

mailxmail
.com

Próspera vida con Feng Shui

Autor: JOANA LLAVATA PONS

mailxmail
.com

1. Raíces de abundancia

PROGRAMA PARA CREAR ABUNDANCIA Y PROSPERIDAD EN TU VIDA.

La abundancia es universal, a mano para todos. Disponer de ella puede ser tan fácil como se desee. Todo depende de cómo ha sido nuestra llegada al mundo, como ha transcurrido nuestra infancia, y que mensajes se nos transmitieron en nuestros primeros años.

MULADHARA

El primer chakra es Muladhara que significa raíz. Igual que las raíces crecen hacia arriba, así nuestra primera experiencia con los chakras comienza desde abajo en sentido corporal.

Localizado en la base de la columna vertebral. Este primer nivel representa nuestras raíces, nuestro fundamento, nuestro cuerpo y nuestra supervivencia.

El desarrollo inicial del primer chakra es un proceso continuo, a lo largo de toda la vida, pero más intenso en el transcurso de los 7 primeros años, y dentro de éstos, cobra una especial importancia en el primer año de vida.

La sensación de confianza en el mundo, dependerá de que uno haya visto bien atendidas sus necesidades de supervivencia en el primer período de vida infantil, en cuyo caso el niño adquiere la noción de que es agradable vivir en un cuerpo bien alimentado y cariñosamente atendido.

El primer chakra se siente perjudicado ante situaciones de abandono, traumas, privaciones, malos tratos. Estas situaciones llevan a la desconfianza, a vivir la vida como una pesada carga, invadido por preocupaciones e inseguridades.

Se tiende energéticamente a impulsar las energías de forma ascendente, lejos de las raíces y desvinculándose de su fundamento. Esto hace que no se capte la energía vital de la tierra, lo que acarreará una reacción de huida ante los problemas, los cuales volverán una y otra vez hasta aprender a aceptarlos como parte de una evolución integral.

Ante esto, la solución no es otra que reconstruir la infancia, de modo que todo quede grabado en el inconsciente, esta vez, de forma adecuada y eficaz.

El primer chakra está ligado a nuestro cuerpo y a nuestro hogar. Tomar conciencia de nuestro propio cuerpo, hacer un alto en el camino y escuchar el sonido de una rama al caer, el canto de un pájaro, o cómo sería en relación a nuestro cuerpo escuchar ese dolor de espalda y ver si es que tal vez, llevamos sobre ella un enorme saco de experiencias dañinas o de confusión sin liberar.

Darnos un merecido descanso, son masajes, paseos, realizar esas actividades que hemos postergado tantas veces, y que tanto bien nos hacen.

Nuestro hogar, es espacio físico donde vivimos, es nuestro centro de contenidos emocionales. Crear un hogar acogedor y estable es vital en nuestro objetivo,

mejorar el espacio físico donde vivimos, redecorando, pintando, despejando, fortalecerá nuestro primer chakra.

La Tierra, elemento de la naturaleza ligado a Muladhara, por medio de este chakra tomamos contacto con la tierra, con su espíritu, su amor y su paciencia. Ella, en un sentido más amplio, constituye nuestro hogar, aquel que nos proporciona el sustento y la seguridad de pisar suelo firme y seguro.

El dinero, el alimento, la instalación doméstica, el sueño, la higiene, y aquellos aspectos de nuestra vida cotidiana que tengan que ver con nuestro programa de supervivencia, son los elementos que tienen relación con nuestra realidad mundana y el primer chakra.

Este chakra se identifica con el color rojo, cálido y vital, dinámico, afrodisíaco, contrarresta la apatía física. Estimula el sistema nervioso y circulatorio y combate el frío.

Cuando se bloquea esta zona, el temor, la falta de definición, dificultades en disfrutar de las satisfacciones, en ahorrar dinero, para concentrarse, asumir el propio cuerpo.

Apego a la seguridad, acaparar posesiones, miedo al cambio, retener. El sobrepeso o el estreñimiento serán sus manifestaciones físicas.

mailxmail
.com

2. La espiritualidad del éxito

LEYES ESPÍRITUALES DEL ÉXITO

1. DESCUBRIR LA POTENCIALIDAD PURA

Descubrir tu propio potencial como ser completo, el ser no necesita títulos, ni quiere aparentar ... este tipo de poder sólo dura mientras duran esas cosas, necesidades que son dirigidas por el deseo, luego desaparecen.

El poder del verdadero YO, permanece siempre en conexión con tu parte divina.

Para aplicar esto en la vida cotidiana, accederemos a esta parte, a nuestra esencia, con la práctica del silencio, la meditación, sin enjuiciar, conectando con la naturaleza, realizando actividades creativas y lúdicas.

2. LA ENTREGA

Dar y ofrecer todo aquello que aún me gusta recibir, llevar donde vaya un regalo, puede ser una frase agradable, una flor, un abrazo, una sonrisa, etc..

De esta forma contribuiremos al proceso de circulación de alegría, abundancia y riqueza, en nuestra vida y en la de los demás.

Ser agradecido con todo lo que nos llega a la vida, por medio de la naturaleza, el sol y su luz, la lluvia, el mar, las flores, las verduras, las frutas, ...

3. KARMA O CAUSALIDAD

El karma es a la vez acción y consecuencia de esa acción, causa y efecto. Toda acción engendra una fuerza de energía que produce un feed-back, todo lo que sembramos es lo que cosechamos.

