

Herramientas Para Vivir Librementemente

NÚMERO S22 EN ESTA SERIE EDUCATIVA

Preocupación. Entonces Usa La Preocupación Para Elevarte

Extractos del Satsang «What Are You Worrying About?» (¿De Qué Te Preocupas?) [MP3 A60]

«Quiero hablar un poco esta noche sobre “¿De Qué Te Preocupas?”. [...]».

«Está bien, y realmente es interesante para mí porque yo he visto gente usar cualquier y cada cosa como pretexto. En otras palabras, “Esta es mi situación”, o, “si hago X,Y, y Z a esta persona no le va gustar, a mi madre no le gustará, a mi padre no le gustará”. “Tengo cincuenta años. Ellos tienen Ochenta. A ellos no les gustará”. “A mi prometido no le gustará”. “A mi esposa no le gustará”. “A mi esposo no le gustará”. “A mis hijos no les gustará”. Y sin falta –Y hablo de 100% del tiempo– yo veo que lo que está sucediendo realmente es que ellos sólo están usando a esas personas como excusa. Tiene que ver con su propio miedo y con su propia preocupación. Y cuando le echo un vistazo a la preocupación, lo que realmente les preocupa es, “¿estará bien? ¿Estará bien que lo haga? ¿Estoy bien?”. Tiene mucho que ver con la incertidumbre y el miedo a lo desconocido y lo que eso me dice es algo realmente obvio y eso es que ellos están fuera de Sí Mismos y ponen su fe en otras personas y en otras situaciones. Y están fuera del Presente. Está bien, y sabemos que si estamos en el Presente estamos en *cada momento*. (Cuando) estamos en *cada momento* estamos con Dios o estamos con el Espíritu. Y eso es todo lo que *hay* y necesitamos Confiar en esa situación. [...]».

«Y yo encuentro que cuando nos preocupamos nos estamos identificando mal. Estamos diciendo, “Está bien, soy esta persona en tiempo y espacio y no soy Espíritu y me olvido que estoy Suplido”. [...]».

«Está bien, pero, lo que es también: es una Oportunidad para Elevarse y si te quedas con el Espíritu, sabrás que la situación está siendo manejada. Tienes que cooperar con Dios. (El Dr. Lane imita un diálogo interior) “Sí, está siendo manejada”. O irás y dirás todo tipo de cuentos. [...] manipularás las situaciones, harás toda clase de conjeturas. Y viene de la preocupación, viene del miedo, viene de la limitación. Viene del olvidar que tú eres el Espíritu.

»Y también nos preocupamos mucho por, “¿esto va a pasar? [...] ¿Cómo se va a manifestar?».

Y mi pregunta para ti es ¿qué diferencia hay en cómo se va a manifestar? ¿Si estás con el Espíritu y estás con Dios en cada momento cuál es la diferencia? [...] Y lo que me ha Enseñado el Espíritu es que la preocupación es la manera mundana. Así que cuando empezamos a Elevarnos, muchas veces el ser inferior se alborota y patatea diciendo, “¡Ay caray! Este Ser Espiritual está empezando a Elevarse. ¡Bien, vamos a descenderlo!”. Así que ese patrón de preocupación es creado. Y la duda y la obsesión y la preocupación. [...]».

«Ves, la mente no tiene la habilidad de Elevarse sobre sí misma, más allá de sí misma. Es limitada. Pero si se preocupa entonces, ¿adivina qué? Lleva un escudo protector. Se pone un gran escudo protector y el Espíritu no puede trabajar en ese nivel. ¿Vés? Y tú simplemente mantienes el karma allí, haces que el karma siga. Pero si tú usas las Enseñanzas, aplicas el simple hecho de que, “¡Oye! Soy el Espíritu y estoy bien y estoy suplido”. ¿No nos dijo el Cristo, Jesús eso, “Así que, no os afanéis por el día de mañana, porque el día de mañana traerá su afán...”? Que lo único que necesitas hacer es estar Presente. [...] No vayas corriendo adelante, “¡Ay, Dios Mío!, ¿qué va a pasar aquí?” [...] “¿Qué va a pasar allá?».

