

TODO

encaja

BY
ALMUDENA  MARTIN

Modulo 2

Amor, autoestima y relaciones personales

En el anterior modulo hablábamos del poder, porque es la clave para construir en nuestra vida algo diferente, y es algo que no vamos a perder de vista en ninguno de los seminarios, pero para poder descubrir y transformar nuestra relación con nuestro propio poder debemos hacer un viaje hacia el propio pasado, deconstruyendo las relaciones de poder que hemos vivido cómo normales y que realmente nos han desconectado de aspectos tan importantes como nuestra autoestima y nuestras relaciones afectivas.

Cuando nacemos venimos conectados con el amor, pues aun no nos hemos enbebido de un montón de elaboraciones culturales que vinculan el amor con muchas normalizaciones sociales que nada tienen que ver con el.

Las relaciones de poder se establecen desde nuestra más tierna infancia, nuestra sociedad está muy basada en una visión del amor jerarquica, basada en gran medida en la lucha de poder y en un intento de colonización del otro.



Lo hacemos constantemente de manera inconsciente, por la necesidad de autoafirmación de sentirnos fuertes y con más energía o determinación, porque al habernos desconectado de nuestra naturaleza y por tanto de esa conexión con la certeza, necesitamos muchas muletas externas para conectar con una falsa seguridad y falsa fuerza que sustituya ese sentimiento de conexión.

Nuestra sociedad compite mucho más que coopera, lo que hace que estemos en guardia desde el propio inicio de las relaciones sociales, pues las comparaciones comienzan muy pronto, desencadenando un proceso de competencia inconsciente en busca del amor, la valoración y la aprobación.

Cuando somos capaces de observar con la mirada del amor, simplemente vemos al otro tal cual es, y empezamos a nutrirnos de las diferencias.

Una de las cosas más hermosas que he aprendido en los años que llevo trabajando con los maestros es que se puede llegar a una comprensión del mundo integral, desde lugares muy distintos y que al igual que esos seres que han sublimado la encarnación desarrollaron su plan de alma desde áreas diferentes, nosotros podemos hacer lo mismo, por eso debemos de curarnos de pensar que sabemos lo que le conviene al otro, porque alguien puede llegar a la comprensión del todo trabajando en un banco, siendo camarero, profesor de yoga o artista y el trabajo de cada uno es descubrir cual es el área que hace brillar mi alma, y desde ahí explorar esta vía hasta dónde me lleve.



Nuestro plan de alma

Aunque seamos conscientes de que las elaboraciones sociales y culturales son muy contrarias a nuestra propia naturaleza, debemos entender que forman parte del juego que hemos elegido para aprender y experimentar una serie de limitaciones y especializarnos en diferentes temas y conceptos, de lo contrario si perdemos esto de vista nos pasaremos la vida en lucha con la sociedad con nosotros mismos y con la vida y lejos de conseguir mayores niveles de apertura y de crecimiento, nos sentiremos cada vez más cerrados, drenados y limitados.

Por eso es importante entender que lo más importante es la posición que elijamos tener, ya que para mi el objetivo es volver a conectar con nuestra naturaleza, consiguiendo generar cambios en lo denso, personales y también dentro de un proceso de cambio social.

Entonces ¿Qué podemos hacer con todo esto?.

Hay diferentes posiciones que podemos tomar, hay una muy extendida en el mundo espiritual, que es caer en la justificación a traer del proceso de las almas, y como todo es por algo, acabamos comulgando con ruedas de molino en nombre de nuestra visión mística del mundo.

**NO TIENES UN ALMA.
ERES UN ALMA.
TIENES UN CUERPO.**

-C.S. LEWIS

Otra sería la de entrar en la dinámica del mundo es como es y entrar desde ahí en la lucha y en las relaciones de poder y en la competencia en nombre de que la vida es así y es la ley de jungla, posición que tampoco resulta a priori muy interesante, porque además nos mantiene en procesos de lucha que nos drenan y nos dificultan avanzar.

Ni lo ignoro ni me someto.

Por ello creo que la posición más interesante sería algo similar a lo que los hindúes llamaron Neti/Neti, ni lo ignoro ni me someto.

Porque si ignoro que cada persona que ha aparecido en mi vida y cada situación está precisamente para resolver eso que como alma he venido a resolver, me pasare la vida perdiendo oportunidades y huyendo de todo lo que me resulta incomodo que suele ser exactamente dónde están los grandes oportunidades de aprendizaje, pero si me someto y entro en los estados de tendrá que ser así me desempodero y entro en una falsa espiritualidad que me resta la oportunidad de generar los cambios que necesita mi propia alma, de atravesar y actualizar la información que es exactamente lo que esa relación o situación me está pidiendo.