Constantemente tomamos decisiones y tenemos infinitas posibilidades de decisiones.

Ser consciente de cada decisión que tomamos nos ayuda a ser responsables al cien por cien de nuestra vida.

4. LA LEY DEL MÍNIMO ESFUERZO

Gastamos un esfuerzo mínimo, cuando nuestros actos son motivados desde el amor. Cuando buscamos el poder para controlar a otras personas, estamos derrochando energía. Cuando nos empeñamos en demostrar algo o buscar a través de los demás la felicidad, gastamos energía en este intento de perseguir en lugar de disfrutar de la felicidad de este momento.

5. INTENCIÓN Y DESEO

La intención es el poder verdadero que está detrás del deseo. La intención por sí sola es muy poderosa. La intención es deseo sin apego al resultado. El deseo es débil por sí solo. El deseo es atención al apego.

La intención acompañada de desapego, conduce al conocimiento del momento presente.

6. LA LEY DEL DESAPEGO

La ley del desapego acelera todo el proceso de la evolución. Vivir el presente con desapego es crear la libertad para vivir la felicidad del futuro que a la vez es vivir el presente.

7. DARMA O PROPOSITO DE VIDA

Todos tenemos un propósito en la vida, un don singular o un talento especial que podemos dar a los demás.

Cuando este talento lo ofrecemos como propósito para el servicio conocemos el éxtasis.

Según el Darma todos tenemos un talento que sólo nosotros podemos expresar mejor que nadie, y unas necesidades que corresponden con la expresión creativa de este talento.

Este será el detonante que estimulará la creación de abundancia en nuestra vida.

mailxmail
.com

3. Leyes de la prosperidad

LA LEY DE GANAR

Todos trabajamos para ganar dinero, y si queremos ganar dinero es para cubrir nuestras necesidades vitales. Nuestro trabajo genera un resultado: la remuneración a cambio de él. No siempre existe una relación justa entre el trabajo realizado y el beneficio obtenido. No se trata de trabajar muchas horas o de saber mucho.

El propósito de la vida es nuestra expansión interior. Cualquier actividad que realicemos que no esté orientada hacia esta expansión nos resultará frustrante. El estado de Prosperidad, es un estado de conciencia. Serás lo rico que corresponda a tu conciencia de prosperidad, que no quiere decir que te conviertas en millonario, pero si que vivas como tal, mientras tu conciencia se va asentando y tomando bases y fundamento sólido en ti.

SER PRÓSPERO NO ES UNA SITUACIÓN EXTERIOR, SINO UN ESTADO DE CONCIENCIA Y SUS LÓGICAS CONSECUENCIAS.

Esta Ley en equilibrio consiste en disponer de una renta suficiente que nos evite preocuparnos por el dinero y nos permita hacer otras cosas importantes en la vida.

LA LEY DE GASTAR

Antes de gastar dinero y de hacer que se beneficien de él los demás, has de haberlo ganado. Nunca olvides que tu ascensión por el camino de la prosperidad depende de la prosperidad que siembres a tu alrededor.

Cuanto más hagas prosperar a los demás, más te harán prosperar a ti. Cuanto más generoso seas, más generosa contigo será la vida. **GANAR DINERO CON FACILIDAD NO ES PECADO**, siempre que no estemos robando.

Uno de los aspectos de esta ley es que los precios son arbitrarios, dependen siempre de un acuerdo entre las dos partes que negocian. El valor del dinero lo determina quien compra y quien vende, y no el producto en sí.

Es de suma importancia ganar el dinero felizmente, ya que de lo contrario, no desearas gastar más para no tener que ganar más.

Las cosas semejantes se atraen: Dinero llama a Dinero, Prosperidad llama a Prosperidad.

LA LEY DE AHORRAR

Aparta una pequeña parte de tus ingresos con el fin de formar un capital que te sirva para regalarte un capricho, hacer frente a un imprevisto, para gastos venideros, es de vital importancia. Siempre teniendo en cuenta que los lujos se pagan al contado. Las vacaciones, no son un lujo, son una necesidad.

Imprevistos será cualquier inversión que te propongan que va a darte beneficios, como la adquisición de inmuebles, joyas, bonos.

Aprender a ahorrar correctamente, nos servirá para enviar energía de Prosperidad a tu conciencia.

Ahorra con objetivos si es necesario, como: para autoregalos, para independencia económica, para ayudas benéficas.

LA LEY DE INVERTIR

Es la combinación de las anteriores, gastar y ahorrar. Colocar el dinero de modo que de un rendimiento alto. No es necesario de disponer de mucho dinero a la hora de invertir, se puede empezar con pequeñas cantidades.

Invierte en ti mismo, y sobre todo en algo en lo que tengas confianza y en lo que puedas proyectar tu amor. No inviertas en negocios que no conozcas o no ames. Si recibes una cantidad elevada, por herencia o suerte, colócala en cuentas de ahorro, destina una cantidad a invertir pequeña, hasta que domines la inversión. Lo importante en esta ley, es considerar cuando adquirimos algo, el valor real, y sobre todo si con el tiempo, es capaz de alcanzar un precio mayor, esto se convierte en inversión, con lo cual seremos capaces de mirarlo desde otra perspectiva, y sentirnos bien con nuestra conciencia a la hora de gastar ese dinero.

Un buen ejercicio para incrementar el capital, que más tarde podremos invertir:

1. Incrementa tu capital. Adquiere una hucha y cada día, desde hoy, mete aunque sólo sea 1 ".
2. En ningún momento has de gastar nada del capital incrementado.
3. Proponte un plazo de tiempo, que supongas que la cantidad es considerable e invierte en valores seguros.

