está compuesta por todos los colores del espectro, podemos afirmar que la consciencia, que se compone de todos los chakras juntos, de todos los colores combinados, puede asociarse con la Luz Blanca. La consciencia es quien decide qué chakra utilizar y experimentar en un momento dado, como qué canal va a ver en su televisor.

En 1975, durante una operación sin éxito en la que se me intento extirpar un tumor de la médula espinal, pasé por ese túnel del que muchas personas hablan cuando describen el proceso a través del cual abandonan el cuerpo en el momento de morir o durante lo que se conoce como experiencias «cercanas a la muerte».

Me encontré con un Ser el cual me dijo que era tiempo de continuar mi viaje. El Ser no tenía forma humana, sino que era una consciencia que brillaba con energía e inteligencia; y yo también experimentaba ese mismo estado. Según la estructura filosófica y espiritual en la que yo creo, pienso que cada uno de nosotros tiene esa misma forma en lo más profundo de su Ser, al nivel de lo que llamamos alma. Todos somos Luz, Luz Blanca que se manifiesta.

En ocasiones, si una persona cierra el Chakra Violeta al no sentirse amada por su padre, quizá busque razones que justifiquen esa percepción («no soy digno de amor» o «no soy bueno» o «hice algo mal y ahora se me tiene que castigar», etc.); entonces la persona vivirá los efectos de esas decisiones. Como el Chakra Violeta representa la parte más profunda de nuestro ser, en su forma de luz, podemos afirmar que la persona está evitando verse a sí misma como luz.

Estos individuos construyen una personificación basada en percepciones erróneas, en una imagen de sí mismos como sombra o como un ser oscuro. Por lo tanto, la problemática de la relación con su padre se refleja en lo difícil que puede resultar para él experimentar la Luz Blanca, por ejemplo en una meditación, y así seguirá sucediendo hasta que sea capaz de abrirse a tal experiencia. Entonces podrá sentir lo que puede considerarse una redención, al permitirse recibir el amor de su

padre.

Como la Luz Blanca representa la parte más profunda de nuestro ser, representa también ese lugar dentro de nosotros que está detrás y más allá de cualquier enfermedad. Los síntomas no son lo que somos, sino sólo lo que hemos estado experimentando, aunque no desde nuestro nivel más profundo.

Cuando el sanador ve a la persona que está curando llena de Luz Blanca, debe insistir en mantener su percepción en el nivel más profundo de esa persona. Debemos recordar que la curación se crea en la percepción del sanador, siendo luego aceptada por la persona. La Luz Blanca funciona aquí como un mecanismo de activación, a fin de crear la percepción de que la persona ya está curada.

De manera semejante, si te sientes atrapado como en una mala película, y experimentas los síntomas o algún tipo de malestar, puedes recordarte a ti mismo quién eres en realidad yendo a tu núcleo y viéndote como el Ser de Luz que eres. Al hacerlo podrás identificarte cada vez más con ese nivel del ser, hasta convertir esto en un hábito, en una nueva forma de ser.

Puedes optar por cualquier percepción que te ayude a ver el alivio de los síntomas y a identificarte cada vez más con la experiencia de tu totalidad. Puedes identificarte cada vez más con el Dios interno, la luz interior y la fuente interior, pues eso es lo que eres.

Para decir «yo soy», simplemente sé.

Sólo sé.

Y sé consciente de que todo se puede curar.

15 Transición

Cada uno de los chakras es como una lente a través de la cual tú eliges interpretar los acontecimientos del mundo externo. Siempre tendrás la opción de interpretar dichos acontecimientos a través del filtro de la seguridad, de la libertad, del poder, del amor, de la expresión, de la abundancia, del espíritu o de la unión.

Cuando miras a través un filtro o chakra en particular, es como si estuvieras en el centro de una burbuja coloreada por ese filtro y toda la información que entrara en tu consciencia debiera pasar a través de esa burbuja. Entonces, te puede parecer que tus percepciones son un reflejo de lo que universal— mente se considera verdadero y que todas las personas que ves tienen sus motivaciones en el mismo chakra.

Por ejemplo, cuando tu principal preocupación en un momento en particular es la seguridad, ello se debe a que miras el mundo a través de tu Chakra Rojo; por consiguiente, te parecerá que todo tiene como motivación la seguridad, o bien el hecho de sentirse amenazado por la falta de ésta. Por lo tanto, no estás viendo necesariamente el mundo como es, sino más bien como tú eres.

A medida que tus motivaciones cambien, tu filtro también lo hará. Cuando tu motivación es, por ejemplo, una sensación, los hechos del mundo externo tendrán un sentido diferente del que tendrían si la motivación se presentara a través del filtro de la seguridad. Probablemente hayas notado que, en ocasiones, cuando se satisface el deseo de una sensación, quedas sorprendido por lo diferentes que la mañana siguiente se ven las cosas. Durante todo el día te desplazas por tus chakras, mirando a través de diferentes filtros, según lo que elijas como motivación en un momento determinado. Todo el tiempo tienes siete programas en tu aparato de televisión, es decir, siete escenarios en apariencia diferentes, y tú escoges qué programa deseas ver en un momento determinado.

La clave está en no tener interferencias en ninguno de los canales. Cuando ves a través de un chakra que sufre de alguna tensión, la imagen se distorsiona. Cuando dicha lesión se elimina, la distorsión también desaparece, igual que sucede con cualquier aparato de televisión: si no te gusta el programa que estás viendo, cambias de canal, y decides mirar a través de un chakra diferente para ver un escenario distinto.

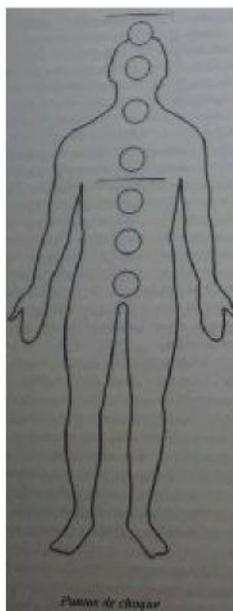
Podemos afirmar que uno de los chakras es como tu sede, tu hogar. Tú decides cuál es tu hogar cuando eliges tu principal fuerza motivadora en un periodo de tu vida. En ese periodo, podrás ver lo que es más importante para ti, tu principal razón para actuar, así descubrirás qué chakra es tu hogar.

A partir de tu sede u hogar viajas por los otros chakras, dependiendo de cuáles sean tus motivaciones en un momento particular, para después volver a tu estado de consciencia original, es decir, tu sede o tu hogar. Éste es el lugar en el que tu consciencia permanece cuando nada atrae tu atención hacia otro lugar. Cuando

cambias la principal fuerza motivadora de tu vida, cambias de estado de consciencia «sede», lo cual implica siempre un cambio en tus percepciones. Sin embargo, el hecho de trasladarse desde el Chakra del plexo solar (Chakra Amarillo) hacia el Chakra cardiaco (Chakra Verde) implica un cambio especialmente mayor. Para muchas personas es como si hubiera una membrana entre esos dos chakras, que a nivel físico correspondería al diafragma.

Debajo de la membrana se encuentran los tres chakras inferiores. Las percepciones que se originan en estos niveles son consideradas «ordinarias» dentro de los estándares de la sociedad. Nuestra sociedad ha definido como «normales» las percepciones que son motivadas por la seguridad, la sensación y el poder. Las que llegan a través de los chakras superiores se consideran percepciones no ordinarias y se suelen ver con frecuencia como estados extraordinarios o estados místicos de consciencia.

Mencionamos anteriormente que los chakras representan una secuencia lógica y ordenada de siete vibraciones, por lo tanto, cualquier otra secuencia lógica y ordenada de siete vibraciones puede también representar la evolución de nuestra alma y nos transmitirá algún tipo de conocimiento acerca de nuestra consciencia. Las siete notas de la escala musical (Do, Re, Mi, Fa, Sol, La, Si) son una secuencia de siete vibraciones que sigue un orden lógico y cada nota se asocia con un chakra en especial. La música que se toca con una clave en particular hace vibrar a un chakra en particular, evocando una emoción en particular.



Existe una relación precisa entre las frecuencias que cada nota representa. Es una progresión matemática. Sin embargo, dentro de esa progresión matemática hay dos lugares en los que funciona de manera diferente.

La progresión continua se interrumpe. Por ejemplo, en el Nada Yoga cada nota se divide en varias partes de la siguiente forma: Do = 4 pulsaciones, Re «3 pulsaciones, Mi =

2 pulsaciones, Fa = 4 pulsaciones, Sol = 4 pulsaciones, La = 3 pulsaciones, Si = 2 pulsaciones, Do = 4 pulsaciones, etc. Así, 4-3-2-4-4- 3-2-4 etc. Hay un cambio de registro entre Mi y Fa y entre Si y el primer Do de la siguiente octava.

Podemos afirmar, por consiguiente, que el cambio se produce entre el Chakra Amarillo y el Chakra Verde, así como arriba del Chakra Violeta. Cuando consideramos a los chakras como una representación de la evolución humana, estos dos espacios de cambio se consideran puntos de choque, es decir, membranas por las que debemos pasar en nuestro proceso de evolución. Este paso puede ser brusco o suave, dependiendo de las percepciones que elijamos tener.

Para que alguien pase a través de la membrana que se encuentra entre el Chakra Amarillo y el Chakra Verde, primero deberá experimentar ciertos cambios en sus percepciones, necesarios para poder abrirse en su percepción del amor. Para pasar por la membrana del Chakra Violeta, las percepciones de la persona deberán estar alineadas a fin de resolver la aparente paradoja o conflicto entre los conceptos de autonomía y autoridad.

Cuando una persona decide atravesar cualquiera de estas membranas, deberá pasar algún tiempo para que todas sus percepciones se alineen con la decisión de evolucionar. Durante ese periodo la persona será capaz de reconocer cada vez más las nuevas prioridades que constituirán la base de sus decisiones.

Si una persona que se desplaza del Chakra Amarillo hacia el Chakra Verde, ha vivido basada en el control y continúa aferrada a él después de haber decidido evolucionar hacia la aceptación, es posible que experimente algunos tropiezos. Parecerá que los acontecimientos que se presenten en su vida escapan cada día más de su control; parecerá como si el mundo fuera a terminarse y su destrucción fuera inminente, hasta que la persona abandone el control y se abra a la aceptación.

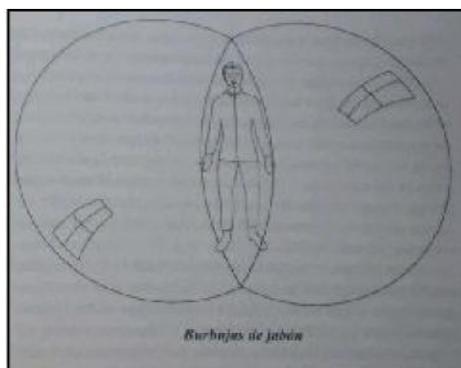
En ocasiones, a fin de estimular la apertura a la aceptación, se presenta un choque que obliga a la persona a dejarse llevar. Este choque puede ser físico o emocional. Cuando es de tipo emocional y muy fuerte, se experimenta lo que se conoce como un colapso nervioso, en el que el proceso cognitivo se viene abajo y la persona siente perder el control. Aunque con los tratamientos tradicionales es posible hacer volver al individuo a sus percepciones «normales», no es éste el enfoque óptimo ni tampoco representa su mejor opción dentro del proceso de evolución.

Lo que sí resultaría más efectivo, así como más rápido y más fácil, sería alentar a la persona a que centrara su atención en nuevas percepciones que la hagan sentirse mejor; así, este proceso espiritual, más que ser un «colapso» se experimentará como un avance.

Más adelante, al ver la vida desde el nuevo punto de vista, la persona será capaz de percatarse de que sus dificultades fueron el resultado del grado en que ella se había aferrado al control. De esa manera, verá que ella misma creó su propio malestar y su propio dolor. Entonces podrá verse a sí misma (en cuanto a como ha sido) con compasión y no sentirá ya la necesidad de defender una forma de ser que no le es útil y que,

efectivamente, ya no existe.

En casos extremos de transición difícil, el individuo puede sentir como si se estuviera muriendo. Aunque el sentimiento es real, no existe en verdad ningún riesgo de muerte: se trata de un proceso que sigue su curso en la consciencia. La persona se ha identificado con una forma de ser en particular, y al mismo tiempo desea ver todo de otra manera. Para que las cosas tengan sentido de una nueva forma, desde luego, tienen que dejar de tenerlo de la forma anterior. Es la anterior forma de ser la que está muriendo.



Si la persona persiste en aferrarse a una vieja perspectiva y a su anterior personalidad, el proceso puede experimentarse como una «muerte del ego». Esto será cierto mientras la perspectiva se mantenga dirigida hacia el pasado y hacia lo que ya se va. Si, por el contrario, el punto de atención se centra en el presente, la persona tomará consciencia de que una nueva forma de ser está emergiendo y entonces este mismo proceso se experimentará como un renacer. Este proceso puede verse como un paso de una realidad a otra o de una burbuja a otra. Si imaginamos esto como burbujas de jabón tocándose unas a otras, podemos ver la membrana donde dos burbujas se juntan. Existen ciertas percepciones de la antigua burbuja con las cuales la persona se ha identificado. Podría decir: «Este soy yo. Me defino a mí mismo con estas percepciones. Sin embargo quisiera que las cosas tuvieran sentido de otra forma».

Con este deseo de cambiar, la persona se encamina a pasar de una burbuja hacia otra. Llega a la membrana que hay entre las dos, donde las cosas que funcionaban anteriormente ya no tienen sentido y donde todavía no tienen sentido de la nueva forma. Durante ese lapso, es decir, durante la transición a través del campo de energía que vemos como la membrana existente entre las dos burbujas, la percepción puede ser de caos y confusión, hasta que el individuo haya comenzado a entrar en la nueva burbuja.

Sin embargo, el proceso no tendrá éxito si el individuo orienta sus percepciones hacia el pasado, hacia el modo en que las cosas solían tener sentido. Quien lo haga se dará cuenta de las cosas que debe ya abandonar. La idea es reconocer el proceso como una transición y orientar las percepciones hacia el futuro, es decir, hacia la nueva burbuja.

Cuando así sucede, las nuevas percepciones se presentan por sí solas, emergiendo de la nueva realidad. Entonces todo comienza a tener sentido, pero de una forma diferente a como era antes. A medida que el traslado hacia la nueva burbuja continúa, el proceso también sigue su curso y el individuo adquiere la capacidad de definirse a sí mismo a partir de sus nuevas percepciones, experimentando con ello un renacimiento. Quien pase por este proceso con dificultad tal vez sienta una presión física entre el plexo solar y el corazón, a nivel de la membrana; es una presión probablemente muy fuerte, pero al mismo tiempo fácil de aliviar con una curación.

El proceso es mucho más suave cuando la persona ha estado viviendo el aspecto de la libertad, en lugar del control, en el Chakra del plexo solar. La transición de la libertad a la aceptación es más sencilla que pasar del control a la aceptación. Durante el proceso de cambio de la libertad a la aceptación no suele presentarse ningún conflicto extremo en la consciencia del individuo en lo que respecta a los dos tipos de percepciones, las nuevas y las anteriores.

Este proceso de transición se puede apreciar también en la consciencia planetaria grupal, compuesta por la población de consciencias humanas que habitan el planeta. Esta consciencia de grupo también tiene chakras, como cualquier otra consciencia, y también puede pasar por un proceso de evolución, como lo hace toda consciencia.

Esta consciencia grupal pasa aproximadamente 2,000 años en cada chakra y los acontecimientos que ocurren en el mundo reflejan el chakra en el cual la consciencia grupal se halla. Hemos vivido los últimos 2.000 años en la Era de Piscis, la era del plexo solar y el Chakra Amarillo. Los acontecimientos del mundo se han orientado hacia el poder y el control, con los países interesados solamente en sus propios problemas. Esto nos ha conducido a guerras en una escala mayor de lo que habíamos vivido antes. Hemos desarrollado suficiente poder para destruirnos a nosotros mismos muchas veces.

Cuando el Ser conocido como Jesús estuvo en la tierra hace dos mil años, representó el aspecto del corazón o Chakra Verde que en ese momento no era nada común. Lo que él veía cuando miraba a su alrededor era lo evidente de los desórdenes del Chakra Amarillo. Lo que más prevalecía era la lepra, una afección de la piel que deteriora el rostro. Los síntomas correspondientes, como esconder la cara, denotaban un sentimiento de culpabilidad. Es fácil comprender el deseo de Jesús por liberar a la humanidad de esa carga innecesaria que ella misma se impuso.

Actualmente hemos entrado en lo que algunos llaman la Era de Acuario, la era del Chakra del Corazón, el Chakra Verde, y las circunstancias que nos rodean nos obligan a poner nuestra atención en las percepciones de este chakra. Por ejemplo, hemos creado la enfermedad del SIDA como producto característico de nuestros tiempos. Mientras la comunidad médica continúa buscando soluciones en el nivel físico para dicho padecimiento, la comunidad alternativa ya ha tenido algunos éxitos en la curación de la enfermedad mediante el cambio de las percepciones que sobre el amor tiene el individuo.

Las naciones están ahora más interesadas en una consciencia global y en nuestro papel como comunidad global. Hemos contraído la obligación de mirar más allá de las fronteras nacionales, y el impacto de muchas atrocidades nos ha motivado a hacer algo distinto de lo que hemos hecho anteriormente.

Los acontecimientos recientes en la política internacional han demostrado los efectos de esta evolución en la consciencia global. Las negociaciones de paz entre Israel y sus vecinos árabes y la destrucción del Muro de Berlín son sólo dos ejemplos de esta tendencia creciente. Otro ejemplo más es la disolución del «Telón de acero» que rodeaba a la antigua URSS. Todavía quedan individuos que no han asimilado la transición y cuyas percepciones les auguran catástrofes mundiales. Sin embargo, estos acontecimientos pueden considerarse como diseñados para estimular un sentido creciente de comunidad global, si es que no ocurren de una manera mucho más suave.

Estas percepciones se pueden considerar como efectos naturales de ver a través del filtro del Chakra Amarillo, lo cual desde luego allana el camino a las nuevas percepciones de consciencia global y a la necesidad de servir a las carencias de los demás, a fin de que las nuestras queden satisfechas. Todo esto es consecuencia de una perspectiva más evolucionada desde el Chakra Verde.

Puesto que todo esto sucede a nivel global, les está también sucediendo a cada vez más individuos dentro de la consciencia grupal. Cada día son más las personas que están viviendo la transición del Chakra Amarillo al Chakra Verde. Cuantos más seres realicen esta transición, más efectos tendrán sobre el resto de la consciencia de grupo, hasta que el movimiento se complete y seamos capaces de funcionar eficazmente como comunidad global, es decir, los miembros de la comunidad habrán encontrado la forma de vivir juntos en armonía. Entonces se habrá completado la curación.

En ese momento, si en efecto existe una comunidad mayor de seres dentro de la cual la humanidad y la vida del planeta tierra es sólo una pequeña parte, tal vez esos seres se nos podrán acercar sin que nos sintamos amenazados y quizá entonces nos consideren listos para ser miembros activos de esa comunidad, junto con ellos. Todo se puede curar.

Formas de pensamiento

Cuando la persona no experimenta bienestar y en cambio presenta algún síntoma de enfermedad, suele describir dicho síntoma como un objeto. Tal vez diga que siente como un objeto pesado encima de la cabeza o un cuchillo puntiagudo en su costado. En términos de la experiencia de esa persona, sí existe un objeto que ella siente como algo real, como si existiera en el universo físico.

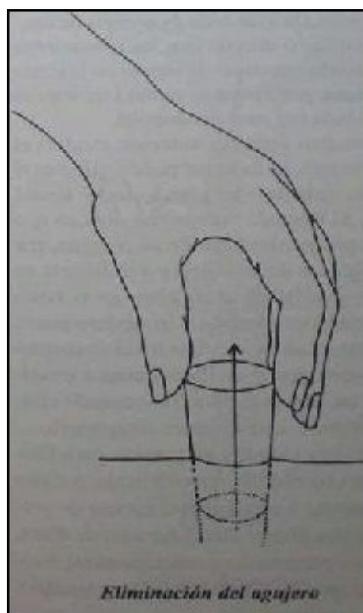
Trabajamos con la idea de que estos pensamientos son cosas. Existen a nivel de lo que llamamos éter, es decir, el punto donde se cruzan el universo físico y el espiritual, como formas de pensamiento. El éter, desde un punto de vista esotérico, es la matriz en la cual se proyecta el universo físico. Nuestros pensamientos, nuestros objetivos, las imágenes que creamos con nuestra consciencia y que colocamos en ella, entran en el éter en forma de imágenes holográficas esperando manifestarse en el mundo físico cuando las circunstancias sean apropiadas.

Durante una curación, el sanador penetra en el universo del sujeto, o sea en su burbuja, previo permiso de éste, a fin de ayudarlo a recobrar su bienestar. Aquello que la persona experimente como algo real, en forma de pensamiento, el sanador podrá vivirlo igualmente. Si el sujeto experimenta algo como un objeto pesado en la cabeza, el sanador sentirá ese objeto pesado en su cabeza como algo real.

Las formas de pensamiento, en el nivel etérico, están constituidas por energía. El sanador tiene la capacidad de ver y sentir la energía. Cuantos más sentidos pueda el sanador enfocar en las formas de pensamiento, más reales las harán parecer para él mismo. Si dichas sensaciones son tan reales para el sanador como para quien recibe la curación, el sanador podrá eliminar la forma de pensamiento de la experiencia del sujeto. A medida que este último sienta que la forma de pensamiento se desvanece, nuevamente será capaz de recobrar su integridad física. Si existió un fundamento biológico que dio origen al síntoma y a la forma de pensamiento y ambos han sido eliminados, es seguro que dicho fundamento también ha quedado erradicado.

Abundando en los ejemplos anteriores, si alguien experimenta un dolor de cabeza que se siente como un objeto pesado, el sanador tendrá la opción de ver ese objeto y sentir su peso; cuando lo experimente como algo real, será capaz de deshacerse de ese peso. Cuando lo haga, la experiencia que se llamaba dolor de cabeza ya no existirá. Quien recibió la curación sentirá que ese peso ha desaparecido y por consiguiente recobrará su salud. Si había algún proceso orgánico que diera origen al dolor de cabeza, ese proceso también habrá quedado eliminado al mismo tiempo.

Si el sujeto dice percibir una sensación como de un cuchillo puntiagudo, querrá decir que sí hay un cuchillo puntiagudo. El sanador tiene la opción de verlo y sentirlo, y así podrá eliminarlo de la experiencia del sujeto. Al hacer esto, la curación se habrá llevado a cabo.



Cuando el sanador trabaje de esta forma, deberá tratar este tipo de cosas como algo real. Por ejemplo, cuando el cuchillo sea eliminado, uno puede imaginar que lo deja en un agujero, y además deberá hacer algo con ese agujero. Puede tapanlo y sellarlo, o incluso eliminarlo. Después de todo, el agujero es también una cosa. Si comenzamos un trabajo con una persona que tiene un agujero y eliminamos este agujero, nos quedaremos solamente con la persona, pero sin el agujero.

No existen límites para lo que se puede hacer mientras se trabaja en el plano etérico de existencia. Podemos imaginar cualquier historia que queramos y además permitirnos a nosotros mismos creer la historia que estamos imaginando. Cuando lo hacemos, la curación ocurre.

Los sanadores chamánicos trabajan de esta forma: viendo los síntomas como piedras, gusanos u otros objetos que sacan del cuerpo, creando en ellos mismos la percepción de que la curación se ha llevado a cabo. Los cirujanos psíquicos de las Islas Filipinas y de Suramérica trabajan de la misma forma.

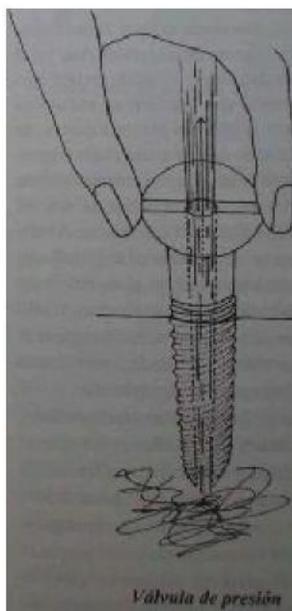
Cuando estas cosas se consideran como algo real, una vez extraídas del cuerpo del sujeto hay que hacer algo con ellas. Como las palabras que utilizamos son las que crean nuestra realidad, podemos optar por hacer que el objeto se autodestruya en unos segundos al arrojarlo al suelo, o bien podemos decidir que regrese a la gran bola de energía de donde provienen todas las cosas, o decidir que las sensaciones que experimentamos mientras tenemos ese objeto en la mano se interpreten de otra forma, por ejemplo, como una intensa Luz Blanca, que será también útil para la curación.

Continuando con nuestro ejemplo anterior, cuando el agujero es apartado del sujeto, el sanador puede guardar el agujero, poniéndolo en su bolsillo. Por consiguiente, tendrá un agujero en el bolsillo. Si después trabaja con alguien que tiene un enorme muro de piedra alrededor de su corazón, por ejemplo, podrá sacar el agujero de su bolsillo y colocarlo en dicho muro. En consecuencia, habrá un agujero en el muro que podrá utilizar para

establecer contacto. Un agujero puede ser también algo útil. Como es obvio, en este nivel poseemos una gran creatividad. Podemos hacer cualquier cosa e imaginar lo que sea para aliviar un síntoma, siempre y cuando estemos dispuestos a creer la historia que estamos imaginando.

También es posible utilizar válvulas de presión para liberar el dolor, si imaginamos que el dolor es originado por una energía que no fluye libremente a causa de un exceso de presión. De esta manera podremos liberar cualquier tipo de dolor, aunque los dolores de cabeza parecen ser particularmente fáciles de tratar, independientemente de cuándo hayan comenzado.

La válvula de presión puede tener la apariencia de un tornillo con un agujero que lo atraviesa, y que se atornilla en la parte del cuerpo de la persona que requiere liberar esa presión. Cuando la válvula hace contacto con esa zona, el sanador puede ver cómo la presión es liberada hacia el exterior, produciendo un silbido y dejando al sujeto aliviado al mismo tiempo. Tanto el sanador como el sujeto experimentarán la forma de pensamiento como algo real, aunque en esta ocasión la experiencia comenzó en la consciencia del sanador.



Válvula de presión

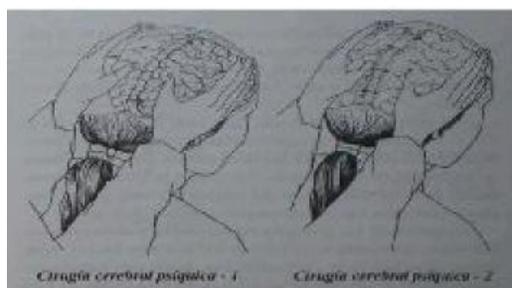
El sanador deberá recordar que después tiene que quitar la válvula, pues puede ser utilizada nuevamente. Las formas de pensamiento pueden seguir la descripción del síntoma que el sujeto experimenta como un objeto, por lo cual es importante que el sanador trabaje con ese objeto, pues en la consciencia del sujeto, es éste lo que interfiere entre él y su bienestar. La forma de pensamiento también puede ser algo que el sanador imagine que se amolda a la descripción dada por el sujeto. Las rodillas con poca movilidad, por ejemplo, pueden ser consideradas por el sanador como si estuvieran «oxidadas», y a las cuales se les deberá aplicar aceite etérico para llevar a cabo la curación. Asimismo, se puede imaginar, a efectos de curación, que se utilizan válvulas de presión.

De contar con ellos, también es posible emplear conocimientos de anatomía o psicología, de modo que los órganos dañados puedan ser reparados. Con los músculos «inflamados» se puede hacer que sus flamas se extingan. A los órganos «dormidos» se les puede despertar.

El trabajo con formas de pensamiento nos brinda también la posibilidad de aliviar a la gente de dependencias, ya se trate de sustancias, ideas o relaciones. Cuando existe una dependencia o adicción, decimos que alguien se encuentra «enganchado». Al no conseguir lo que esa persona quiere, se siente mal; el grado de su malestar nos muestra cuán enganchada está. Cuando se siente mal experimenta malestar en una región en especial. Si el sanador mira en el interior del sujeto, podrá ver un gancho en esa zona y deberá quitárselo. Al eliminar ese gancho la persona ya no se encontrará enganchada.

Obviamente, lo anterior dará resultado si el sujeto desea sinceramente aliviarse de esa adicción. Si no es sincero, y sólo acepta lo que los demás quieren para él, el resultado no será el mismo que en alguien que ha sufrido verdaderamente una adicción y se encuentra preparado para librarse de ella.

Aun cuando la adicción tenga que ver con una sustancia, el gancho se reflejará en un chakra u otro. Recuerda que el problema no es la sustancia sino la personalidad adictiva. El gancho aparecerá en el lugar donde se encuentra la verdadera adicción, que de hecho puede ser una dependencia de seguridad, poder, etc., y podrá aliviarse en ese nivel.



Aunque nuestro esquema de chakras sugiere un modelo vertical de integridad, constituido por un equilibrio de los chakras en un eje vertical, algunas personas necesitan un equilibrio horizontal; es decir, existe un desequilibrio entre su lado masculino y su lado femenino. Esto puede manifestarse en una parálisis de algún lado del cuerpo, por ejemplo cuando los dos ojos no trabajan juntos o en una dislexia en la cual parece que los dos lados del cerebro no se «hablan» uno al otro.

Cuando el cerebro masculino y el femenino no se han estado comunicando, generalmente ello representa a un hombre y una mujer que no se hablan, o bien a un padre y una madre que no se dirigen la palabra. Si entre los padres surgió una fuerte polaridad carente de armonía, será fácil imaginar lo difícil que resultó para el niño afrontar

esa situación. Para conectar con uno de los padres debía desconectarse del otro y viceversa. Sería difícil para el niño estar abierto a ambas energías al mismo tiempo.

Para resolver tal situación podemos realizar una rápida cirugía cerebral.

En tu papel de sanador puedes mirar la cabeza de la persona e imaginar que ves las dos mitades del cerebro. Imagina que una mitad entra en la otra y permanece ahí por un momento y después vuelve a salir. Ahora repite el proceso en la otra dirección.

Cuando hayas terminado, cada lado del cerebro habrá tenido la oportunidad de experimentar al otro y entonces, donde antes sólo hubo un muro de malos entendidos, ahora existirá la posibilidad de comunicarse. Así, donde la falta de comunicación entre las dos mitades del cerebro provocó un síntoma, ahora existen las circunstancias propicias para aliviarlo.

Algunos de los ejemplos mencionados pueden parecer ridículos, inverosímiles o tal vez incluso una broma, pero todos ellos han sido utilizados con éxito por sanadores. Creemos que lo que una persona puede realizar, cualquier otra persona lo puede hacer, y que cualquier ser que consideramos extraordinario, sólo nos está mostrando un ejemplo de lo que cada uno de nosotros es capaz de realizar. Creemos que tú también puedes utilizar estos instrumentos con resultados positivos en la medida en que decidas creer en ellos.

Después de todo, cualquier cosa que creas, será verdad para ti.

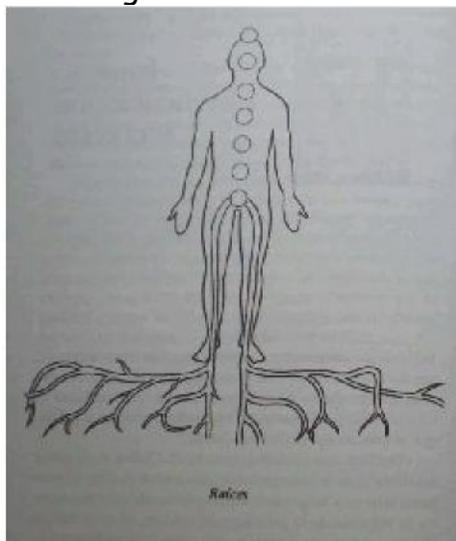
Todo se puede curar.

Raíces, ramificaciones y corona

Cuando experimentas bienestar, no sólo te encuentras en equilibrio desde el punto de vista de tus chakras, también estás integrado en cuanto a tu conexión con la tierra mediante el Chakra Rojo, y además estás abierto a las energías cósmicas que se asocian con el Chakra Violeta.

Durante una curación, cuando el Chakra Rojo queda equilibrado, se le pide que envíe raíces a través de las piernas hasta la tierra y luego observamos qué sucede. Ello nos muestra la voluntad de la persona para nutrirse, como lo hace la planta que extiende sus raíces en la tierra y espera lógicamente satisfacer de esa manera sus necesidades.

Cuando las raíces se resisten a descender por las piernas, ello significa que la persona se ha mostrado reacia a buscar en el exterior la satisfacción de sus necesidades, y significa asimismo que no considera necesaria la autosuficiencia ni piensa que ésta funcione en su caso particular. Desde luego, la autosuficiencia es algo positivo cuando es necesaria, pero si se insiste en ella cuando no lo es, puede estar reflejando una reticencia basada en algún tipo de experiencia pasada, es decir, una desconfianza que no le es útil a la persona y que muestra la creencia de que si trata de satisfacer sus necesidades fuera, no lo conseguirá.



Nota: Se debe recordar que la curación es un proceso que tiene que ver con el estado de equilibrio del individuo y con su identidad y su grado de evolución. Así, éste no deberá manifestar al sanador lo que se necesite cambiar, salvo que su Yo Superior o su Ser Interno así lo quiera. De cualquier forma, después de la curación, tanto el sanador como la persona que recibe la curación podrán darse cuenta de que aquello que causó el problema ya no existe.

