

Hola, ¡Bienvenidos! Veo muchos nombres en la lista de asistentes, que nunca he visto antes, esta es la primera vez que están aquí, ¡bienvenidos! Por favor, disfrútenlo. Hay muchos nombres que sí he notado antes, bienvenidos, lindo tenerlos aquí.

Esta conversación, esta discusión, - siempre es una discusión, aun cuando ustedes no piensen que están hablando, son parte de la evolución de cómo se desarrolla todo esto, mientras miran cómo prosigue en los próximos minutos.

Esta conversación que tendremos, esta información con que vamos a jugar, es cómo usas el tiempo. El tiempo es algo para ser usado; es una aplicación, no es tanto algo que definimos. Lo que quiero decir con eso es que le preguntas a cien personas en la calle qué es el tiempo. Ellos les dirán, con muchas palabras diferentes, que es lineal, es pasado, presente, futuro y luego te mueres. Y eso es el tiempo. Y nunca alcanza el tiempo. Muchos de ustedes tal vez estén notando eso: en general, se les acaba el tiempo. Como que pasa demasiado rápido. La ironía de eso es que el tiempo está haciéndose más lento; no está acelerándose. Probablemente explicaré eso en unos minutos.

Todo este concepto del tiempo depende de cómo lo miras, en este mundo 3D donde todos crecimos, todos lo miramos en ese concepto lineal de pasado presente y futuro. Una cosa interesante: si le preguntas a la gente ¿estás en tiempo presente? En general te dirán “Sí, por supuesto. Estoy en tiempo presente, aquí estoy”. Pero cuando empiezas a conversar, cuando empiezas a hablar de quién es, y de cómo piensa, y qué le parece importante, y a qué le da su atención, lo que vas a descubrir es que muy rara vez está en tiempo presente. “Estoy preocupado por...” “Tengo la esperanza de...”, “tengo ansiedad por algo que podría suceder en el futuro”, “me siento culpable por esto que sucedió en mi pasado.” Y si puedes escuchar el vocabulario general de las personas, con el que hablan sobre sí mismos y hablan sobre sus circunstancias, se trata de “qué voy a hacer” y “lo que no hice”. O “cómo hice algo correcto”, o “me preocupa...” Y para emitir esas palabras, tienes que estar en tiempo presente. Pero, como consciencia, como ser espiritual jugando el juego en un cuerpo, no necesariamente estás en tiempo presente. Tenemos tanta atención fijada en lo que no hicimos, en lo que hicimos, cómo lo hicimos, cómo debíamos haberlo hecho, y esperando hacerlo bien en el futuro, que cuando empezamos a jugar a crear lo que queremos, en general nos perdemos la oportunidad de crear lo deseado, a menudo perdemos la oportunidad, porque estamos tan enganchados en cómo llegaremos a eso, que no dedicamos el tiempo a estar en tiempo presente para resolver cómo llegar a eso. Toma una respiración. Sé que es una manera algo rara de empezar esta conversación. Pero miremos al tiempo desde un punto de vista diferente.

El tiempo es una aplicación. Es para usarlo. No es un concepto fijo. No sigue un sendero lineal, si eliges no ir por el sendero lineal; hay otras maneras de usar el tiempo. El tiempo opera en un número de configuraciones; hay tres o cuatro, cinco configuraciones diferentes del tiempo presente de por sí.

Tiempo presente: ¿cómo uso el tiempo presente? Una cosa que empieza a estar muy disponible en el uso del tiempo es que, si puedes aquietarte lo bastante para estar en tiempo presente, sucede algo bastante notable. Y has tenido esta experiencia, pero no la notaste en este contexto. Cuando realmente estás en tiempo presente, y particularmente si puedes estar feliz en tiempo presente, todo lo que deseas crear viene hacia ti. No es algo que tengas que salir y trabajar para eso, esforzarte para eso; acude a ti. La percepción conciente viene a ti, el cómo crearlo viene a ti, las oportunidades se presentan de maneras que, cuando estás absorbido en la preocupación, el pasado y el futuro, tienes una tendencia a no ver la oportunidad, no ver qué se te presenta. Toma una respiración, si te parece.