»[...] Digamos que vas a tomar un viaje y se te ocurre, “¿Cómo voy a ir desde A hasta Z? ¿Haré esto a tiempo? Etc.”. Y tienes que ocuparte de aquello que es normal –eso es una cosa–. Pero estoy hablando de aquel enfoque en la carencia. En la limitación. Sabes, –“¡Ay Dios Mío! el caucho se va a reventar” o “nunca vamos a llegar allí”–. ¡Se nos va a acabar la gasolina!, o “¡Ay, el coche se va a descomponer!”, o “¡Ay, va a haber un accidente!”. Y tú sigues pensando de esta manera y de esta manera hasta que dices –“Yo no voy a ir”–, ¿sabes? Y si echas un vistazo a lo que hacen muchas personas es que se detienen a sí mismos, en sus propias vidas, por la preocupación. Se detienen a sí mismos en lugar de seguir adelante. Está bien, y no estoy hablando de seguir adelante como un idiota –no–. Como en el viaje con el coche. Tú simplemente tomas esas cosas de las cuales te habías preocupado y las usas como “información”, está bien, y te ocupas de ellas. “Está bien, ¿Están bien las llantas de auto?

«[...] cuando te encuentres en un patrón de preocupación sólo di, “¡Oye! ¿Es aquí en dónde quiero que vaya mi energía? ¿Es así cómo yo quiero vivir? Y ¿Estoy siendo el Espíritu Que Soy?[...]”».

Del Satsang «What Are You Worrying About?» (¿De Qué Te Preocupas?) [MP3 A60]

¿Tengo una llanta de repuesto?”. “¿Tengo suficiente gasolina?”. Simplemente te ocupas de ese tipo de cosas. Esta bien. Y tú sólo lo usas y lo tratas como información y no como preocupación, preocupación, preocupación, preocupación [...]».

«Ves –y en nuestras propias vidas tenemos que ser diligentes–. Tenemos que poner atención y retomar la energía que poníamos en la preocupación y el miedo y usarla para ser diligentes pero también tenemos que aplicarla internamente. En otras palabras, tenemos que ser vigilantes con nosotros mismos. Tenemos que ser diligentes en cómo estamos viviendo en nuestro interior. Así que yo podría dejar que el miedo y la preocupación den “vueltas y más vueltas” [...] o yo podría decir, “¡Oye! ¡Espera un segundo! ¿Es este el mejor uso de mi energía? ¿[...] Es esto Vivir de acuerdo con el Espíritu que Soy?”. ¡Ves! Esta es mi Guía –mi constante Guía–. Si es así, bien, Si no lo es, ¡guao! Entonces uso las Herramientas –Hablar conmigo; escuchar a los MP3s; leer las Publicaciones de Cosmos Tree; llamar a La Luz (De Lo Más Alto); pedir a Dios que se lo lleve; trabajar con mis seres, mis seres (risas)¹⁰ [...] Y eso es lo que yo hago–. Soy diligente y tomo la energía que había ido al miedo y a la preocupación y la aplico. Y uso la disciplina –una guía muy amorosa y me ocupo de ello y todo tiene que ver con volverme a Alinear con el Espíritu que Soy porque me había olvidado–. [...]».

10. (N. de la E.: Favor vea la sección de Recursos bajo Clases y Talleres, las clases llamadas Evolución Diaria I y II para aprender a trabajar con sus seres básicos)

«Así que, necesitamos darnos una manera de seguir adelante con nuestras vidas. Y podemos hacer esto Recordando que *somos* Espíritu y Eso es de lo que el Camino De La Trascendencia del Alma se trata. Nos Enseña que *somos* Espíritu. [...] Nos Enseña a conocernos *directamente* como Espíritu. [...] Tenemos una Receta para Vivir. [...]».