Si la reticencia está en ambas raíces, derecha e izquierda, ello reflejará creencias básicas sobre el proceso de alimentación. Si dicha reticencia se presenta en el lado

masculino, reflejará una inseguridad asociada con la búsqueda de alimento proveniente de un hombre; si surge en el lado femenino, la inseguridad estará más relacionada con la nutrición proveniente de una mujer.

Si el bloqueo lleva ya algún tiempo en ese lugar, puede estar reflejando creencias básicas asociadas con la madre o el padre; si es algo más reciente, el sanador y el sujeto pueden analizar lo ocurrido en la vida de este último en relación con el comienzo del síntoma. De cualquier modo, el sanador deberá estimular las raíces para que sigan su curso por las piernas hacia los pies, eliminando cualquier obstáculo que se presente en su camino, tanto si visualiza cómo las raíces van apartando las barreras, como si trabaja con formas de pensamiento.

Cuando las raíces llegan a los pies, el sanador imaginará lo que ocurre debajo de los pies del individuo. La mejor imagen, en la que las raíces experimentan el placer de vivir, podría ser un bosque, una granja, un jardín, un campo o cualquier otra escena con un suelo rico en nutrientes, en el que las raíces puedan penetrar fácilmente. El sanador deberá cambiar cualquier otro panorama que se presente.

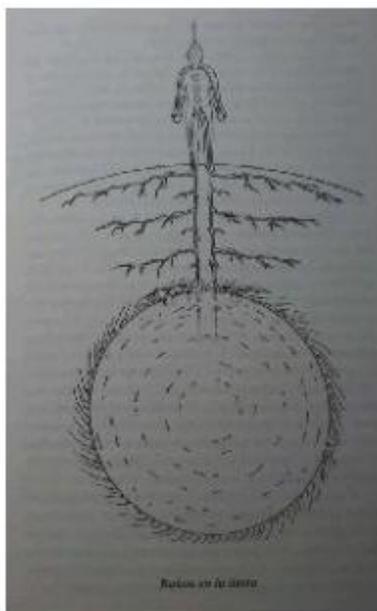
Cualquiera que sea la imagen que surja, mostrará los sentimientos de la persona con respecto a su estancia en la tierra en ese momento y también la relación con su madre como fuente de energía alimenticia. Asimismo, puede representar la relación con su sede u hogar actual o bien representará cualquier asunto relacionado con el Chakra Rojo.

Si hay una piedra debajo de las raíces, ello indicará solidez, aunque no demasiada nutrición. El mar mostraría la creencia de que la persona se ahogará en cualquier cosa que represente seguridad. Un volcán, por ejemplo, mostrará la creencia de que la vida en la tierra está llena de sorpresas desagradables. Un espacio profundo denotaría una distancia entre el individuo y su madre, o entre él y su fuente de alimentación.

De todas formas, el sanador podrá cambiar cualquier imagen que no sea la óptima. Puede eliminar obstáculos, cambiar los detalles de la imagen (cambiar el invierno en verano, la oscuridad en amanecer, el desierto en oasis, etc.), o bien llevar las raíces a otro escenario más agradable (sustituir un cementerio por un parque, llevar un barco a la costa, cambiar la ubicación geográfica, etc.).

Al hacer esto, cambiará la imagen en la consciencia del sujeto; la imagen que representaba un sistema de creencias que no le era útil, pasará a ser otra, con un resultado contrario.

Cuando la imagen sea óptima, el sanador dirigirá las raíces hacia el interior de la tierra; allí la imagen ideal será la de una bola nutritiva de color rojo claro situada en el centro de la tierra, que responde al tacto de las raíces subiendo por ellas hasta llegar al interior del Chakra Rojo.



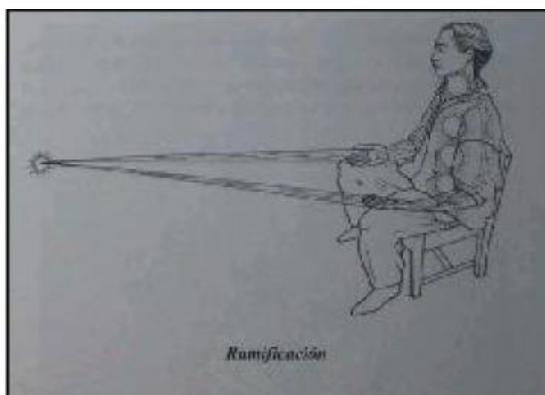
Este escenario refleja (inicialmente) las creencias del sujeto acerca de su madre como fuente de alimentación, y (después) la relación del individuo con las fuentes de alimentación en general, ya sean éstas relacionadas con el dinero o con el grado al cual se permite que su ser interno lo nutra.

Nuevamente, si la imagen no es la más adecuada, el sanador la podrá cambiar; cuando lo haga, el sujeto experimentará un cambio en su consciencia y, como sucede a menudo, una sensación diferente en sus pies, sintiéndose más en contacto con la tierra y estando más presente en su cuerpo.

Así como estimulamos al Chakra Rojo para que lleve sus raíces a la tierra, podemos hacer que el Chakra Azul extienda sus raíces a través de nuestros brazos. Cuando lo logremos podremos ver las creencias de la persona y ver lo que está sucediendo en su consciencia en relación con la expresión de sus deseos y sus sentimientos, y con lograr lo que desea y que lo hará feliz.

Las ramas no se detienen en las palmas de las manos, sino que continúan más allá de ellas en forma de rayos azules que se extienden a cierta distancia delante de la persona. Ello refleja su capacidad para establecer objetivos y lo que cree que sucederá cuando los logre. El Chakra Azul, asociado con el éter, es decir, la matriz en la cual la realidad se proyecta y sirve de puente entre las realidades físicas y espirituales, representa la capacidad de la persona para manifestar sus objetivos y llevarlos a la realidad física.

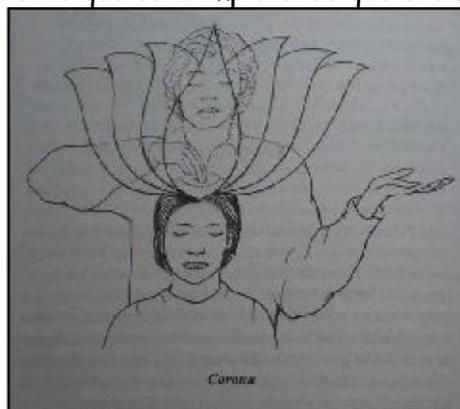
Si los rayos no se extienden más allá de las palmas de las manos, ello significa que la persona no está muy preocupada por establecer objetivos, pues piensa que de todos modos éstos no se lograrán. Indica que no se está reflejando lo que ella piensa que es real, o lo que considera equilibrado en cuanto a su identidad y a su evolución. Necesitará cambiar.



Si los rayos no se enfocan en un mismo punto, se puede interpretar que los deseos de la persona no son los mismos que la harán feliz. En este caso, el sanador apuntará los rayos como los faros delanteros de un coche hasta que se logren enfocar en un mismo punto. Esto se debe realizar a una distancia que al sanador le parezca «correcta»; más cerca de eso estarán sus objetivos más cercanos, y más lejos, los objetivos más lejanos. Idealmente, el individuo debe tener flexibilidad para establecer sus objetivos a cualquier distancia.

Mirar los rayos de energía fluyendo por los brazos producirá una reacción positiva que afectará a los brazos y a los hombros, como sucedió con las raíces que al bajar afectaron a las piernas. Cuando el sanador trabaja con el Chakra Violeta, después de que lo ha visualizado en su estado óptimo como una bola de energía violeta claro, y mientras toca su parte superior, le pedirá al chakra que se abra y después observará lo que sucede.

Lo ideal es que el Chakra Violeta se abra desde arriba, desdoblándose capa por capa con hermosos pétalos de color violeta, como una flor de loto que se abre. Si no ocurre así, el sanador deberá eliminar lo que está impidiendo que el chakra se abra.



Dado que el Chakra Violeta representa la parte más profunda de la consciencia de la persona, cuando éste se abra, el sanador podrá mirar desde este chakra todo el trayecto, hasta el Chakra Rojo. Cuando sea capaz de realizar esto, le pedirá a la Luz Blanca que entre desde arriba por el Chakra Violeta, que recorra todo el camino hasta llegar a los dedos de los pies y que llene todo de abajo arriba. Dado que la Luz Blanca llega a todos los chakras, cada uno de ellos brillará con su color propio de forma más

intensa y clara que antes.

Cuando la Luz Blanca desborda el Chakra Violeta, el sujeto se llena de luz y queda rodeado de ella. El sanador sabe entonces que la curación se ha completado.



La visión final debe ser la del sujeto lleno de Luz Blanca, con cada uno de sus chakras brillando intensamente con su color natural, con las raíces recibiendo alimento del centro de la tierra, rayos azules saliendo de las palmas de las manos para llegar a algún punto delante del sujeto; con su chakra coronario abriéndose como una flor de loto y con la Luz Blanca fluyendo hacia la persona, inundándola y rodeándola. El sujeto deberá sentirse muy distinto a cómo se sentía antes de la curación. Pregúntale y verás hasta qué grado la curación se ha efectuado.

Todo se puede curar

El viaje en el tiempo y a vidas

De acuerdo con nuestra definición de consciencia, identificamos tres niveles de existencia a los que llamamos alma, espíritu y personalidad. El alma es la parte que viaja de una vida a otra, y que en cada vida toma una forma diferente, a la que llamamos espíritu. El espíritu, en consecuencia, es la forma individualizada que la consciencia toma dentro de un determinado periodo de vida, con experiencias y talentos particulares, a fin de alcanzar los propósitos de ese espíritu que somos, dentro del periodo de una vida.

La naturaleza de la consciencia es perseguir el logro de sus objetivos. Cuando tienes un objetivo o un deseo, la realización de cualquiera de ellos ya existe y tú sólo te desplazas hacia dicha realización. Al mismo tiempo, los acontecimientos externos te aproximan a la consecución de ese objetivo. En la vida, cuando las circunstancias te ofrecen la oportunidad de aceptar lo que has pedido, siempre tienes la opción de tomarlo o de declinar ese ofrecimiento. Así, vamos por la vida aceptando o declinando experiencias que son el resultado de las imágenes que hemos creado en nuestra consciencia, y que representan deseos u objetivos que nos hemos forjado.

Cuando llegas al final de la vida sin haber consumado tus objetivos, tienes la oportunidad de elegir otra vida diseñada para completar tus metas inconclusas y manifestar tu alma en otro espíritu. Cuando lo hagas y te fijes más objetivos, el proceso continuará hasta que hayas experimentado todo lo que has pedido. Entonces irás a otro lugar y realizarás más cosas en otro universo. Este proceso continúa para siempre. La única constante es el cambio. A través del cambio aprendemos y por medio del aprendizaje crecemos. La naturaleza de la consciencia —que es lo que somos— debe crecer a través del aprendizaje, a través del cambio.

Al tomar forma humana, somos espíritu que se manifiesta a través de una mente. Cuando aprendemos algo y se nos recompensa por ello con amor, nos identificamos cada vez más con lo que conocemos, más que con quien somos, y así construimos el sentido de identidad que llamamos personalidad.

En ocasiones, la personalidad y el espíritu no están alineados. Es posible que cada uno de ellos tire en direcciones distintas, creando con ello tensión. La curación al nivel de la personalidad ocurre cuando ésta se alinea con el espíritu.

Cada espíritu tiene su propia sensibilidad. Cuando un estado de desequilibrio causado por dicha sensibilidad recibe curación, podemos afirmar que la curación ha ocurrido al nivel espiritual.

Se dice que lo que pensamos en el momento de la muerte permanece con el ser cuando éste abandona el cuerpo. La parte de nuestra consciencia que abandona un periodo de vida y elige entrar en otro es lo que conocemos como alma. En consecuencia, si se lleva una situación de desequilibrio de una vida a otra, será necesaria una curación

al nivel del alma.

Aunque la situación de desequilibrio sea producto de tensiones que se presentaron en una vida pasada, esas tensiones tendrán una correlación en la vida actual.

Por ejemplo, una persona que eligió venir a la tierra para ser sanador hace varios cientos de años, en una época en la que esta actividad no era aceptada como ahora, pudo haber sido perseguido, torturado y asesinado por dedicarse a ayudar a los demás. Para su protección estos sanadores formaron grupos y se rebelaron contra aquellos sectores de la sociedad que los habían reprimido.

La tradición occidental suele enseñar que Dios es un Ser externo a nosotros, que decide lo que nos ocurrirá. De acuerdo con ello, los sanadores antes mencionados no se percataron de que, desde el punto de vista de que todo comienza en nuestra propia consciencia, y de que Dios está en nuestro interior, fueron ellos quienes decidieron venir a la tierra con la misión de curar, y que ningún otro ser les asignó semejante tarea.

Muchos de ellos optaron por molestarse con Dios por haber permitido esa injusticia, esa persecución, y finalmente murieron con ese pensamiento en su consciencia. El resultado que produjo tal decisión de enojo fue el cierre del Chakra Violeta al nivel del alma.

Cuando llegó el momento de entrar nuevamente en el plano terrenal, tuvieron que elegir, en consecuencia, a unos padres que reflejaran el estado de desequilibrio existente en su sistema de energía, a fin de curar este desequilibrio. Así, eligieron unos padres que no se ocuparon de ellos o que les dieron razones para sentirse molestos. La curación, por lo tanto, podría surgir de la comprensión de que todo comienza en la consciencia, o bien de curar la relación con sus padres; o de una combinación de ambas.

Como podemos ver, aunque la decisión original que dio lugar al desequilibrio fue tomada en una vida anterior, hubo también razones reales en la vida actual para optar por las mismas decisiones. Cuando la curación ocurre en esta vida, los efectos de vidas anteriores también se esclarecen.

Aunque la exploración de las vidas pasadas puede ayudar a la persona a darse cuenta de la naturaleza espiritual e inmortal de su Ser, también puede darle razones para evitar afrontar problemas actuales, siendo así contraproducente para su evolución. Si continúa con esa misma actitud durante su siguiente periodo de vida, tendrá tensiones procedentes de éste, que deberán ser liberadas. Desde el punto de vista de la curación, el conocimiento de vidas pasadas es útil sólo cuando nos ayuda a resolver problemas de la vida actual.

Como no estamos limitados por el tiempo ni el espacio, podemos imaginarnos a nosotros mismos viajando a esas experiencias pasadas con objeto de cambiar algo y regresar después a este cuadro temporal para ver los efectos positivos de la curación.

Una mujer me contó que durante una vida anterior había sido miembro de la realeza europea y que tenía un hijo. Durante una de las muchas guerras de esa época, su hijo fue secuestrado por los enemigos. Aunque en ese momento quiso llorar, no lo hizo y su llanto

nunca fue liberado, pues en ese momento la asesinaron. Ella creía que éste era el motivo de que durante toda su vida actual hubiera tenido problemas en la garganta.

Durante la curación vi la escena de la batalla, con un soldado llevándose al bebé mientras otro se preparaba para matar a la madre con una lanza. Soplé algo de humo en los ojos del soldado para que dudara

un momento antes de golpear con la lanza. El grito salió de la garganta de la mujer, después de lo cual fue asesinada. Después de todo, era el momento de que se fuera, pues no deseaba seguir viviendo sin su hijo. Sin embargo, sí tuvo la oportunidad de llorar y gritar. Después de la curación, su garganta mejoró.

Durante otra curación, tuve la impresión de que el sujeto —un varón adulto— era un adolescente cuyo padre acababa de morir. Mi primer impulso fue tomar al niño y estrecharlo en mis brazos para confortarlo de alguna manera, pero no era eso lo que él quería o necesitaba, por lo que simplemente me quedé a su lado y le ofrecí mi mano. El muchacho la tomó y se sintió feliz con ello. Caminamos un poco mirando en cierta dirección. Simplemente éramos conscientes de la presencia del otro, centrados en lo que estábamos experimentando así como en la sensación que estábamos viviendo juntos.

Luego, caminamos un poco más y miramos en otra dirección, experimentando la intensidad del momento, después de lo cual regresamos al lugar en el que habíamos comenzado. Esto dejó satisfecho al muchacho, quien entonces rápidamente creció y se convirtió en adulto, totalmente curado.

El niño había crecido sintiéndose incompleto, pues no tuvo la oportunidad de compartir sus experiencias con su padre. Cuando esas experiencias fueron vividas a través de la curación, fue capaz de avanzar hacia el presente con la consciencia de no haber carecido de esa experiencia. Asimismo, podemos afirmar que el espíritu de su padre estuvo allí, en la curación, actuando a través del sanador.

Estas escenas son experiencias subjetivas, es como si uno observara y participara en mini películas creadas por una imaginación muy activa. Lo interesante, por supuesto, radica en que estas películas imaginarias frecuentemente son vividas tanto por el sanador como por el sujeto, lo cual tiene como resultado la curación. Si este paradigma, aunque sea construido, tiene como resultado el alivio de los síntomas, debemos reconocerlo como una realidad válida.

Aquí lo importante es darse cuenta de que no existen límites para el proceso curativo. Aunque el sanador puede comenzar la experiencia sin tener la menor idea de viajar en el tiempo, las circunstancias que se le presenten en la curación posiblemente lo guíen en esa dirección. Si así ocurre, el sanador podrá estar seguro de que cualquier cosa que se presente será parte del proceso curativo y que él responderá con lo correcto en ese momento. Más tarde podrá examinar el escenario, así como los efectos de lo realizado, y quedará sorprendido por la actuación de la consciencia, por las dimensiones de la curación y por lo que ha aprendido de ella.

En efecto, quedará sorprendido, hasta que la considere como su nueva realidad cotidiana y simplemente espere que se presenten más curaciones y más dimensiones de consciencia.

El proceso continúa de manera infinita.

Es algo que debemos hacer mientras estemos aquí.

Todo se puede curar.

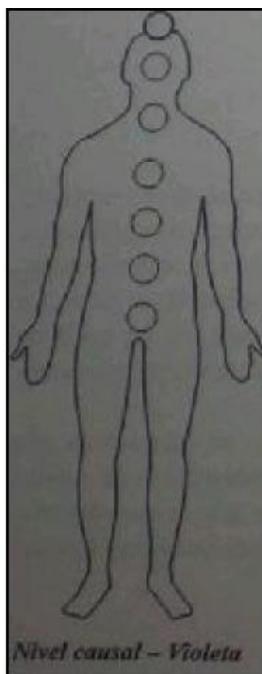
Niveles de experiencia

Cada uno de los chakras no sólo representa un sector de la consciencia, sino que también está asociado con uno de los distintos cuerpos de los cuales estamos constituidos. Representa también cierto plano de consciencia, es decir, un nivel de experiencia desde el cual podemos ver las cosas de manera distinta, e igualmente representa un nivel de existencia, relativo al centro de nuestro Ser.

Así, desde el punto de vista según el cual somos una consciencia en un cuerpo, tu más profunda experiencia interna con respecto a ti mismo debe ser lo que hemos descrito como un punto de consciencia refulgente de inteligencia, en el centro del Chakra Violeta.

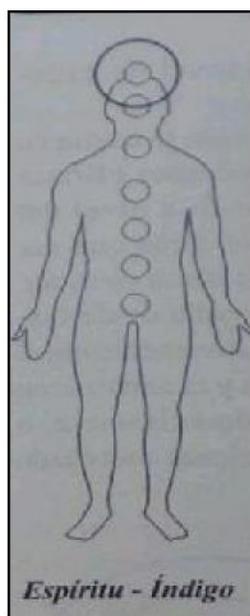
Dado que ésta es la parte más profunda de tu consciencia, está asociada con el cuerpo causal así como con el plano causal de tu consciencia; ya que, si todo comienza en tu propia consciencia, la parte más profunda de ésta, que representa tus más profundos deseos y objetivos deberá ser la causa de todo lo que ocurre. Es también un reflejo de la idea de que es el hogar de Dios, y de que ese Dios existe en tu interior como tú mismo, un Dios, que ve el mundo a través de tus ojos.

Durante un periodo de vida en particular, el alma toma la forma de una consciencia individualizada a la que llamamos espíritu. Es como un abrigo que el alma lleva puesto durante ese periodo de vida y constituye el siguiente nivel de experiencia, partiendo del centro mencionado anteriormente.

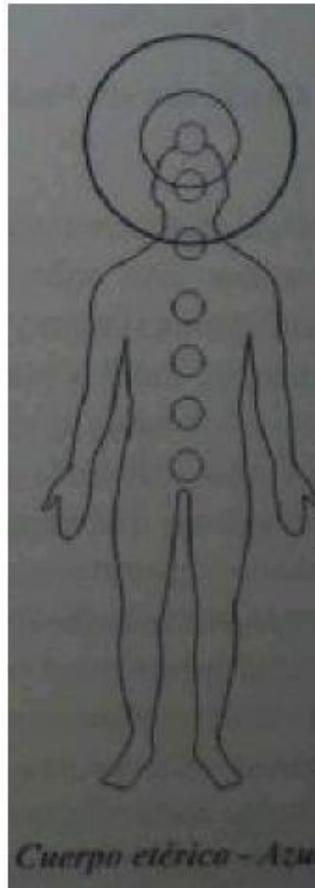


Se encuentra asociado con el Chakra índigo y es conocido como cuerpo búdico o plano búdico de consciencia. Se dice que representa el nivel de percepción que

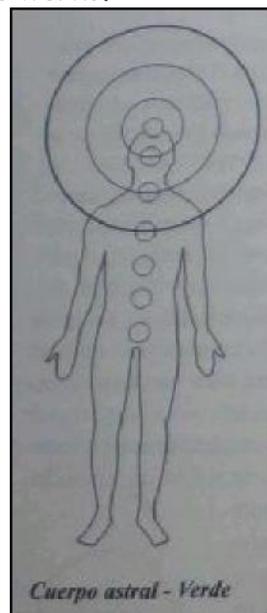
experimentó Buda, al igual que otros seres que han alcanzado el mismo nivel de conocimiento. Desde luego, sabemos que representa también varios niveles de comunicación entre un espíritu y otro, así como el nivel desde el cual observamos las manifestaciones externas de lo que está ocurriendo en nuestro interior. Continuando en la misma dirección, el siguiente nivel de experiencia se asocia con el Chakra Azul, y por lo tanto, con el éter, es decir, la matriz en la que la realidad física se proyecta, el cruce entre los universos físico y espiritual. Se llama, naturalmente, cuerpo etérico y plano etérico de consciencia. Es el plano de manifestación en el mundo físico y el lugar donde se encuentran las formas de pensamiento.



El siguiente nivel de experiencia, siempre yendo hacia fuera, está asociado con el Chakra Verde, y es el plano astral y el cuerpo astral. Se dice que la clave del plano astral es la inocuidad, es decir, el aspecto relación, representado por el Chakra Verde, conocido también como Chakra del Corazón. Más alejado del centro está el cuerpo mental, que se asocia con el Chakra Amarillo, con la mente y con el nivel de existencia relacionado con la mente al que damos el nombre de personalidad. Este es el nivel que la sociedad occidental considera nuestro nivel de existencia normal, la sede de las percepciones «normales». Personalmente preferimos considerarlas usuales y ordinarias, pero no normales, pues lo que es normal para nuestra manera de pensar es considerado, sin embargo, extraordinario por la mayoría de la sociedad tradicional.

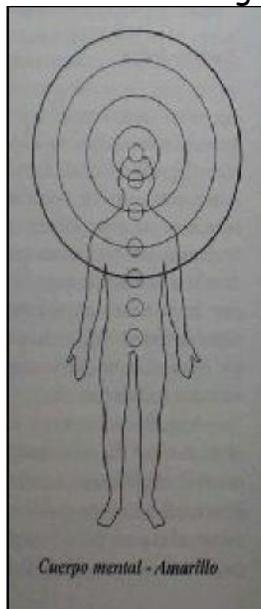


A continuación, como el siguiente nivel externo de experiencia asociado con el Chakra Naranja, tenemos el cuerpo emocional y el plano emocional, y finalmente, el cuerpo físico y el plano físico, asociado con el Chakra Rojo, que representa nuestro nivel de experiencia más externo.

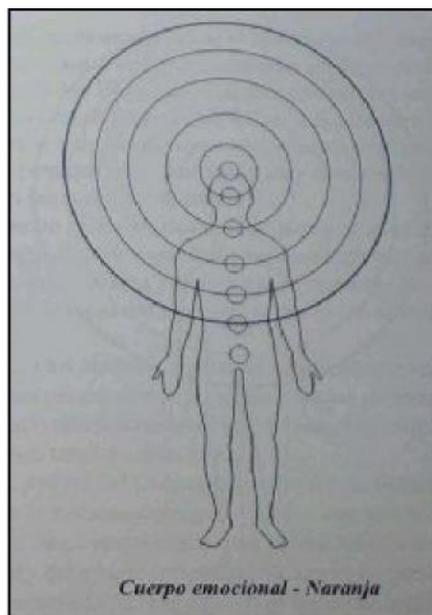


Cuando tu atención se centra en el cuerpo físico, podemos afirmar que estás funcionando a nivel del Chakra Rojo, lo cual tiene que ver con la vibración más densa de

tu ser. La energía que se irradia desde este nivel de tu ser es relativamente mínima. Cuando te abres y te adentras en el siguiente nivel de existencia, o sea, el cuerpo emocional —asociado con el chakra naranja— experimentas una vibración más sutil, menos densa y, en consecuencia, irradian más energía.



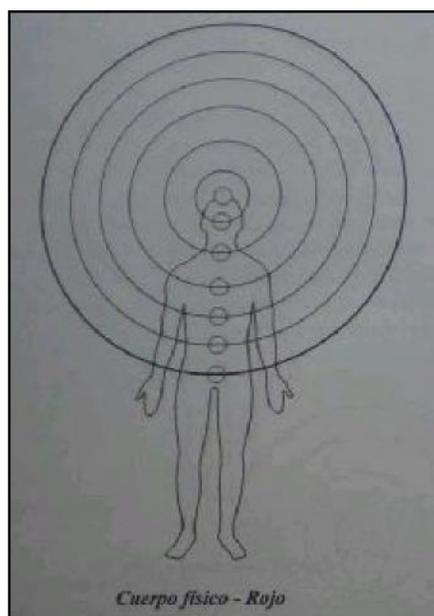
A medida que continúes en esa dirección, te darás cuenta de que cuanto más te abras y penetres en niveles cada vez más profundos de tu ser representados por los chakras «superiores» y las vibraciones más sutiles, la energía fluirá cada vez más, aumentando progresivamente hasta alcanzar el cuerpo causal. Entonces serás un punto de consciencia que irradiará energía infinita.



Cada uno de los distintos cuerpos está dentro de los demás e interpenetrado en

ellos, cada uno de ellos tiene tu misma apariencia y todos coexisten con los demás, a diferentes frecuencias de vibración.

Cuando la gente habla de experiencias «fuera del cuerpo», se puede afirmar que dichas experiencias se refieren a estar fuera del cuerpo físico, y pueden ser ordenadas por categorías de acuerdo con el cuerpo que esté participando. Así, una experiencia en la cual la persona está sentada en un cuarto y al mismo tiempo describe lo que está sucediendo en otro lugar, el cual visita mientras permanece físicamente en su cuarto, puede considerarse como una visita con el cuerpo mental, astral o etérico, dependiendo del escenario que experimente.



Otro tipo de experiencia en la que la consciencia del individuo está presente en otro lugar mientras su cuerpo físico permanece inerte, es lo que podríamos llamar viajes espirituales. Cuando la persona abandona su cuerpo y ya no regresa a él, se considera que el cuerpo causal, es decir el alma, se ha marchado.

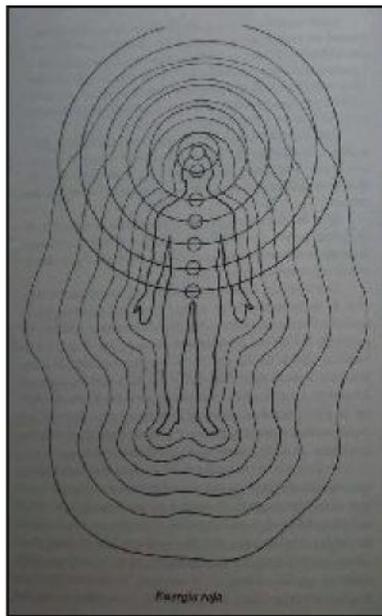
Tanto un desmayo como el abandono del cuerpo físico durante un ataque epiléptico implican un desvanecimiento a nivel del Chakra Rojo, que relacionamos con el cuerpo físico. En estos casos, se puede hacer volver a la persona a su cuerpo físico restableciendo el rojo en ese chakra, enviando raíces a la tierra para que absorban alimento y a través de las piernas lo lleven hasta el Chakra Rojo.

Cuando la consciencia se encuentra en un chakra en particular, ello significa que estamos ocupando el cuerpo que se asocia con ese chakra y que la visión que tenemos a través de él está en función del plano de experiencia asociado con ese chakra.

Vivir los distintos planos de experiencia es como estar en diferentes países, donde las cosas suceden de formas distintas de acuerdo con determinados principios. Las relaciones causa— efecto son también diferentes.

Es a nivel del Chakra Amarillo donde tiene lugar la relación de la persona consigo misma y con sus necesidades, la realidad física causa-efecto, las necesidades emocionales y el principio del placer, orientándose hacia lo que siente que es bueno o agradable. En este nivel las cosas suceden de cierta manera. Cuando experimentamos alguna carencia, algo que deseamos o no tenemos, siempre existe una forma de obtenerlo, pero para alcanzarlo hay que hacer algo. Hay que trabajar en ello, visualizar o utilizar afirmaciones, pero algo hay que hacer. Si no lo hacemos, no lo obtendremos.

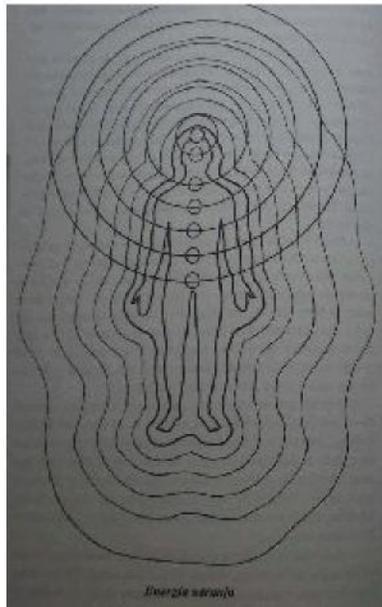
Se dice que la inocuidad es un aspecto del plano astral, y que cuando miramos la vida basados en ese enfoque, vemos que cada uno expresa el amor a su manera, algunas veces reaccionando a algo que no existe, hasta que se dan cuenta de su percepción errónea. Resulta evidente que el amor es la fuerza unificadora que nos mantiene juntos y el pegamento cósmico que une a todo en el universo. Desde este plano, es posible apreciar cómo los propósitos personales se pueden cumplir sin causar daño a los demás. De hecho, la satisfacción de las necesidades de otro puede ser la clave para satisfacer las necesidades propias.

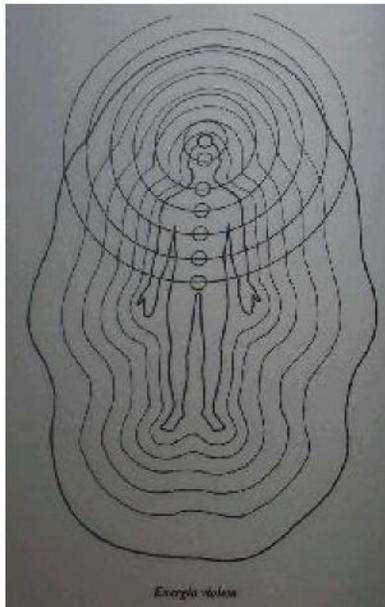


Con el Chakra Azul las cosas funcionan de manera distinta que con el Amarillo. Nunca tendrás una percepción de carencia, sino que percibirás un universo abundante. Pensarás en algo y aquello en lo que pensaste ocurrirá sin el menor esfuerzo de tu parte. Si te esfuerzas te estarás colocando en el Chakra Amarillo, y lo que se estaba manifestando a través del Chakra Azul ya no se hará presente. La ausencia de esfuerzo, el camino de menor resistencia y la idea de recibir son las claves para el estado de abundancia que el Chakra Azul representa. En ese nivel no tienes que hacer nada para obtener lo que desees.

En el Chakra Azul es posible vivir un estado de perfección; ahí los hechos se producen de manera óptima y el individuo está exactamente donde se supone que debe estar, en el momento adecuado, justo con las personas con quien debe estar; o bien estando en soledad en el instante en el que así debe encontrarse; haciendo ni más ni menos que lo que supuestamente debe estar haciendo en ese momento. Uno podría decir: «Me encanta donde estoy. Me encanta la persona con quien estoy. Me encanta lo que hago».

La vida entonces comienza a parecer un sueño y el sentido de perfección se hace más intenso en el nivel del Chakra índigo. Uno se identifica a sí mismo con el Espíritu con el que ha estado relacionado como si no fuera él mismo, pero que deseaba para la persona lo mismo que ella deseaba. Ahora, al realizar los deseos de uno se realizarán los deseos de ese Espíritu. Es el nivel en el que Jesús pudo decir: «Mi Padre y Yo somos uno».