Es realmente fascinante. Las energías que sostenemos en el cuerpo, las energías de “no lo hice bien”, o “no estoy seguro de cómo hacer”, “no sé cómo hacerlo”, “no estoy seguro”, “no me siento capaz”, esas

dudas que tenemos, suelen llegar a un punto de tomar tanto tiempo que no puedo ver la respuesta que estoy buscando con objeto de crear lo que quiero.

Este aspecto del tiempo presente, bien podrían decir que es su cuerpo en tiempo presente, y seguro que lo está, está siempre en tiempo presente, no tiene otro lugar a donde ir, no está en el pasado, está siempre justo aquí en tiempo presente. Eso también es en parte verdad y en parte no es verdad. Porque el cuerpo está físicamente en este espacio de tiempo presente, dice “estoy aquí”, pero el cuerpo es una función de un montón de pensamientos y emociones que terminamos conteniendo, y a medida que empiezas a atraer ansiedad o miedo o incertidumbre al cuerpo, y sostener puntos de atención en algo que hiciste mal, o estar realmente preocupado por algo en el futuro, las energías que se crean en esos puntos de atención – pasado y futuro – empiezan a vibrar en el cuerpo de tal modo que el cuerpo empieza a vibrar fuera de la facilidad (*N.T. en inglés: ease*), y empieza a funcionar en un estado de desequilibrio, no está en un estado de fluir fácilmente. Y realmente, en última instancia, lo que pasa es que estoy tan nervioso, tan preocupado, que esos tipos de ansiedad, miedo y estrés básicamente consumen los puntos de atención del cuerpo de modo que físicamente está en tiempo presente, existe en tiempo presente, pero incluso el cuerpo mismo es tironeado por los pensamientos y emociones del futuro y el pasado. Jugaremos con esto en un segundo.

Hay un número de maneras de jugar en el tiempo. Hay un tiempo circular; todos experimentan eso de distintas maneras, especialmente en el contexto de jugar en el pasado y en el futuro. ¿Alguna vez has tenido una situación en la que dices “por qué está esto sucediendo otra vez, por qué me pasa de nuevo? Parece que tengo este patrón repitiéndose en mi vida “. Tiempo circular. Básicamente, sostengo tanta atención en algo de mi pasado, que el Universo dice “te daré la oportunidad de jugar con eso otra vez”. Y se repite en tu vida, puede estar en diferente color, tamaño y forma, pero es realmente la misma circunstancia que es atraída de nuevo a tu punto de atención, debido a dónde sostienes tu atención.

El tiempo circular es un constructo realmente útil de tiempo, para usar desde el tiempo presente. Te permite empezar a mirar cosas como el pasado y sostener un concepto diferente: el concepto de que puedo cambiar el pasado. El pasado tampoco está fijado. ¿Qué tal si, en tiempo presente, en lugar de sostener en mi espacio la emoción de “lo hice mal”, el sentimiento de “lo hice mal, soy culpable”, “me culpo por aquella cosa que hice en mi pasado,” en tiempo presente tienes la oportunidad de mirar al pasado y hacer algo realmente específico?

Básicamente, tienes otra definición del pasado. El pasado se puede dividir en dos cosas: una porción de información “yo hice esto, este fue mi evento, así es como funcionó”, simple información, y la otra es una emoción “hice esto y me siento culpable”. Pero si puedes, en tiempo presente, ahora mismo, básicamente mirar a tu pasado y tener una porción de información que es muy útil: que las emociones y los sentimientos solo existen en tiempo presente. Entonces, algo puede haber sucedido en tu pasado, veinte años atrás, y yo te digo ¿cómo estás hoy?, y tú dices “Oh, supongo que estoy bien.” Ah, pero ¿qué pasa? “Bueno, mi esposo/esposa murió hace veinte años, y estoy triste”. Lo que está diciendo es la porción de información, “murió hace veinte años”, y elige poner su atención en ese pensamiento y elige sentirse triste.