Asumiendo además que no somos robots, que no por tener un plan ese plan se va a cumplir ya que a veces encarnamos para resolver una cosa y acabamos dejándola peor de lo que estaba porque nos enganchamos en las adicciones emocionales y no somos capaces de actualizar la situación y soltar, creando nudos de los que ya hablaremos en otro de los seminarios.

Actualizar la información no siempre significa que las historias tengan un final feliz, pero si que dejen una sensación de paz, que no confundamos con la falsa tranquilidad que nos deja quitarnos de encima aquello que no esta molestando, la paz se da cuando no tengo miedo de que aparezca esa persona o situación y puedo ser quien yo soy delante de esa persona, elija o no compartir mi tiempo y mi energía que ella. Mientras siga creándome distorsión sigue habiendo algo pendiente que antes o después tendré que actualizar.

Las relaciones

Todas las relaciones que tenemos en nuestra vida forman parte del plan de nuestra alma, tanto las de pareja, como las familiares, como las laborales, como los amigos etc.

Pero con este tipo de conceptos pueden ser muy confusos, porque no son pactos sencillos y tienen que ver con el desarrollo y la evolución que ambas almas tengan en este plano y de las decisiones que tomen, pues por encima de todo contamos con la libertad que nos aporta el libre albedrío.

Pero si yo he venido a experimentar, el amor, a construir una familia, o a desarrollar cualquier cosa, tendré varias almas con las que pueda desarrollarlo.

Si una de ellas toma otro camino, el plan siempre tiene sustitutos porque este plano es como un gran videojuego en el que lo importante es conseguir actualizar esa información que necesito para mi crecimiento.

En terreno de relaciones yo siempre trabajo desde el plan de alma de esa persona o pareja, porque desde el plano mental hay un montón de cosas que no podemos entender, y que sin embargo a otro nivel tienen sentido, y lo importante es que se puedan encajar y ajustar, para no aumentar los nudos y poder construir.

**La única pareja posible
no es la simbiosis
de dos egos infantiles
sino la colaboración
de dos conciencias
libres.**

Alejandro Jodorowsky

Es fácil proyectar en las relaciones personales y responsabilizar al otro de nuestra infelicidad, pero en más de una ocasión he visto a personas cambiar varias veces de pareja y tras unos meses encontrar con personas aparentemente distintas, situaciones que le hacían sentirse exactamente de la misma manera, porque la separación nunca es la solución y seguir juntos sin actualizar la información tampoco, por eso es

importante iniciar un proceso de desaprendizaje, para poder soltar las relaciones de poder y emprender un viaje interno que nos ayudara a reconectarnos interiormente con el amor y por lo tanto mejorara nuestras relaciones considerablemente.

Cuando no lucho, ni intento imponer mi verdad y voy desactivando mis dependencias y adicciones emocionales, mi pareja comienza a ser un aliado de mi crecimiento y desde ese lugar se suma y cada uno de los dos consigue de manera más sencilla ser quien ha venido a ser.

Del rescate del niño interior a la sexualidad sagrada

En ese viaje de vuelta a reconectar con el amor el niño interior es sin duda una pieza fundamental y es importante que nos demos cuenta de que en algún momento de

nuestra vida hemos tenido esa autoestima que queremos y que volver a conectar con esa parte de nosotros nos va a dar una enorme fuerza.

Cuando somos niños estamos profundamente conectados con nuestra sexualidad sagrada, que poco tiene que ver con la genitalidad, nos sentimos conectados con todo y encontramos de manera sencilla las oportunidades de disfrute y de expresión emocional de lo que sentimos.

Nos vemos capaces de todo y hasta los 3 o 4 años no comprendemos el concepto de peligro lo que nos hace sentir invulnerables, la manera en la que somos educados, tiende a coartar estas capacidades naturales, porque los adultos no están igual de conectados con la vida y tienden a tratar de amoldar esa eclosión de vida con lo normativo que dista mucho de lo natural, eso va cercenando poco a poco nuestra autoestima que suele verse sustituida por la búsqueda de la aprobación y el agrado. Volver a este periodo y retomar nuestra energía puede ser un proceso interesante



pues no es lo mismo buscar algo que creemos no haber tenido nunca que recuperar una fuerza que está ahí y simplemente se transformo en otras cosas para sobrevivir, pero ahora somos adultos, ya hemos sobrevivido y es tiempo de retomar toda esa información.