También se vuelve uno consciente de la comunicación que existe entre los espíritus, si éstos toman una forma física o representan a otras entidades como los espíritus de la naturaleza, el espíritu de la consciencia de grupo, por ejemplo de un país, o bien de objetos inanimados, tales como automóviles, edificios y máquinas.

Uno adquiere consciencia de la dinámica de la co-creación, de la interacción entre los espíritus, y por lo tanto, de la manifestación en el mundo físico de lo que está en la consciencia. Es posible ver la relación directa entre lo que se encuentra en el interior de la consciencia y lo que está fuera, en el mundo físico, no sólo para uno mismo sino también para otros creadores. Tanto en el plano causal como desde el punto de vista de que la misma consciencia crea todo aquello que percibe, como una película interpretada por sus propios intereses, uno logra ver todo lo que le sucede como resultado precisamente de su propia consciencia.

La unidad no es sólo un concepto, sino también una experiencia directa. Es evidente que todo está dentro, y dada la libertad que tenemos de adoptar sin límite cualquier estado de consciencia queelijamos, poseemos la capacidad de adoptar la consciencia de otro ser o de un objeto, o incluso de Dios y experimentar esa consciencia como si fuera nuestra, dentro de nosotros mismos. Una experiencia que puede expresarse con las palabras «somos yo soy».

Podemos experimentarnos a nosotros mismos como una consciencia que crea un sueño y sentir que toda la creación es la manifestación de ese sueño. Podemos ser conscientes de que estamos soñando dentro de ese sueño, tal como lo hacemos en un sueño lúcido, y luego decidir todo lo que sucederá dentro de ese sueño, sin límite alguno.

Podemos soñar que los huesos se sueldan, que los tumores se disuelven, que los cojos caminan, que los ciegos pueden ver. En un sueño no existen reglas. Podemos soñar lo que queramos; soñar que poseemos capacidades ilimitadas para curar lo que deba ser curado, sabiendo que dentro del sueño que estamos soñando, es decir,

dentro del escenario que estamos creando en nuestra consciencia, dentro de la realidad que estamos creando con nuestras propias percepciones en nuestro propio sueño, todo se puede curar.

Sección Cuarta CÓMO HACERLO

20

Recibir la curación

Una mujer tenía cáncer y los médicos le habían dicho que le quedaban dos semanas de vida. Fue a ver a dos cirujanos psíquicos en Filipinas, quienes le practicaron una curación; después, estos sanadores le dijeron que ya estaba curada. Ella no lo creyó, así que dos semanas más tarde murió. Sin embargo, en la autopsia los médicos no le detectaron ningún tipo de cáncer.

Nuestras percepciones crean nuestra realidad. Desde luego, esto es válido tanto para quien recibe la curación como para el sanador. Cuando vemos la curación como un proceso de co-creación, es posible apreciar la posibilidad de interferir en el proceso de curación o de crear un entorno óptimo en nuestra consciencia, donde la curación pueda tener lugar. En este capítulo analizaremos las percepciones del sujeto que estimulan el proceso de curación y que aumentan la probabilidad y el grado de éxito.

Cuando hablamos de percepciones, nos referimos a lo que la persona elige pensar o sentir y cómo elige interpretar los acontecimientos. Como hasta ahora hemos dicho, siempre tenemos la capacidad de elegir.

El sujeto puede permitir pasivamente que la curación se lleve a cabo, o bien puede estimular el proceso de una manera activa. De hecho, no es necesario que quien recibe la curación crea en lo que está sucediendo ni en la estructura de la realidad del sanador, simplemente no debe interferir en su trabajo. Lo importante es dejar una puerta abierta a la posibilidad de curación. Uno puede decir, por ejemplo: «Bueno, no tengo nada que perder si lo intento y tal vez pueda ocurrir algo positivo. Aunque no lo entiendo, esto me puede ayudar». Así, se está siendo pasivo, abierto y receptivo.

A fin de asumir un papel más activo, el sujeto puede estimular la percepción de que su curación está teniendo lugar.

1. Preliminares

Durante la interacción entre el sanador y el sujeto el entorno más adecuado se crea cuando éste último pide su curación. En ocasiones, amigos o familiares con buenas intenciones piden al sanador la curación para otra persona. En este caso, ello no está reflejando una verdadera intención o un deseo de curarse por parte del individuo. A veces la persona que debe ser curada no reconoce esta necesidad, o por alguna razón no se siente cómoda con la idea de someterse a un proceso de curación con un sanador. Esta actitud debe ser respetada.

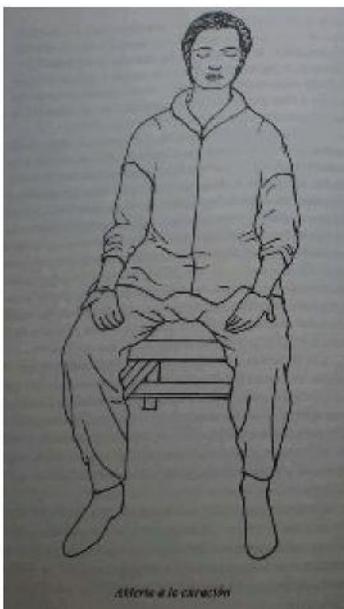
Curar a alguien que no lo desea es como enseñar a un cerdo a silbar. Es un desperdicio de tiempo y además el cerdo se aburrirá.

Cuando la persona pide la curación, puede ser que ella inicie el contacto o que actúe en respuesta a la ayuda ofrecida por el sanador. Si éste le dice a alguien que no se siente bien: «¿En qué te puedo ayudar? Yo soy sanador, ¿te puedo ayudar?»», la persona tal vez responda expresando su deseo de ser curada; o bien puede ser que el sujeto busque al sanador y le pida que lo cure.

Lo ideal es que el deseo de ser curado se exprese de manera explícita y no sólo implícitamente. Es como si fuera un contrato entre dos partes para hacer algo que satisfará las necesidades del sujeto. Cuanto más explícitas sean las palabras, más claro estará para la persona que el padecimiento que se aloja en su cuerpo o en su consciencia necesita cambiarse. Si por ejemplo esta persona padece de hemorroides, deberá expresarlo así y no decir: «Bueno, tengo un pequeño problema con mi Chakra Rojo». Si tiene SIDA, deberá decirlo de esa forma, expresando su deseo de aliviarse y esperando que así suceda. En otras palabras, en general, es más efectivo comunicarle al sanador exactamente lo que se necesita curar y hacerlo de la forma más abierta, directa, clara y breve que sea posible.

Las palabras «quiero ponerme bien» implican que se requiere una curación. La persona está reconociendo que algo en su cuerpo o en su vida no ha estado funcionando como quisiera; admite que ésas son las circunstancias que prevalecen antes del momento de la curación. Asimismo, está admitiendo que necesita un proceso de curación, que desea que la situación cambie y que está listo para hacer que ese cambio se lleve a cabo.

Igualmente, está afirmando que espera que ello suceda en este momento, ahora. Ello significa que el sanador está de acuerdo con la solicitud de curación, esperando también que se realice, con lo cual se crea un acuerdo de objetivos, una alineación de intenciones en la consciencia de quienes participan en la acción.



Cuando esto ocurre, es como una película que ha acabado de comenzar y cuyo final

ya se conoce. El final de la película es cuando la curación se realiza. Todavía no se ha interpretado totalmente. Es un poco como ver una película de James Bond. Antes de sentarte ya conoces el final. El bueno gana. El malo es derrotado, el mundo se salva y James Bond se encuentra con una hermosa mujer (generalmente en un barco).

Siempre es lo mismo, y sin embargo, nos sentimos interesados en saber cómo sucederán esta vez las cosas. La curación funciona más o menos así. El final ya está definido; la curación ha tenido lugar en el futuro y todo lo que queda es hacerla, verla manifestarse en la realidad física externa. La intención se ha establecido. Una vez considerados los preliminares se puede proceder a la curación.

Los diversos sanadores utilizan diferentes formas de curación. Algunos prefieren trabajar con el sujeto recostado o sentado, a fin de que permanezca relajado y abierto. Obviamente, la curación se podrá llevar a cabo con la persona en cualquier posición. En caso de accidente, tal vez no sea apropiado que el sanador trabaje teniendo al sujeto en una mesa o una silla, con luces tenues, incienso y música, con todo el mundo en silencio. Pero fuera de tales casos de primeros auxilios, cada sanador decidirá la forma de trabajar que mejor le parezca.

La posición más utilizada en el Sistema Cuerpo-Espejo es colocar al sujeto sentado en una silla con una abertura en el respaldo, que permita al sanador tener acceso a la espalda de la persona y a la base de la espina dorsal. De esta manera seremos capaces de alcanzar prácticamente cualquier parte del cuerpo de la persona.

El sujeto se sienta con los pies apoyados en el suelo, con sus manos en el regazo, con las palmas hacia arriba y con los ojos cerrados. Ésta es una posición física que refleja una postura interna de apertura y esperanza positiva. Los ojos estarán cerrados a fin de que el sujeto concentre su atención en estar simplemente presente y abierto a la curación. De esa manera su consciencia estará abierta al sanador, permitiéndole verla totalmente. El hecho de esconder alguna parte de la consciencia al sanador, lo único que reflejará es la decisión de que esa parte de la consciencia no quede curada, o bien de no experimentar integridad en ese aspecto de la consciencia. La apertura total es lo más efectivo.

2. Percepciones del sujeto sobre el sanador

No tendría sentido para la persona que recibe la curación sostener la idea de que el sanador en realidad no sabe lo que está haciendo o de que no realizará un buen trabajo. No es esa la realidad que la persona debe crear con sus percepciones ni con las palabras que utilice al describir la experiencia en la que está a punto de entrar. Por lo que respecta al concepto que el sujeto tiene del sanador con el que ya ha acordado trabajar, la opción más inteligente podría ser considerar al sanador como el más grande sanador que el mundo ha conocido jamás, tanto si el sanador tiene conocimiento de esta percepción como si no; y además verlo como absolutamente perfecto para la curación que habrá de desarrollarse y que, en

efecto, está a punto de ocurrir.

Durante el proceso de curación, la persona debe seguir recordando que tal curación ya está ocurriendo ahora y que quien ella considera el sanador perfecto está realizando todo lo necesario para que dicha curación se lleve a cabo. No conozco a ningún sanador que necesite que el sujeto lo ayude de alguna forma durante el proceso. No es necesario que la persona visualice nada, ni que mantenga una forma de pensamiento como no sea la siguiente: «Mi curación está ocurriendo ahora». Después de todo, si el más grande sanador que el mundo ha conocido jamás te está curando, es obvio que no necesitará tu ayuda, ¿verdad?

3. ¿En verdad esperas curarte?

Si el sujeto piensa en otra curación a la que se someterá después de la que se está realizando ahora, en verdad no está esperando aliviarse en la curación actual. Cuando alguien realmente desea sanar, lo desea cuanto antes. A fin de establecer un acuerdo sobre la serie de curaciones que serán necesarias para resolver un problema, es importante dejar claro antes de comenzar el proceso que la curación no se quedará completada en una primera fase, aunque personalmente preferimos trabajar con circunstancias que permitan la curación en una sola sesión.

Después de que se hayan experimentado los efectos totales de la curación, que pueden llegar a presentarse hasta dos semanas más tarde, se podrá diagnosticar si dichos efectos son parciales o totales; si son parciales, se tendrá que acordar otro proceso curativo, pero esta vez con la expectativa de que los efectos serán totales. Si la persona está esperando con gran interés acudir a otro sanador después de terminar con el que la está atendiendo en ese momento, tampoco estará esperando aliviarse durante esta curación.

Si la persona usa gafas o algún instrumento de audición durante el proceso curativo, ello implicará que espera seguirlos utilizando después de dicho proceso; y en ese sentido no está esperando realmente que la curación se lleve a cabo en su totalidad.

Tiene que existir la expectativa de que cuando la curación se complete, las cosas serán diferentes; igualmente, tiene que haber un positivo sentido de esperanza, para ver después de la curación los efectos que ésta ha tenido.

4. Completar la curación

Cuando la persona abre los ojos, el primer pensamiento que debe venirle es que la curación ha tenido lugar. Entonces podrá hacer un balance personal de cómo se siente con respecto a su cuerpo, a su consciencia y a cualquier sensación o función que hubiera estado deteriorada antes; de esa manera notará cómo se siente ahora en comparación a cómo se sentía antes de la curación. Su primer pensamiento debe dirigirse hacia lo que es diferente, de modo que lo perciba como algo mejor, incluso si

sólo se siente «más relajado».

Con cada mejoría que se reconozca, otras se volverán evidentes. Es como si la persona, por cada mejoría que reconoce de la curación, estuviera entrando en una nueva burbuja cada vez más profunda. Aun cuando esas mejorías sean solamente de orden parcial, deberán reconocerse, indicando a qué grado han llegado hasta ese momento. Se debe comprender que cualquier mejoría que uno sienta, continuará aumentando y sus efectos serán evidentes más adelante.

Después de la retroalimentación, la persona podrá comunicarle al sanador cualquier síntoma que haya quedado. En esos casos, el sanador, generalmente estará de acuerdo en completar la curación alineando sus percepciones con la retroalimentación proveniente de la persona, viendo hasta qué punto los síntomas se encuentran listos para ser aliviados.

Por ejemplo, el sujeto puede decir: «Siento la rodilla mejor que antes, pero no está completamente curada. Siento que todavía queda un 30% de dolor con respecto a lo que sentía antes».

Entonces el sanador puede ir directamente al lugar de la molestia y hacer lo que pueda para aliviarla rápidamente. Si mejora, el proceso estará completo. En caso contrario, la curación se puede llevar a cabo mediante la retroalimentación con la persona, como se describirá en un capítulo posterior, dando tiempo para que los síntomas se eliminen profundamente. Con frecuencia, después de la retroalimentación, los síntomas restantes desaparecen; pero si no es así, el sanador podrá eliminar rápidamente cualquier síntoma que pudiera quedar.

Al reconocer verbalmente su curación y los efectos positivos derivados de ésta, el sujeto podrá mantener fija su atención en el momento presente con una perspectiva del futuro más positiva que la que tenía antes. Los acontecimientos del mundo físico, reflejos de la mejoría, harán más sólida dicha perspectiva y asimismo harán más evidente que la curación ha tenido lugar.

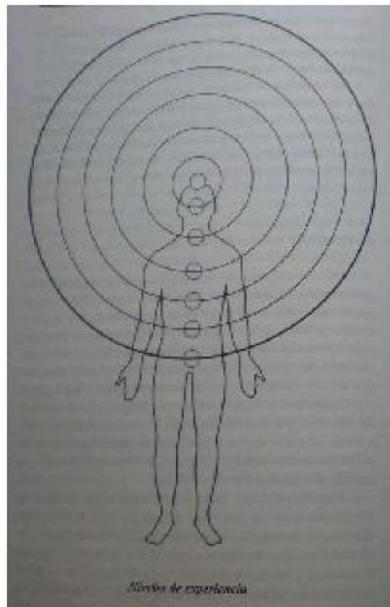
5. Después de la curación

Durante una curación es necesario crear la expectativa de que los efectos ocurrirán inmediatamente después. Sin embargo, es importante saber cómo afrontar el hecho de que algunos efectos pueden no ser evidentes inmediatamente, a pesar de estar convencido de que la curación ya ha tenido lugar. Por consiguiente, el sujeto tendrá que mantener un sentido de expectativa positivo para hacer que los efectos se sigan produciendo.

Durante el proceso curativo se trabaja a niveles profundos de consciencia. Los efectos de la curación deberán pasar a través de nuestros distintos niveles de experiencia, es decir, de nuestros diferentes niveles de consciencia, hasta que se manifiesten totalmente a nivel físico.

Esto llevará algún tiempo; sin embargo, esa cantidad de tiempo puede ser variable. Para algunas personas, la manifestación total de la curación tal vez sea cosa de minutos. Para otras, tardará horas, días o semanas, dependiendo de la sensibilidad

de la persona y de sus creencias acerca de lo que es posible. Normalmente podemos esperar que los efectos totales se manifiesten entre dos y tres días después del momento de la curación.



La experiencia interna de lo que uno es capaz se desarrolla en lo que llamamos alma, asociada con el Chakra Violeta. El nivel de experiencia más externo, el cuerpo físico, se relaciona con el Chakra Rojo. Entre los dos hay niveles de experiencia que asociamos con diversos niveles de consciencia, es decir, los diferentes cuerpos sutiles y los diferentes chakras.

Durante el tiempo necesario para que los efectos totales de la curación se manifiesten, estos efectos se transmiten en forma de ondas a través de los diferentes niveles de consciencia. Asimismo, en ese lapso la persona experimenta en su consciencia los progresos correspondientes, como cambios en su forma de pensar. Surgirán nuevas ideas y otras tendrán un nuevo sentido, aliviándose viejas tensiones relacionadas con las viejas ideas.

La persona podrá entonces analizar sus formas de interactuar con el mundo que la rodea, notará que su manera de reaccionar ante las circunstancias es diferente a como era antes, y verá este proceso como una continuación de los efectos de la curación.

Es posible que la persona experimente sensaciones como si algo se moviera en su cuerpo, como si su estructura física se reacomodara para estar en equilibrio con la nueva configuración de energía; esto sucederá hasta que se hayan experimentado los efectos totales de la curación. Si después de dos semanas quedan indicios de síntomas, el sujeto podrá aceptar el grado de curación que ha alcanzado hasta ese momento y prepararse para aliviar el resto. Luego, cuando la curación se complete, la persona podrá avanzar en su vida, ocupándose de otras prioridades, como vivir sus sueños y encontrar la felicidad a su manera. Estará curada y no habrá nada más que hacer al

respecto.

Lo curado, curado está.

Todo se puede curar.

Curación y transformación (aceptación de la curación)

Cada tipo de enfermedad se encuentra asociada con una particular forma de ser. Hay un tipo de personalidad que se relaciona con padecimientos cardiacos, otro con cáncer, otro con la miopía. En estos casos, la forma de ser de la persona está relacionada con un estrés, que llega al nivel físico manifestándose como un síntoma.

Para eliminar un síntoma es necesario eliminar la forma de ser con la que ese síntoma estuvo relacionado y que, de hecho, lo creó. La liberación del estrés de la consciencia de la persona permite que ésta tenga percepciones diferentes y una distinta forma de ser. De esta manera habrá un cambio en la naturaleza de la burbuja, es decir, en el filtro perceptual a través del cual vemos el mundo. En otras palabras, dado que nuestras percepciones crean nuestra realidad, cambiaremos de una burbuja a otra, de una realidad a otra, de un paradigma a otro.

Así, podemos afirmar que el proceso de curación implica un proceso de transformación. De acuerdo con mi experiencia, la recuperación de una terrible enfermedad siempre va acompañada por un cambio en la forma de ser del sujeto. O uno cambia, o continúa sufriendo síntomas hasta el día de su muerte. La persona que cambia será capaz de ver las cosas de manera diferente y notará que todo sucede de un modo distinto a como ocurría antes. Esa persona tendrá la capacidad de definir diferentes creencias a través de diferentes experiencias. O bien podrá primero definir creencias diferentes y luego tener experiencias diferentes.

Lo importante, en cualquier caso, es eliminar las antiguas percepciones basadas en experiencias anteriores, si es que dichas percepciones produjeran tensiones en la forma de interactuar con el entorno.

Un método para llevar a cabo esta reprogramación, es decir, la modificación de la percepción, es considerar el tiempo como una posible influencia deformadora de nuestros programas internos y de nuestras percepciones y decidir que las experiencias negativas del pasado no prejuzgarán el positivo punto de vista del presente.

Por ejemplo, una persona puede tener un programa en su biocomputadora humana que dice: «¡Cada vez que veo a esta persona, me duele la cabeza!». Por consiguiente, si aparece dicha persona, esperará también el dolor de cabeza, con lo cual el individuo tiene la oportunidad de reafirmar su verdad, el programa que él considera como verdad, y por lo tanto, que para él es verdad. Por desgracia, el programa siempre termina en dolor de cabeza, así que, aunque el programa sea muy eficiente y eficaz, el resultado es algo desagradable.

Para eliminar el programa que todavía se considera como verdadero, lo que uno puede hacer es concebirlo como algo cierto, pero en el pasado. En consecuencia, el

programa diría: «Cada vez que veía a esa persona, me dolía la cabeza; pero la próxima vez puede ser diferente. Tal vez la otra persona se haya dado cuenta del error de su actitud o tal vez haya evolucionado, o bien se ha transformado (es siempre un cambio en la otra persona). La próxima vez veré lo que sucede y cuál es ahora la verdad».

Por lo tanto, la experiencia directa puede demostrar que algo diferente es verdad. «¡Oh! Esta persona realmente es distinta; y de hecho, ¡qué agradable es estar con ella! Estoy seguro de que nunca más volveré a tener dolor de cabeza por ver a esta persona». Desde ese momento, con esas palabras se creará una nueva creencia, será posible tener nuevas percepciones y se habrá creado una nueva realidad basada en esa nueva creencia.

Si te interesa experimentar el proceso de curación y, por tanto, el proceso de transformación, es especialmente importante la forma en que te describas a ti mismo. Esto se debe a que las palabras que utiliza para describir tu experiencia crean tu propia realidad, y de lo que aquí se trata es de crear una realidad diferente en la cual te sientas mejor de lo que te sentías antes.

Por consiguiente, es importante prestar atención a las palabras que empleas para describirte a ti mismo. Si estás describiendo algún rasgo que no te parece muy afortunado («soy tímido» o «tengo miedo al éxito» o «soy por naturaleza irritable»), con tus mismas palabras transfórmalo en pasado, permitiéndote una percepción diferente en el momento actual y en el futuro («fui tímido, tenía miedo al éxito, era irritable porque realmente no era yo mismo, etc.»).

De esa manera te será más fácil dejar de identificarte con las viejas ideas y, por lo tanto, deshacerte de ellas, así como de las tensiones asociadas con los síntomas que se deben eliminar.

Lo mismo es válido con las palabras que utilizas para describir el síntoma que se deberá eliminar. Considera el elemento tiempo, y descríbete a ti mismo el síntoma en el momento presente. Si dices «me duele todo el día», es posible que no adviertas que, en efecto, no te duele tanto en este momento. Si dices «El síntoma va y viene», estás esperando que regrese si no lo experimentas ahora mismo. Es más eficaz describir tu experiencia en presente, reconociendo lo que es verdad ahora, con una orientación hacia un futuro positivo («Estoy mejor ahora que antes. De hecho, parece que mejora cada vez más»).

Una actitud mental positiva es un elemento útil para disfrutar de una mejor calidad de vida; sin embargo, para el proceso de curación es esencial.

Cualquier cosa que visualices aumentará la probabilidad de que suceda eso que visualizaste. Existe, por tanto, una tendencia a que las imágenes que están en nuestra consciencia sucedan en la realidad. Si sigues poniendo en tu consciencia imágenes de sufrimiento, tenderás a continuar en las mismas circunstancias. No importa qué emoción generes en tu consciencia, lo que importa es la imagen. De esa manera, si produces un cuadro de lo que no deseas, tenderás a llenar tu consciencia con esa imagen y en

consecuencia a crearla en la realidad.

Por lo tanto, es de suma importancia tener en tu consciencia una imagen que contenga un resultado final positivo, que te recordará tu objetivo. Cuando recibes una curación, lo ideal es esperar que te curaras. Al menos no deberás mostrarte incrédulo ni oponer ningún tipo de resistencia que entorpezca el proceso.

No es necesario que creas en el método o sistema, sólo debes permanecer abierto a la posibilidad de que la curación tenga para ti un buen resultado. Si crees en la curación, en el transcurso de ese proceso puedes recordarte que está ya ocurriendo; después, verás si los resultados son hasta ese momento parciales o totales. En ocasiones, los efectos totales de la curación se hacen evidentes inmediatamente, aunque con frecuencia se presentan efectos positivos continuos que se manifiestan durante los días o las semanas siguientes.

Cuando la curación es total y han desaparecido todos los síntomas, sabrás que estás curado y podrás seguir con tu vida. Si no has experimentado todavía todos los efectos de la curación, es importante que te recuerdes a ti mismo que el proceso curativo ya se ha iniciado y que los efectos están en camino. En lugar de verte en tu antigua burbuja, deberás verte en la nueva, hacia la que te estás dirigiendo. Vete a ti mismo curado, en el futuro.

Para cambiar de burbuja o pasar de una realidad a otra hay tres pasos:

1. Decidir lo que será verdadero en la nueva realidad

Por ejemplo, se puede decidir: «En la nueva realidad, cuando la curación quede completada, el dolor habrá desaparecido» o «leer será más fácil» o «el tumor se habrá disuelto».

2. Estimular la percepción de que ya está sucediendo.

Si bien es cierto que nos dirigimos hacia un objetivo futuro, el proceso de refuerzo se debe realizar en presente. La idea es analizar las percepciones de lo que está sucediendo en el momento de la experiencia: «El dolor ahora es menor que antes. La curación ya está desarrollándose»; o bien: «Veo las letras más claras que antes», o «Tal vez el tumor sea ahora un poco más pequeño. De todos modos, mi consciencia es ahora más clara, por lo tanto, sé que algo positivo está sucediendo».

El pensamiento positivo no es un engaño a uno mismo. Aun cuando haya altibajos en los síntomas, es importante notar la progresión, hasta que en los peores momentos de ahora te sientas mejor de lo que te sentías

en los mejores días anteriores. En otras palabras, aun en los días en que estés experimentando síntomas, notarás que no son tan severos como antes (si es que los hay), y así podrás mantener la percepción de que el proceso va bien.

La idea es darte a ti mismo razones para creer en el proceso, a la vez que reconoces que a nivel físico es algo verdadero. Después de todo, es precisamente a

nivel físico donde se reflejan los efectos del trabajo realizado en la consciencia. Cada mejoría debe ser reconocida a nivel físico y asumida como evidencia de que la curación ya se está haciendo presente.

Si se detecta que el estado físico de la persona sigue empeorando, es evidente que algo no está funcionando adecuadamente, por lo cual se deberán tomar las medidas necesarias y se deberá continuar con el proceso de curación. Incluso esta corrección puede considerarse como parte de la curación y, de hecho, lo es. Ello conducirá a la persona a un punto más cercano al resultado final.

3 Decide y reconoce que ya es verdad.

Continúa el proceso de estimulación hasta que te sientas libre de todo síntoma. Cuando así sea, considera la posibilidad de que nunca más volverás a experimentar ese síntoma. Cuando el dolor desaparezca, es posible que sea para siempre. Al ver todo más claro, lo aceptarás como tu estado normal. Cuando la curación se haya consumado, será necesario que te consideres a ti mismo curado, es decir, que admitas la curación. Identificarás el estado de consciencia que experimentas y tu visión del mundo desde ese estado de consciencia como aspectos normales y cotidianos, incluso como tu nueva forma de ser.

Si el síntoma fue diagnosticado mediante exámenes médicos, espera con interés los nuevos resultados, ya libre de síntomas. Después de todo, lo curado, curado está, y en todos los niveles. Si los exámenes muestran una mejoría pero no los resultados totales todavía, sabrás que estás yendo en la dirección correcta y aún queda un poco más de camino por recorrer. Si has estado trabajando contigo mismo, continúa haciéndolo y acepta el progreso que has logrado hasta ahora. Si has estado trabajando con otras personas que te están curando, podrás saber si se trata de una curación parcial, en la que el siguiente paso te llevará más lejos, o bien si es el último que necesitabas dar.

Cuando se evidencien los efectos de la curación, acéptala y confía en ella; y una vez estés totalmente sano, busca algo más que hacer, además de corregir problemas. Sé creativo, establece objetivos y procura cumplirlos; utilizando los instrumentos que ya has aprendido a usar, crea una vida en la que te sientas pleno y feliz.

De hecho, podrías considerar conveniente compartir tu éxito con los demás. Muchos sanadores y maestros de la curación han comenzado su camino impulsados por la necesidad de aliviarse a sí mismos.

Así ocurrió conmigo. Quizá te suceda igual a ti.

Que todos sepan que *todo se puede curar*.

Retroalimentación

Todo síntoma tiene siempre una causa interna. Siempre hay algo que el sujeto ha estado haciendo en su consciencia y que finalmente se ha manifestado como un síntoma. Cuando la persona se cura, y por lo tanto, recobra su integridad física, vuelve a experimentar un estado de consciencia en el que todo es más claro.

La sensación que la persona experimenta como producto de esa curación puede hacerla sentirse un poco diferente, aun sin tener una idea de qué es exactamente lo que ha cambiado. Se han liberado tensiones y hay una nueva forma de ver las cosas; pero sólo cuando el sujeto analice los asuntos que antes le producían tensión, podrá ser consciente de su nueva perspectiva.

Si el individuo elige tomar sus decisiones y ver las cosas de la forma antigua, sólo por costumbre, o bien si continúa manteniendo las viejas ideas con el mismo grado de intensidad, volverá a crear los síntomas originales. En la medida en que el sujeto permanezca con una visión clara en su consciencia, continuará viendo las cosas con la nueva perspectiva, y en consecuencia, podrá permanecer libre de síntomas.

Por lo tanto, será de gran utilidad hacer que el sujeto sepa qué áreas de su consciencia se han aclarado y qué formas de pensar estaban relacionadas con el síntoma que debía aliviarse. De esa forma, la persona podrá elegir conscientemente las acciones que ha de llevar a cabo, sabiendo que es por su propia salud y felicidad.

Es un poco como llevar tu automóvil al mecánico por un problema que ha tenido durante mucho tiempo y que ha sido reparado una vez y otra. Si el mecánico te dice la causa por la que se ha originado el problema, tal vez debido a un cierto hábito de conducción, por ejemplo, sabrás que de continuar con el mismo hábito, generarás el mismo problema; además, también te darás cuenta de que al comportarte de un modo distinto no volverás ya a tener ese problema.

Así pues, un importante elemento en el proceso curativo lo constituye la retroalimentación, hacer que el sujeto vea la relación que existe entre lo sucedido en su consciencia y en su cuerpo, o bien la relación entre ciertas creencias básicas y la manera en que se han generado algunos sucesos de su vida.

La retroalimentación tiene lugar después de la curación. El sanador comunica al sujeto lo que él, el sanador, vio, lo que hizo y lo que ello significa para ese sujeto; el objetivo es ayudar a que la persona se reoriente hacia la nueva burbuja, en la cual gozará de más claridad y salud. El sanador comunica también qué formas de pensamiento se observaron y se eliminaron, así como lo que éstas representaban para el sanador. En caso de que dichas formas de pensamiento no tuvieran ningún significado para el sanador, posiblemente lo tengan para el sujeto.

Lo que se ha visto deberá tener sentido al menos para uno de los dos participantes en la curación; de otro modo, esas imágenes no se presentarían. Sin

embargo, en ocasiones su significado llega a comprenderse sólo después de algún tiempo. Desde luego, un sanador nunca podrá cambiar una imagen, independientemente de que el sujeto acepte o no la retro— alimentación. Después de todo, lo que se vio es lo que se vio. Lo único que tal vez varíe sea la interpretación; si ésta no es clara, el sanador podrá sentirse satisfecho simplemente con haber comunicado la imagen que vio.

Si el sanador está trabajando con los chakras, puede comunicar lo que ha visto en ellos y su interpretación, de acuerdo con el «Lenguaje de los colores» (Apéndice 1). Podría decir, por ejemplo: «Hay azul en tu Chakra Rojo, lo cual me dice que tienes necesidad de seguridad. Quité el azul y lo convertí en rojo. Ahora deberás sentir una sensación de más solidez y sentir que tus necesidades de seguridad se satisfacen, como por ejemplo, tu relación con el dinero».

El sujeto podría contestar: «Todo comenzó a complicarse desde que mi madre murió. Ahora veo la relación; además ya no siento echarla de menos, sino simplemente cariño por todo lo que ella me dio; ahora siento la necesidad de continuar con mi vida. De todos modos, aún percibo que su amor me rodea, lo cual me hace sentirme muy bien». Por consiguiente, debe quedar claro que la retroalimentación no tiene que ver con lo que todavía se considera un problema, sino con lo que fue un conflicto antes de la curación y ahora está solucionado; igualmente se relaciona con los resultados positivos que el sujeto espera que se produzcan después de la curación.

Otro ejemplo podría ser cuando el sanador dice: «Vi una especie de concha alrededor del chakra del plexo solar y la eliminé. Era como si te hubieras estado encerrando; ahora debes percibir una sensación de alivio». La respuesta del sujeto podría ser: «Sí, eso sentía. Sentía que eso estaba relacionado con circunstancias de mi vida. Ahora experimento una sensación de apertura. Gracias».

Si el sanador dice: «No te permitías ser alimentado. Esto tal vez comenzó con la relación con tu madre», el sujeto puede quedarse con la impresión de que todavía tiene un problema con su madre y de que eso se debe a que ella actuó de manera equivocada. Probablemente esa persona continúe con la impresión de que tiene un problema que le impide ser alimentado y encontrará razones para seguir reafirmando el problema.

Sin embargo, si el sanador agrega: «Ahora te sentirás más natural y será más fácil para ti alimentar a tu ser interno; además, podrás esperar una relación armoniosa con tu madre y te será más fácil permitirte recibir su amor», el sujeto se quedará con una positiva sensación de esperanza dentro de la nueva realidad y con la percepción de haber sanado.

