

Herramientas Para Vivir Librementemente

NÚMERO S27 EN ESTA SERIE EDUCATIVA

Usando Tus Reacciones Para Ascender

Extractos del Satsang «What Are You Reacting to Today?» (¿A Qué Estás Reaccionado Hoy?) [MP3 A45]

«Una de las cosas [...] por lo que está el Centro Para la Religión Y Estudios Espirituales Avanzados (C.R.A.S.S –por sus siglas en inglés–) es para esas personas interesadas en una Progresión Espiritual, en un Viaje Espiritual, pero ¿qué es ese “Viaje”?»

»Ese Viaje es básicamente el Alma yendo a Su Completación aquí; llegando a Conocerse como Espíritu, como Dios, y terminando Sus trayectorias kármicas».

* * * * *

«[...] cuando estamos en un estado reactivo, lo que estamos haciendo es, estamos permitiendo que nuestras creaciones nos gobiernen. En otras palabras, estamos permitiendo que nuestro karma tenga el control, tenga victoria sobre nosotros y nos gobierne. Y estamos eligiendo ser esclavos [...]».

«Está bien, ahora, el estado reactivo está conectado con [...] Anatomía Espiritual: está conectado con lo que se llaman “seres básicos”, o la parte de nuestra Consciencia la cual [...] conoce nuestro karma y sólo repite el karma. La parte de nuestra Consciencia que está conectada con la formación reticular del cerebro. Así que siempre podemos activar(la) si queremos, pero tenemos elección.»

»Y lo que es importante que sepamos es que somos más que nuestros pensamientos, más que nuestros sentimientos. Ves, esto es crucial: porque *somos* Espíritu, y si tú Sabes que *eres* Espíritu [...] esto te da mucho espacio. Si tú sientes que solamente eres los pensamientos que te vienen o tus emociones entonces tú estás como todo claustrofóbico y encerrado en ellos, y entonces entras en un estado reactivo. Te sientes como si no tuvieras Elección y te sientes como si no tuvieras poder.

»Pero tenemos gran Poder, tenemos el Poder para Elegir. Ves, ¡esto es importante! Porque si podemos Elegir ser más que nuestras emociones y más que nuestros sentimientos, entonces, ¿adivina qué? Podemos Elegir ser Libres. Y si podemos elegir ser libres, entonces ¿adivina qué? No estamos participando en nuestro Karma, y si no estamos participando en nuestro karma, entonces, ¿adivina qué? Estamos viviendo más Libres, y más Libres, y

más Libres y más Libres. Y no somos dependientes de nadie.

»[...] y cuando estamos en un estado reactivo, ¿adivina qué hacemos? Estamos entregando nuestro Poder, nuestra energía a estos pensamientos y estos sentimientos [...] Así que tengo una Elección. Yo podría reaccionar con enojo, con dolor, también podría elegir ir con un patrón de conducta en mi memoria [...] sentirme como una víctima [...] y luego llevarme por ese tipo de sentimientos melancólicos y tristes. O podría sólo lidiar con eso objetivamente [...] Cualquier sentimiento residual que tuviera dentro de mí yo lo tomaría a cargo. Yo me encargaría mediante ¿adivina qué? La elección de enfocarme lejos de eso, en otras palabras, no lo alimento. [...]».

«Ves, y eso es lo que pasa cuando reaccionamos: no estamos Presente. Estamos en (el) pasado; estamos en la memoria; estamos en el dolor; estamos, en realidad, en el karma. Así que no puedes estar Presente. Y si no estás Presente entonces, ¿adivina qué? No puedes recibir porque no estás Ahí para hacerlo, por así decirlo. Has cedido ese “Lugar”. Y si no estás Presente, no estás con Dios *dentro* de ti, no estás con el Espíritu que tú eres porque allí es donde está. Te fuiste, sabes.

»Y eso es lo que hacemos cuando acudimos a los hábitos, al pasado, a todos aquellos puntos de referencia, cuando acudimos a la memoria. Cada vez que hacemos esto lo alimentamos, lo alimentamos, lo alimentamos. Así que estos pensamientos y sentimientos empiezan a tener mucho poder y empiezan a acumular mucha energía detrás de ellos. Si eres saludable, siempre tienes un enlace entre tus pensamientos y sentimientos. [...]».

«Ves, Dios no nos da esas cosas en esta vida simplemente para darnos una carga, sino estas son una plataforma para ascender. *Esto es realmente crucial: es una plataforma de ascenso porque desde esos pensamientos y esos sentimientos podemos hacer una Elección.* Podemos hacer una Elección que no las involucra. [...] Pero, simplemente, yo sólo Elijo no participar y no reaccionar a mi enojo, a mi dolor, “una vez más me engañaron, una vez más no recibí lo que quería”, [...] esto te lleva directamente a “¡Ay, Dios Mío! Una vez

«¡“Perdonar y olvidar” es muy crucial y tiene que ver con dejar ir patrones reactivos y dejar de crear karma, hacer creaciones kármicas. Perdonar para que no estés involucrado en el patrón de rabia y olvidar que incluso había estado allí!»

Del Satsang «What Are You Reacting to Today?» (¿A Qué Estás Reaccionado Hoy?) [MP3 A45]

más no puedo tener lo que quiero”; así que podría caer en esto, ¿verdad? Así que cualquier cosa que sea, yo podría tener un bochinche, podría encontrar tantas maneras de estar enojado, de estar molesto, pero ¿adivina qué? Entonces estoy totalmente esclavizado [...].»