Transformando toda esa negación de lo que tratamos que muchos experimentamos de niño, y abriéndonos a un si desde el adulto, aportamos un doble valor a toda esa información negada, pues le aportamos la conciencia de haberla vivido en las dos polaridades.

Nuestra relación con el cuerpo, la sexualidad, el dinero y el disfrute también están muy relacionados con recuperar ese brillo de sentirnos valiosos simplemente por ser quienes somos.

La energía de la aceptación

En el mundo espiritual es muy habitual oír hablar del amor incondicional, y a mi personalmente es algo que me produce un enorme respeto, porque llamamos amor incondicional a muchas cosas que no lo son y volveríamos a lo que hablábamos antes, a desempoderarnos y a aceptar el cualquier cosismo en nombre del amor incondicional.

Después de haber trabajado años con los maestros entiendo que el amor incondicional dista mucho de lo que sentimos los humanos, pero si puedo relacionarlo con algo es con la aceptación.

La aceptación no tiene nada que ver con la resignación, ni con el todo vale, la aceptación es una energía de conciencia pura, que además tiene la llave de nuestra autoestima incondicional, que no es otra cosa que la total y absoluta aceptación de nosotros mismos.



Hay personas que sacan lo mejor de nosotros y otros la peor parte, pero debemos ser conscientes de que las peores partes de nosotros también somos nosotros.

Aceptar algo es el primer paso para poderlo transformar, la aceptación nos

empodera, porque una vez que acepto al otro como es o una situación como es puedo hacer algo al respecto puedo cambiar mi posición, o ver opciones que jamás veré mientras me este esforzando en negarlo o en cambiarlo.

Durante unos meses trabajando con uno de los maestros me propusieron el ejercicio de decir que si a todo lo que me propusieran, especialmente a todo lo que no me apeteciese nada, y fue uno de los mayores regalos que he recibido por parte de ellos, porque pude ver todos mis nos, por miedo a lo desconocido, por timidez, por pereza y vi como mi área de confort me cerraba en un mundo mucho más pequeño y menos nutritivo en el que había menos oportunidades, ahí pude comprender todo lo que muchas veces te pierdes por no atravesar situaciones, que muchas veces en el mundo espiritual se disfrazan de no lo siento, no me resuena, etc, cuando ver en profundidad que está pasando ahí es mucho más interesante porque nuestra intuición por muy fina que sea va a tener unos limites de confort establecidos que te va a costar romper.

El Si nos saca de la inercia en muchas ocasiones y últimamente observo que tiene muy mala prensa y cada vez es más habitual, escuchar aprende a decir que no sin sentirte culpable, y es muy importante esta información pero creo que es mucho más interesante ver que está pasando ahí dentro de nosotros para que no quede en un más de lo mismo y otra modalidad de lucha, como si todo lo que viniese desde fuera nos fuese a atacar, negándonos la posibilidad de que nos nutra, cuando lo más

interesante es que permanezcamos en un estado de decirnos que si a nosotros mismos y si a la vida, y después ir explorando cuando el si a los demás también nos nutre y nos aporta y cuando retirarnos si no se está dando.