De este modo crearas energía positiva y limpia que repercutirá sobre ti mismo.

Incrementa tu capital al mismo tiempo que aumentas tu conciencia de Prosperidad

Invertir en conocerte a ti mismo es la mejor de las inversiones. Cuando acabes el Programa de Prosperidad, te darás cuenta de que vale diez veces su precio. Cuando pongas en práctica lo que has aprendido te darás cuenta de que te equivocabas: vale cien. Cuando obtengas los resultados, te convencerás de que no tiene precio.

Hasta ahora has tenido sueños, ilusiones o caprichos, que sin duda han sido mensajes que te indicaban por dónde debían dirigirse tus pasos para lograr prosperidad y felicidad.

Mucha gente vive embarcada en situaciones, ocupaciones y empleos que nada tienen que ver con sus sueños. Todos tenemos un talento, que debemos sacar a delante.

Confía en ti mismo, es la base de tu éxito. Los que antes que tú han logrado una posición social relevante y próspera, y han alcanzado la riqueza y la abundancia, estaban convencidos de su éxito. Plantaron cara a reveses, o infortunios del camino, sin miedo. Sabían que el triunfo les esperaba.

Puedes obtener lo que quieres, aunque ahora mismo no estés muy convencido. Colócate en la corriente de la Prosperidad, si conectas con ella, atraerás oportunidades, las reconocerás y aprovecharás.

mailxmail
.com

mailxmail
.com

4. Afirmaciones para potenciar la abundancia mental

Merezco ser próspero y rico

Merezco cobrar por hacer lo que me gusta

El dinero es mi amigo

Yo soy suficiente y tengo suficiente

El hecho de que yo este presente es suficiente para obtener valiosos resultados.

Perdono a mis padres y al medico por el dolor que me causaron en mi nacimiento

Reconozco el amor que sienten ellos por mi y el que siento yo por ellos.

Ahora estoy preparado para triunfar

Me gusto a mi mismo y por lo tanto me gustan los demás

Mi riqueza contribuye a mi libertad y mi libertad contribuye a mi riqueza

Estoy seguro de que ahora hay suficiente para mi

Soy un canal de abundancia de dinero, belleza y paz para mi y los demás

Mis ingresos son mayores que mis gastos

Todo el dinero que gasto vuelve a mi multiplicado

Yo merezco amor

Yo soy valioso y merezco el éxito en mi vida

Una parte de todo lo que gano es para ahorrarlo

Cuánto mas me ocupo de mi, mas se ocupan los demás de ellos.

Me libero de la escasez en mi vida

Comparto mi prosperidad con los demás

mailxmail
.com

5. El río de la prosperidad I

Cinco son las corrientes que crean el Río de la Prosperidad. Cada una se asemeja a una serie de frecuencias con las que puedes sintonizar por medio de tus pensamientos, tus sensaciones físicas y tu actividad y experiencias, como si se tratara de una energía que fluye en el interior de un río profundo.

Las cinco corrientes que forman el Río de la Prosperidad son:

1. La Corriente del Feng Shui
2. La Corriente Sensorial
3. La Corriente Emocional.
4. La Corriente Creativa
5. La Corriente Racional.

Estas cinco corrientes siempre circulan por tu vida, y cuando permites que fluyan sin obstáculos y suavemente, crean el Río del Oro. Cada una de ellas se asemeja a una serie de frecuencias que puedes sintonizar, una corriente o un ancho de banda de energía que fluye. Imagina que estás sintonizando una emisora en la radio. Lo que haces es sintonizar la frecuencia con la que se difunde, el ancho de banda de las ondas de sonido de la radio de manera tal que puedes detectar la diferencia cuando te desvías mínimamente de esa determinada sintonía. De la misma manera, también puedes sintonizar cada una de las corrientes y detectar cuándo estás fuera de su cauce.

Cada una de las corrientes puede cambiar su posición respecto a las otras, sea aflorando a la superficie, sea, moviéndose en el fondo del Río del Oro, según si se le da el sitio que merece o no. La mayoría de las personas se concentra exclusivamente en una de las corrientes e ignora las restantes. Imagínate que tratas de vivir con una mano que sólo tiene un dedo. Es posible, pero la vida es mucho más fácil y enriquecedora si los cinco dedos operan y se mueven con libertad.

La Corriente del Feng Shui guía el camino. El arte chino de la ubicación es un sistema que existe desde hace 3.500 años y exalta los aspectos tangibles e intangibles de un lugar físico, la configuración del flujo del «viento y del agua» de tu entorno. El viento representa lo intangible: los pensamientos cognitivos, las intenciones y las emociones. Guarda la misma importancia que el agua, que representa todo aquello que podemos ver, tocar, gustar, oler y oír, así como los movimientos de nuestro propio cuerpo. El Feng Shui es el arte y la ciencia de crear armonía, paz, fluidez y abundancia con y para las personas dentro de su entorno físico.

El Feng Shui es importante por derecho propio, dado que proporciona las indicaciones necesarias para saber en qué lugar has ubicado las posesiones

materiales, el trazado del entorno que te rodea y, dentro de ese entorno, el lugar donde se sitúa tu sector de la riqueza. También representa la energía de las otras cuatro corrientes materializadas en forma física. Tus posesiones materiales y su ubicación son manifestaciones externas de tus energías mentales, emocionales y creativas. Todo lo que piensas y sientes acerca de cada uno de los objetos presentes en el espacio que habitas, así como el sentido que tienen en tu vida, se pone de manifiesto en tu entorno.