«Entonces, lo que voy a pedirte que hagas es que cuando te encuentres en un patrón de preocupación sólo di, “¡Oye! ¿Es aquí en dónde quiero que vaya mi energía? ¿Es así cómo yo quiero vivir?”. Y “¿Estoy siendo el Espíritu Que Soy? [...]”».

«Voy a extenderte el reto de vivir en Júbilo y vivir en Paz y vivir con el Conocimiento de que eres Espíritu. [...] Y sabemos que esto se hace Recorriendo El Camino De La Trascendencia Del Alma. Así es como llegas a Conocer a Dios, así es como llegas a Conocer al Espíritu –no como un dogma, no como cualquier sistema de creencia sino *directamente*–. Así que te extendo este reto. Satisface el propósito de tu vida –Esto es por lo cual estás aquí– [...]».

«Y lo último es una pregunta que quiero hacerte. Y esta es: ¿Se Preocupa Dios? Y ya que eres tú Dios –Dios vive en ti como tú– ¡Bueno!, tal vez quieras ver si estás viviendo de acuerdo con esto».

Prueba Esto:

«Entonces, lo que me gustaría que hicieras es que estés muy tranquilo. Y llamamos a la Luz De Lo Más Alto diciendo, “¡Por el Bien Más Alto Señor, Dios, envíame Tu Luz!”, y quiero que elijas tres cosas: deja que tres cosas por las cuales estás realmente preocupado vengan a ti. Y quiero que simplemente le digas a Dios, “¡Por el Bien Más Alto Señor, Dios llévate estas preocupaciones!”. Y después quiero que te digas (tu nombre) que lo dejes ir. ¡Déjalas ir! Está bien, y entonces quiero que te comprometas y lo hagas. Que todas las noches por una semana –sólo una semana– antes de dormir hagas este proceso otra vez. ¡Sólo pídele a Dios que se lleve tus preocupaciones; ¡ni siquiera tienes que saber cuales son! ¡Y luego dite a ti mismo, (tu nombre), que las deja ir!

»Y después de una semana quiero que seas como un científico, evalúa –¿cómo te sientes? ¿Te sientes mejor? ¿Te sientes igual? ¿Te sientes peor?–. Y luego toma la decisión de hacer esto y de transferir los patrones de preocupación en Amar, Ascender, y Querer en tu vida. ¡Toma una decisión después de una semana si puedes hacerlo! ¡Y luego Elige hacer Eso! ¡Y ve qué sucede!».

Del Satsang «What Are You Worrying About?» (¿De Qué Te Preocupas?) [MP3 A60]

Paso a Paso

Aquí tienes una referencia para la práctica cotidiana:

1. Llama a La Luz De Lo Más Alto diciendo, «¡Por el Bien Más Alto Señor, Dios, envíame Tu Luz!».
2. ¡Deja que venga algo sobre lo cual te encuentras en un patrón de preocupación!
3. Dite dentro de ti mismo «¡Por el Bien Más Alto Señor, Dios llévate esta preocupación!», y dite a ti mismo, (tu nombre), ¡está bien dejarla ir!
4. Dite a ti mismo, «¡Soy Espíritu y *estoy* suministrado!».
5. ¡Haz esto una vez al día o cuantas veces se presente la preocupación! Esta es la Receta para vivir libre de preocupaciones.

Para más información o para solicitar otras Publicaciones, por favor contáctenos al
Cosmos Tree, Inc.
1461A First Ave.
New York, NY 10075
212-828-0464
info@cosmostree.org
www.cosmostree.org

Las Herramientas Para Vivir Librementemente son publicadas por Soundly, Inc. Cualquier distribución o reproducción de esta publicación sin permiso escrito está prohibida.
©2023, Soundly, Inc. New York, NY.