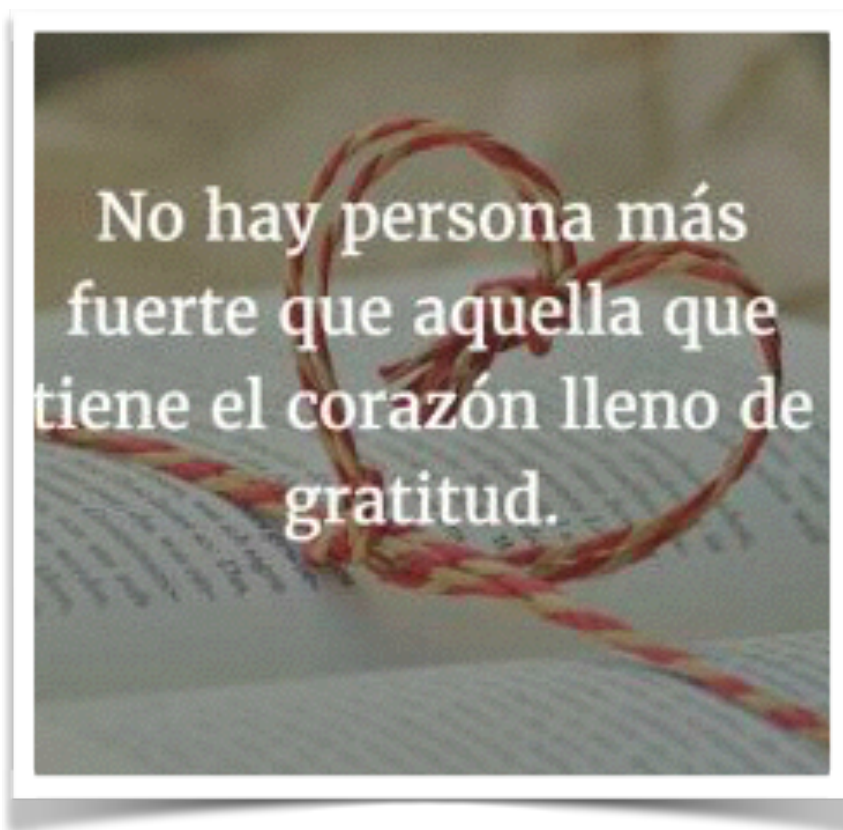
La gratitud

Como comentábamos antes cuando hablábamos del niño interior es mucho más fácil conectar con algo cuando sabes que ya lo tienes, por eso la energía de la gratitud nos va a abrir siempre muchas más puertas de las que pensamos.

Más allá de todas las convenciones sociales la gratitud es una frecuencia al y cuando sintonizamos con ella empezamos a generar en nuestras vidas más energía armónica al estado de gratitud que es el estado de gracia.

Todos tenemos mucho por lo que agradecer pero no nos paramos a poner en ello nuestra conciencia lo que hace que sintonicemos con otras frecuencias, o que caigamos en el error de pensar que no tenemos nada por lo que estar agradecidos o que todo lo hemos conseguido por nosotros mismos.

Si nos conectamos con la gratitud empezamos a conectar con el espíritu de cooperación que nos puede llevar a darnos cuenta de la cantidad de cosas que se dan por la suma de todos y entraremos en una frecuencia más cooperativa y constructiva.



Sin que alguien hubiese inventado el ordenador yo no podría estar escribiendo este cuadernillo, sin que alguien hubiese diseñado y construido este edificio no tendríamos un lugar en el que aprender todas estas cuestiones de una manera tan cómoda, sin que alguien los hubiese cultivado yo no tendría los alimentos que consumo a diario, y así podemos llegar hasta el infinito y cuando empezamos a sintonizar con esa energía todo cambia, es solo darle el espacio en nuestra vida y dejar que nos sorprenda.

La mística

Otra de las energías que trabaja el rayo rosa es la de la mística, la mística es un estado de unidad entre lo divino y lo humano en el que la conexión con la totalidad es tan fuerte que puedes ver la luz en todo cuanto existe.

La mística implica un trabajo interno muy poderoso en el que has aceptado todas las partes de ti y has podido reconocer en ellas la belleza que esconden, porque la belleza es la encarnación del amor, cuando somos capaces de no negar ninguna de nuestras partes, y podemos ver belleza en ellas, nuestra visión del mundo se transforma hacia una comprensión profunda.

Podemos trabajar con esta energía para ver que no estamos viendo en una situación, y que parte nuestra no estamos aceptando para no poder aceptar lo que vemos fuera de nosotros.

El rayo rosa

La parte energética de todo lo que hemos hablado en este modulo es la energía del rayo rosa, una energía que está relacionada, con el amor divino, la armonía, la generosidad y la belleza.

Es una energía que cohesiona, une, construye y nos puede ayudar a armonizarnos con aspectos del pasado, y en todas nuestras relaciones personales o de pareja.

Debemos tener en cuenta que los maestros no alteran el libre albedrío ni tampoco los angeles ni ningún ser de luz, ellos nos aportan una visión de lo que no estamos viendo y nos ofrecen su instrucción y experiencia y sobre todo la posibilidad de recibir una energía de conciencia pura y de muy alta frecuencia que puede producir cambios en nosotros muy sustanciales, pero no alteran la voluntad de otro, ni el camino de otro.

Los Maestros principales de este Rayo son Lady Rowena y Pablo el veneciano y el arcángel Chamuel, y también los maestros Orion y angélica que nos pueden ayudar a rescatar aspectos nuestros que se quedaron en el pasado y los Elohim, Eros y amora.

Es una energía que nos puede ayudar con la abundancia, porque esa conexión con el amor separada de la lucha, nos saca de la dualidad de dar y recibir y nos conecta con ese estado de compartir en el que cuanto más doy más tengo.