Para el Feng Shui, los objetos materiales y su ubicación también simbolizan las líneas maestras de tu vida y lo que está sucediendo en y con ella.

Tu Corriente Sensorial funciona tal como cuando te tomas el pulso; percibes todo lo que tus sentidos detectan: la tensión en tus hombros, el cosquilleo en la garganta, la comezón que no te rascas, los dedos que juegan con el cabello, el malestar de estómago y el nudo en el pecho.

Esta corriente se centra en el conjunto de las sensaciones táctiles y de los actos de cualquier parte de tu cuerpo que se conecte contigo o con otro.

El hecho de tomar conciencia de que tu respiración ha cambiado o de que has iniciado cualquier movimiento está relacionado con esta corriente. Prestar debida atención a las sensaciones de tu cuerpo implica que utilices tu Corriente Racional, lo que se traduce en una forma excelente de serenarse y calmar el agitado pensamiento de la mente analítica. Sintonizarse con la corriente sensorial de modo tal que sigas en movimiento y respirando, aun un poco, es también una forma de prevenir muchos de los dolores y molestias comunes que solemos sufrir, en especial los dolores de cabeza debidos a las tensiones y la rigidez muscular.

mailxmail
.com

6. El río de la prosperidad II

La Corriente Emocional fluye con libertad de una emoción a otra, llegando al extremo de inhibirse completamente según la cantidad de interacción que tú permitas. Esta corriente energética es como el océano, es decir que cada pocos minutos, las nuevas olas emocionales surgen incluso si la anterior todavía no ha desaparecido del todo. Es muy sensible, y si le das espacio, se asocia espontáneamente con las otras cuatro corrientes y con los estímulos visuales y táctiles que recibas.

Por lo general, los occidentales pensamos que el hecho de inhibir una de las emociones no tiene impacto alguno en las otras.

Esta creencia demuestra falta de sentido común. Todas tus emociones se conectan con la misma fuente: tú.

Como todo está conectado, al obstruir la manifestación de una de las corrientes o cerrar la llave de paso para disminuir el caudal de salida, reduces la de las demás, creando con el tiempo o bien una acumulación que algún día deberá aflorar, o bien un estancamiento que en un momento dado obstruye al resto.

Tal como las olas, las emociones tienen un principio, una cresta y un final. Detener su ciclo es dejarlo incompleto en tu interior. La consecución de un ciclo es tan simple como el hecho de permitirte *vivir* plenamente la ola de una emoción.

¿Alguna vez has pensado en la razón por la que una persona se ve más joven que otra, cuando ambas tienen la misma edad? Averigua si obstruyen o detienen sus emociones o si viven plenamente su ciclo completo.

La Corriente Creativa es la expresión de la mente imaginativa y visionaria que considera perfectamente posible un mundo irreal no lineal bajo un cielo lleno de conmovedoras imágenes. De la mano de esta corriente creativa, pensamos con nuestros corazones, oímos con nuestros ojos, y vemos con nuestro sentido del tacto. Éste es el lugar de la imaginación de los poetas, artistas, escritores y soñadores, y es también aquél donde los empresarios intuitivos ven sus posibilidades.

Internet existe porque la Corriente Creativa se unió con la Corriente Racional a fin de crear e imaginar un flujo mayor. Decir «Hmmm, me pregunto si...», visitar una galería de arte o disfrutar de un paisaje, abre la llave que obstruye el paso de este flujo de energía. Ésta es la corriente que se estimula cuando te relajas. Es una corriente mental que puede asociarse con la Corriente Racional, dejándola que descanse un poco. Imagina dos bueyes enjugados, labrando el campo. Dos cabezas y cuatro hombros fuertes hacen mucho más trabajo que un buey solitario.

La Corriente Racionales la clásica óptica cognitiva mental que utiliza la lógica intelectual. Pregunta el cómo y el porqué, analiza, hace listados, se propone objetivos que realizar paso a paso, piensa, critica y decide si algo o alguien es bueno o malo. Las personas que se consideran a sí mismas «cerebrales» suelen inclinarse por esta corriente. Se debe a la Corriente Racional la creación de la mayoría de los aspectos lógicos y de los puntos centrales para el proceso de seguimiento en el terreno de la contabilidad, los negocios, la economía, las leyes y la ciencia. Las expresiones tales como «Puedo pensar» o «Seamos racionales» indican el flujo de esta corriente. Decir «No puedo pensar» indica que esta corriente se ha detenido, o bien que está alojada en un lugar subterráneo de nuestra conciencia.

Tu Corriente Racional puede fluir en círculos con mayor rapidez que cualquiera de las otras, creando lo que se llama una «parálisis del análisis». Cuando alguien dice que no puede dormir, o que se está volviendo loco, es con frecuencia señal de un nivel de hiperactividad de la Corriente Racional. El hecho de conectar o sintonizar con las otras cuatro corrientes ayuda a esta primera a serenarse. Este enfoque indirecto logra milagros a la hora de tranquilizar la mente

mailxmail
.com

7. El río de la prosperidad III

Observemos ahora las corrientes en su conjunto: la Corriente Sensorial y la Corriente Emocional crean una increíble danza con la Corriente Creativa. Piensa en las personas que hacen *puenting*, pintan, navegan, practican *windsurf*, escriben o cantan a voz en cuello, y tendrás una idea de las posibilidades que ofrecen estas corrientes. Es posible que la Corriente Racional luche y venza a una o a cualquiera de las otras corrientes insistiendo en que son ilógicas, peligrosas y demasiado trilladas. Pero una vez que tu vida se equilibra, puedes discernir una de la otra y apreciar la riqueza que cada una ofrece. Por ejemplo, la crisis de los cuarenta suele ser una señal de que las otras corrientes piden que les prestes una mayor atención y que las valores.