Podríamos pensar que la retroalimentación no siempre es necesaria, ya que siempre estamos en contacto con nuestra voz interna y en algún lugar de nuestro interior lo sabemos todo. Desde luego, eso es verdad, pero oírlo desde el exterior refuerza el mensaje. En ocasiones el mensaje ya ha sido comprendido por la persona; sin embargo, han sido antiguas creencias, tales como no pensar que un síntoma puede aliviarse, las que han mantenido dicho síntoma. Por lo tanto, la curación es la «excusa» que la persona

utiliza para aliviar su síntoma, pues ya antes había comprendido el mensaje y había puesto en práctica lo que debía modificar en su vida para ser feliz.

Cuando el sanador proporciona retroalimentación al sujeto, no le está diciendo nada a la persona que ésta no sepa. Algo en su interior resuena con lo que se le está diciendo, con lo cual reconocerá la validez de la comunicación. De no ser así, deberá decírselo al sanador.

Cuando un sanador da retroalimentación, el sujeto puede tener dos posibles respuestas. Una es manifestar: «Eso me dice...», lo cual significará que reconoce la validez de la retroalimentación en el sentido de que sabe que se ha manifestado algo cierto acerca de él; o bien puede decir: «No he tenido esa experiencia, pero gracias por la retroalimentación»; ello significa que al menos hasta ese momento no se identifica con la retroalimentación, aunque puede ser que lo reconozca más adelante.

Naturalmente, existe la posibilidad de que la retroalimentación no corresponda al sujeto y se trate de una interpretación errónea por parte del sanador. Cuando éste último ve algo, tal vez la imagen sea clara pero la interpretación quizás no lo sea. Si éste es el caso, el sujeto deberá decirle al sanador que la retroalimentación no le corresponde. Entonces, juntos podrán encontrar una interpretación más precisa para las imágenes que el sanador vio.

Naturalmente, el sanador deberá ser todo lo claro que pueda, a fin de resultar tan eficaz como sea posible. Si el sujeto le dice al sanador: «No siento haber experimentado eso», el sanador tendrá que analizar sus propias percepciones y considerar que tal vez interpretó las imágenes basándose en su propia burbuja y no en la del sujeto. Si es así, tendrá que hacer los ajustes necesarios en la retroalimentación y en sus propias percepciones.

Cualquier persona en su papel de sanador deberá analizar de antemano los efectos de lo que comunique al sujeto; asimismo, tendrá que reflexionar si esa comunicación dejó en el sujeto la impresión de que algo fue curado, o bien de que quedó un problema que no ha sido detectado. Decirle a alguien: «Ten cuidado con la mujer del sombrero rojo», únicamente servirá para sembrar en él miedo, duda y sospechas sobre esa persona, así como una sensación de dependencia de las percepciones del sanador.

Sería más provechoso para el sujeto que el sanador le dejara una sensación de confianza en sus propias percepciones y en su propia capacidad para crear una vida positiva sin tener que recurrir otra vez al sanador. Ésta es la orientación que debe tener la retroalimentación, proporcionar y reforzar la percepción de que el sujeto ya está curado.

Nuestras percepciones crean nuestra realidad. Todo se puede curar

Curar a los demás — preliminares

Dado que nuestras percepciones crean nuestra realidad, quien actúe como sanador deberá crear en sí mismo la percepción de que la otra persona se encuentra curada. Existen diversas formas de lograr esto.

Una forma de crear la percepción de que la otra persona está curada es utilizar un modelo de bienestar o integridad. En relación con los instrumentos que hemos comentado en este libro, tenemos tres posibilidades, que son: la Luz Blanca, los chakras y las formas de pensamiento. Independientemente de cuál de ellas se utilice, es necesario recordar que la manera en que mejor funcionan es cuando van acompañadas de una positiva sensación de esperanza.

La persona que recibe la curación está creando al sanador con sus percepciones. Es importante que el sanador cumpla con su papel, aunque sólo sea durante el tiempo que requiera la curación. Después, podrán sorprenderse ambos de los milagrosos resultados que han creado, hasta verlos como parte de una nueva realidad cotidiana.

En la interacción que antes del proceso curativo tiene lugar entre sanador y sujeto pueden darse dos situaciones: que el sujeto se aproxime al sanador y le pida que lo cure, o bien que el sanador ofrezca sus servicios y la otra persona responda pidiendo ser curada de algo.

Cuando el sanador, ya sea de manera explícita o implícita, expresa su acuerdo de participar en la curación, también acuerda marcarse los objetivos del sujeto, con lo cual el sanador es yin con respecto al yang de la otra persona. Lo que establece la dirección es lo que se conoce como yang y el acuerdo para apoyar esa dirección y seguirla se define como yin.

Después, durante la curación, el sanador, que actúa como yang, establece el procedimiento; el sujeto, por su parte, acepta estar abierto y receptivo (yin) a fin de satisfacer sus necesidades, según lo definieron ambos.

El sanador, por consiguiente, no pregunta al sujeto cómo se debe realizar la curación ni tampoco sigue sus instrucciones. Si lo hace, estará dejando el proceso en manos del sujeto. Considerando que la curación se llevará a cabo según las percepciones del sanador, es él quien deberá dirigir las actividades durante la curación. Desde luego, esta labor se tendrá que realizar tomando en consideración la sensibilidad del sujeto, aunque sigue siendo el sanador quien está generando la curación, y el sujeto deberá hacer suya esta percepción. Si éste último no confía en las técnicas del sanador o no está de acuerdo con ellas, deberá suspender el proceso y buscar su curación de otra forma. O con otro sanador.

Siempre existe otro camino.

Las funciones y percepciones del sanador se pueden clasificar en dos categorías de curación: la curación clásica y la de primeros auxilios. La primera establece

condiciones óptimas de curación, aunque no constituyen necesariamente un requisito. Si no se tienen, podemos funcionar como sanadores en una situación de primeros auxilios. Aun en estas circunstancias deberemos mantener la percepción de que la curación ya está ocurriendo.

Así como podemos afirmar que una curación se puede estimular mediante luces tenues y música, por ejemplo, también es importante saber que, en caso de necesidad, es posible llevar a cabo una curación en Times Square con el ruido del tráfico y los Rolling Stones cantando Brown Sugar junto a nosotros. En nuestro papel de sanadores debemos mantener siempre la percepción de que la curación ya está teniendo lugar y está siendo efectiva.

Independientemente de la forma de curación, clásica o de primeros auxilios, y de que utilicemos Luz Blanca, los chakras o formas de pensamiento, siempre nos prepararemos de la misma forma, es decir, entrando en un estado de consciencia en el cual sintamos la energía y en el que la curación se pueda llevar a cabo. Esto lo describo en capítulos posteriores: «Ejercicios básicos de energía» y «Cómo dirigir la energía». El conocimiento de los preliminares de la curación no sería completo si no se leen tales capítulos y no se realizan los ejercicios descritos en ellos.

Una vez hechos los ejercicios mencionados, estarás preparado para comprender mejor y seguir los procedimientos descritos en los siguientes capítulos, así que tómate algo de tiempo para realizar esos ejercicios ahora.

Como último paso en la preparación para la curación en la que estás a punto de participar, recuerda siempre que nunca se te presentará una curación que no seas capaz de hacer.

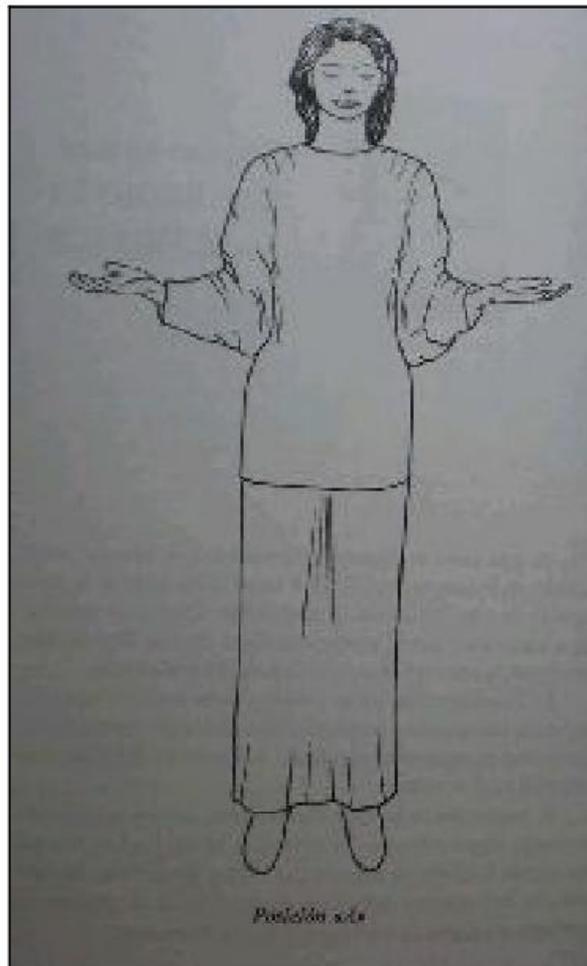
Todo se puede curar.

Cómo curar mediante la Luz Blanca

En este caso, el sanador empleará la Luz Blanca como modelo de bienestar o integridad física a fin de crear la percepción de que la curación ha ocurrido. Cuando el sanador haya imaginado que el sujeto está lleno de Luz Blanca, eso provocará la percepción de que la persona está curada.

La Luz Blanca se utiliza debido a todas sus positivas asociaciones con pureza y espiritualidad. Además, representa la integridad porque contiene todos los colores del espectro. Integridad es bienestar.

Si pensamos en un tubo fluorescente, vemos que cuando la energía fluye a través del tubo, éste brilla. La Luz Blanca representa también la energía que fluye libremente, lo cual coincide con nuestra definición de salud como un regreso al bienestar mediante la eliminación de los bloqueos.





Si la Luz Blanca representa la energía que fluye libremente, la energía que no lo hace de tal forma estará representada por las sombras. Cuando una persona está llena de Luz Blanca, y aparecen sombras, el sanador deberá saber que éstas representan tensiones sobre las cuales se deberá aplicar más Luz Blanca. Cuando la luz se encuentra con la sombra, lo que permanece es luz. Las tensiones pueden ser de la consciencia, del cuerpo físico, o de ambos. Al disolverse las sombras se disuelven las tensiones.

Lógicamente, si el sanador siente tensiones en el cuerpo de la persona (por ejemplo en los hombros) o tiene conocimiento de que existen tensiones dentro del cuerpo del sujeto, sabrá también que cuando mire en el interior verá sombras. Si no es así, tendrá que ajustar sus percepciones hasta que éstas sean acordes con lo que sabe que es cierto a nivel físico. Entonces comenzará desde ese punto, y las sombras se disolverán, las tensiones se liberarán y la salud podrá manifestarse.

En la curación clásica con Luz Blanca, el sujeto se sienta cómodamente, con los pies sobre el suelo, con las manos abiertas y relajadas en su regazo, y con los ojos cerrados. El sujeto no usará gafas ni ningún otro tipo de prótesis. Viendo que el sujeto está abierto y listo para la curación, el sanador puede comenzar con la Posición de Partida Básica «A», descrita en el capítulo «Ejercicios básicos de energía».

Al sentir la energía en sus manos, el sanador sabe que se encuentra en un estado ideal de consciencia en el que la curación puede ocurrir. Después, decide que lo que está sintiendo es Luz Blanca que irradia desde sus manos. El sanador colocará entonces las manos suavemente en los hombros de la persona a quien va a curar.

Aunque para el proceso de curación no es necesario tocar al sujeto, esto le proporciona una sensación de seguridad y abre algunos niveles de comunicación entre el sanador y el sujeto. Recordemos que el sentido del tacto está relacionado con el Chakra Verde (el Chakra Cardíaco) y con el aspecto de relación con la persona que se encuentra en el interior del cuerpo. Los hombros se relacionan con el Chakra Azul, que a su vez se asocia con la disposición del sujeto para estar abierto y recibir. Así, cuando el sanador pone sus manos sobre los hombros del sujeto, puede sentir el grado de apertura que la persona tiene para el proceso de curación.

Hay que hacer hincapié en que el tacto es luz y en que en este tipo de curación no existe ningún tipo de manipulación ni presión.

El sanador, cuyas manos brillan con Luz Blanca, imagina que está llenando al sujeto con esa luz a través de los hombros hasta la parte superior de la cabeza, bajando después a través del cuerpo hasta los dedos de los pies, llenando también los brazos, hasta la piel. Esto puede hacerse dejando las manos sobre los hombros del sujeto.





En caso de que el sanador sienta que le es difícil entrar en el cuerpo, y por lo tanto, en la consciencia del sujeto, deberá comunicarlo a la persona en silencio, de espíritu a espíritu. Como si fuera una conversación imaginaria en la que se dice algo así: «Estoy aquí para curarte, pero tengo dificultad para poder entrar. ¿Podrías por favor abrirte de tal modo que te pueda ayudar como yo sé hacerlo?» Generalmente, después de esto, el flujo resulta más fácil. Si no es así, habrá que comunicarlo más alto. Si todavía hay resistencia, admítelo y di al sujeto que debe trabajar con otro sanador, de otra forma o en otro momento.

El sanador puede imaginarse a sí mismo llenando al sujeto de Luz Blanca de cualquier manera que elija. Puede imaginar una sustancia blanca que fluye desde sus manos y llena al sujeto; o bien puede imaginar que el sujeto se encuentra lleno de millones de pequeños tubos fluorescentes y que cuando la energía que sale de las manos del sanador toca esos tubos en una zona particular del cuerpo, dicha zona comienza a brillar.

Si mientras tiene sus manos sobre los hombros del sujeto, el sanador siente que los músculos están tensos, sabrá que cuando «mire» verá sombras. Las sombras son tensiones. El sanador no necesita dar masaje en los hombros del sujeto, sino sólo hacer brillar la Luz Blanca en sus manos y cuidar de que esa Luz Blanca funda las sombras como una lámpara incandescente funde el hielo. Cuando lo haga, sentirá los hombros del sujeto relajados, sin ninguna presión física por parte del sanador.

En el momento en que el sujeto se llene de Luz Blanca, es conveniente que el sanador

recuerde en qué zona detectó las sombras que imaginó y que fueron fundidas con la Luz Blanca. Esta información puede transmitirse al sujeto en forma de retroalimentación, permitiéndole de ese modo saber en qué sitio fueron liberadas las tensiones que se percibieron.

Cuando el sanador ve al sujeto lleno de Luz Blanca, es porque ha creado la percepción de que la curación ha tenido lugar. En ese momento la curación está completa y el sanador deberá comunicárselo al sujeto en voz alta de la siguiente forma: «Puedes abrir los ojos cuando gustes», y esperar la respuesta del sujeto.

El sanador creó la percepción de que la curación ha ocurrido; ahora necesitará saber hasta qué punto el sujeto está de acuerdo con tal percepción. Esto lo podrá averiguar preguntando al sujeto: «¿Te sientes igual o diferente?» Para contestar, la persona necesitará analizar su experiencia de ese momento, compararla con la de antes y hacer de su primera comunicación con el sanador una expresión positiva de lo que ha experimentado hasta ese momento.

Si la respuesta del sujeto no es como la que acabamos de describir, el sanador deberá dirigir la atención de la persona hacia lo que está experimentando en ese instante y estimular un tipo de respuesta sobre algunos efectos positivos de la curación que el sujeto haya notado hasta ese momento, algo que, de hecho, será cierto.

Si después de lo anterior queda todavía algún síntoma, el sujeto puede comunicarlo y el sanador puede volver a pedirle que se abra, a fin de terminar la curación. El sanador enviará Luz Blanca a la zona corporal que no se encuentra todavía curada.

El sanador llenará esa zona con Luz Blanca y eliminará las sombras que encuentre allí y que causaban molestia. Después, puede pedirle a la persona que abra los ojos y puede preguntarle si se siente igual o hay alguna diferencia.

Esto puede continuarse hasta que el síntoma quede eliminado por completo, o hasta haber repetido el proceso las suficientes veces como para quedar claro que la curación, hasta ese momento, ha surtido ya todos los efectos que podía tener en dicha sesión.

El sanador podrá evaluar si otras técnicas, como trabajar con los chakras o con formas de pensamiento, pueden ser efectivas para eliminar totalmente los síntomas. Generalmente, una combinación de estas técnicas da buenos resultados cuando con una de ellas se aprecia algún tipo de resistencia.

El sanador puede mantener la percepción de que los efectos positivos continuarán por algún tiempo y que los efectos totales se manifestarán pronto. Podemos afirmar que la curación siempre ocurre, aun cuando haya resistencia para lograr un alivio inmediato de los síntomas, pues tanto la comunicación como la aceptación de esta resistencia puede considerarse un paso más en el camino hacia la curación total.

Cuando utilizamos la Luz Blanca como instrumento de primeros auxilios, la

posición física del sujeto no influye en lo más mínimo, pero eso sí, será muy importante el hecho de llenar de Luz Blanca al sujeto a fin de reducir o eliminar el síntoma que requiere atención. Siempre que sea posible, esto se puede llevar a cabo mientras se toca al sujeto en cualquier parte, dado que el sentido del tacto brinda cierto grado de tranquilidad que es necesario en situaciones de emergencia, además de funcionar como vehículo para el bienestar que proporciona la Luz Blanca.

Si el sanador no se encuentra lo suficientemente cerca para tocarlo, es posible imaginar al sujeto lleno de Luz Blanca, mantener la percepción de que se siente cada vez mejor y de que el problema está totalmente resuelto o en vías de solución. Cuando el sanador mantiene esa percepción, la forma de pensamiento de la curación completa entra en el éter, contribuyendo a la co-creación que llamamos realidad externa y a la curación real en el nivel físico. Nuestras percepciones crean nuestra realidad.

Mantén la percepción de que todo se puede curar.

Cómo curar trabajando con los chakras y las formas de pensamiento

Dentro de la curación clásica, el sanador puede utilizar los colores de los chakras para crear un modelo de bienestar. Si el sanador ve en un chakra un color diferente al «natural» de ese chakra, podrá quitar ese color y remplazarlo por el que le corresponde. Cuando un color se encuentre en su chakra apropiado (rojo en el Chakra Rojo, naranja en el Chakra Naranja, etc.), el sanador habrá creado la percepción de que la persona ha recobrado su salud.

Cuando se utilizan los colores de los chakras como modelos de salud, el sanador puede combinarlos con formas de pensamiento o bien trabajar sólo con los colores. No es incorrecto trabajar sin formas de pensamiento, pues de todos modos los chakras representan todo lo que sucede en la consciencia de la persona, así que nada más es necesario.

Quienes apoyan la idea de trabajar con formas de pensamiento y chakras al mismo tiempo, argumentan que esto proporciona más detalles acerca de lo que ha sucedido en la consciencia del sujeto y nos hace comprender más profundamente la descripción de sus síntomas.

Cuando se emplean las formas de pensamiento en combinación con los chakras, continúa siendo el color correspondiente a cada chakra el que determina el grado de bienestar; por lo tanto, se deberá eliminar cualquier forma de pensamiento que aparezca, independientemente de que sea positiva o negativa, ya que si la dejamos ahí, la imagen final será diferente del modelo de salud que estamos empleando.

En ocasiones, el sanador se encontrará con una forma de pensamiento cuyo objeto será avisarle de que debe comunicar algo al sujeto («hubo ángeles en tu Chakra Índigo» o «alguien a quien quieres estuvo contigo en tu Chakra Verde», por ejemplo). El sanador trabajará con la curación clásica basada en los chakras como se describió anteriormente; si se presentaran formas de pensamiento, se trabajará con cada una de ellas, antes de desplazarse al siguiente chakra.

Cuando la forma de curación clásica no resulta práctica, como en situaciones de emergencia, o en primeros auxilios, el sanador trabajará con la Luz Blanca o con formas de pensamiento, debido a la velocidad y facilidad con que se pueden aliviar los síntomas utilizando estas técnicas. Trabajar con formas de pensamiento es especialmente útil para aliviar inmediatamente dolores o jaquecas; por ejemplo, con válvulas de presión, aunque el trabajo con los chakras proporciona más detalles acerca del estrés en áreas específicas de la consciencia del sujeto; sin embargo, para esto se necesita más tiempo.

Aunque en los primeros auxilios se suelen usar formas de pensamiento, hay ocasiones en que es apropiado el trabajo con los chakras. Por ejemplo, si alguien abandona su cuerpo (como sucede en un ataque epiléptico o en un desmayo), esta

técnica puede hacer rápidamente que la persona vuelva en sí, enviando raíces desde su Chakra Rojo hasta la tierra y trayendo de ella alimento para dicho chakra. Debido a que este chakra tiene que ver con la relación de la persona con su cuerpo físico, esta técnica suele ocasionar una rápida vuelta en sí de la persona.

En la curación clásica con los chakras, el sanador empieza el trabajo como lo haría con la curación basada en la Luz Blanca, asegurándose de que el sujeto se encuentre sentado con los pies sobre el suelo y con las palmas de las manos mirando hacia arriba, relajadas y colocadas sobre su regazo, con los ojos cerrados, reflejando una actitud interna de apertura y receptividad.

El sanador comienza en la posición estándar de inicio «A» sintiendo en sus manos la energía, lo cual le indicará que la curación se puede realizar. Luego, decide que esa energía que siente es Luz Blanca que irradia de sus manos.

El sanador pone las manos suavemente sobre los hombros del sujeto, apenas haciendo contacto, e imagina que rápidamente llena a la persona de Luz Blanca. En la curación con la Luz Blanca, esto se realizaba con objeto de ver curada a la persona al visualizarla llena de Luz Blanca, lo cual tardaba entre cinco y quince minutos. En este caso la intención es diferente. Pues vamos a actuar con mayor nivel de detalle, trabajando con los chakras.

Ninguna forma de curación es menos efectiva o más efectiva que otra. Cada una de ellas se puede utilizar para curar cualquier cosa. En este caso, llenar al sujeto con Luz Blanca le provoca al sanador la impresión de que está entrando en la consciencia de la persona en su nivel más profundo y de que lo que verá durante la curación, lo apreciará desde ese nivel profundo. En llenar al sujeto con Luz Blanca se puede tardar solamente dos minutos; el sanador tendrá alguna imagen que le diga que se encuentra en ese nivel profundo, en el centro de la consciencia del sujeto. Puede ser un tubo situado en el centro del sujeto o una imagen de éste situada también en ese punto. Al llenar de Luz Blanca al sujeto, puede que algunos aspectos se estén ya curando, quizás se elimine una coraza o se abra una concha.

Una vez que el sujeto se ha llenado de Luz Blanca, el sanador lo tocará en las distintas partes del cuerpo que corresponden a cada chakra, sin hablar y sólo viendo lo que hay, haciendo lo que debe hacer para crear la percepción de que la curación ha ocurrido. Nuevamente debo decir que el sujeto puede curarse se le toque o no, sin embargo, la curación de contacto le proporcionará adicionales niveles de comunicación y tranquilidad.



Debido a la sensibilidad que mucha gente experimenta cuando se le toca su Chakra Rojo (localizado en el perineo, entre el ano y los órganos sexuales), la mayoría de los sanadores suelen trabajar más fácilmente en la base de la columna.



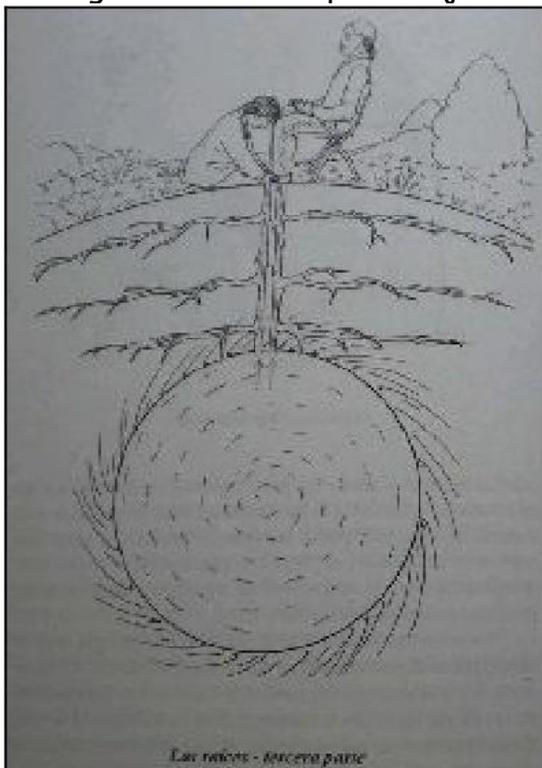
Si se trata de algún problema importante a nivel del chakra, sería conveniente considerar tocar a la persona en la región que necesita ser curada; en caso contrario, el sanador puede proceder, como dije, en la base de la columna, o bien poniendo su mano debajo de la silla, directamente debajo del área que se necesita aliviar. Manteniendo su mano en la posición indicada, el sanador imagina un flujo de energía procedente de sus manos o de sus dedos y crea una bola de energía color rojo claro en el punto en que se localiza el Chakra Rojo. Si se ve otro color, recordará cuál es, pero lo quitará y lo remplazará por el rojo. Cualquier otra forma de pensamiento que surja también se deberá eliminar.

Cuando el Chakra Rojo se encuentra en su estado puro, el sanador pedirá a este chakra que envíe sus raíces hacia abajo, por las piernas y hacia los pies, teniendo cuidado de ver lo que sucede y estimulando las raíces, en caso de ser necesario. Entonces el sanador podrá cambiar de posición y poner sus manos en las rodillas del sujeto y a continuación en los pies, imaginando lo que ocurre debajo de ellos y cambiando de posición en caso de necesidad.



Cuando las raíces toquen la bola de energía que se encuentra en el centro de la tierra, la respuesta deberá ser inmediata. La alimentación deberá comenzar a fluir instantáneamente desde las raíces hacia las piernas hasta llegar al Chakra Rojo. Si no sucede así, el sanador se verá obligado a estimular el proceso y hacer lo necesario para que éste se realice.

Puede resultar útil mantener un diálogo interno con el sujeto, haciéndole preguntas, imaginando sus respuestas y hablando con las raíces durante el proceso. Cuando la energía fluya por las raíces, el sanador podrá volver a colocar su mano en el Chakra Rojo para analizar lo que está sucediendo en ese punto y asegurarse de que la energía sea asimilada por el sujeto.





El Chakra Naranja

En lo que respecta a los demás chakras, el sanador trabajará a un lado del sujeto, con una mano tocando su parte frontal y la otra tocando su espalda. No importa si el respaldo de la silla se interpone, pues la consciencia puede desplazarse a través de cualquier cosa. A nivel del Chakra Naranja, el sanador imaginará un flujo de energía que proviene de cada una de sus manos, creando una bola del color correspondiente. Se le deberá prestar atención a cualquier forma de

pensamiento que aparezca. Cuando el Chakra Naranja se encuentre en su estado normal se deberá repetir el proceso con el Chakra Amarillo.

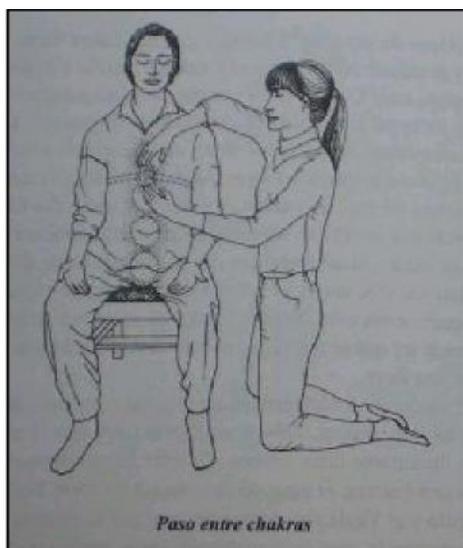
Antes de proceder a trabajar con el Chakra Verde, una mano se deberá mantener en el Chakra Amarillo y colocar la otra mano en el Chakra Verde con objeto de asegurarse de que existe un canal puro entre los dos chakras, un pasaje a través de la membrana de la que hablamos en un capítulo anterior.

El sanador imaginará cada uno de los chakras como si se encontrara en una habitación, y pidiera al techo del Chakra Amarillo que se abriera, así como al suelo de la habitación del Chakra Verde. Idealmente, los dos se abrirán como dos diafragmas del iris; entonces los dos chakras podrán verse, con un espacio entre ellos. Si la persona está un poco a la defensiva, puede ser que se cierre, y entonces el sanador deberá abrirla con una llave.

Cualquier otra imagen que no incluya un espacio abierto entre los dos chakras, deberá cambiarse hasta que la energía fluya libremente entre ambos. Cuando la membrana actúe como una barrera, el paso de la consciencia entre el Chakra Amarillo y el Verde será experimentado por la persona como una resistencia, que se manifestará como enojo, tristeza o alguna otra emoción negativa y hará sentirse mal al sujeto. Cada vez que éste se desplace entre los dos chakras experimentará esa membrana de resistencia, hasta tanto ésta no sea eliminada.

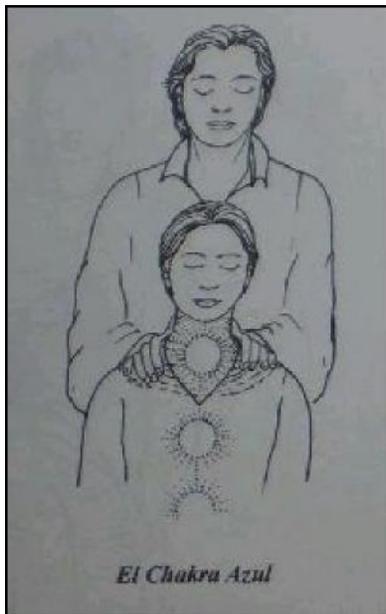
Toda barrera entre dos chakras representa una barrera en la consciencia del sujeto. En este caso puede tratarse de un conflicto entre la idea de libertad y la de permanecer dentro de una relación, o entre control y aceptación. Al abrir el camino se le facilita al sujeto llevar su consciencia de un chakra a otro y se elimina el conflicto de la consciencia de la persona. Entonces, verá como son compatibles ambas ideas.

Después de abrir el camino entre los dos chakras, el Chakra Verde quedará curado, del mismo modo que el Chakra Naranja y el Amarillo, poniendo una mano en la parte frontal de la persona en contacto con ella y la otra detrás, haciendo que la energía fluya desde ambas manos y formando una bola del color correspondiente a cada chakra. A algunos sanadores les agrada imaginar un verde esmeralda en su propio Chakra Verde y enviarlo luego a través de sus brazos al Chakra Verde del sujeto y ver lo que sucede. Ello proporciona una sensación de conexión, tanto al sanador como al sujeto.



En lo que respecta al Chakra Azul, las manos deberán ponerse siempre en los hombros, no de frente ni atrás, a fin de que el sujeto no tenga la sensación de ser estrangulado. Teniendo una mano en cada hombro, el sanador imaginará un flujo de energía proveniente de cada una de ellas, el cual formará una bola de color azul cielo en el lugar del Chakra Azul. Cualquier otra forma de pensamiento, como cadenas, objetos, etc., se deberá eliminar en cuanto aparezca.





Una vez que el Chakra Azul haya recobrado su estado normal, el sanador, mientras permanece a un lado del sujeto, le pedirá al chakra que extienda sus ramificaciones por los brazos, poniendo una mano en la parte de atrás del Chakra Azul y la otra tocando la palma de su mano de ese lado. Luego, el flujo de energía azul se deberá extender más allá de la palma de la mano, hasta donde parezca una distancia razonable (la mayoría de los sanadores piensan que lo adecuado es entre ocho y diez metros).

Luego se deberá repetir el proceso en el lado contrario; entonces habrá un punto en el cual las dos corrientes de energía se encuentren. De no ser así, se las deberá «apuntar» una hacia la otra hasta lograr reunirlas. En ocasiones, en el punto donde los dos rayos se unen, surgirá alguna imagen.

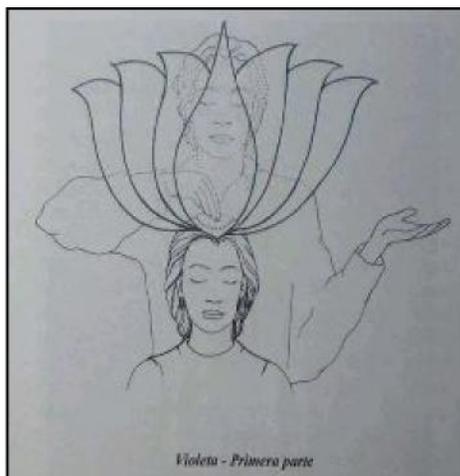




Si así ocurre, ello representará un objetivo en la consciencia de la persona. Tanto para el sujeto como para su salud puede ser importante conocer qué es lo que el sanador ha visto en ese punto.

En el Chakra índigo, las manos se pueden colocar de nuevo delante de la cabeza y detrás de ella, a la altura de la frente, procediendo con la curación como se hizo con los chakras Naranja, Amarillo y Verde.

A algunos sanadores les gusta imaginar el Chakra índigo como una ventana. Suelen mirar por esa ventana para ver el interior de la habitación, en la cual todo debe ser índigo, el color azul de media noche. El sujeto debe verse sentado en el centro del cuarto, mirando hacia afuera por la ventana.



En ocasiones, lo que se ve en la habitación muestra las relaciones que la persona tiene con su casa, con su vehículo, es decir, su cuerpo físico, así como su relación con la espiritualidad. Lo que se vea deberá comprenderse en función de este contexto. Recuerda que el Chakra Índigo representa la visión que la persona tiene de sí misma,

como un espíritu que habita en su cuerpo biológico.