«Ves, si yo Elijo seguir cayendo, cayendo y cayendo en ello, entonces estoy dándole vida a ese patrón [...] Y estamos capturados y estamos esclavizados [...]».

«Lo interesante es que la manera en la cual el mundo está configurado es (que) el enfoque y el énfasis está en [...] ejecutar todos los patrones negativos que podemos; es la creencia que no somos Responsables, que de alguna manera vamos a evitar las consecuencias. Es también una parte de nuestra Consciencia –la parte inferior, el ser falso, como quieras llamarla– que ama esas cosas y le encanta estar involucrada y piensa que está realmente, realmente, realmente divirtiéndose si está pasándola con sus pensamientos y sus sentimientos y alimentándolos y alimentándolos. O si estás en una relación y ustedes siguen tratándose de esa manera y tú piensas, “¡Vaya!, ustedes realmente se quieren y realmente se aman”, y todo lo que están haciendo realmente es actuar como cangrejos en un barril, asegurándose que el otro no pueda salirse; [tú] no puedes ser Libre».

«Cuando Elegimos no caer en nuestras reacciones ¿adivina qué? No las tenemos que batallar si no estamos involucrados con ellas. No tenemos que batallar con “no voy a estar enojado” o “no voy a recordar

esto”. Si el enojo se presenta y luego “¡Ay, no me debo sentir así!” y lo empujamos y lo reprimimos y todas esas cosas, bueno, todavía estoy involucrado con eso. Creo que lo estoy logrando pero no, no estoy haciendo nada más que quedarme en el mismo lugar –otro lado de la misma moneda–. Así que voy a Escoger no involucrarme. Muchas veces es la manera más fácil y la manera más efectiva; si podemos Escoger el no involucrarnos, no tenemos que tener esa batalla. Los pensamientos y los sentimientos que tenemos –no tenemos que batallar con ellos–. Están allí por una razón: están allí para que nosotros podamos Ascender y Crecer. Podemos sencillamente Elegir alimentar otra cosa. No tenemos que alimentar nuestros hábitos, nuestros pensamientos y sentimientos habituales; podemos Elegir el no involucrarnos¹¹ con ello y Ese es nuestro Poder.

»Y, en realidad, somos Co-Creadores con Dios, así que es nuestra responsabilidad –y yo seré el primero en decir que desearía el no tener que hacerlo–. Desearía poder estar allí con mis hábitos y mis reacciones y quedarme allí y pasar tiempo con ellos no importa lo horrible se sientan pero no puedo porque yo sé que es mi Responsabilidad el Elegir no involucrarme. El Elegir no involucrarme y así es como me mantengo Libre. Eso es de hecho nuestra Responsabilidad como Co-Creadores con Dios. Así que ahora tú tienes unas Herramientas para hacer eso y recibiste como una vista panorámica del porqué es importante mantenerse claro, por así decirlo [...] tú puedes simplemente Re-enfocarte y Elegir el no involucrarte. Así que Elige no involucrarte. [...]».

11. (N. de la E.: por «Elegir el no involucrarnos» el Dr. Lane se refiere al Elegir al Espíritu que es usted, lo cual, automáticamente es no involucrarse en el karma; en lugar de estar consciente del karma y Elegir otra cosa).

Prueba Esto:

«Entonces lo que quiero que tú hagas es, quiero que estés muy tranquilo y silencioso. Y empezamos llamando a la Luz De Lo Más Alto diciendo, “Por el Bien Más Alto Señor, Dios, ¡envíame Tu Luz! Y lo que me gustaría que hicieras ahora es permitirte que venga ese dolor, ese enojo, ese pensamiento que es muy común para ti [...] si tienes un pensamiento o sentimiento que te atrae por hábito, aunque no puedes identificarlo, no puedes nombrarlo. ¡Ahora pide a la Luz De Lo Más Alto que se lleve este sentimiento y dite, de cualquier manera que te llames, “(tu nombre), ¡está bien dejarlo ir!” ¡O simplemente pide a la Luz De Lo Más Alto que vaya a esa área y simplemente Permite que la Luz De Lo Más Alto lo disuelva! Y ¡simplemente déjalo ir! [...] ¡déjalo ir! ¡Toma la decisión de dejarlo ir! [...] ¡(y) simplemente toma una Elección consciente de Re-Enfocarte! Ahora [...] porque eso es un hábito, un hábito de vida, tiene fuerza en ello; ¡deja que se vaya más! Está bien, ahora me gustaría que decidieras Enfocarte en el no involucrarte en ello». Del Satsang «What Are You Reacting to Today?» (¿A Qué Estás Reaccionado Hoy?) [MP3 A45]

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. Ahora deja que venga cualquier pensamiento, sentimiento, dolor que es común en ti –un patrón muy viejo, familiar– que venga a ti.
3. ¡Pídele a Dios que se lleve el apego diciendo, «¡Por el Bien Más Alto, Señor, Dios, ven a esta área a la cual estoy apegado y disuelve cualquier apego que yo pueda tener!».
- Y ¡Permite que la Luz De Lo Más Alto lo disuelva!
4. Dite que lo dejes ir diciendo, «(tu nombre), ¡está bien dejarlo ir!».
5. ¡Toma la decisión dentro de ti, una Elección Consciente, de re-enfocarte en otra cosa!
6. Esto es ser un Co-Creador con Dios consciente.
7. ¡Elige Crecer en tu Progresión Espiritual y Recibe la Iniciación En La Corriente Del Sonido, En El Camino De La Trascendencia Del Alma!

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.