Sabes que ambas, la Corriente Emocional y la Corriente Sensorial fluyen cuando puedes llorar, cantar, reír, suspirar, estremecerte, o sentir dolor en el pecho cuando alguien entona canciones nostálgicas.

El Feng Shui se ocupa de crear un recipiente sagrado, y puesto que la protección en tu desplazamiento por las rápidas aguas del río es vital, es asimismo importante que te construyas un navío sólido para hacer el viaje. Sólido como una roca y completamente hermético.

Tu espacio es limitado, en tu navío, tu hogar, tu espacio de trabajo y tu vida. Presta atención entonces y lleva contigo lo más importante. La integridad, la intención, la honestidad y el compromiso son las claves para hacer un viaje seguro río abajo.

INTEGRIDAD. La integridad es como un doble casco de tu navío. Es ahí donde tu pensamiento, tus emociones y tus sensaciones físicas armonizan con tus actos y conductas. Por ejemplo, creas integridad cuando lo que dices de una persona es exactamente lo que piensas y sientes acerca de ella. Abandonas la integridad cuando piensas y sientes algo distinto de aquello que expresas. El reto que se presenta aquí es el de encontrar la manera de unir la franqueza y la cordialidad en tu expresión cuando debes enfrentarte a un conflicto. Poseer este doble casco implica que puedes superar las rocas y las tormentas a las que se enfrenta tu navío.

INTENCIÓN. En palabras sencillas, tienes éxito cuando navegas por el río hacia la abundancia sólo si tienes la intención manifiesta de lograrlo. Esa intención hace las veces del timón que guía al navío, ese timón oculto, silencioso, bajo la línea de flotación, y cuya importancia es vital. Hablar de tus intenciones en voz alta, aun a solas, las hará aflorar a la superficie de modo que puedas crear una mayor armonía y mejores resultados en tu vida, con mayor abundancia incluida.

Definir una intención es un acto sencillo y a la vez profundo. Se trata de que sintonices con tus sensaciones físicas y con tus emociones. Te serenarás, te pones en sintonía contigo e imaginas, por un minuto, el tipo de sensaciones, experiencias y resultados que deseas durante y después de tus proyectos y de tu jornada. Considera lo que podría ser edificante, expansivo, creativo. ", aquellas cosas positivas y aquellas experiencias que querrías como resultado de tus interacciones.

Las intenciones son energías sutiles que guían tu vida. Hablar de ellas en voz alta, aun a solas, alertará y enviará esas vibraciones hacia el universo de modo que coincidan, creen resonancia y aporten mayor armonía y buenos resultados a tu vida. Una vez que comiences a definir intenciones claras, comprenderás cuántas intenciones flotan bajo tu vida y las vidas de otras personas. Dar estos pasos potenciará tus experiencias en el Río del Oro y el flujo de la abundancia dentro de tu vida.

HONESTIDAD. Son muchas las cosas que encubrimos y que se acumulan - cosas que parecen pequeñas y que, sin embargo, dañan la estanquidad de nuestro navío-, y luego no sabemos cómo es que «de repente» tenemos una pila de cosas para reparar. La honestidad con uno mismo favorece la solidez e impide que el navío haga agua. La cuestión central aquí es no mentirse a sí mismo en cuanto a lo que uno siente, piensa y experimenta. *Nada* debe pasarse por alto. . Dejas de ocuparte de los desacuerdos y las discusiones interiores y experimentas todo lo que para ti es verdadero. Tienes una honestidad a toda prueba, porque aun el valor más ínfimo es importante para ti.

COMPROMISO ¿Te has comprometido verdaderamente con esta travesía? Para ello, debes estar presente con todo tu ser, reunir toda tu energía, y centrarte de tal manera que puedas dar el primer paso y avanzar rumbo a un determinado destino. Es un acto sutil y, sin embargo, marca un cambio enorme en cuanto a tu habilidad para ir hacia delante y crear abundancia. O bien estás en condiciones de embarcarte o no lo estás. Esto no guarda relación con el tipo de persona que seas, es simplemente un indicativo de tu nivel de compromiso contigo en este momento.

Pregúntate: ¿estoy disponible? ¿He reunido mi energía, me he centrado en embarcarme en esta aventura? Si sientes dudas o algún tipo de experiencia emocional, es de hecho una respuesta negativa. Implica que, ahora mismo, no tienes disponibilidad para esta singladura. El compromiso que adquieres es el pegamento que impide que tu navío se desintegre, de modo que embarcaremos sólo cuando hayas decidido comprometerte a fondo.

8. Despejar tu entorno I

La energía que fluye dentro del espacio vital de algunas personas está obstruida, o circula tan lentamente que es necesario liberarla y acelerar su movimiento. En este caso, el primer paso consiste en crear un espacio «racionalizado», es decir, organizado de tal modo que sea más simple y eficiente.