La visión hacia afuera deberá mostrar un claro cielo nocturno; cualquier otra imagen tendrá que cambiarse hasta que aparezca ésta. La vista que se obtiene al mirar a través de la ventana muestra la visión del sujeto sobre sí mismo en relación con su vehículo; asimismo, refleja su capacidad para dirigir su visión espiritual hacia el exterior y enfocarla en lo que sucede alrededor suyo.



En cuanto al Chakra Violeta, se pondrá una mano en la parte superior de la cabeza del sujeto, manteniendo contacto con ella, formando una bola de energía de color violeta. A continuación, el sanador pedirá al Chakra Violeta que se abra. Lo ideal es que esto ocurra con cierta facilidad, a semejanza de una flor de loto que se abre hasta su parte más profunda. De no ser así, se deberá eliminar cualquier tipo de barrera y se le deberá pedir nuevamente al chakra que se abra. Finalmente, ya con el chakra abierto, el sanador pedirá a la Luz Blanca que llene al sujeto desde arriba, a través del Chakra Violeta, llenándolo desde los dedos de los pies hacia arriba, pasando por cada uno de los chakras, desde el rojo hasta el violeta, haciéndolos brillar y parecer más claros de lo que antes eran.

Una vez que el sujeto está lleno de Luz Blanca hasta que ésta se desborde, cada uno de los chakras brillará con su color natural y ya no surgirán más formas de pensamiento. El sanador habrá creado la percepción de que la curación está completa.

Entonces, le dirá al sujeto que puede abrir los ojos cuando lo desee y le preguntará si se siente igual o diferente. Se deberá alentar a la persona para que perciba alguna diferencia en su consciencia y en su cuerpo, así como hacer que su primera comunicación con el sanador acerca de lo que ha experimentado hasta ese momento sea positiva.

Si hay síntomas que no se han aliviado por completo, el sanador podrá optar por

atenderlos o bien podrá esperar a que el sujeto haya recibido retroalimentación sobre lo sucedido hasta ese instante.

El sanador deberá darle al sujeto la bienvenida a la nueva consciencia con un abrazo. De esta forma ambos podrán juntar sus corazones y agradecer la oportunidad de haber sido un vehículo para el amor y la curación.

Tras terminar con la retroalimentación y haber eliminado los síntomas, otro abrazo más completará la curación en la consciencia del sanador así como en la del sujeto. Cuando éste se halle ya curado no habrá tareas, nada más que hacer, ni tratamientos posteriores. El sujeto podrá continuar con su vida. Por su parte, el sanador eliminará cualquier sentimiento de protección o de cuidado acerca del sujeto y mantendrá la percepción de que ya está curado, con lo cual ya no necesitará ayuda alguna del sanador.

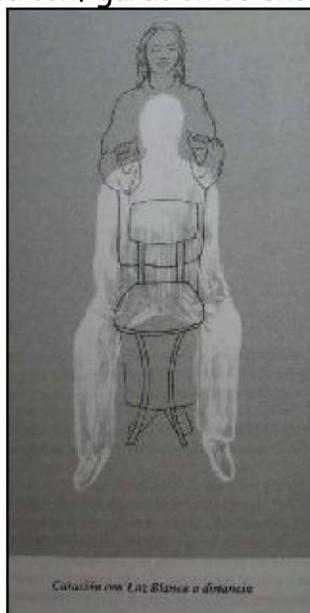
De esa forma, tanto el sujeto como el sanador podrán experimentar su libertad.

Todo se puede curar.

La curación a distancia

Cualquier cosa que seas capaz de hacer en contacto con el sujeto, también la podrás hacer a distancia. El grado de lejanía no importa: puedes estar en cualquier lugar, separado de él unos cuantos milímetros o miles de kilómetros. De hecho, no trabajamos con el cuerpo físico, sino con la consciencia, la cual no entiende de limitaciones de tiempo ni de espacio.

Lo que ves y curas es siempre la consciencia, tanto si trabajas con Luz Blanca, chakras o formas de pensamiento. Trabajas con lo que el sujeto experimenta en su consciencia y tu labor se orienta hacia el restablecimiento del bienestar y la integridad en la consciencia del individuo. Desde luego, al suceder esto, el cuerpo físico podrá recobrar su equilibrio en la nueva configuración de energía creada con la curación.



Si existieran razones para no tocar al sujeto, de orden filosófico o religioso, por ejemplo, el sanador podrá actuar de la misma forma que en una curación de contacto, simplemente manteniendo sus manos alejadas del cuerpo sin establecer un contacto real y trabajando a una distancia de milímetros o centímetros del cuerpo del sujeto. Aunque el contacto físico proporciona niveles de comunicación adicionales además de generar otros beneficios, es importante reconocer que hay ocasiones en las que el contacto puede violar la intimidad del sujeto. En estos casos la curación a distancia brindará los mismos beneficios.

Al trabajar a una distancia de milímetros o centímetros del sujeto, el sanador verá todo lo que observaría si estuviera tocando al sujeto, aunque con una sensación de contacto diferente.

Dado que trabajamos con la consciencia más que con el cuerpo físico, a distancia podremos actuar igual que si el sujeto estuviera físicamente en la silla. Podemos

trabajar con una silla vacía, imaginando que el sujeto está sentado en ella; veremos y sentiremos todo de la misma forma que si la persona estuviera sentada junto a nosotros y trabajáramos a centímetros de distancia sin tocarla físicamente.

En este caso se comenzaría con la Posición Básica «A» sintiendo la energía en las manos y decidiendo que esa energía es Luz Blanca. Seguidamente, el sanador pondrá sus manos donde se encontrarían los hombros del sujeto e imaginará que está llenando a la persona de Luz Blanca.

El sanador verá las mismas imágenes en la consciencia del sujeto, ya que la consciencia sigue siendo el elemento con el que está trabajando. Para que la interacción sea óptima, el sanador le informará al sujeto del momento en que se llevará a cabo la curación, a fin de que la persona permanezca conscientemente abierta en el instante de recibirla.

Si no lo hace de esa manera, la curación permanecerá desarrollándose a nivel etérico hasta que el sujeto se abra para recibir los efectos benéficos de la misma; esto sucede por lo general cuando la persona se va a dormir, ése es el momento en que dichos efectos pueden manifestarse.

Naturalmente, siempre resulta útil que el sanador ofrezca retroalimentación al sujeto acerca de lo que visualizó, de lo que hizo y de lo que ello significa para el sanador, de forma que el sujeto pueda orientarse más fácilmente hacia la nueva consciencia y pueda experimentar su totalidad.

Del mismo modo que es posible trabajar con la Luz Blanca a distancia, podemos también trabajar con formas de pensamiento y con los chakras, imaginando que el sujeto se encuentra sentado en una silla físicamente vacía, colocada frente al sanador. Tal vez al principio se sienta un poco raro trabajando de este modo, pero tan pronto sienta cómo se mueve la energía, experimente el sistema de energía del sujeto, y compruebe la retroalimentación que ha visto, se dará cuenta de que la efectividad del trabajo no ha disminuido a causa de la distancia. Sabrá igualmente que puede curar a cualquier persona, dondequiera que esté y en cualquier momento.

Algunos sanadores, sin embargo, se sienten más cómodos trabajando con una consciencia distante pero con la ayuda de un sujeto sustituto sentado en la silla. Es decir, otra persona acepta sentarse en la silla para ocupar el lugar del sujeto real a quien se deberá curar, pero en este caso, en lugar de ver el sistema de energía del sujeto sustituto se percibe el del sujeto real. Después, la persona que ocupa el lugar de la que se encuentra lejos, a pesar de ignorar lo que se habrá de curar, podrá proporcionar al sanador retroalimentación sobre lo que experimentó durante la curación.

La persona puede sentir en su cuerpo algo relacionado con los síntomas que se deben aliviar, o quizá vea imágenes que el sanador podrá asociar con lo que se ha curado. Aunque esto se realiza por lo general de manera inconsciente, en ocasiones sucede de manera espontánea, sin conocimiento del sanador hasta que éste se da cuenta de que el sistema de energía que ha visto y con el que ha estado trabajando no corresponde en absoluto al

de la persona que está en la silla. Todo lo que ve es correcto. Es como si la persona que se encuentra en la silla estuviera «espiritualmente» de acuerdo en estar allí para que la curación ocurra, recibiendo al mismo tiempo también sus beneficios.

Puede también ocurrir que quien necesite curación sea la consciencia de alguien relacionado con el sujeto, por el hecho de estar preocupado por esa persona. En este caso, uno de los efectos de la curación a distancia realizada a través del sujeto será el alivio de esa preocupación. La curación adopta múltiples formas.

En todas las formas de curación expuestas hasta este momento se da un sentido de vinculación entre el sanador y el sujeto. También son posibles otras formas de curación, basadas de algún modo en ese vínculo. Así, a través del vínculo que se establece con la consciencia de una persona mediante su voz, la curación puede ocurrir mientras se habla por teléfono con el sujeto. También en este caso el sanador puede trabajar con la Luz Blanca, con los chakras y con formas de pensamiento, y podrá sentir la consciencia del sujeto así como recibir retroalimentación sobre la efectividad del trabajo que está realizando.

Naturalmente, trabajar con la foto de una persona puede desencadenar el mismo sentido de vinculación, si el sanador conoce a esa persona o ha tenido algún contacto previo con ella, con lo cual la curación podrá tener lugar.

Si el destinatario de la curación a distancia es un sujeto con quien el sanador no ha tenido ningún contacto previo, éste podrá utilizar una fotografía para «encontrar» la consciencia del sujeto, con lo cual la curación se llevará a cabo. De hecho, con sólo proporcionarle al sanador el nombre de la persona y algo de información acerca de ella, será posible localizar su consciencia y llevar a cabo la curación. Esa información puede contener datos sobre la enfermedad, la edad del sujeto, o bien sobre algunas de sus características físicas.

Es como si el sanador pidiera a la Consciencia Universal que encontrara a un ser con ese nombre y esa información, y esta Consciencia devolviera la «dirección del sujeto». Después, el sanador podrá preguntar a la persona que proporcionó el nombre del sujeto por otras características suyas a fin de asegurarse de que se trata del sujeto correcto: «¿Esta persona es pelirroja? ¿Sí? Está bien, podemos comenzar».

Hay otro tipo de curación a distancia que es utilizada por algunos sanadores que han alcanzado cierto grado de evolución: es la curación empática, cuyos únicos requisitos para practicarla es saber perfectamente quién es uno y qué es lo verdadero para uno.

En este tipo de curación, el sanador se siente vinculado con el sujeto por medio de una sensación de empatía que hace que el sanador viva la experiencia del sujeto como si fuera suya. Es como si se encontrara en el interior de la consciencia de quien recibirá la curación y experimentara lo que el sujeto está experimentando.

A fin de saber que la consciencia que está experimentando no es la de él, el sanador lógicamente deberá conocer muy bien su propia consciencia para darse cuenta

de que lo que está experimentando no guarda ninguna relación con las tensiones que pudieran existir en su consciencia. Si ve que lo que siente no es suyo, podrá preguntarse a quién pertenece y luego reconocer de quién es la consciencia que está experimentando. Es posible que se vea de pie o caminando del modo en que el sujeto suele hacerlo, o bien que vea el rostro de la persona al mirar el suyo.

Al vincularse de esa manera con el sujeto, el sanador sabe que cuando éste se cure de algún síntoma, también él se sentirá curado, lo sentirá como una experiencia propia.

De la misma forma, cuando el sanador libere la tensión de su propia consciencia, si sigue existiendo el vínculo con el sujeto, éste experimentará la misma liberación de forma simultánea.

Obviamente, existen otras posibilidades de curación a distancia, como puede ser la curación por la mirada. En este caso, la mirada del sanador ve al sujeto como completo y curado e insiste en mantener esa percepción, o la curación por medio del pensamiento, que se lleva a cabo de la misma forma.

A medida que trabajes cada vez más con estos tipos de curación, se te hará más evidente el hecho de que no hay límite para las diversas formas en que podemos utilizar nuestras percepciones a fin de ayudar a otras personas a recobrar su integridad física. Asimismo, te darás cuenta de que si puedes influir en la estructura biológica mediante tus pensamientos, también serás capaz de cambiar cualquier cosa en el mundo físico, con lo cual se volverán más evidentes para ti otras dimensiones de curación. Notarás que se te presentan situaciones para poner en práctica tus habilidades de sanador y serás capaz de discernir la forma de curación adecuada para cada situación.

De igual forma, tendrás la capacidad de llevar a cabo tu trabajo sin que importe el lugar. Con la práctica suficiente para generar una sensación de confianza en tus impresiones subjetivas (que son los instrumentos que utilizas en la curación), te sentirás tan cómodo trabajando con la curación a distancia como con la curación de contacto. Todo se puede curar.

Tú puedes curarlo todo.

La autocuración

Todo lo que puedas hacer por otros lo puedes hacer también por ti mismo. Después de todo, posees el mismo sistema que las personas a quienes has curado con éxito. Todo es posible cuando ves tu propio cuerpo de la misma forma en que ves el de los demás, como el vehículo de la consciencia, y más aún, como parte de un sistema de energía.

Desde luego, si permaneces en contacto contigo mismo, si siempre comprendes a tu consciencia y el lenguaje que ella utiliza, y si respondes a él de manera consciente, no necesitarás curación alguna. Si bien es cierto que no son muchos los seres de este planeta que han alcanzado este nivel de perfección, también es verdad que no existe ninguna razón para creer que no está a tu disposición en este mismo momento.

Si desarrollas algún síntoma, sé indulgente contigo mismo, admite que aún estás aprendiendo y que no has terminado todavía de trabajar con tu persona. Si ves que surge un síntoma que debe aliviarse significa que estás repitiendo alguna conducta anterior y que necesitas cambiar algo en tu consciencia a fin de que dicha conducta no se vuelva a repetir.

Para estar seguro puedes recordarte el mensaje muchas veces o escucharlo de forma cada vez más anticipada, permaneciendo en contacto con tu sistema de dirección interno, es decir, con tu intuición.

Puedes optar por curarte a ti mismo o permitir que otra persona te cure. Haz lo que sea necesario para aliviarte de ese síntoma y recobrar la salud y la felicidad, pues ambas constituyen tu estado natural.

La curación puede llevarse a cabo como primeros auxilios o bien mediante una meditación curativa.

Como primeros auxilios, podrás eliminar dolores y jaquecas de la misma manera que lo harías al curar a otra persona, por ejemplo, mediante formas de pensamiento, válvulas de presión, etc. En ese momento deberás verte a ti mismo tan sólo como un sistema de energía y no involucrarte emocionalmente en el sistema que piensas aliviar. Así pues, estarás en disposición de eliminar el dolor y sentir que éste se ha marchado. Deberás concentrarte en la zona en cuestión e imaginarte que la curación ya se está llevando a cabo. Podrás curar cortes y heridas, observando el proceso, con los vasos sanguíneos sellados y la piel totalmente restaurada, insistiendo en la percepción de que la curación ya se ha llevado a cabo y está terminada.

Al aliviar un dolor de cabeza y sentir cómo este abandona tu consciencia, notarás que al mismo tiempo ciertos pensamientos abandonan también tu consciencia. Es como una nube que se marcha. Sabrás que se trataba de pensamientos asociados con el síntoma que habías creado. No persigas esos pensamientos queriendo saber más acerca de su naturaleza. Sólo vigila que se vayan y experimenta el aumento de

claridad que queda en tu consciencia.

Si pasas el tiempo con un pie en cada realidad, a veces en una burbuja y a veces en otra, podrás ver los efectos de tus pensamientos y te darás cuenta de que cuando tienes un determinado pensamiento, experimentas cierto síntoma, y que cuando el pensamiento que lo creó comienza a marcharse, dicho síntoma es remplazado por otra percepción más clara. Entonces podrás mantener tu atención concentrada en las ideas y en la consciencia que experimentas cuando estás libre de síntomas; asimismo, harás de ello tu estado de consciencia natural, es decir, tu natural forma de ser, lo que para ti es real y verdadero.

En caso de existir algún tipo de involucración emocional en el síntoma, en virtud de que su origen está dentro de tu cuerpo, los efectos de la curación tal vez tarden un poco más en manifestarse. Aunque siempre será un proceso mucho más rápido que un tratamiento físico tradicional de causa-efecto.

Si optas por curarte a ti mismo mediante la meditación, ésta no interferirá con ningún tratamiento médico que estés recibiendo, sino que más bien te servirá para acelerar el proceso. Puedes emplear, por ejemplo, la meditación de los chakras, que hallarás en una sección posterior de este libro. Al realizarla, te darás cuenta de que los chakras sólo representan porciones de tu consciencia, por lo que todo cambio que ocurra en tus chakras, generará un cambio en tu consciencia.

Cuando sabes que sufres un síntoma, sabes también que una parte de tu consciencia carece de claridad. Por lo tanto, si miras el chakra que representa esa parte de tu consciencia, de algún modo verás representada esa falta de claridad, mediante una forma de pensamiento o bien con un color distinto al que naturalmente corresponde a ese chakra. En caso de que experimentes algún síntoma pero el chakra parezca estar perfecto, deberás darte cuenta de que lo que estás viendo no es lo que en realidad hay allí; por lo tanto, deberás ajustar tus percepciones a fin de reconocer lo que para ti es verdadero.

Cuando veas lo que hay en ese lugar, podrás cambiarlo y el efecto desaparecerá. De esta forma, es tan factible aliviar cualquier síntoma tuyo como curar a otra persona por medio de los chakras. Naturalmente, esto requiere cierta disposición tuya para aliviar los aspectos de la consciencia que crearon ese síntoma, si realmente deseas recobrar el equilibrio y la armonía.

También es necesaria una disposición para observar la situación que inicialmente creó el síntoma y verla bajo una nueva perspectiva. De esa forma, aceptarás la curación y sabrás lo que se debe cambiar.

Si te sientes más cómodo con un cambio gradual, puedes recurrir a la meditación, la cual posee el efecto de restablecer el modelo de integridad física mediante la colocación del color natural en cada uno de los chakras. Esto te permitirá aceptar los cambios de manera gradual. Al finalizar cada sesión de meditación, los colores que al principio tenían cierta tonalidad, se encontrarán más próximos a su estado óptimo.

Esto continuará hasta que llegues a experimentar tu totalidad y veas a través de la meditación los colores naturales que corresponden a cada chakra.

La clave reside en enfocar la meditación con el fin de estar presente durante todo el proceso. Si notas, sin embargo, que durante algunos periodos de la misma experimentas ciertos pensamientos que tienden a distraerte, deberás dirigir nuevamente tu atención para cumplir con tu objetivo, es decir, estar pendiente de lo que estás haciendo y has decidido hacer.

Gradualmente notarás que cada vez hay menos tendencia a la distracción, lo cual querrá decir que tienes más control sobre tu propia consciencia. Sabrás también que hay más claridad en los aspectos que el chakra representa, en esa área en la que antes te permitías distraerte. Finalmente, podrás estar presente de manera total en lo que es tu prioridad más importante: tu salud, y experimentarás asimismo los aspectos de tu curación producidos por la meditación.

Será útil si estableces una meta definida en el tiempo. Puede ser cualquier plazo razonable, una semana o un mes, por ejemplo. Cuando llegues al final de dicho periodo medirás el grado de avance. Entonces te darás cuenta de la mejoría lograda. Has decidido que vas a mejorar y lo único que falta por determinar es el grado de mejoría. De esta forma podrás saber cuándo el proceso se habrá completado.

En mi caso particular, decidí que el periodo de mi curación sería de dos meses, a fin de eliminar un tumor que había crecido en mi columna a la altura del cuello; de esa forma, la curación se llevaría totalmente a cabo en el tiempo de que disponía. Finalmente, después de dos meses fue necesario decidir que el proceso ya se había completado y que era hora de recibir la retroalimentación de las autoridades médicas que previamente habían diagnosticado el tumor, y que ya no existía. Obviamente, también fue necesario prometerme a mí mismo profundamente que llevaría a cabo cualquier cambio necesario para curar los síntomas y cumplir mi promesa. Esto es válido para cualquier persona que se someta a un proceso de curación, aun cuando su problema no sea tan grave.

Aplica en ti mismo los principios expuestos en los distintos capítulos de este libro en el que he descrito el proceso curativo como proceso de co-creación, reconoce que tú desempeñas el papel tanto de sanador como de sujeto de la curación y observa cómo sucede la curación.

Tú sabes que todo se puede curar.

Sección Quinta OTRAS DIMENSIONES

28

Reflejo (políticas de comunicación)

Una vez que el proceso curativo ha terminado y el sanador proporciona la retroalimentación al sujeto, se hacen evidentes ciertas dinámicas de comunicación. Sabemos que el sanador no impondrá su punto de vista a la persona a quien ha curado, sino solamente le ofrecerá la visión que él tiene desde su propia burbuja. El sujeto podrá expresar que la visión del sanador le dice algo, o bien que nunca ha experimentado nada relacionado con esa visión.

Si el sujeto se siente identificado con lo que el sanador vio, la comunicación entre ellos podrá considerarse válida, es decir, lo que el sanador experimentó y comunicó constituirá un reflejo de la experiencia del sujeto, de tal manera que éste podrá establecer una relación con lo que se le ha descrito. En estos casos, además, quien recibe la comunicación suele mostrarse tan interesado en lo que se le dice como quien le transmite esa comunicación.

Sabemos también que resulta muy útil que el sujeto comunique al sanador que lo que se le está transmitiendo no tiene ninguna relación con su experiencia personal. En este caso, la experiencia del sanador acerca de lo que está comunicando no constituye ningún reflejo de la experiencia del sujeto. Sin embargo, el receptor de esa información suele mostrarse igualmente interesado en escuchar lo que se le está diciendo. La comunicación, de cualquier modo, es aceptada. Tal vez algún tiempo después la persona a quien se curó se dé cuenta de que lo que se le comunicó; de hecho, sí tenía relación con ella, aunque tal vez de un modo diferente a como el sanador lo expresó.

Debemos recordar que lo que el sanador vio estaba coloreado de alguna manera por su propia burbuja. Sin embargo, la información proporcionada por la retroalimentación deberá tener sentido para el sujeto. La imagen puede ser la misma pero interpretada de manera distinta.

Cuando el sujeto siente que no tiene relación alguna lo que el sanador le ha comunicado, éste deberá analizar la naturaleza de sus propias percepciones. Tal vez el sujeto reconozca algo más adelante, aunque quizá no. Sabemos que cada uno de nosotros estamos metidos en una burbuja, que es el filtro de nuestras percepciones, y que el interior de esa burbuja es un espejo. ¿Pudo el sanador haber estado viendo el reflejo de sí mismo? ¿Pudo haberse tratado de un punto de vista parcial, o bien basado en percepciones pasadas o en prejuicios? Quizás sí, quizás no; pero es importante que el sanador se formule a sí mismo estas preguntas.

Si en diversas curaciones el sanador comunica de forma repetida el mismo tipo de

comunicación, deberá observar la intensidad del contexto de la información y ver si necesita aplicar el consejo a sí mismo, en su propia vida.

Aun cuando el sujeto haya reconocido como suya la información que el sanador le ha comunicado, éste observará de todas formas los «temas» recurrentes y se preguntará si la comunicación que transmitió le dice algo o tiene algún significado relevante para él. El sanador puede utilizar la curación de la persona para suministrarse a sí mismo retroalimentación para afrontar los asuntos de su propia vida.

El sanador podrá entonces ver hacia dónde se encamina si no cambia el rumbo y buscará una solución a sus problemas. Verá al sujeto con compasión y le hablará como lo haría a sí mismo, pues sabe que el sujeto lo ha ayudado en su propia curación. De igual forma, le agradecerá más tarde con sinceridad la experiencia de la curación.

Aun cuando las semejanzas entre los síntomas del sujeto y la vida del sanador no sean evidentes en el momento de la experiencia, el sanador podrá advertir que ha estado atrayendo un tipo particular de curación. ¿Ha habido algo en común en todas esas curaciones? ¿Han sido diferentes a los tipos de curación que otros sanadores han atraído?

Si el sanador se da cuenta de algún tema recurrente le prestará atención. Si no recuerda la retroalimentación de otras curaciones, intentará poner más atención en las que atraerá a partir de ese momento, y sabrá que el Universo le está proporcionando todo lo que necesita para curar su propia vida mientras cura a los demás.

Podemos afirmar que atraemos a las personas que nos suministran la información que necesitamos oír. Así, la fuente de lo que necesitamos saber es nuestra propia consciencia. Nuestras percepciones son todo lo que necesitamos a fin de obtener la información necesaria para conducir nuestras propias vidas. Por tanto, cada uno de nosotros es su propio gurú, su maestro y su propio guía. Todo lo que se necesitaba saber era el código para entender lo que nuestras propias percepciones nos han estado mostrando. Al ver las cosas de esta forma, podremos experimentar una sensación de verdadera libertad, al mismo tiempo que asumimos totalmente la responsabilidad de nosotros mismos.

Un sanador puede ofrecer sus servicios a quienes parecen requerirlos, mientras, al mismo tiempo, les concede el derecho de aceptar o rechazar la ayuda ofrecida. Si los demás eligen no aceptarla, el sanador analizará sus propias percepciones de los demás a fin de realizar un posible ajuste y descubrir qué mensaje le están transmitiendo dichas percepciones.

Por ejemplo, el sanador puede tener la idea de que alguien necesita una curación debido a que sus valores difieren de los suyos propios. Quizá la persona se encuentre molesta en ese momento, pero en realidad se siente bien, o simplemente, la manera de llevar sus relaciones o sus asuntos económicos o sexuales tal vez sea diferente de como el sanador los lleva.

El sanador puede decidir que la otra persona tiene problemas en su consciencia, aunque esa persona no lo sienta de la misma forma. Si ella no está interesada en aceptar una curación o en compartir la idea de que dicha curación es necesaria, el sanador deberá considerar que tal vez son sus propios prejuicios los que necesitan curarse.

Si es evidente que la otra persona está experimentando los efectos de un síntoma físico, y por lo tanto necesita una curación, pero por algún motivo no la desea, el sanador puede optar por ver a esa persona compasivamente y no presionarla para que acepte dicha curación. Tal vez esa curación deba ocurrir en otro momento, o de otra forma, o con otro sanador.

Es interesante aplicar la misma dinámica de comunicación en la vida cotidiana. Después de todo, ¿acaso cada uno de los participantes en un suceso no expresa su propia experiencia y lo que él considera como verdadero? Cuando el respeto mutuo del proceso curativo se aplica a la comunicación interpersonal, encontramos semejanzas entre ambas dinámicas.

Cuando existe una comunicación, supuestamente ambas partes se encuentran interesadas en dicha comunicación. Cuando tus percepciones evoquen un deseo de decirle algo a la otra persona, pregúntate a ti mismo si esa persona está preparada para oír el consejo que pretendes darle. Si es así, es factible que se dé la comunicación.

Cuando la persona con la que uno pretende comunicarse está menos interesada en oírte de lo que tú estás en comunicarle la información, hay algo que es necesario analizar. Evidentemente, las palabras desean surgir, pero la persona no las quiere escuchar.

¿Para quién son entonces esas palabras? Tal vez para ti. Quizá más tarde la otra persona pida retroalimentación, lo cual será una oportunidad para completar la comunicación entre los dos y tal vez cada uno descubra entonces el significado que esa información conlleva. Cuando hables a los demás, te percatarás de que te estás dirigiendo a ti mismo; entonces te escucharás y te darás cuentas de que estás a punto de darte un excelente consejo, que te ayudará a resolver algún problema. Puedes incluso dar las gracias a la otra persona por haber evocado ese consejo para ti mismo.

Si tú eres quien ha de recibir la información, recuerda que todos tienen derecho a expresar su propia opinión y que lo que se está comunicando es una opinión. La otra persona sólo está expresando su punto de vista. Si la comunicación despierta resistencia quizá deba analizarse eso que está provocando tal resistencia.

Siempre será conveniente que te preguntes si lo que estás comunicando significa algo para ti, o si la otra persona no es un espejo mágico que hace que te estés hablando a ti mismo.

Al tomar la decisión de comunicar algo claramente, quien recibe la información puede optar por escuchar lo que se le transmite, pero si su experiencia es diferente de

lo que se le ha comunicado, podrá a su vez expresarlo.

Cuando cada uno de los participantes en una comunicación se siente libre de expresar su propio punto de vista y lo que ha experimentado al recibir lo que la otra persona le comunicó, es factible aclarar los malentendidos, así como resolver los desacuerdos que tienen su origen en los malentendidos. Cada uno podrá comprender la burbuja del otro. Cuando se reconoce la postura de los demás es posible alcanzar otro nivel de comunicación.

Utilizando los mismos principios podemos analizar la naturaleza de nuestras propias percepciones y aprender así de ellas, aun cuando no las hayamos exteriorizado a través de una comunicación verbal con otra persona.

Como sabes, estamos rodeados por el filtro de las percepciones, como si se tratara de una burbuja. Todo aquello que experimentamos lo percibimos a través de ese filtro. Éste se encarga de colorear todo lo que percibimos, por lo cual podemos afirmar que, al menos en algunas ocasiones, no vemos las cosas como son, sino más bien como somos nosotros. Proyectamos en otras personas lo que percibimos de sus motivaciones y lo que creemos que es bueno que hagan o no.

Cuando sentimos una resistencia hacia alguien, podemos preguntarnos a nosotros mismos cuáles son las características de esa persona. ¿Qué tipo de persona es? ¿Qué palabras se pueden utilizar para describirla?

Luego podríamos preguntarnos si sería factible emplear esas palabras para describirnos a nosotros mismos, y quizá nos sintamos un poco avergonzados al descubrir que así es, incluso probablemente recordaríamos algunas situaciones en las que dichas palabras serían muy apropiadas para describirnos.

Tal vez nos diríamos a nosotros mismos que nuestras motivaciones fueron apropiadas para ese momento y que hicimos lo que hicimos por alguna buena razón. Por lo tanto, debemos considerar que la otra persona probablemente esté justificando sus acciones de la misma forma y quizá tenga las mismas buenas razones.

Podemos ver a los demás como un reflejo de nosotros mismos; y cuando lo hacemos, mucha (si no toda) resistencia desaparece. Donde existió un muro y una barrera, ahora hay una puerta y una posibilidad de comunicación. Podemos ver a los demás compasivamente y aceptar la sabiduría que acompaña a esa compasión. Habremos sido capaces, por lo tanto, de acrecentar nuestras percepciones desde el plexo solar hasta el corazón. Podremos aceptar más fácilmente a los demás. La resistencia habrá desaparecido.

Quizá habíamos pensado que la otra persona debiera actuar de manera distinta, Sin embargo, a excepción de ciertas acciones que amenazan el orden social en el que vivimos, lo único que nos debe importar como seres libres son nuestros propios actos. Al aceptar a la otra persona como es, seguimos siendo libres para decidir nuestro propio curso de acción, así como lo que debemos hacer.

Si te identificas con el proceso descrito, verás que te estás poniendo en el

lugar de la otra persona, diciendo: «Si yo fuera la otra persona, haría algo diferente de lo que ella hace». De acuerdo con tus valores, si tú fueras la otra persona, estarías haciendo algo equivocado. Lo que tal vez no hayas considerado, es que la otra persona probablemente esté viviendo con otros valores, y lo que ha estado haciendo le esté funcionando, de acuerdo con sus propios valores. Ella sólo ha generado en ti un consejo que debería tomarse en consideración, pero por ti. Podríamos decir que te estabas hablando a ti mismo. ¿Te estabas también escuchando?

El planeta está lleno de gente que va por él hablándose a sí misma, pero sólo algunos se escuchan. Cuando somos conscientes de ello, continuamos yendo por el mundo hablándonos a nosotros mismos, pero ahora también nos escuchamos.

Aunque en el nivel cotidiano de percepción de los primeros tres chakras, este aspecto reflejo de nuestras percepciones suele permanecer oculto para la mayoría de las personas a partir del chakra verde, es decir, del Chakra Cardíaco, se convierte en una experiencia directa. A los demás se les ve entonces como reflejos de nosotros mismos y todos los procesos descritos anteriormente se hacen evidentes.

Entonces seremos capaces de vernos a nosotros mismos en el lugar de la otra persona y de hablar a esa persona como si estuviéramos hablándonos a nosotros. Podremos experimentar mayor compasión en nuestras percepciones de los demás, activando con esa compasión nuestra propia consciencia y nuestra sabiduría.

Seremos capaces de comunicarnos más libre y fácilmente, así como de utilizar esta comunicación como vehículo para una verdadera relación. De este modo, podremos amar más.

El amor cura.

Todo se puede curar.

Vientos y olas (Creación y co-creación)

Todo comienza con la consciencia; tu consciencia. Todo lo que sucede en tu vida y en tu cuerpo comienza con algo que primero ha tenido lugar en tu consciencia. Si miras lo que ha sucedido en tu vida, te darás cuenta de que en alguna parte esos acontecimientos reflejan las profundas decisiones que tomaste originalmente.

La realidad que se manifestó fue producto de esas decisiones. Es como si te encontraras caminando por un sueño que responde a tus más profundos deseos. En ese sueño, la tuya es la única consciencia que participa y todo lo que sucede a tu alrededor no es más que una proyección de esa consciencia. Los demás personajes del sueño también son solamente proyecciones de tu consciencia que desempeñan su papel en respuesta a lo que tú has decidido o a lo que crees que es verdadero.

Así como la consciencia crea el sueño (y el proyector crea la película), tú eres el creador que acepta desempeñar el papel de director, actor y público, todo al mismo tiempo. Todo lo que decidas será interpretado por ti mismo e incluso podrás volver a ver tu propia película; tienes igualmente la capacidad de decidir lo buena que es esa película, si está bien así o si hay algo que sería deseable cambiar. Desde este punto de vista, desde la perspectiva del Chakra Violeta, tú eres todo lo que hay.

Desde otro punto de vista, podemos afirmar que eres una consciencia que proyecta tu sueño a tu alrededor y en tu burbuja, en tu esfera de experiencia; asimismo, podemos decir que los demás personajes de tu película hacen lo mismo. Cada uno de ellos es una consciencia que proyecta su propia burbuja alrededor de sí mismo y que de alguna manera interactúa con los demás, quienes a su vez hacen lo mismo en una intrincada, maravillosa y bien engrasada máquina con un funcionamiento perfecto.

Las burbujas se interpenetran unas a otras y donde se juntan, donde se superponen los libretos, se crea un holograma tridimensional que hemos acordado en llamar realidad externa. En consecuencia, los sucesos que ocurren en dicha realidad son el resultado de las decisiones que tomaron cada una de las consciencias que participaron en esos sucesos. Además de reconocemos a nosotros mismos como creadores, debemos también reconocer de la misma forma a todas y cada una de las demás consciencias. Ver a todos los seres como co-creadores es el punto de vista del Chakra índigo.

Reconocerse a uno mismo y a los demás como co-creadores es necesario para nuestra evolución espiritual. Al hacerlo tendremos los medios para explorar aspectos específicos de nuestra propia consciencia que de otro modo serían inaccesibles. Por ejemplo, ¿cómo podríamos ser capaces de explorar la comunicación si no hubiera ningún otro ser más que nosotros?

Explorando la co-creación, podremos ir más allá de nuestra visión subjetiva y

aprovecharnos de la sabiduría de una visión más amplia, la sabiduría de la consciencia de grupo que se preocupa por el bienestar de todos sus miembros; es la visión del organismo que protege a todas sus partes.

Al observar los sucesos de la realidad física y ver cómo las cosas tienen tendencia a ocurrir o a no ocurrir a nuestro alrededor, es interesante personificar esas energías. Es decir, caracterizarlas como si nosotros estuviéramos interactuando con otra consciencia. Esa consciencia puede ser un individuo, tu espíritu o cualquier consciencia grupal que elijamos analizar de esa forma. Puede ser, por ejemplo, el espíritu de un país o el de una ciudad.

Luego, podemos preguntarnos cuál parece ser la naturaleza de la interacción: ¿Diríase que esa consciencia de grupo está satisfecha con tu actuación y la estimula, o es otro su mensaje?

¿Cuál es la naturaleza de esa visión desde el Chakra índigo? Si consideramos nuestra consciencia como un creador de capacidad infinita, podremos afirmar que cuando tomamos una decisión o establecemos un objetivo, la consecución de éste ya existe en algún lugar. La hemos creado con nuestra consciencia, la cual ha comenzado a desplazarse hacia dicha consecución.

De igual forma, los sucesos que ocurren en el sueño, en la película que se desarrolla a nuestro alrededor, parecen responder a nuestro propósito, de modo que también se desplazan hacia la realización del objetivo, y son puestos en marcha por las decisiones que tomamos en nuestra consciencia; son como los vientos y las olas del océano de la realidad co-creada. Tú decides las cosas y ellas ocurren.



Entonces, ¿qué sucede cuando dos creadores (cada uno de ellos con capacidad infinita) han tomado decisiones diferentes? Desde luego, la realidad mostrará una tendencia a fluir hacia la realización de los fines de ambos creadores.

Esos dos fines pueden ser complementarios u opuestos. Si son complementarios, cada uno de los creadores fortalece y refuerza al otro y lo que cada uno haya decidido provocará una tendencia mayor a la consecución de esas metas. Los vientos y las olas serán más fuertes.

Durante una curación, por ejemplo, la coincidencia de propósitos se manifiesta en el alivio de los síntomas, y de forma mucho más rápida de lo que habría sucedido si hubiera sido producto de la decisión de una sola de las consciencias, con su visión más limitada.

Cuando los propósitos no están alineados, los acontecimientos ocurren de una manera diferente. La no alineación puede ser resultado de decisiones conscientes o de

sentimientos y reacciones. Recuerda, cada uno de nosotros es una consciencia individual, pero al mismo tiempo, somos una combinación de mente, cuerpo y espíritu.

Podemos afirmar que el cuerpo representa la realidad causa-efecto, así como el grado de nuestra fe en lo que ocurre según las leyes químicas, biológicas o físicas.

La mente representa nuestras creencias básicas, nuestras ideas, que podemos utilizar para limitarnos a nosotros mismos o para superar los límites impuestos por la realidad física. El espíritu puede representar no sólo al espíritu mismo y a las realidades espirituales, sino también a las emociones y a nuestras respuestas emocionales a los sucesos.



La realidad se manifiesta de acuerdo con nuestros objetivos y según las imágenes que hemos generado en nuestra consciencia. Conservar en la consciencia imágenes de lo que tememos les dará mayores posibilidades de ocurrir, pues estaremos energizando dichas imágenes, prestándoles nuestra atención y permaneciendo aferrados a ellas mediante el miedo.

Una vez que hemos eliminado lo que nos mantenía adheridos (el miedo), podremos utilizar nuestra respuesta emocional a ciertos sucesos como estímulo para mantener en la consciencia la imagen de un suceso diferente.

En lugar de mantener en la consciencia la imagen de que nuestra pareja va a abandonarnos, podríamos mejor mantener la imagen de que va a permanecer con nosotros y va a ser feliz, lo cual producirá la energía necesaria para la manifestación de esa imagen en la realidad; además, si esto lo realizamos de tal manera de que las necesidades de nuestra pareja queden también satisfechas, la realidad tenderá a coincidir con esa imagen.

Al considerar que en la co-creación participan partes semejantes, deberemos recordar que se necesitan dos personas para lograr el «sí» y solamente una para decir «no». La co— creación es una realidad construida por un acuerdo, es un paradigma de mutuo consentimiento.

Si consideramos la curación como manifestación de dos creadores, debemos mencionar que el solo hecho de que el sujeto sienta miedo de abandonar las viejas

ideas, puede disminuir la efectividad del sanador, con lo cual la curación se tornará más difícil. Desde luego, si el sanador se siente limitado en su capacidad de curar, el resultado será el mismo, es decir, una resistencia a que la curación tenga lugar.

Esto se puede manifestar como una dificultad para aliviar los síntomas, es decir, una tendencia a que se alivien de manera más lenta, o simplemente que la curación no se lleve a cabo. Es decir, una tendencia a que el sanador no complete su trabajo o a que los sucesos extremos fluyan en una dirección tal que provoquen que la curación no se realice.

Por ejemplo, los ruidos intensos, que pueden provocar la distracción de los participantes hasta llegar a la interrupción del proceso curativo, podrían considerarse una muestra de resistencia en la consciencia de al menos uno de los participantes. Esta resistencia podría manifestarse en el universo físico como una dificultad para que la curación se lleve a cabo.

Otra posible forma de resistencia en el sanador es experimentar mareo, lo cual hará que se sienta incapaz de continuar con la curación. Durante el proceso curativo, una vez que el sanador haya alineado su propósito con el del sujeto y no tenga ningún otro fin personal más que el de curar, todo lo que suceda en el universo físico durante la curación será una manifestación de la consciencia del sujeto. En esta actividad el sujeto es el centro del universo y su consciencia es la que está creando la película. Por lo tanto, podríamos afirmar que ha sido la consciencia del sujeto la que ha creado las distracciones, es decir, los ruidos intensos e incluso el mareo del sanador.

A medida que el sanador elimine la resistencia que se encuentra en la consciencia del sujeto, se restablecerá el equilibrio, manifestándose en el universo físico y estimulando así el proceso curativo. Los ruidos intensos cesarán y el sanador ya no se sentirá mareado. Todo tenderá a fluir nuevamente.

Desde luego, podemos decir también que todo lo que suceda durante la curación será el resultado de la consciencia del sanador, quien finalmente será el responsable de todo. Sin embargo, ello no responde a la pregunta de por qué un sanador que trabaja en dos curaciones con sistemas semejantes, una después de otra, experimenta más facilidad en una que en la otra. Si pensamos que el sanador aplica las mismas técnicas en cada una de las dos curaciones, tendremos que concluir que la diferencia en los resultados la constituye lo que sucede en la consciencia del sujeto.

Si la resistencia aumenta durante la curación, cada uno de los participantes en el proceso tendrá que reafirmar su deseo de que dicha curación se complete y de que esa resistencia se elimine. El sujeto deberá abrirse más y el sanador deberá reafirmar su propósito de ver curada a la persona, erradicar las ideas represoras y dirigir su atención a la culminación de su actividad, es decir, a la curación.

La co-creación en el proceso curativo es un ejemplo, los mismos principios se pueden aplicar a otros aspectos de la experiencia. Por ejemplo, ¿cuál es la explicación de que algo que has decidido en tu vida haya tendido a realizarse de una manera diferente de la

que tú habías previsto? A veces el resultado es mejor de lo que habías imaginado y a veces no es tan bueno. Cuando es mejor de lo que pensabas, es evidente que hubo otra consciencia involucrada, una consciencia benévola que te ayudó. Tú serás quien decida si esta consciencia fue Dios, tu espíritu o el Destino.

También podrías preguntarte quién más se sentiría feliz al ver estos resultados; tal vez los vientos y las olas que su consciencia puso en marcha reforzaron los de la tuya. Todo el mundo gana. Lo has conseguido con una pequeña ayuda de tus amigos.

¿Qué sucede, sin embargo, cuando de la Decisión «A» resulta una Manifestación «B»? es decir, es menos de lo que tú esperabas. ¿Es el resultado de la intervención de Dios o de tu espíritu? Evidentemente, estas entidades trabajan en tu beneficio. Todo lo que el espíritu dirige lo hace en provecho tuyo, tanto si en ese momento te percatas de ello como si no. Puedes decidirte a descubrir en el acto los beneficios que ese resultado genera, o bien dejarlo para más tarde, cuando todos sus efectos sean conocidos.

Si el resultado fue menor de lo que para ti habría representado un éxito, podrías mirar en tu interior y ver si existe en ti alguna creencia limitadora o algunas ideas que inhibieran el proceso y que pudieran explicar lo ocurrido. ¿Tú mismo lo estás obstaculizando? Dios ayuda a quienes se ayudan a sí mismos. Siempre es posible cambiar las ideas limitadoras por otras que estimulen el suceso para que así se pueda esperar un resultado diferente en el futuro.

Si vemos el Universo como una manifestación de la consciencia grupal, como una co-creación, resultará interesante descubrir quién se alegra de que las cosas ocurrieran como han ocurrido, ya sea conscientemente o por sus reacciones emocionales.

Sería posible afirmar que lo sucedido en la otra consciencia creó los vientos y las olas que interfirieron en tus vientos y tus olas, creando vectores y fuerzas más complejos que tendieron a desplazar las cosas en una dirección diferente de la que tú habías previsto. Después de todo, también la otra persona es un creador.

De igual manera, diríamos que permitiste que la consciencia de la otra persona —cuyos intereses no eran acordes con los tuyos— influyera en ti. Tuviste la opción de entregarte a esas fuerzas, desprenderte de la otra consciencia, o negociar con ella para hacer coincidir esos dos fines diferentes y encontrar una solución que funcionara para ambos. De otro modo, solamente se trataría de una prueba de poder: ser capaz de mantener la seguridad y de hacer dudar a la otra persona y debilitarla. La seguridad acrecentará el resultado.

La negociación puede traducirse en un nuevo establecimiento de objetivos que convengan a ambas consciencias y que tengan como resultado la alineación de los propósitos de cada una de las consciencias en una situación provechosa para ambas, como sucede en una curación, donde ambas partes salen beneficiadas de un acuerdo.

Esto sería como utilizar una tabla de surf para deslizarse con los vientos y sobre las olas, sin importar en qué dirección se muevan para llevarte al destino que has elegido. Deslizarte con los vientos y las olas requiere una total presencia por parte tuya: es

necesario que estés atento y consciente, no sólo de lo que sucede en tu interior, sino también de lo que ocurre en la realidad manifestada a tu alrededor. Es una visión desde el Chakra Azul.

Cuando las circunstancias del momento parecen estimular una respuesta de tu parte más que en ningún otro instante, sucede como si toda la película se detuviera y tu siguiente decisión hiciera fluir nuevamente los acontecimientos. Es como si te hubieras internado en el mar con tu tabla de surf y fuera a venir la ola, es el momento óptimo para actuar, y debes decidir en ese instante si deslizarte en la ola o esperar a la siguiente.

Ese momento no durará para siempre. Si decides esperar o simplemente no decides, la ola continuará su camino y deberás esperar otro momento óptimo, si es que lo hay. En ocasiones la ola es de un tipo único, es la oportunidad de tu vida. Tal vez, si tienes fe y paciencia, puede haber otra ola aún mejor; si es así, cuando venga será otro momento perfecto para actuar.

Cuando venga la ola, podrás hacerte una idea de su tamaño calculando hasta dónde puede llegar de acuerdo con los objetivos que te has fijado, las decisiones que has tomado y la respuesta de la ola a dichos objetivos y decisiones. La calidad de tu deslizamiento dependerá de tu habilidad para permanecer atento y responder a las situaciones del momento, así como de tu habilidad para fluir en la misma dirección que los acontecimientos.

El sanador y el sujeto crean los vientos y las olas, así como el momento en que éstos se juntan para que la curación cree la oportunidad de decidir si nos desplazamos sobre la ola. Es un viaje corto que puede durar sólo algunos minutos, pero es algo emocionante y produce efectos a largo plazo, cambiando para siempre la vida, y tal vez, ambas vidas, en una dirección positiva.

Es una fuerza positiva. Ve a por ella.

Todo se puede curar.

La curación como meditación

La meditación es un ejercicio de disciplina interna durante el cual la persona se concentra en su consciencia y dirige su atención de una forma particular para lograr un determinado efecto benéfico. Algunas personas meditan para tranquilizar su mente o a fin de utilizar su consciencia como medio para alcanzar un objetivo. Otras utilizan la meditación para restablecer la armonía en su cuerpo, para conocer las diferentes dimensiones espirituales de su ser, para conocer a Dios y experimentar Su consciencia, lograr la iluminación, conocer y vivir el amor trascendente, la comprensión, o entender la naturaleza de la realidad física. Algunas personas utilizan la meditación para adquirir dominio de su consciencia concentrando su atención en un solo punto, ya sea una palabra, una idea, un símbolo, su respiración o nada. Desde luego, existen más razones, pero con esto ya te harás una idea.

Sea cual sea la razón que motive a una persona a practicar la meditación y sean cuales sean los resultados que espere obtener, lo mismo se podrá conseguir practicando una curación; además, ésta beneficiará a la otra persona. Debido a su objetivo primordial de ayudar a los demás, algunas personas consideran que la curación es la forma más elevada de meditación, pues con las demás formas de meditación la persona se vincula solamente con sus propios beneficios. La curación, por lo tanto, es la meditación del corazón.

La experiencia comienza despojándose uno mismo de percepciones y propósitos personales, decidiendo estar presente en tal experiencia, viviendo la función de sanador, dedicándose totalmente al sujeto. Lo que el sanador desea para ese sujeto es un reflejo de lo que el sujeto desea para sí mismo.

Aunque los motivos de la curación podrían parecer nobles, no los estamos considerando como preceptos morales o éticos, sino como la principal fuerza motivadora, la razón fundamental para formar parte de esta actividad que se traduce en perfecta eficacia. La curación se lleva a cabo sólo por ella misma y, aunque existen ciertos beneficios para el sanador (su satisfacción personal, el incremento de su consciencia, su superación, sus honorarios, etc.), considerar estos beneficios es algo secundario con respecto al propósito que nos guía, que es ver curada a la persona y participar en el proceso.

En la primera interacción entre el sanador y el sujeto marchan juntos dos seres con una capacidad infinita y, aunque uno de ellos posee ciertas habilidades que tal vez el otro no ha aprendido todavía, la capacidad para crear de este último no es por ello menor. Uno ha utilizado su consciencia para afectar su propia estructura biológica de una manera, provocando con ello un desequilibrio; el otro utiliza su consciencia para generar un efecto diferente en la otra consciencia, reparando así el daño que se había causado. La interacción debe reflejar el respeto mutuo de ambos seres.

Al elegir participar en la experiencia de curación, el sanador establece un propósito, un objetivo hacia el cual deberá dirigirse aun cuando existan influencias que lo pudieran distraer, ya se trate de sucesos externos (por ejemplo, ruido), desconfianza hacia sí mismo, o bien pensamientos acerca del sujeto (es feo/a, atractivo/a o raro/a).

Cualquier pensamiento que desvíe la atención del sanador de lo que está haciendo se deberá considerar como una distracción, y por tanto, habrá que proceder a su eliminación y dirigir de nuevo su atención hacia el proceso curativo del sujeto. Las distracciones persistentes, sin embargo, deberán aceptarse y no resistirse a ellas, de modo que el sanador pueda descubrir cuál es el mensaje implícito en cuanto a la curación que se está realizando. Cuando se aceptan dichas distracciones, éstas suelen desaparecer, e incluso en las raras ocasiones en que no desaparecen por completo, dejan de desviar la atención del sanador. Se vuelven simplemente un trasfondo.

Si surgen pensamientos sobre algo que en apariencia no tiene que ver con la curación (como el programa de televisión de anoche, la discusión de ayer o la renta de mañana), el sanador podrá considerar que ello se relaciona de alguna manera con la curación de la persona. Tal vez el pensamiento sobre el programa de la televisión, por ejemplo, pasó por la consciencia del sanador debido a que tenía que ver de alguna forma con la parte del sistema de energía del sujeto que en ese momento se estaba curando.

Cuando surgen como una experiencia de empatía, los pensamientos que se encuentran en la consciencia del sanador pueden ser paralelos a lo que está sucediendo en la consciencia del sujeto, pensamientos que él mismo desencadena, como cuando un diapasón activa a otro igual que está en la misma frecuencia, en una experiencia que solemos llamar empatía. Es importante que el sanador exprese todas sus impresiones. La dinámica de retroalimentación dará al sujeto la oportunidad de determinar si la información transmitida tiene algún significado para él.

Las características del sujeto que algunas personas juzgarían como rasgos negativos, el sanador deberá verlas solamente como algo que aún no ha sido curado. Eliminando juicios y expectativas de su propia consciencia, el sanador se quedará sólo con una actitud de aceptación.

La aceptación es amor. El amor cura.

En este ambiente de aceptación, el sanador tiene la capacidad de penetrar libremente en la consciencia del sujeto y éste podrá sentirse cómodo permitiendo que esto suceda, pues ya no experimentará ninguna resistencia ni ningún sentimiento de separación causado por juicios y expectativas. Sentirá únicamente un sincero deseo de ayudar al sanador. Asimismo, sentirá la consciencia del sanador con la misma intensidad que el sanador siente la propia.

Después de todo, las dos consciencias están juntas en esta experiencia, abiertas mutuamente. Durante la curación, el sanador se encontrará abierto a todas las impresiones que se presenten. Por ejemplo, aun cuando espere ver ciertas cosas, sabrá

que ver lo que surge es más importante que ver sólo aquello que él piensa que podría surgir. Es posible que haya sorpresas. La experiencia y no las ideas es lo que nos muestra lo real para nosotros.

Después de la curación, el sanador verá los resultados que ha logrado. Cuando éstos sean notables, incluso de acuerdo con sus propios parámetros, podrá preguntarse cuáles fueron las acciones correctas que llevó a cabo y que generaron tan buenos resultados. Tal vez estuvo más pendiente, quizá confió más en el universo y fue más allá de los límites que se había impuesto a sí mismo, o bien se encontró más abierto para dejar que el amor fluyera. Serán sus percepciones las que le mostrarán el motivo de su éxito y también qué puede hacer en futuras curaciones para asegurar un nivel de éxito semejante al alcanzado en esta curación.

Si el sanador cree en Dios, podrá considerar la curación como evidencia de lo que es posible con ayuda de Dios. Si el sanador tiene una estructura filosófica diferente, es posible que piense en la curación como evidencia de lo que uno es capaz de realizar una vez que desaparecen las ideas limitadoras.

Si en la curación se encuentra presente un observador, tal vez note otras razones del éxito del sanador, razones diferentes de las que éste último advirtió. Notará lo que el sanador hizo para lograr el mismo nivel de éxito, pero visto a través del filtro de su burbuja.

El sanador puede preguntarse a sí mismo qué sucedería si se comportara a lo largo de un día completo de la misma forma que lo hizo durante la curación que tanto éxito tuvo, haciendo lo que él sabe que funcionó y creando efectos notables, mientras disfruta un estado de consciencia muy particular. También puede comparar su estado de consciencia usual con el que alcanza durante la curación.

Durante un tiempo, el sanador puede tener dos estados de consciencia: su consciencia de «curación» y su consciencia «normal» y verlas a las dos de forma simultánea. Si la consciencia de «curación» parece mejor y muestra al sanador una mejor calidad de vida, llena de experiencias extraordinarias que benefician tanto a él mismo como a los demás, pasará sólo algún tiempo antes de que adopte una forma de vivir que refleje lo que le hace sentirse mejor.

Comportarse a lo largo del día como uno lo haría en una curación se puede realizar primero una o dos veces por semana, es decir, los días destinados al trabajo de sanador; después se puede probar los días en que no haya curación «formal» programada, para ver cómo sería dicha experiencia.

En los días en que el sanador no se sienta en su mejor forma y el universo le ofrezca atender una curación, se dará cuenta de lo bien que se siente cuando deja sus problemas a un lado y se mete de lleno en esa curación. Asimismo, se dará cuenta de que ayudar a esa persona lo ha ayudado a él, dándole la oportunidad de darse a sí mismo un consejo.

De igual forma, el sanador verá que después de la curación se siente mucho

mejor de lo que se sentía antes, y que aun cuando antes de comenzar la curación haya dejado sus problemas a un lado, ahora éstos parecen diferentes y tal vez ni siquiera sean ya problemas. Durante la curación, el sanador también se ha curado, a pesar de no haber participado en el proceso con esa intención específica.

La curación, en consecuencia, se convierte en un método de estimulante evolución que impulsa a experimentar el amor, cuyos efectos se manifiestan en el alivio de los síntomas y en el restablecimiento de la salud. El deseo de curar y el acto de la curación son, después de todo, expresiones de amor. Además, es evidente el valor que el acto de curar a los demás tiene como forma de autoterapia. Es un medio para comprender la dinámica de la creación y la co-creación, para explorar la naturaleza de nuestro ser y ver que somos capaces de influir en los sucesos del mundo físico externo. Todo ello sucede sin necesidad de un gurú o maestro externo, sólo el propio sanador decidiendo su propio comportamiento y sus hábitos personales, haciendo lo que siente que es correcto, siguiendo su propia consciencia y viendo sus propias percepciones.

Al utilizar la curación como maestra, el sujeto también recibe un mapa de su consciencia y ve la relación entre dicha consciencia y su cuerpo. Aprende a utilizar los instrumentos con los cuales es posible explorar su consciencia hasta los niveles más profundos y trasciende ideas limitadoras aprendiendo a aplicar los mismos principios en otros aspectos de su vida. Finalmente, si eres capaz de influir en la estructura biológica mediante tus pensamientos, ¿qué más puedes hacer? Averígualo.

Todo se puede curar.

Responsabilidad y ayuda a los demás

Si has aceptado la idea de que eres totalmente responsable de todo lo que sucede en tu vida, de todo lo que ocurre en tu cuerpo y por tanto en tu consciencia, deberás aceptar también la idea de que nadie más es responsable de ti o de lo que ha sucedido en tu vida. Tú afrontaste las situaciones y fuiste tú mismo quien decidió responder de cierta manera a esas situaciones, e igualmente fuiste tú quien vivió los efectos de haber respondido de esa forma.

Es importante asumir la responsabilidad de tu vida y liberar a los demás de dicha responsabilidad, pues así ellos se harán cargo de lo que sí es su propia responsabilidad: lo que sucede en sus vidas y en sus cuerpos. Eso será el resultado de lo que decidan plasmar en sus consciencias y de la manera como respondan a las situaciones que se presenten en sus vidas. De esa forma, tú no serás responsable de los demás ni de lo que decidan hacer con su propia consciencia.

Los padres son responsables de procurar seguridad y bienestar a sus hijos hasta que éstos sean aptos para asumir la responsabilidad de sí mismos; asumen la responsabilidad de proveer un hogar, alimento y orientación, así como una sensación de bienestar, en la medida en que sepan hacerlo.

Sin embargo, ni siquiera en este caso son los padres responsables de la forma en que los hijos responden a su entorno, ni tampoco de las ideas que ellos aceptan plasmar en su consciencia.

Desde luego, hay la posibilidad de ofrecerle al niño algunas ideas que le ayuden a interactuar con mayor éxito en la vida o a aliviar un síntoma, pero la aceptación o el rechazo de esas ideas sigue siendo responsabilidad del niño.

Algunas personas sienten la responsabilidad de compartir sus ideas y servicios de curación con su comunidad. En este caso, su responsabilidad termina una vez han hecho estas sugerencias, y no con el hecho de que los demás las acepten.

Como sanadores, sabemos lo que es posible realizar con estos instrumentos. De igual manera, si la otra persona se resiste a aceptar la ayuda ofrecida tendremos que ser conscientes de que todo sentido de responsabilidad ha quedado satisfecho; lo que sigue ya es responsabilidad de la otra persona. Podemos ofrecer nuestros servicios donde exista una apertura y una receptividad hacia éstos sin desperdiciar nuestro tiempo y nuestra energía imponiendo ideas que no serán aceptadas.

Algunos de nosotros ofrecemos nuestros servicios, no partiendo de un sentido de responsabilidad, sino como una expresión de amor, pues de alguna manera sabemos que la otra persona podría sentirse mucho mejor e incluso salvar su vida. Esta expresión de amor no proviene de un sentido de obligación, sino más bien de una elección consciente cuya motivación nace desde el interior de uno y no de evitar la culpa, pues así es como el amor tiene sentido en el proceso de la evolución.

Al actuar como sanadores, estamos ofreciendo implícitamente nuestros servicios a la sociedad en la cual vivimos, tanto si ese ofrecimiento proviene de un sentido de responsabilidad hacia dicha sociedad como de una expresión de amor.

Si este ofrecimiento proviene de un sentido de responsabilidad, es fácil sentirnos responsables de todas las personas de este mundo que padezcan alguna enfermedad o sientan un dolor. Si actuamos de esa forma, estaremos agregando nuestros sentimientos negativos a toda la infelicidad que ya existe en el mundo, haciéndolo todavía más infeliz. Para crear un mundo más feliz debemos comenzar por nosotros mismos, debemos hacer todo lo que esté a nuestro alcance para ser felices.

Asumamos nuestra responsabilidad de convertirnos en centros de energía positiva, cuyo efecto influya en el mundo que nos rodea, simplemente siendo tan felices y positivos como podamos. Desde luego, una manera de lograrlo es permitirnos sentir todo el amor que sea posible experimentar, y dejar que ese amor se irradie y afecte a los demás de una forma positiva.

Luego, cuando veamos que los demás se benefician de nuestra labor, los veremos con un sentido de compasión y entenderemos que ellos han creado las circunstancias de su vida como resultado de lo que hicieron en su propia consciencia. Cuando hagamos algo por ellos nos sentiremos contentos al ver que son más felices. Habrá sido una expresión de amor y, aunque se trate de un acto responsable, la motivación para hacerlo no obedeció a un sentido de responsabilidad sino de amor. La fuerza motivadora no fue la evitación de un sentimiento negativo, sino un verdadero deseo de enriquecer la experiencia de la otra persona.

De esa forma, habremos aprendido la verdadera lección del amor y se habrá alcanzado otro nivel en la evolución del individuo y de nuestro planeta. El amor cura.

Todo se puede curar.

Quien busque en filosofías esotéricas el significado de las cosas, la naturaleza del Universo, el propósito de nuestro ser, de nuestra evolución y el porqué de estar aquí, tal vez encuentre la idea de que cada uno de nosotros es todos los dioses y todas las divinidades.

Imaginemos eso. Ser un dios o una divinidad siendo uno todo lo que existe podría ser una experiencia solitaria. Aunque uno pueda experimentar ser el creador del universo que lo contiene todo, que está en constante crecimiento y que se expande de manera infinita, y aunque ame la creación que uno mismo realizó como extensión de uno mismo, existen ciertos aspectos de su propia consciencia que no son accesibles si no se toman en consideración la co-creación y la relación con las criaturas.

Después de todo, ¿podemos ser tan chauvinistas como para creer que no pueda existir en algún lugar otra divinidad/dios/todopoderoso que esté creando un universo a su alrededor igual que nosotros creamos nuestro propio universo a nuestro alrededor? Si es así, ¿cómo nos comunicaríamos?

Como una expresión de amor, y para terminar con nuestra soledad y explorar los demás aspectos de nuestra consciencia, hemos acordado invertir parte de nosotros mismos en un plano de experiencia al que llamamos universo físico. En consciencia, el aspecto esencial de la creación del universo físico es el amor. El amor es el «pegamento» que lo mantiene unido todo.

Aunque cada uno de nosotros es consciencia pura manifestada, el propósito de esa manifestación es la evolución de nuestro ser, la cual incluye el amor, la percepción a nivel del Chakra Verde, como elemento esencial.

Desde este nivel de percepción, es evidente que el amor motiva a todo el mundo y que en ocasiones la gente reacciona a algo que no existe. Las naciones preservan sus fronteras como una expresión de amor a sus habitantes. Algunas naciones se unen a otras a fin de generar un sentido de comunidad global, en este caso también como una expresión de amor.

Cuando nacemos, el amor es necesario no sólo para nuestro bienestar, sino también para nuestra supervivencia. Cuando se carece de amor, los niños optan por no nacer o nacen con algunas partes de su sistema de energía deterioradas. Podríamos afirmar que todos los síntomas, toda situación de desequilibrio en el sistema energético humano, se produce por una falta de amor.

Sabemos que todo síntoma representa las tensiones generadas en la consciencia y representa también las diferentes formas en que la persona ha reprimido su verdadera forma de ser. Puede tratarse de una forma de reaccionar a la percepción de ausencia de amor, o bien a la percepción de que a uno no lo aman por haber decidido ser uno mismo y no obedecer las ideas de alguien que le decía lo que «debía hacer».

En la vida, con frecuencia interpretamos escenas de lo que hemos hecho anteriormente. Tal vez los personajes sean diferentes, pero la obra es la misma. Cuando ello ocurre nos quedamos perplejos y nos preguntamos: «¿Por qué estoy viviendo esta película otra vez? ¿Por qué estoy viviendo nuevamente esta escena?»

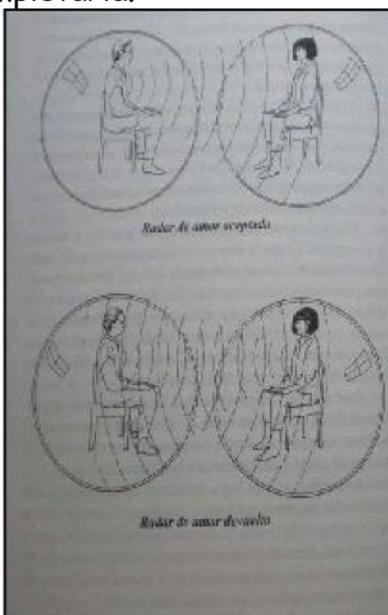
Para responder a estas preguntas podríamos regresar a la primera vez que se interpretó la escena, y que en esa ocasión quedó inconclusa, le faltó un componente: Si ese componente hubiera estado, la escena se habría completado y no habría quedado ninguna pregunta en nuestra consciencia ni la sensación de que algo se quedó sin terminar.

El componente que faltó siempre es el mismo. Se trata de la percepción de que somos amados. La pregunta que quedó sin contestar en nuestra consciencia fue: «¿Cómo me puede estar sucediendo esto si me aman?» Los detalles pueden ser diferentes pero la pregunta básica que queda siempre es la misma, es decir, si la escena se relaciona con abandono, con errores o con malentendidos: «Si me amaran, esto no ocurriría, pero sucede, por lo tanto no se me ama».

Mientras esta pregunta esté en la consciencia de la persona, ella recreará la escena a fin de corregir la percepción errónea, agregará el componente que falta y completará la escena de modo que el amor permanezca en ella.

Es posible que se hayan percibido ideas equivocadas, como: «No me aman porque no soy digno de ser amado» o «porque hice algo mal» o «porque no soy suficientemente bueno», etc. A partir de ese momento la persona vivirá su vida de tal manera que reafirmará la validez de esas decisiones y lo seguirá haciendo hasta que cambie dichas ideas.

Para corregir el problema, es posible agregar el componente que faltaba en la escena original y así completarla.



Podemos agregar la percepción de que se nos ama, reinterpretando la escena basados en este nuevo enfoque («¡Qué difícil debió ser para tu padre tenerte que

dejar!» «Oh, debió haber sido terrible para él»), o bien enviando un «radar de amor» y ver lo que trae.