Otra posibilidad es que la energía del espacio vital se mueva con demasiada rapidez o se pierda, de modo que hay que tomar medidas para contenerla y disminuir la velocidad de su flujo.

También puede que algún sector del espacio falte o sea insuficiente; por tanto, habrá que crearlo o agrandarlo.

Existen diversas «curas» de Feng Shui, destinadas a acelerar o disminuir la velocidad, evitar la dispersión, concentrar o contener el flujo.

En un espacio armonizado los objetos están ubicados de tal manera que puedes moverte con naturalidad y cambiar rápidamente de dirección.

Todas las cosas tienen su propia vibración, su propia señal energética de identificación. Para que la energía se mueva, es necesario tanto un espacio libre como la existencia de objetos en el camino.

A mayor cantidad de objetos, a mayor desorden y menor espacio disponible, más se ralentizará la energía, hasta estancarse y finalmente quedar detenida.

¿Nunca colocaste un objeto en un sitio y un par de semanas después descubriste que había un montón de cosas encima? Es otra variante del tema de que lo semejante atrae a lo semejante.

Cuanto más objetos poseemos, mayor es la energía que consumimos para conservarlos. Utilizamos energía para limpiarlos, para tener un techo donde estén cuidados y protegidos, y para asegurarlos contra posibles daños o pérdidas. Si superan una cantidad razonable, nuestras posesiones crean retrasos, consumen nuestra energía o crean un desvío.

Un desvío que tiene la astucia suficiente para alejarnos de nuestro verdadero sendero, esto es, del objetivo de nuestra existencia. A partir de la creación de líneas nítidas y de poco o nada de desorden podemos movernos con rapidez, detenemos en un cruce y cambiar de dirección sin perder ni el rumbo ni el equilibrio.

Deshacernos de aquellos objetos que ya no nos alegran el corazón es como liberarnos de una pesada carga que hemos transportado hasta ese momento, o como tirar lastre por la borda. Tenemos un espacio más amplio y podemos movernos con mayor facilidad.

Poner orden en nuestro espacio no es algo que solemos hacer con placer o frecuentemente. Nos resistimos a tener mayor libertad y mayor flujo.

En la vida, suele ser necesario un detonante para que nos demos cuenta de que poseemos demasiadas cosas a las que hay que quitarles el polvo, además de tenerlas aseguradas.

¿Cuál sería este detonante? Quizás una relación o un trabajo que terminan mal, o un objeto valioso que se rompe. O alguien, por ejemplo tú, que se enferma gravemente.

Son llamas al orden, para eliminar los restos del pasado que bloquean el flujo dentro de nuestro espacio y de nuestras vidas.

Desorden. La energía que está a la espera para moverse, está en realidad estancada.

Las cosas que guardas «para algún día» suelen ser las que invaden tu espacio. ¿Cómo sabrás que ese «algún día» se anuncia? ¿Sonará una trompeta, o escucharás un trueno?

La energía estancada debe liberarse para que fluya nuevamente. Ordenar tu espacio también ordena tu mente. Puedes, literalmente, ver con mayor claridad. Tener mayor espacio libre implica tener mayores opciones para moverse y reflexionar sobre otras maneras de hacer las cosas.

Muchas personas se aferran a los objetos materiales, y también a sus emociones, conteniéndolas. Este aferrarse a las cosas supone la existencia de una vibración particular que impide la circulación del flujo de energía.

Deshacerse de un «tesoro» guardado largo tiempo también implica deshacerse de las emociones que despierta. Por regla general, se trata de la tristeza y del miedo. La mayoría vive preocupada por el miedo y la pérdida, lo que expresan con un «¿y si un día lo necesito y ya no lo tengo?».

Asociamos el objeto con la situación y la persona que nos lo dio. Si somos receptivos y fluimos acompañando a las emociones que esta persona despierta, podremos agradecerle el regalo, aceptar que ya no nos interesa guardarlo, quizá devolvérselo, o dárselo a un pariente o a otro amigo y desprendemos de él. También podemos enviarlo a alguna organización solidaria. Cuando nuestra energía emocional no fluye, dar cualquiera de estos pasos suele constituir un desafío.

Si la persona que nos lo regaló no está ya a nuestro lado, puede que lo conservemos para recordarla aun si el objeto en cuestión no nos interesa. El desorden va siempre acompañado de emociones estancadas.

9. Despejar tu entorno II

ÁMALO O DÉJALO

Vivir rodeándote de los objetos que quieres es una experiencia que levanta el ánimo. Cualquier lugar donde se posen tus ojos o que tu cuerpo toque, te devuelve tu propia energía de amor y aprobación.

Observa el contraste entre esa sensación y la que se produce cuando lo que ves y tocas va asociado a recuerdos dolorosos, con una energía que te provoca un estremecimiento o algo peor.

A medida que caminas por tu espacio, tienes la oportunidad de volver a ver mentalmente la película o el vídeo de la situación que tensa tus músculos.

¿Comienzas a comprender el valor de contar con un espacio armonizado?, que contenga las cosas que amas y utilizas y la importancia de deshacerte de las que implican otras asociaciones?.

Mientras observas tus propias posesiones, responde a las siguientes preguntas:

¿Me gusta esto?

¿Corresponde a mi estilo de vida actual?

¿Me da placer y comodidad?

¿Lo guardo para alguien que lo aprecia y lo necesita?

¿Tiene un gran valor sentimental para mí? . ¿Lo utilizaré en los próximos dos años?