Cuando se interpreta de nuevo la escena agregando la percepción de que la persona efectivamente fue amada, lo que era dureza comienza a debilitarse y entonces la persona es capaz de dejar entrar el amor que durante tanto tiempo se había estado negando a sí misma. Entonces, los síntomas que se habían desarrollado a partir de la percepción errónea podrán curarse.

Cuando la persona tiene dificultad para crear la percepción de que se le ama, el «radar de amor» puede demostrarle que el amor está presente. Para utilizarlo, la persona deberá imaginarse en el interior de su propia burbuja enviando amor a otra persona, a quien estará viendo dentro de su propia burbuja, a la vez que vigilará lo que sucede cuando el amor que envió llega al otro individuo. Es posible que éste último lo acepte tranquilamente, tenga dificultad para recibirlo, o lo acepte con alegría, después de lo cual quizá opte por devolverlo a quien se lo envió.

La persona que envía el amor podrá percibir cuando ese amor es aceptado y cuando es devuelto. Podrá verlo. El emisor sabrá que el amor está ahí porque lo habrá experimentado. Aunque se trata de una experiencia subjetiva, estará en disposición de confirmar dicha percepción cuando se comunique con la otra persona a nivel físico. Si a la otra persona le resulta difícil crear por su cuenta la seguridad de que el amor está presente, le será útil recibir una curación.

Durante la curación es importante que el sanador no emita absolutamente ningún juicio de valor ni exprese expectativa alguna relacionada con dicha curación. Al eliminar estas percepciones, en su interior sólo existirá amor, un amor incondicional. Dentro de ese ambiente de aceptación, el sujeto será capaz de permitir que sus percepciones aumenten a nivel del corazón y, asimismo, se eliminarán las percepciones erróneas relacionadas con la creación del síntoma. Ahora podrá percibir el contacto y sentir que el amor existe.

Y entonces la curación podrá ocurrir.

El amor cura.

Todo se puede curar.

Karma y curación

Dado que todos y cada uno de nosotros somos creadores que hemos acordado co-crear un plano físico, debemos haber acordado también un sistema que mantenga juntas todas las cosas, algún conjunto de mecanismos que refleje la ilimitada y libre naturaleza de nuestro ser, así como la naturaleza de la propia consciencia.

A esos mecanismos se les ha dado el nombre de Karma. No se trata de un conjunto de reglas impuestas desde fuera. Es simplemente el efecto de lo que realizamos en nuestra propia consciencia. Ante todo, debemos recordar que la naturaleza de nuestra consciencia es dirigirnos hacia la culminación de las imágenes que hemos elegido plasmar en ella. Cuando tenemos un objetivo y lo colocamos en nuestra consciencia, la consecución de ese objetivo ya existe y solamente tendemos a desplazarnos hacia él.

Podemos afirmar que le hemos expresado nuestra petición a la Inteligencia Superior, tanto si la consideramos como algo externo a nosotros o como algo que se encuentra en nuestro interior. Entonces, la Inteligencia Superior se encarga de darnos instrucciones a cada instante a través de un vehículo de comunicación que llamamos intuición o instinto. Así pues, de nuestro interior provendrá en cada momento la orientación de lo que parece ser correcto para nosotros.

De igual manera, parecerá que los hechos externos nos llevan en la misma dirección. Podrían parecerse fuerzas ajenas a nosotros, pero fueron puestas en movimiento por las imágenes que hemos colocado en nuestra propia consciencia. Así pues, cuando ocurren ciertas cosas que nos dan la impresión de estar dirigidas por fuerzas que se encuentran más allá de nuestro control, pero que al mismo tiempo son acordes con lo que se «suponía que pasaría», de acuerdo con algún tipo de patrón u orden, decimos que tales sucesos se deben a nuestro karma. En ocasiones utilizamos la palabra «Destino» para describir la fuerza que nos mueve de ese modo.

En consecuencia, podemos afirmar que un elemento de aquello que conocemos como karma es esa fuerza que parece estar fuera de nosotros y que nos mueve hacia la consecución de nuestros objetivos, pero que se pone en marcha a causa de lo que hemos hecho en nuestra propia consciencia. Al desplazarnos hacia esta consecución nos encontramos con dos variables, es decir, nuestras acciones y nuestras percepciones, ambas decididas por nosotros y que activan ciertas fuerzas que parecen externas.

En lo que respecta a las acciones, podemos afirmar que todo lo que hacemos vuelve a nosotros. No es a causa de la retribución divina, sino más bien como consecuencia de una simple mecánica, y como un cierto medio de comunicación.

Existen muchas formas de expresar el amor y, como hemos mencionado anteriormente, la manera que muchas personas utilizan para expresar su amor se

interpreta en ocasiones de forma contraria a como ellos deseaban.

Por fortuna, existe un modo de actuar que nos ayuda a entender las sensibilidades y preferencias de los demás. Si deseas que los demás se comporten contigo de una manera particular, puedes mostrárselo con tu ejemplo. Haz con los demás lo que te gustaría que ellos hicieran contigo y comprende que los demás te están haciendo lo que quieren que tú les hagas. Es como si los demás te dijeran: «Así es como me gusta que se me exprese el amor. Si deseas expresarme amor y sientes que esta forma de expresarlo es buena para ti, para mí también lo es». Al mismo tiempo, quizá ellos observen tus acciones y las entiendan como una demostración de la manera como deseas que te expresen su amor.

En lo que respecta a tu relación con el Universo, o como quieras llamar al compuesto de energías que percibes del exterior, debes comprender que el Universo te devolverá, a través de los demás, las energías y las acciones que se han originado en ti. Aunque parezca que dichas energías están fuera, tú eres quien las puso en marcha mediante tus acciones. Esas energías constituyen el segundo elemento de lo que conocemos como karma.

Aunque te parezca una retribución divina, considera las energías que has estado emitiendo, pues ahora sabes lo que sentirás cuando vuelvan a ti. En lugar de continuar creando los mismos efectos emitiendo las mismas energías, puedes generar algo diferente que mejore lo que más tarde regresará a ti. Así, podemos afirmar que el «propósito» de este aspecto del karma es la comprensión. Cuando ésta se ha alcanzado, quedamos liberados de los efectos de ese karma.

Desde luego, los aspectos positivos de tus acciones también volverán a ti, pues en este sentido el Chakra Azul y el Verde trabajan conjuntamente. A medida que fluyas por tu camino y expreses tu amor por los demás, con lo cual satisfacerás sus necesidades sin esfuerzo alguno de su parte, también verás satisfechas tus necesidades sin hacer el menor esfuerzo. Así, el amor que emanes regresará a ti.

En cuanto a tus percepciones que crean karma, hemos hablado hasta ahora de la forma en que eliges ver a los demás. Todos somos creadores: cada alma, cada consciencia manifiesta su universo. En este sentido, todos somos absolutamente iguales. En nuestra consciencia todos contamos con los mismos instrumentos, y aunque las capacidades de algunas personas son más evidentes que las de otras, todos poseemos el mismo potencial. Todos contamos con el mismo tipo de ordenador, aunque algunos hayan elegido aceptar mejores programas.

Desde este punto de vista, podemos afirmar que cuando miramos los logros de otro, que consideramos notables o extraordinarios, esos logros sólo nos están mostrando un aspecto de nuestras propias capacidades. Si un ser puede hacerlo, cualquier ser lo puede hacer. Todos somos iguales y, en lo que respecta a la evolución, estamos yendo hacia el Chakra Violeta, que representa la Unidad. Estamos yendo hacia la unidad.

La unidad no existe en una estructura jerárquica, más bien implica una igualdad

absoluta. Para que una consciencia penetre totalmente en otra a fin de experimentar esa otra como si fuera ella misma con un sentido de unidad, las dos deberán ser absolutamente iguales. Si ves a alguien como menos que tú o como superior a ti, estarás creando una percepción errónea, que deberá corregirse para alcanzar tus propósitos de evolución y la evolución de todos.

Si consideras a alguien superior a ti, deberás entender que se trata de una percepción errónea. Simplemente se te están mostrando tus propias capacidades pues se te han dado los mismos instrumentos para tu crecimiento, instrumentos con los cuales podrás trascender los límites que tú mismo te impusiste. Posees la capacidad de realizar lo que otros han hecho. Tal vez aún más y mejor, si así lo deseas.

Si ves a alguien como inferior a ti, tendrás que ajustar esa percepción. Una manera de hacerlo es ponerte un momento en su lugar. Las fuerzas que desencadenan los sucesos parecen venir del exterior, pero han sido puestas en marcha por lo que has hecho tú en tu propia consciencia. Esto significa que el ajuste de tus percepciones es el tercer elemento del karma.

Así pues, el karma se compone de tres elementos:

- 1— Un movimiento hacia el logro de nuestros objetivos.
- 2— Una vuelta a nosotros de los efectos de nuestras acciones.
- 3— Un ajuste de nuestras percepciones.

Mirando los sucesos de nuestra vida, es decir, lo que «nos sucede», desde el punto de vista del karma podremos entender ciertas cosas que antes carecían de sentido. Podremos verles un patrón y un orden a las cosas y nos liberaremos de las tensiones que los malentendidos habían provocado.

El karma es algo muy personal y al mismo tiempo impersonal. Es personal en el sentido de que refleja lo que nosotros como individuos hemos elegido hacer con nuestra consciencia; y es impersonal porque funciona de la misma manera para todos. Cada uno de nosotros está al mismo tiempo viviendo los efectos del karma pasado y construyendo un nuevo karma; en ocasiones es difícil decir cuál es cuál.

Como cada uno de nosotros crea y vive su propio karma, la idea de que podamos de alguna manera «asumir» el karma de otra persona es un malentendido de la mecánica kármica.

Algunos sanadores argumentan que ciertos síntomas no pueden aliviarse debido a que son kármicos. Estos sanadores sólo están respondiendo a sus ideas restrictivas y extrapolando esas limitaciones en forma de misterio místico. Nosotros creemos que todo se puede curar. La capacidad para lograrlo se encuentra en cada uno de nosotros.

Desde nuestro punto de vista, todos los síntomas de enfermedad son kármicos, porque son el efecto de lo que el individuo ha hecho en su consciencia; sin embargo, ello no significa que dichos síntomas no se puedan curar. Si el karma de la persona era ponerse enfermo, su karma puede ser también curarse, como fue mi caso. Si el

propósito del karma es la comprensión, eso está acorde con nuestra descripción de la relación que existe entre cuerpo y consciencia.

Cuando alguien desarrolla un síntoma, su función es la de dar un mensaje al individuo acerca de alguna forma de ser suya que ha producido un desequilibrio. La persona se hace a sí misma literalmente lo que antes se ha estado haciendo figuradamente.

Cuando la persona comprende el mensaje que el cuerpo le ha enviado y realiza los ajustes necesarios en su forma de ser, el síntoma ya no tiene razón de existir y podrá eliminarse. Por ello para nosotros, los sanadores, es muy importante comunicar la causa interna del síntoma externo, como parte integrante de la curación.

Asimismo, es importante recordar que tenemos poderes ilimitados en nuestra consciencia y que cualquier idea limitadora es, por naturaleza, no válida. Poseemos una capacidad ilimitada para curar todo. Si existe alguna razón para creer que no tenemos la capacidad para llevar a cabo este importante servicio espiritual, podemos reemplazar esta idea por otra que nos proporcione los medios para ir más allá de ese concepto restrictivo.

Sabemos que todo se puede curar.

Preguntas y respuestas

1. ¿DEBE SABER EL SANADOR CUÁL ES EL PROBLEMA PARA QUE LA CURACIÓN SE LLEVE A CABO?

Con el Sistema Cuerpo-Espejo, el sanador es capaz de ver si el sistema de energía del sujeto se encuentra o no en equilibrio. Por consiguiente, no es necesario que sepa el problema antes de mirar en el interior del sistema de energía del sujeto. Si está enterado de que existe un problema antes de mirar, tal vez concentre su atención en un área en particular. Si no es así, probablemente vea el problema de todos modos. Desde luego, ello dependerá de lo profundamente que mire.

Es un poco como llevar el automóvil al mecánico. Él no necesita saber de antemano cuál es el problema para poder repararlo. El examen que haga del coche le dirá qué se necesita reparar. Con frecuencia se curan problemas de los cuales el sujeto no informó al sanador, ni siquiera pensó en ellos, pero los reconoce cuando el sanador se los describe.

Es importante hacer hincapié en que los sanadores no diagnostican enfermedades. Simplemente ven el estado de equilibrio en un sistema de energía. Pueden encontrar tensión en algún aspecto en particular de la consciencia; sin embargo, dicha tensión se puede manifestar de un gran número de formas. Si un sanador, por ejemplo, ve sombras, no será apropiado decir que la persona tiene cáncer.

De la misma forma, el sanador no le dirá a otra persona que ya no tiene cáncer. Puede hacer solamente el comentario de que ya no existen evidencias de cáncer en su sistema energético. Así el sanador no invadirá áreas legales reservadas a los profesionales de la medicina.

2. ¿QUÉ ORIGINA LOS DEFECTOS DE NACIMIENTO Y QUÉ NECESITAMOS SABER PARA CURARLOS?

De acuerdo con nuestro modelo, todo comienza en la consciencia. Esto es tan válido para un bebé e incluso un feto, como para cualquier adulto. Como adultos, decidimos la manera como responderemos a las circunstancias de nuestro entorno, que a veces nos presentan alguna dificultad. Con los bebés sucede lo mismo.

Cuando alguien habla de defectos de nacimiento, la primera pregunta que surge es cuándo se detectó el síntoma. Con frecuencia suelen descubrirse cosas cierto tiempo después del verdadero proceso de nacimiento, aunque se las considera defectos de nacimiento. Si por ejemplo a los dos años de edad se detecta un síntoma, la pregunta relevante será: «¿Qué estaba sucediendo en la vida de la persona en ese momento? ¿Qué circunstancias difíciles se presentaron en ese instante? ¿Sería posible descubrir que en la familia nació otro niño o que los padres decidieron divorciarse?»

Tal vez nos enteremos de que el niño nació prematuramente y estuvo en una

incubadora durante dos meses, después de lo cual se descubrió que estaba ciego. ¿Realmente era un defecto de nacimiento, o existe la posibilidad de que el bebé hubiera nacido con su vista sana y haya reaccionado así al hecho de estar sometido a un ambiente de aislamiento con poco o ningún contacto, lo cual es algo muy importante para un niño recién nacido?

La sensación de contacto con sus padres y la de ser aceptado en este mundo es de máxima importancia para el niño.

Un bebé en Florida nació con un tumor en la base de la médula espinal, en la parte del sistema de energía que está asociada con la relación que guarda con su madre. Cuando hablé con ella, me explicó que el tumor, de acuerdo con los médicos, había comenzado a crecer en el sexto mes del embarazo.

Naturalmente, le pregunté qué sucedía en su vida durante el sexto mes de embarazo con relación al hecho de convertirse en madre. Me explicó que ella y su esposo habían tenido una terrible pelea. Él se fue y todo indicaba que no iba a volver. Le pregunté cómo se sentía sobre el hecho de tener al bebé en caso de que su esposo ya no regresara, y me dijo que no estaba dispuesta a ser madre soltera. Si él no volvía, ella no quería tener al niño.

Cuando ella tomó esa decisión, el tumor comenzó a crecer en el niño. Fue como si el niño hubiera sido consciente de todo lo que estaba sucediendo. Desde su punto de vista, primero se sintió amado y deseado, y luego, sin saber por qué, ya no. Es como si el bebé hubiera dicho: «si no me quieres, yo tampoco quiero estar aquí». Los padres se reconciliaron y decidieron aceptar al bebé. Cuando nació con el tumor, le dieron un 50% de probabilidades de sobrevivir. Es como si el bebé hubiera decidido darse una oportunidad de venir a este mundo. El niño recibió muchas muestras de amor y atención y el tumor desapareció.

Si observamos a cada uno de los participantes de este acontecimiento, veremos que cada uno de ellos creó su propia situación. Podemos ver que la madre no quería traer un niño a su vida si no tenía un compañero a su lado; cuando tomó tal decisión, las circunstancias comenzaron a manifestarse en esa dirección. Desde luego, lo mismo podríamos decir acerca del padre.

Nuestro principal punto de atención como sanadores es la consciencia de la persona que experimenta un síntoma físico, a fin de comprender cómo este síntoma se ha originado y proceder luego a curarlo. Sin embargo, en ocasiones puede ser útil asesorar a los miembros más cercanos de la familia con objeto de alcanzar niveles de comprensión adicionales.

3. ¿ACASO NO ES VERDAD QUE A VECES SUCEDEN ACCIDENTES?

Nuestro modelo se basa siempre en la idea de que todo comienza en la consciencia. Cuando alguien genera tensión por una decisión que toma respondiendo a las circunstancias

que tiene que afrontar, esa tensión, si es lo suficientemente fuerte o si se prolonga durante un periodo considerable, puede manifestarse a nivel físico. El síntoma, sin embargo, deberá manifestarse de acuerdo con la realidad física de causa-efecto. Siempre habrá una causa física.

Sabemos que contamos con un sistema de guía interna a la cual llamamos intuición o instinto. Si no escuchamos esta guía, probablemente experimentaremos emociones negativas. Si continuamos sin escuchar, recibiremos el mensaje en el siguiente nivel de comunicación, es decir, en el cuerpo físico. Crearemos un síntoma físico que nos estará enviando un mensaje.

Si la intuición siempre es precisa, ¿podremos preguntarnos qué fue lo que llevó a una persona a estar en un determinado lugar a una hora en particular, donde iba a ocurrir un accidente? Si el resultado fue un determinado tipo de síntoma, podríamos decir que el resultado final fue la verdadera intención. El suceso ocurrió a fin de que el síntoma se originara con objeto de que esa persona recibiera un mensaje de su cuerpo, en el sentido de que no había estado prestando atención a su intuición o a sus emociones.

Así pues, cuando el mensaje necesitó ser transmitido, el espíritu guió al individuo, a través de su intuición (nuevamente ajustada), hacia las circunstancias que le pudieran proporcionar el síntoma. Si el accidente no hubiera ocurrido, el síntoma habría tenido que originarse de otra manera, por ejemplo mediante una enfermedad, o un nervio pinzado.

Los accidentes grupales son igualmente co-creados. De acuerdo con las circunstancias, toda la gente que participa ha tomado la decisión de estar ahí o ha sido guiada en esa dirección. Los individuos que cambiaron algo en su consciencia poco antes del suceso cuentan haber tenido una «corazonada» y así, no haber subido al avión que más tarde se desplomaría o haber sido prevenidos por las circunstancias (despertarse tarde o perder el autobús) para no participar en ese suceso destinado al desastre. ¿Fue suerte, sólo coincidencia, o hubo una razón?

No hay accidentes ni tampoco coincidencias. Existe un patrón y un orden en el universo y en la manera en que éste se manifiesta. Aunque algunas personas prefieren temer a los misterios del universo y dejarse impresionar con la idea de que para los seres humanos no es posible conocer el funcionamiento del mismo, desde el nivel del Chakra índigo es posible ver cómo el mundo físico pone de manifiesto cada suceso de acuerdo con cada una de las consciencias involucradas en él.

Por ello decimos que mirando la manifestación de los sucesos en el mundo físico es posible ver lo que ocurre en la consciencia de cada uno de los individuos que participaron en esos acontecimientos. Una cosa refleja la otra. El mundo físico refleja la consciencia.

4. ¿QUÉ ES LA MUERTE? ¿CÓMO ES?

La muerte es la transformación final y les sucede a la mayoría de las personas (hay relatos sobre algunas excepciones, como las del Conde de Saint Germain y Babaji). Considerando su universalidad resulta increíble que se sepa tan poco de ella.

Cada uno de nosotros es un espíritu que ocupa un cuerpo. A pesar del grado al que nos hemos identificado con ese cuerpo, que es sólo un vehículo, continúa siendo una verdad inmutable que lo que realmente somos es el Ser que se encuentra en su interior.

Llegado el momento, abandonamos nuestro cuerpo, al igual que la personalidad que desarrollamos mientras estábamos en él, y después volvemos al nivel de existencia que identificamos como espíritu, que es un aspecto más profundo de nuestra consciencia. Dejamos ir ciertas actitudes, ideas y valores con los que nos hemos identificado y adoptamos otro punto de vista, un punto de vista considerado más evolucionado, más espiritual y que parece ser mucho mejor.

Mucha gente no comprende el proceso de la muerte ni tiene conocimiento de lo que existe más allá de ese proceso, por lo que se siente temerosa ante la idea de morir. No sabe que seguirá experimentando cosas.

Normalmente, cuando una persona deja su cuerpo experimenta algo parecido a una caída por un túnel, al final del cual se encuentra una luz. Ésta es la salida del cuerpo y el proceso por el que se regresa a lo que puede considerarse como El Origen.

Generalmente, al otro lado del túnel uno se encuentra con cierto Ser o comité de bienvenida, que puede tratarse de un pariente, un líder espiritual o unos amigos. Están allí con el propósito de reorientar al Espíritu recién llegado. Aunque el hecho de dejarse llevar y la aceptación emocional de la muerte puede ser difícil para algunas personas, el paso a través del túnel y la bienvenida a la luz es universal mente descrito como una experiencia gozosa, trascendente y hermosa.

Como sanadores, nuestra función es ayudar a la persona en cualquier cosa que haya decidido hacer. Si en un nivel más profundo esa persona en verdad ya no desea seguir viviendo, su forma de curación podría ser hacerle sentirse bien con la decisión de abandonar su cuerpo y ayudarle a comprender el proceso de transición. De esta manera el amor y la ayuda que le ofrezcamos serán incondicionales.

Cuando un sanador va a ofrecer su ayuda para el proceso de transición, puede realizarlo desde el interior o desde el exterior, es decir, puede optar por dirigir la atención del sujeto sin involucrarse directamente en la experiencia, o bien puede estar en contacto con el Espíritu de la persona y «acompañarla en el viaje».

Cuando se dirige la experiencia desde el exterior, el sanador puede ofrecerle seguridad al sujeto y dirigir la atención de la persona hacia la luz y el Ser o Seres que lo esperan para darle la bienvenida. Ofrecer de esta manera nuestro amor y nuestro apoyo contribuye a que la experiencia sea mucho más fácil y agradable.

Al comenzar el viaje, el sanador sentirá su consciencia vinculada con la del sujeto.

La experiencia podrá iniciarla tanto el sanador como la persona. En este tipo de experiencia el beneficio para la persona radica en que irá acompañada. La mayoría de la gente realiza sola esta transición; sin embargo, a muchos les causa temor la soledad que implica tal experiencia. Hacer que la persona se sienta acompañada es un servicio espiritual muy valioso.

Cuando la persona experimente el vértigo inicial, el sanador también lo sentirá. Es como caer en un hoyo negro o tener un desmayo, pero la persona sigue teniendo consciencia de lo que está experimentando. Si las dos consciencias se encuentran vinculadas, es posible que sea el sanador quien comience la experiencia cayendo en su propia consciencia mientras ve cómo la otra persona experimenta lo mismo.

El sanador no tiene por qué temer esta experiencia: los que sólo actúan como acompañantes siempre vuelven, aunque su evolución espiritual queda enriquecida. Asimismo, esta experiencia les permitirá comunicar a otros lo que sucede durante este proceso. Esto también es un servicio.

La curación tiene muchas formas.

Todo se puede curar.

Sección Sexta EJERCICIOS

Ejercicio energético básico: Sentir la energía

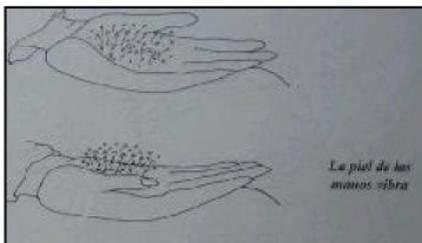
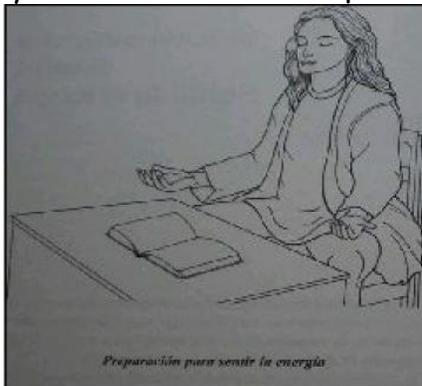
La finalidad de este ejercicio es demostrar algunos de los principios expuestos en este libro, que son aplicables tanto a las técnicas de curación como a tu aptitud para sentir y dirigir la energía, es decir, para funcionar como sanador.

Aunque este ejercicio puede realizarlo uno solo, es mejor hacerlo con otra persona, leyendo las instrucciones en voz alta. Si en la actualidad estás solo, puedes hacerlo más tarde con un amigo.

Para empezar, pon el libro sobre una mesa, de forma que puedas leerlo sin necesidad de sostenerlo con las manos, a fin de que éstas queden libres.

Siéntate y pon las manos sobre la mesa, o mejor todavía, sobre las rodillas, con las palmas mirando hacia arriba. Concentra tu atención en las palmas de tus manos, concretamente en la superficie de la piel. Siente el aire que en ese lugar roza la piel. Puedes ser consciente de la temperatura del aire, de sus movimientos e incluso de su presión. Detente unos instantes percibiendo estas sensaciones cada vez con más intensidad. Mantén tu atención en las palmas de las manos y sé cada vez más consciente del contacto del aire con tu piel.

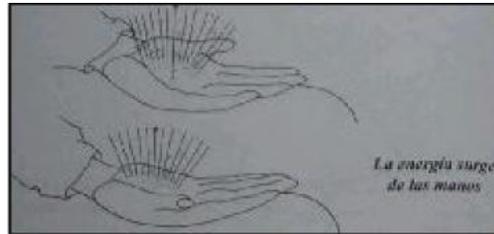
Pronto percibirás otra sensación poco usual, algo así como una vibración o un cosquilleo. Al principio será algo muy sutil, pero cuanto más enfoques tu atención en ella, mayor será la claridad con que la sentirás.



A esa sensación le podemos dar un nombre, la podemos llamar «energía». Imagina que esa energía surge de tus manos y que al hacerlo hace vibrar la membrana de la piel. Sientes la energía irradiándose desde tus manos.

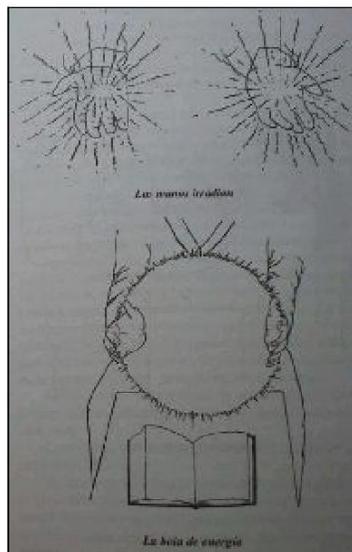
Permaneciendo consciente de tus manos y experimentando la sensación descrita, ponías ahora una frente a otra, a unos 50 cm de distancia, y lentamente aproxímalas y sepáralas varias veces. Notarás que la sensación es diferente cuando se acercan una a la otra de cuando se separan.

Puedes imaginar que entre tus manos hay una bola de energía. Al acercar las manos comprimes esa bola y «compactas» la energía, haciéndola más densa, un poco como si fuera una bola de nieve. Pronto serás capaz de notar el contorno y la superficie de dicha bola y podrás sostenerla manteniendo la sensibilidad de las manos.



Si realizas el ejercicio con otra persona podéis poner os uno frente a otro, manteniendo cada uno su propia bola de energía y desplazando las manos de forma que os permita sentir la energía del compañero. Por ejemplo, puedes poner una mano entre las de tu compañero moviéndola de abajo arriba y de arriba abajo a través de su campo energético y percibir las sensaciones que experimentas. El compañero puede hacer lo mismo. Seguid con el ejercicio durante un rato.

Después, relajad las manos y pensad en lo que habéis experimentado. Algunas personas, para describir esta experiencia, utilizan palabras como «calor», «frío», «electricidad», «magnetismo», «flujo», o «densidad». Podríamos decir de todas estas palabras que describen diferentes formas de energía o diferentes aspectos de la energía, al igual que una bombilla eléctrica emite también diferentes aspectos de energía. Unos calificarían esa energía como «luz», otros como «calor» y otros como «campo magnético». Todo ello es correcto, pues son diferentes aspectos de una misma energía.





Independientemente de lo que hayáis sentido, podemos decir que esa sensación os prueba que habéis sentido la energía. Algunos individuos manifiestan que la sensación varía cuando sienten la energía de otra persona, pero siempre se trata de energía.

Al realizar este ejercicio, ocurren varias cosas. Ha comenzado con una sensación en bruto, sin nombre. Luego, la hemos calificado como energía y las palabras utilizadas para describirla han creado la realidad. Si hubiésemos utilizado palabras distintas, vuestra experiencia habría sido diferente.

Si hubiéramos descrito la experiencia con otra imagen (la sangre deslizándose bajo la piel, por ejemplo), habrías sentido eso. Si la hubiésemos descrito como un adormecimiento de las manos, la habrías percibido de ese modo.

Nuestras palabras crean nuestra realidad. Partiendo del principio de que todos creamos nuestra propia realidad, una de las formas de lograrlo consiste en elegir las palabras que vamos a utilizar para describir nuestra experiencia. En todo momento estamos experimentando algo, y ese algo debemos calificarlo de algún modo. Elegimos determinadas palabras para describir nuestra experiencia y con ellas energetizamos dicha percepción. Nosotros elegimos nuestra realidad.

Sabiendo esto, podéis tratar de ser conscientes de las palabras que utilizáis durante el día, y de la realidad que con ellas creáis.

Las palabras que utilizas para describir tus experiencias, crean tu realidad.

Al hacer este ejercicio, podemos decir que has pasado de una realidad a otra. Has pasado de una realidad en la cual no sentías la energía a otra en la que sí la sientes. En esta nueva realidad, puedes describir tus experiencias en términos de energía.

Este proceso lo hemos efectuado en tres etapas. Primeramente, hemos decidido qué va a ser verdad en la nueva realidad. Hemos decidido que vamos a sentir algo en las manos.

PRIMERA ETAPA:

Decidir lo que va a ser verdad en la nueva realidad

Aunque para la primera etapa te puedes inspirar en este libro, la segunda etapa debe proceder de ti. Tú eres quien debe buscar la forma de dar sentido a tus palabras. Tal vez te hayas dicho lo siguiente: «Me parece que siento algo. Quizás se trate del fenómeno que este libro describe. Sí, lo siento cada vez más».

Actuando de este modo, has estimulado la percepción del fenómeno, y ello te confiere motivos para creer en el proceso.

SEGUNDA ETAPA:

Estimular la percepción que estás teniendo ahora.

Finalmente, en la tercera etapa podrías decirte a ti mismo: «Es verdad. Ahora siento mi energía y siento la energía de mi compañero. Ya estoy en la nueva realidad».

TERCERA ETAPA:

Decide que eso ahora es verdad

Si has realizado el ejercicio con otra persona, podrás darte cuenta de que lo que comenzó como una experiencia subjetiva ha sido después percibido también por otro ser en la realidad física externa, mediante la realización de una experiencia compartida, objetiva y real.

Así es como funciona la curación. La percepción de la curación, que se inicia en la consciencia del sanador como una experiencia subjetiva, puede luego ser percibida en la realidad física externa por otro ser.

Cuando nos preparamos para una curación, empezamos siempre poniendo las manos en la posición mencionada, recreando la sensación de energía entre ellas. Es decir, utilizamos las manos como otras gentes utilizan ciertos dispositivos de retroalimentación que les indican que se hallan ya en un estado particular.

Este tipo de dispositivos se basan en la idea de que en los diferentes estados de consciencia, las funciones biológicas cambian. Se dan cambios a nivel del ritmo respiratorio, de la sudoración, de la presión sanguínea, del ritmo cardiaco, etc. Cuando las funciones biológicas medidas por dicho dispositivo muestran que el sujeto se halla en el estado de consciencia deseado, el aparato genera una retroalimentación: suena una campanita, se mueve una aguja o parpadea una luz.

Es decir, el aparato le dice a la persona: «Ya estás en el estado de consciencia que buscabas». Así, el sujeto se va acostumbrando a dicho estado de consciencia hasta que ya no tiene necesidad del aparato para saber en qué estado se halla. En la retroalimentación, el estado de consciencia deseado puede ser el nivel alfa, o beta. En nuestro método lo que buscamos es el estado de consciencia en el cual sentimos la

energía. Dado que curamos con energía, ése es el estado de consciencia en el cual la curación puede producirse.

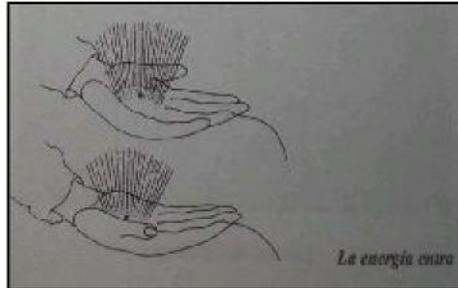
Desde el momento en que experimentes dicha sensación en las manos, estarás en el estado de consciencia perfecto para curar a alguien. Si durante la sesión, esta sensación se interrumpe, deberás detenerte y tendrás que restablecerla antes de seguir. Esta sensación se puede crear todas las veces que lo desees.