Si tu respuesta es «no» a todas las preguntas, tendrás que averiguar el lugar que este objeto tiene en tu vida.

Si quieres vivir con alegría y comodidad, hay ciertas cosas que no contribuirán a tus movimientos y tu flexibilidad.

Dáselas con tu bendición a una persona a quien le proporcionen alegría y comodidad.

PONTE EN MARCHA

Quizá te preguntes por dónde empezar. Es una buena pregunta. Comienza por lo más fácil y lo más pequeño, por el espacio o la habitación que te resulten más sencillos.

Partiendo de lo más fácil, tendrás el humor, la experiencia y el ánimo para pasar al siguiente problema y al siguiente, hasta que consigas «enfrentar» aquello que creías imposible.

Éste es un procedimiento gradual que te llevará tiempo. Piénsalo como un proceso en dos partes: dar un paso - descansar. Una vez hecho, sentirás alegría y estarás en condiciones para mirar nuevamente las cosas que te rodean y hacerte las mismas preguntas.

DESPEJA EL ESPACIO

Liberar la energía estancada en un espacio después de racionalizarlo y de limpiarlo correctamente, implica llevar a cabo actividades que podrías calificar como místicas o directamente ex-trañas.

Dado que todo tiene su propia vibración, y que esa vibración forma parte de una serie de frecuencias, el próximo paso consistirá en activar esa vibración por medio de sonidos.

La energía estancada se dispersa con el sonido de campanas, campanas tubulares, tanto en los rincones como en toda la habitación. Lo mejor es empezar por concentrarse, expresar la firme intención de liberar la energía estancada, abrir algunas ventanas, quemar incienso, y escuchar una buena música.

CURAS CLÁSICAS

A lo largo de los siglos se han descubierto y utilizado diversas curas clásicas para los conflictos o retos del Feng Shui, y se ha comprobado su fiabilidad.

Estas curas, una vez que el sector está limpio y armonizado, concentran y elevan el nivel de energía, y permiten acelerar o disminuir la velocidad de su movimiento.

1. Objetos brillantes o que refractan la luz: luces, espejos o cristales
2. Objetos que emiten sonidos: campanas, campanas tubulares
3. Plantas (artificiales o reales), flores (artificiales o reales), un acuario o un bol con peces, un bonsái.
4. Objetos en movimiento: móviles, fuentes, cascadas, molinetes, molinillos de viento

mailxmail
.com

10. Meditaciones creativas

Practicar una meditación doble te permite aprovecharla al máximo y fluir con tu energía creativa. La aprovechas y expresas gratitud, creando en la mañana y sintiendo agradecimiento al final del día. Honras el alfa y el omega, el principio y el final de un ciclo de creación. y nombrando el alfa y el omega, el «aah» y el «om», tienes el sonido de la meditación. Esta meditación es muy antigua y ha fluido a través de muchas tradiciones.

MEDITACIÓN CREATIVA «AAH»

Por la mañana, antes de comenzar tu día, siéntate con serenidad y con los pies apoyados sobre el suelo, porque te concentras en asuntos que se manifiestan en el mundo material.

Respira hondo y en abundancia entre tres y cinco minutos, hasta que sientas que tu cuerpo se relaja. Entonces comienza a imaginar que la planta de tus pies se abre y la energía de la Tierra entra y asciende por tus piernas y por el torso. Imagina una cuerda verde que sale del corazón y pasa por tu cuerpo hasta la planta de los pies y sigue hasta el centro de la Tierra. Imagina y siente la energía verde esmeralda de la Tierra que sube por tus pies y piernas a medida que inspiras el aire.

Con serenidad, di «Aah» cuando te relajas y espiras. Inspira de nuevo, sigue visualizando la energía de la esmeralda verde de la Tierra que entra y llena tu cuerpo. Di «Aah» con serenidad mientras te relajas y espiras. Inspira y visualiza tu coronilla abierta. Visualiza un tubo o chimenea que sale de la coronilla y sube hasta el cielo. Di «Aah» mientras te relajas y espiras.

Inspira y observa la energía dorada de los cielos que entra y baja por esta chimenea, pasa por el centro de tu cabeza, baja por tu cuello y tu columna y llega hasta tus pies. Continúa diciendo «Aah»

Mientras te relajas y espiras. Inspira y observa cómo la energía dorada llena tu pecho y todo tu cuerpo mientras dices «Aah». Inspira y observa estas dos energías, la verde esmeralda y la de oro, que van al encuentro y se reúnen en tu corazón llenándolo mientras respiras.

Espira diciendo «Aah». Inspira y siente cómo se ensancha tu corazón, y ábrelo visualmente para que estas dos energías fluyan con amor y gratitud a medida que espiras diciendo «Aah».

Ahora deja de lado las imágenes y continúa inspirando y diciendo «Aah» a medida que espiras. Puedes decirlo susurrando o no.

Permite que te guíe tu sensibilidad hacia tu cuerpo y tu sensibilidad. Repite esta pauta entre tres y cinco minutos. Ahora visualiza las energías dorada y verde esmeralda que vienen desde el cielo y de la Tierra y atraviesan tu cuerpo para

encontrarse en tu corazón y salir con el sonido «Aah» cuando espiras. Haz que en estos colores flote una idea, o una imagen de lo que desees, y resuena con ella, sintiendo su esencia. Envíala a tu corazón con el sonido «Aah» cuando exhalas. Haz esto durante cinco a siete minutos mientras sigues respirando hondo y diciendo «Aah» cuando espiras y envías la energía fuera de tu corazón.

Vuelve a dejar de lado las imágenes y concéntrate sólo en decir «Aah» a medida que espiras. Haz esto durante tres a cinco minutos.

Sientete gratitud y resuena con la gratitud mientras espiras con el sonido «aah». Entonces, imagina que tu coronilla se cierra y que por tus pies se elimina todo exceso de energía que haya en tu cuerpo.

Mira las plantas de los pies que se cierran y siente gratitud. Espira con el sonido «aah», de modo que cada vez sea más suave. En silencio, durante tres a cinco minutos di «Aah», como si fuese un zumbido, mientras espiras.

Relájate, y si fluctúa algún pensamiento o idea aléjalos. Termina haciendo el zumbido silencioso del sonido «aah» mientras sientes gratitud.

Cuando estés a punto para volver y reintegrarte a la vida cotidiana, estira tu cuerpo y abre los ojos, toma tu mano izquierda y toca tu antebrazo o tu rodilla derecha, luego el codo.

Toma tu mano derecha y toca con ella tu codo izquierdo, después el antebrazo, cruzando los brazos a la altura de la cintura. Toca la punta de los pies y el suelo con ambas manos.

Respira hondo varias veces y levántate.

Lo ideal es hacer este ejercicio durante veinte minutos. graba el texto en una casete, con pausas frecuentes. Sigue el ritmo de tu flujo. Si sólo tienes diez minutos, disfruta de la energía y del desarrollo del proceso.

¿Por qué te concentras en apoyar los pies en el suelo y conectarte con las energías de la Tierra para enviarlas al corazón? Bueno, se trata de atraer lo que tu corazón desea al espacio físico aquí en la Tierra. Aquellas personas, cosas y experiencias ya existen en algún lugar. Quizá están ahí, detrás del arco iris. Con tu corazón y el sonido «aah» te conectas con ellas, y las atraes hacia el espacio de tu corazón. Ahora disfruta de tu día, sabiendo que has llamado al universo y has resonado con la energía de la creación y con lo que deseas. ¡La energía se mueve! Relájate y permite que esta energía mueva las cosas de modo que se manifiesten en tu vida. Sigue adelante y concéntrate en tus actividades cotidianas sintiendo paz interior.

MEDITACIÓN CREATIVA «OM»

El omega, el sonido «om». De modo que al final de tu día, siéntate otra vez en calma apoyando tus pies en el suelo. Respira abundantemente durante tres minutos. Imagina que tus pies se abren y que de tu corazón sale una cuerda verde que atraviesa tu cuerpo y llega al centro de la Tierra. Mira la energía verde

esmeralda de la Tierra que sube por esta cuerda, pasa por tus pies y si-gue por tus piernas y tu torso hasta alcanzar el corazón. Mírala y siente cómo llena tu cuerpo con toda esa energía.

Ahora, abre la coronilla a las energías doradas de los cielos y déjalas que fluyan bajando hasta tu cora-zón. Mira cómo esta energía dorada llena todo tu cuerpo. Imagina que las dos energías combinadas llenan tu cuerpo y salen a través de tu corazón en oleadas de gratitud mientras espiras con el sonido «om». Ahora, aleja las imágenes.

Tan sólo respira hondo y emite el sonido «om» mientras es-piras. Con este sonido, simplemente relájate sintiendo amor y gratitud. Deja que tu mente se relaje cuando dices el «om» mientras espiras. Sien-te gratitud y practica esto entre cinco y siete minutos.

Después de unos pocos minutos observa las energías tanto de la Tierra como de los cielos que fluyen a través de tu cuerpo y tu corazón y van hacia la Tierra mientras espiras. Di «om» y siente agradecimiento. Entonces, imagina que tu coronilla se cierra y que todo exceso de energía abandona tu cuerpo por los pies. Imagina las plantas de los pies que se cierran y experimentan gratitud. Relájate, y si algún pensamiento o ima-gen fluctúa, deja que se alejen. Sólo siente gratitud por tu día y por tu vida. Di «om» mientras espiras, cada vez en voz más baja a medida que pasa el tiempo. Por fin, di «om» en silencio durante unos cinco minutos. Termina experimentando el zumbido silencioso del sonido «om» mien-tras sientes la gratitud. «Ommmm».

Cuando estés a punto para volver a la realidad y reintegrarte a ella, estira tu cuerpo con suavidad y abre los ojos. Toma tu mano izquierda y toca tu antebrazo derecho, luego el codo. Toma tu mano derecha y toca tu codo izquierdo, luego el antebrazo. Toca la punta de los pies y el suelo con ambas manos. Respira hondo varias veces, relájate y vete a dormir.

Respira y emite el sonido «om» durante veinte minutos en total. Tus deseos de corazón se han dirigido al universo en la vibración de la crea-ción por la mañana y en la de la consecución al final del día. Es el princi-pio y el final de una meditación creativa con sonido. La paz sea contigo. El Espíritu de la Divinidad escucha tu corazón y tu deseo de abundancia.

Ésta es la esencia de la Corriente Creati-va: abrir tu imaginación con libertad hacia tus anhelos fundamentales y hacia los deseos de tu corazón.

Pacientemente, tu Corriente Racional ha tomado nota de toda esta in-formación. Ahora vamos a dejarla que salga a la superficie, brille y es-structure tus finanzas correctamente.

"Por una Próspera Vida, que la energía universal te colme de Abundante Felicidad"