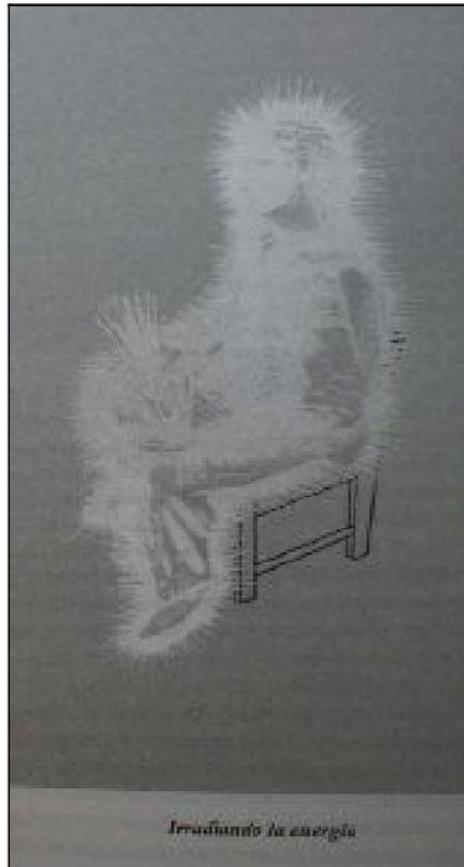
Algunas veces, dicha sensación aparece sin que hagamos nada para evocarla, pero ello no cambia nada. Simplemente significa que estás en un estado de consciencia que te permitirá actuar como sanador. Tal vez unos momentos después alguien te dirá que no se siente muy bien. Entonces sabrás por qué apareció dicha sensación. Podrás ofrecerle tus servicios como sanador, dándole la libertad de aceptar o rechazar tu ayuda; si acepta, ¡adelante! Si no, déjalo en paz.

A esta postura de inicio le hemos dado un nombre. La llamamos Posición Básica Estándar de Inicio Tipo «A». No existe la posición de inicio «B».

Dirigir la energía

Crea otra vez en tus manos la sensación mencionada, centrando tu atención en la superficie de la piel de las palmas y recordando la sensación experimentada antes, a fin de recrearla.





Pero ahora vamos a describir esta experiencia con otras palabras. Imagínate que la energía se filtra hacia el interior a través de las manos haciendo vibrar la piel. Puedes imaginarte que tus manos son como receptores de radar, sensibles a la energía, y que el espacio que te rodea está lleno de energía. Hay ondas de radio, rayos X y rayos gamma, hay energía mental, energía sexual, luz, sonido, calor, amor, energía de curación —todo un mar de energías—, y todas esas energías las puedes ahora sentir, entrando por tus manos.

Siente cómo la energía que penetra por tus manos sube por los brazos y por todo el cuerpo. Siente cómo recarga tus baterías. Siéntete energizado. Siente cómo te vuelves más claro, más centrado, etc. Dedicar un poco de tiempo a este ejercicio, a llenarte de energía, hasta que tengas la impresión de que dicha energía irradia toda la superficie de tu cuerpo, el cual brilla ahora como una bombilla eléctrica.

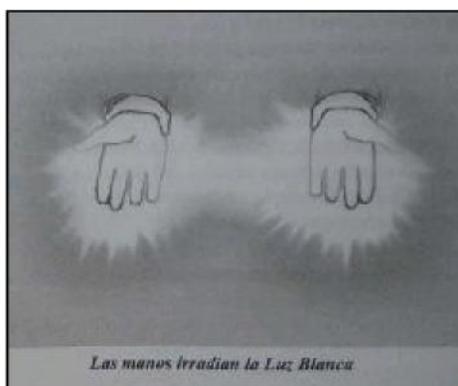
Después, dirige de nuevo la atención a la superficie de la piel de las palmas de las manos. Ahora vamos a describir las sensaciones de una manera diferente. Dite a ti mismo que lo que ahora estás sintiendo se debe al hecho de que tus manos irradian energía. Siente cómo la energía irradia de las manos, como en el ejercicio anterior.

Mientras sientes esa energía irradiando de las manos, podemos todavía darle otro nombre. Podemos llamarla Luz Blanca. Imagina que la sensación que experimentas es la de la Luz Blanca que irradia de tus manos. Con la Luz Blanca es con lo que curamos. Dedicar

un tiempo a este ejercicio, y luego, relájate y sigue leyendo el libro.

Cuando decidiste que la energía se filtraba por tus manos y penetraba en ellas, pudiste sentir cómo se desplazaba y notaste sus efectos. Cuando decidiste que la energía salía de tus manos también fuiste capaz, no sólo de sentirla tú, sino que otra persona también la pudo sentir. No tuviste que forzar la energía para que saliera de tus manos ni para que entrase en ellas, todo lo que has tenido que hacer es decidir en qué dirección se desplaza ésta, y seguidamente sentir que se está desplazando en dicha dirección, según las tres etapas mencionadas en el ejercicio A:

- 1: Decidir lo que va a ser verdad en la nueva realidad.
- 2: Estimular la percepción de lo que está ocurriendo.
- 3: Decidir que ello ahora es verdad.



Ahora sabes que eres capaz de sentir la energía. Lo sabes porque lo has experimentado. Sabes también que puedes detectar y dirigir la energía, porque también lo has experimentado. Esa energía se filtra siempre a través de ti y ahora eres consciente del hecho de que esa energía puede ser dirigida por tu consciencia. En realidad, esto lo has hecho siempre. Somos seres energéticos y cuando bloqueamos el flujo de la energía con una fuerza suficiente, el resultado es siempre algún tipo de síntoma físico.

Así, cualquier síntoma puede describirse simplemente como un bloqueo de energía. Ya que tienes la capacidad de dirigir la energía, también puedes desbloquearla en los lugares donde se haya obstruido, tanto en ti mismo como en los demás. Al hacer esto, la curación ocurre. Puedes curarlo todo. ¿Acaso no dijo un famoso sanador del pasado que lo que él hacía también nosotros lo podríamos hacer e incluso aún mejor? ¿No crees que decía la verdad?

Todo se puede curar.

Ver la energía (las auras)

Con este ejercicio incrementarás la sutileza de tu experiencia subjetiva y descubrirás realidades virtuales alternativas. No olvides que las impresiones subjetivas son, por naturaleza, subjetivas. Se producen en tu consciencia y pueden dar la impresión de que son un fruto de tu imaginación. Si es cierta para ti, la subjetividad de la experiencia no debe conducirte a invalidarla.

En el mundo científico se nos enseña que hay cosas que son reales y otras que son imaginarias, lo cual implica que lo imaginado no es real. Sin embargo, en el reino de las impresiones subjetivas, descubrimos que por el hecho de que algo sea imaginario, no deja de ser real. Al penetrar en una realidad visual alternativa, utilizarás así las tres etapas ya conocidas:

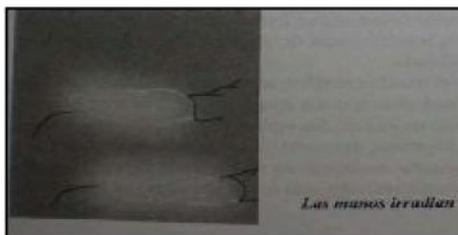
1: Decidir lo que será verdad en la nueva realidad. (Decidir que vas a ver algo diferente.)

2: Estimular la percepción de que eso ocurre ahora. (Deberás darte razones para creer, partiendo de tu experiencia, que las cosas están ocurriendo ahora. Estás ya comenzando a ver cosas.)

3: Decidir que ahora eso es verdad. (Decidir que estás viendo algo, aunque todo parezca fruto de tu imaginación y luego describirte a ti mismo la experiencia visual que está teniendo lugar.)

Para empezar, con las manos sobre las rodillas, cerca una de la otra pero sin tocarse, recrea lo experimentado en el ejercicio B: «Dirigir la Energía». Siente cómo tus manos irradian energía. Ahora decide que lo que irradian es Luz Blanca. Hazlo.

Ahora, una vez que has decidido que están irradiando Luz Blanca, observa tus manos e imagina esa radiación. Algunos la perciben en forma de ondas de calor, como las que se elevan de las aceras en los días más calurosos del verano, mientras que otros la ven más bien como una irradiación de energía blanca. Decide que vas a ver algo que se corresponde con la experiencia de la Luz Blanca que irradia de tus manos. Puedes hacerlo ahora.



Si tienes la impresión de que la vista te está jugando una mala pasada, eso está muy bien. Lo que nos interesa aquí es precisamente experimentar algo visualmente, sea lo que sea, y aunque tú creas que se trata de una ilusión óptica, lo habrás experimentado, y si se te preguntase acerca de ello, podrías describir o incluso

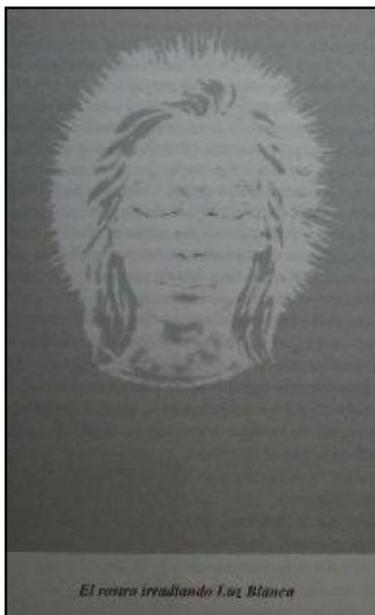
dibujar lo que has visto. Teniendo en cuenta cuál es nuestro objetivo, eso es perfecto.

La siguiente etapa la puedes realizar solo, con un espejo, o bien con un compañero a quien mirarás a los ojos. Si no estás acostumbrado a ver la energía, debes saber que el ejercicio será más fácil si la iluminación es suave y el fondo uniforme.

Tanto si miras a tu compañero como a tu propia imagen, lo mejor es no mirar la superficie de los ojos, sino más bien detrás de ellos, o profundamente en su interior. Mientras tu atención primaria estará enfocada en este ejercicio, permite que tu atención secundaria, tu visión periférica, perciba lo que hay alrededor del rostro que ves frente a ti.

Recuerda la experiencia visual que tuviste con tus manos y trata de conseguir algo similar. Tal vez percibas algún cambio en el rostro que tienes enfrente. Puede cambiar de forma o incluso convertirse en otro rostro; éste es un fenómeno natural y normal, que cualquiera que haga este ejercicio puede experimentar, un fenómeno que desvela la realidad espiritual. Sin embargo, por el momento, mantén concentrada tu atención sobre la radiación que estás contemplando, y que se conoce como aura.

Algunos la perciben como un destello o como una luz, mientras que otros perciben colores pastel. Los colores percibidos pueden relacionarse con los colores de los chakras y pueden revelar lo que está ocurriendo en la consciencia del sujeto. Así, por ejemplo, si el sujeto irradia un color verde esmeralda, podremos decir que se halla en un estado de consciencia relacionado con el Chakra Verde, etc.



Haz ahora este ejercicio durante un minuto o dos por lo menos. Si lo realizas con un compañero, al terminar comentad vuestras impresiones visuales. Tal vez descubriréis —si ambos habéis visto colores— que existe una relación entre dichos colores y lo que la persona experimentaba en su consciencia.

Si no habéis visto colores, comentad lo que hayáis visto. Podéis repetir el ejercicio

manteniendo estados de consciencia diferentes, para así ver cómo se modifica la experiencia visual. Puedes, por ejemplo, realizar el ejercicio imaginando que irradian Luz Blanca o de algún color en particular, o bien sintiendo la energía en tu corazón o experimentando un sentimiento de cólera con respecto a algo, o incluso reflexionando analíticamente a fin de averiguar las diferencias entre las experiencias visuales que se hayan manifestado.

Con la práctica, podrás recrear este ejercicio a voluntad y utilizarlo como otro nivel de comunicación que te mostrará lo que está ocurriendo en la consciencia de los seres que te rodean. Al tomar consciencia de su visibilidad, tomarás consciencia de la tuya, y en caso de que te hayas dedicado antes a parecer invisible, ahora te darás cuenta de lo inútil de dicha actitud, pudiendo utilizar tu energía de un modo mucho mejor.

Meditación sobre los chakras

En este ejercicio vas a dirigir tu atención a cada uno de los chakras, centrándote antes que nada en las sensaciones físicas y utilizando después la imaginación —la aptitud para crear imágenes— para suscitar los colores. Entre la imaginación y la visualización no hay ninguna diferencia, salvo que la mayoría de las personas creen más en su capacidad de imaginar que en la de visualizar. Todo el mundo sabe que incluso los niños pueden imaginar cosas, mientras que la visualización..., eso es más difícil.

En este ejercicio, deberás imaginar ciertos colores en determinados lugares. De todas formas, puede ser que te vengan otros colores; si así fuera, toma nota mentalmente de cuáles son dichos colores, y después, elimínalos y sustitúyelos por el color adecuado. Para ello, imagínate que sobre el chakra haces brillar una luz del color apropiado, o incluso mejor, imagínate en ese lugar un objeto de dicho color. Al final podrás crear la impresión de que los colores apropiados están en los lugares apropiados, y podrás sentir sus efectos.



Las impresiones de colores distintos a los requeridos te revelan algo sobre esa parte de tu consciencia. Puedes consultar el cuadro del «lenguaje de los colores» que hallarás más adelante; así comprenderás el significado del color visto en función del modelo que aquí estamos utilizando y podrás ver en qué medida dicha descripción corresponde a lo que ocurría en tu consciencia.

Ahora, ponte cómodo y realiza la siguiente meditación.

Antes que nada, lleva tu atención a la zona del perineo y percibe las sensaciones físicas que hay en esa zona. Decide que eso que sientes es la energía y que esa energía irradia el color rojo. Si ves otro color, toma nota, suprímelo y transfórmalo en rojo. Finalmente, crea la impresión de una bola de energía de color rojo claro en el lugar en que se encuentra tu chakra rojo. Centra tu atención en esa zona durante cierto

tiempo.



Después, desplaza tu atención diez centímetros más arriba, hasta la mitad del abdomen, y concéntrate en las sensaciones físicas que experimentas en esa zona. Decide que eso que sientes es la energía y que dicha energía irradia el color naranja. Si ves otro color, toma nota, y seguidamente elimínalo y transfórmalo en naranja. Finalmente, percibe la impresión de una bola de energía de un color naranja claro en el lugar en que sabes se encuentra tu Chakra Naranja. Centra tu atención en ese lugar durante cierto tiempo.



Luego, desplaza tu atención al plexo solar y toma consciencia de las sensaciones físicas que experimentas en ese punto. Decide que eso que sientes es la energía y que

dicha energía irradia el color amarillo. Si ves otro color, toma nota, y luego elimínalo y transfórmalo en amarillo. La impresión final debe ser la de una bola de energía de un color amarillo claro, que irradia desde el Chakra Amarillo. Centra tu atención en ese lugar durante cierto tiempo.



Ahora lleva tu atención al centro del pecho, donde sabes que se halla el Chakra Verde. Toma consciencia de las sensaciones que percibes en ese lugar. Decide que eso que sientes es la energía, que irradia un color verde esmeralda. Si vieras otro color, toma nota y a continuación elimínalo y transfórmalo en verde esmeralda. La impresión final debe ser la de una bola de energía de un verde esmeralda claro, que irradia en tu Chakra Verde. Centra tu atención en esa zona durante un tiempo.



Ahora lleva tu atención a la base de tu garganta. Toma consciencia de la sensación

que percibes en ese lugar. Decide que lo que estás sintiendo en el lugar del Chakra Azul es energía, que irradia un hermoso color azul cielo. Si ves otro color, toma nota y acto seguido elimínalo transformándolo en azul. La impresión final debe ser la de una bola de energía azul cielo claro, que irradia en tu Chakra Azul. Centra tu atención en esa zona durante un tiempo.



Después, concentra tu atención en el centro de tu frente. Toma consciencia de la sensación que percibes en ese lugar. Decide que lo que estás sintiendo en el lugar del Chakra índigo es energía, que irradia un color índigo. Si ves otro color, toma nota y seguidamente elimínalo transformándolo en índigo. La impresión final debe ser la de una bola de energía azul índigo, que irradia en tu Chakra índigo. Centra tu atención en esa zona durante cierto tiempo.



Ahora lleva tu atención a la cúspide de la cabeza. Toma consciencia de las sensaciones que percibes en ese lugar. Decide que eso que sientes en el lugar del Chakra Violeta es la energía, que irradia color violeta. Si vieras otro color, toma nota y luego elimínalo y transfórmalo en violeta. La impresión final debe ser la de una bola de energía violeta, que irradia en tu Chakra Violeta. Centra tu atención en esa zona durante un rato.

Finalmente, relájate y siente el bienestar que sigue a la meditación. Ahora comprendes sus beneficios.

Esta meditación te ayudará, no sólo a centrarte cuando sea necesario, sino que también te suministrará un inventario de lo que ocurría en tu consciencia un momento antes, como una instantánea de tu estado. Tras este trabajo de meditación, verás que todo desequilibrio que pudiera existir antes, tenderá a mejorar o desaparecerá.

El inventario es el resultado del análisis de los colores que se han visto en cada uno de los chakras, según se indica en el cuadro del «lenguaje de los colores». Si has visto solamente los colores apropiados en las zonas relacionadas con ciertos síntomas existentes, sabrás que tu visión no ha sido un fiel reflejo de la realidad, sino más bien de lo que deseabas que fuera. Es necesario que no te engañes a ti mismo, de lo contrario no habrá forma de mejorar aquello que, en el fondo, sabes que está desequilibrado.

Conócete a ti mismo, así como aquello que para ti es verdad.

Y acéptalo, pues éste es el punto de partida para todo lo demás.

Recuerda: todo se puede curar.

Sección Séptima

ANEXOS

El lenguaje de los colores

Dentro de un cuadro que representa la salud total, asociamos cada uno de los colores con un chakra particular, y este cuadro lo utilizamos para la curación. Cualquier otra combinación de colores representará entonces algo distinto a la plenitud, representará algo que debe ser curado. En un chakra determinado es posible encontrar otros colores que no sean el suyo natural, y ese color que hemos encontrado nos indicará algo muy concreto sobre ese chakra.

Las diferentes combinaciones de colores que podemos encontrar en un chakra particular representan un código, un lenguaje que todo individuo conoce, aunque no sepa que lo conoce. Así, puedes descubrir que el lenguaje que utilizas para describir tu relación con un color determinado describe en realidad tu relación con las partes de tu consciencia representadas por el chakra cuyo color natural es precisamente ese.

De este modo, al ver en un chakra determinado un color diferente de su color «natural» puedes descubrir que se trata de un desequilibrio cuya naturaleza conoces exactamente. Eso significa que sabes lo que hay que hacer para que dicha zona de la consciencia recupere el equilibrio perfecto. En algún lugar de tu interior sabes en qué estado estás y lo que ocurre dentro de ti.

Además de los siete colores «naturales» del espectro pueden aparecer otros, que interpretamos de la siguiente forma: El negro indica algo reprimido. El blanco indica algo que se evita. El rosa es el color del amor en movimiento, del amor dirigido.

El color dorado es el color de los ángeles y está asociado con el sanador que trabaja con la única finalidad de curar al sujeto. Es la consciencia angelical, la cual no tiene otra finalidad que ayudar a los seres humanos.

El color plateado está en la misma octava que el dorado y representa el mismo nivel de consciencia pero con un carácter diferente, al igual que los extraterrestres, que aun trayendo el mismo mensaje que los ángeles, debido a su forma diferente, tienen acceso a una parte distinta de la población.

Cualquier otro color debería ser considerado como una combinación de los colores ya mencionados. Así, por ejemplo, el gris es una combinación del blanco y el negro, el marrón es una combinación de rojo y verde, etc. El lenguaje de los colores será definido en las páginas siguientes.

Más que centrarte en los detalles, es aconsejable que descubras cómo son utilizadas las combinaciones de colores. En la interpretación de los colores deberás ser ágil y creativo a fin de hallar la combinación de palabras que mejor le «hablen» al sujeto aquejado de un síntoma.

Guía de referencia del lenguaje de los colores

EL CHAKRA ROJO

Cualquier otro color distinto al rojo en este chakra representa aquello que el sujeto considera como algo clave o de consideración para su seguridad. La idea subyacente es que el sujeto no tiene necesidad de buscar fuera de sí mismo la clave de su seguridad.

Cuando el color rojo se encuentra en otro chakra ello indica una sensación de inseguridad en relación con los atributos de dicho chakra.

Naranja en el rojo: la alimentación o la sexualidad como clave de la seguridad.

Amarillo en el rojo: la mente o el poder, el control o la libertad como clave de la seguridad.

Verde en el rojo: las relaciones o el amor como clave de la seguridad.

Azul en el rojo: el hecho de recibir como clave de la seguridad, hambre o sed de seguridad.

Índigo en el rojo: la unidad como clave de la seguridad, o el color del padre en lugar del de la madre, mostrando al padre como la energía nutritiva. Confusión de los papeles sexuales y confusión entre los atributos «masculinos» y «femeninos».

Ne_egro en el rojo: miedo o rechazo a las cuestiones relacionadas con la seguridad. Evitar ser alimentado (no sólo físicamente). Evitar las raíces. Evitar a la madre.

EL CHAKRA NARANJA

Cualquier otro color distinto al naranja en este chakra indica aquello que el individuo considera como clave para el acceso a la alimentación o a la sexualidad. Cuando el color naranja se halla en cualquier otro chakra ello nos muestra que la sexualidad o la alimentación son consideradas como clave para los atributos de dicho chakra.

Rojo en el naranja: inseguridad con relación a la alimentación o a la sexualidad.

Amarillo en el naranja: el sujeto escucha a su mente mucho más que a su cuerpo.

Verde en el naranja: confusión entre la sexualidad y el amor. Asimilación de la sexualidad al amor. El amor como clave de la sexualidad.

Azul en el naranja: frustración, hambre no satisfecha en los planos de la alimentación y la sexualidad.

Índigo en el naranja: la espiritualidad como clave de la alimentación o de la sexualidad.

Violeta en el naranja: la unidad como clave de la alimentación o de la sexualidad, o

consideración del padre en relación con la alimentación o la sexualidad.

Negro en el naranja: rechazo de la sexualidad, de la alimentación y de las emociones.

Blanco en el naranja: el sujeto evita la alimentación, la sexualidad o las emociones.

EL CHAKRA AMARILLO

Cualquier otro color distinto al amarillo que aparezca en este chakra indica aquello que el individuo considera como clave del poder, del control, de la libertad o de la definición de sí mismo. Cuando el color amarillo aparece en cualquier otro chakra ello indica que el individuo considera a la mente, al poder o al control como clave para los atributos de dicho chakra.

Rojo en el amarillo: inseguridad en relación con el poder, el control, la libertad o la definición de sí mismo.

Naranja en el amarillo: la alimentación o la sexualidad como clave del poder, del control, de la libertad o de la definición de sí.

Verde en el amarillo: el hecho de que el individuo se define más en función de sus relaciones que en función de aquello que para él es verdad. Acerca de una relación, representa la pérdida del poder de ser uno mismo. Representa igualmente que la clave del poder, del control y de la libertad se busca a través de una relación más que mediante la búsqueda interior.

Azul en el amarillo: sed de poder, de control, de libertad o de definición de sí.

Índigo en el amarillo: la espiritualidad como clave del control, de la libertad o de la definición de sí mismo.

Violeta en el amarillo: la unidad como clave del poder, del control, de la libertad, de la definición de sí o del padre.

Negro en el amarillo: rechazo del poder o de la cólera.

Blanco en el amarillo: el sujeto evita el poder. Evita definirse a sí mismo.

EL CHAKRA VERDE

Cualquier otro color distinto al verde que aparezca en este chakra indica aquello que el individuo valora como clave o que debe ser considerado en las relaciones o en el amor. Cuando el verde aparece en cualquier otro chakra ello indica que las relaciones o el amor son considerados como clave para los atributos de dicho chakra.

Rojo en el verde: inseguridad en cuanto al amor o las relaciones.

Naranja en el verde: confusión entre amor y sexualidad. El sujeto piensa que si no hay contacto sexual no hay amor.

Amarillo en el verde: el poder, el control o la libertad como clave o a tener en cuenta en las relaciones o el amor.

Azul en el verde: sed de amor o de relaciones. Indigo en el verde: la espiritualidad como clave de las relaciones o del amor.

Violeta en el verde: representa la unidad como clave de las relaciones o del amor, o indica que se considera al padre en relación con estas áreas.

Ne_gro en el verde: rechazo relacionado con las relaciones o con el amor.

Blanco en el verde: el sujeto evita el amor o las relaciones.

EL CHAKRA AZUL

Cualquier otro color distinto al azul que aparezca en este chakra indica aquello que el individuo considera como clave de la expresión, en lugar de expresar lo que viene de su interior. Desde el punto de vista del aspecto «recibir» del Chakra Azul, cualquier otro color distinto al azul que aparezca en este chakra representará aquello que le impide al individuo tener algo, o bien un obstáculo que impide a las cosas entrar en el interior. El azul en cualquier otro chakra indica sed de lograr lo que dicho chakra representa.

Rojo en el azul: inseguridad con respecto al hecho de recibir o de expresar algo.

Naranja en el azul: el alimento o la sexualidad como clave de la expresión o como una preocupación que impide al sujeto poseer algo.

Amarillo en el azul: la mente y las ideas impiden al sujeto recibir. Una energía en expansión que interfiere en el hecho de recibir.

Verde en el azul: el amor o las relaciones como claves de la expresión, o bien el amor expresado de un modo que impide al sujeto poseer algo. Dar lo que uno aprecia como expresión de amor privándose de ello.

Índi_go en el azul: la espiritualidad como clave de la expresión, impidiendo a la persona recibir todo aquello que ella no considera como espiritual.

Violeta en el azul: representa la unidad como clave de la expresión o bien indica que se considera al padre (la autoridad) en relación con la expresión y afectando a la capacidad de recibir.

Ne_gro en el azul: indica un rechazo al nivel de la expresión del ser.

Blanco en el azul: el individuo evita la expresión, la comunicación y recibir.

EL CHAKRA ÍNDIGO

Cualquier color diferente al índigo que aparezca en este chakra indica lo que el individuo considera como clave de la espiritualidad. El color índigo visto en cualquier otro chakra indica que la espiritualidad es considerada como clave para los atributos de ese chakra.

Rojo en el índi_go: inseguridad en relación con la espiritualidad o identificación con el cuerpo físico, más que con el espíritu o la consciencia. Naranja en el índi_go: la

alimentación o la sexualidad son las claves de la espiritualidad.

Amarillo en el índigo: el sujeto usa la mente como clave de la espiritualidad o bien tiene una construcción mental de la espiritualidad, más que una experiencia directa de la misma. También representa el poder, el control o la libertad como centros de interés en lo que respecta a la espiritualidad.

Verde en el índigo: el amor o las relaciones como clave de la espiritualidad.

Azul en el índigo: sed de espiritualidad.

Violeta en el índigo: representa a la unidad como clave de la espiritualidad o bien cierta confusión entre unidad y espiritualidad o bien una consideración del padre en relación con la espiritualidad.

Ne_gro en el índigo: el sujeto rechaza la espiritualidad. El individuo rechaza lo que es profundamente cierto a nivel de su espíritu.

Blanco en el índigo: rechazo de la espiritualidad.

Rechazo de lo que es profundamente verdadero para el individuo, al nivel de su espíritu.

EL CHARRA VIOLETA

Cualquier otro color distinto al violeta que aparezca en este chakra señala aquello que el individuo considera como clave de la unidad y de la relación con su padre. Cuando el color violeta aparece en otro chakra, ello indica que la unidad o el padre se toman en consideración en los atributos de dicho chakra. El color violeta en la mayoría de los chakras (o en todos) señala a alguien que está buscando a su padre o que lo ve en todas partes.

Rojo en el violeta: inseguridad con relación a la unidad o presencia del color de la madre en lugar del color del padre. Confusión entre las características y los papeles masculino y femenino.

Naranja en el violeta: el alimento o la sexualidad como clave de la unidad o de la relación con el padre. Amarillo en el violeta: el poder, el control o la libertad en lugar del padre o de la autoridad, o tal vez la mente como clave de la unidad.

Verde en el violeta: el amor o las relaciones son considerados como clave de la unidad o de la relación con el padre.

Azul en el violeta: sed de unidad, de dirección, del padre.

Índigo en el violeta: la espiritualidad como clave de la unidad o de la relación con el padre, o confusión entre la unidad y la espiritualidad.

Ne_gro en el violeta: rechazo a la unidad. Rechazo a una experiencia profunda del alma o bien sentimientos relativos a la autoridad o al padre que generan separación.

Blanco en el violeta: el sujeto evita a la unidad o al padre.

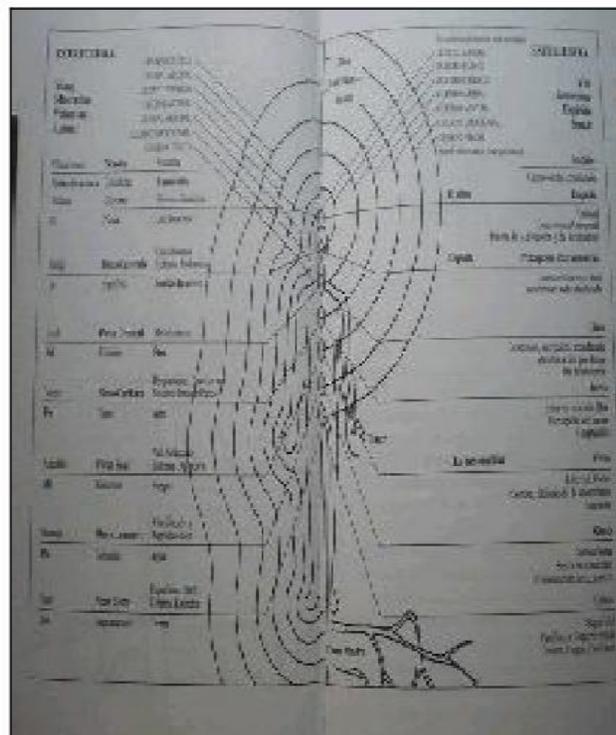
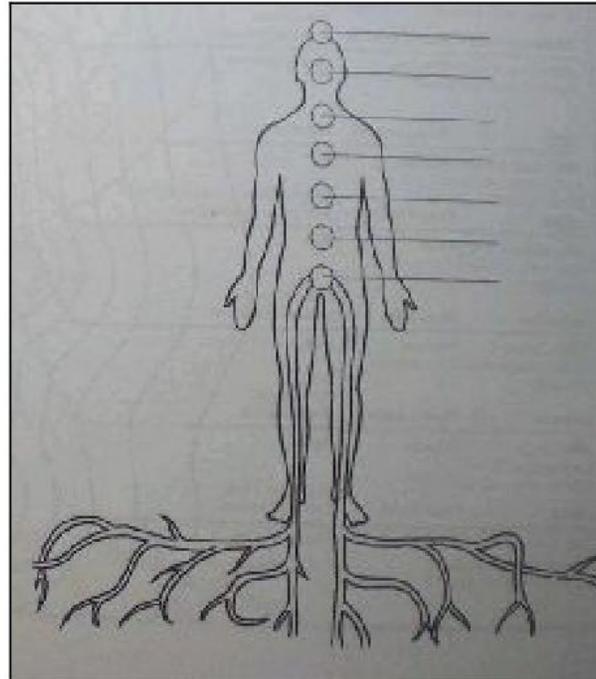
ANÁLISIS DE LOS CHAKRAS

De:

Nombre:

Fecha de nacimiento: Síntomas: Efectos de los síntomas:

Efectos de la curación (inmediatos): Efectos de la curación (diferidos):



Contenido

Prefacio.....	3
Introducción.....	5
Sanadores y Sanación.....	7
Realidades alternativas.....	10
El Sistema Energético Humano.....	14
El Lenguaje del Cuerpo.....	20
EL SISTEMA CUERPO ESPEJO.....	24
Definición de los términos.....	24
Los Chakras.....	24
Otros Aspectos de los Chakras.....	29
El Chakra Rojo.....	32
El Chakra Naranja.....	36
El Chakra Amarillo.....	41
El Chakra Verde.....	46
El Chakra Azul.....	51
El Chakra índigo.....	55
El Chakra Violeta.....	59
INSTRUMENTOS Y CONCEPTOS.....	63
Transición.....	66
Formas de pensamiento.....	72
Raíces, ramificaciones y corona.....	77
El viaje en el tiempo y a vidas.....	82
Niveles de experiencia.....	86
CÓMO HACERLO.....	95
Recibir la curación.....	95
Curación y transformación.....	102
Retroalimentación.....	106
Curar a los demás — preliminares.....	109
Cómo curar mediante la Luz Blanca.....	111
Cómo curar trabajando con los chakras y las formas de pensamiento.....	117
La curación a distancia.....	129
La autocuración.....	133
OTRAS DIMENSIONES.....	136
Reflejo (políticas de comunicación).....	136
Vientos y olas.....	141
La curación como meditación.....	147
Responsabilidad y ayuda a los demás.....	151
El amor cura.....	153
Karma y curación.....	156

Preguntas y respuestas	160
EJERCICIOS	165
Ejercicio energético básico: Sentir la energía	165
Dirigir la energía	170
Ver la energía	173
Meditación sobre los chakras	176
El lenguaje de los colores	181
Guía de referencia del lenguaje de los colores	182
EL CHAKRA ROJO	182
EL CHAKRA NARANJA	182
EL CHAKRA AMARILLO	183
EL CHAKRA VERDE	183
EL CHAKRA AZUL	184
EL CHAKRA ÍNDIGO	184
EL CHAKRA VIOLETA	185
ANÁLISIS DE LOS CHAKRAS	186