Pero cuando reconoces que en tiempo presente no necesitas elegir o permitir emociones que aparecen junto con pensamientos y percepciones concientes, - “mi esposo/esposa murió hace veinte años”, porción de información – sino elegir reconocer que esta persona era realmente grandiosa, pasaron momentos maravillosos, se reían muchísimo, realmente amabas a esta persona. Esa es una emoción muy diferente para elegir, con relación a la porción de información sobre algo que ocurrió en un momento presente anterior. ¿Tiene sentido?

¿Qué tal si pudieras simplemente mirar a las cosas de tu pasado sin adherirles la emoción que ocurrió en aquel momento de tiempo presente anterior? “Tuve un evento, estuve asustado, tuve miedo. El evento se fue. Todo funcionó bien, pero todavía estoy asustado.” Ahora bien, esto es un poco diferente, por así decir.

¿Cuántos de ustedes llevan vibraciones de miedo, ansiedad, o desequilibrio, debido a algún evento que sucedió en el pasado? Y en términos reales, cuando lo miran bien, muy probablemente no tiene nada que ver con ustedes ahora mismo, donde están jugando, donde se sientan, donde son, en este mismo momento.

Entonces, vengan conmigo aquí, no entren en una emoción o reacción profunda, miren a algo que surge en su percepción conciente de su pasado, algo que hicieron, ya sea que trajo culpa, o enojo, algo en su pasado, y solo dense cuenta de qué emoción suele aparecer allí, al aparecer dense cuenta de ella. Y luego pregúntense: ¿este evento me sirve, ahora, en este momento de tiempo presente en que estoy? Si la respuesta es no, simplemente mira a ese evento y ahora lo tienes más claro sin la emoción, porque esa emoción está generalmente adherida al evento en el mundo en que crecimos.

Pero si puedes mirarlo “estoy enojado con...”, “estoy triste por...”, ¿ese evento te sostiene? ¿tiene algo que ver con tu vida en este momento? ¿Y cuántos otros eventos puede haber en tu pasado a los que te aferras?, y tú atas esos pensamientos, esos recuerdos, a una emoción que generalmente es incómoda, es miedo, estrés, desconfianza, juicio, resistente, reaccionaria, enojada. ¿Alguna de esas emociones sostienen tu bienestar, justo aquí donde estás?

Uno de los aspectos del tiempo presente es la capacidad de reconocer que donde yo sostengo mi atención, aquello en que fijo mi atención, mayormente de manera subconsciente o inconsciente, donde sostengo mi atención ¿tiene algún valor para mí donde estoy ahora? Y si no tiene valor para mí, hay herramientas, muy simples, jugaremos con ellas en unos minutos, que me permiten simplemente soltar aquel evento. No hacerlo pasar por el cuerpo emocional, no por lágrimas, o emociones, sino simplemente ¿esto me sostiene? Y si miras al pasado sin adherirle la emoción, empiezas a descubrir que mucha de la energía contenida en el cuerpo que está causando que el cuerpo físico esté fuera de equilibrio, enfermo, no funcionando con salud óptima, está directamente relacionada con cómo sostengo mi atención en eventos del pasado atados a una emoción. De modo que jugaremos aquí. Pero nota para ti mismo ¿ese evento te sostiene en este momento mismo?

Lo mismo rige para el tiempo futuro. Voy a hacer esto. Estudio para ser ... algo. Voy a lograr esto. Y a menudo ponemos mucha atención en ese evento y suele pasar que no sabemos cómo llegar allí. No conozco cuáles son las habilidades, el dinero, las herramientas, la información, la educación, las relaciones, para llegar a ese lugar llamado éxito. Muchas veces no tenemos la información, o ponemos mucha atención en vibraciones de fracaso, o anticipación basada en “no sé qué estoy haciendo”. ¿Alguno conoce eso? ¿Qué tal si pudieras estar claro respecto al tiempo presente, y desde el tiempo presente empezar a mirar al futuro desde el punto de vista de ¿cómo crear eso?, empezando ahora mismo, en lugar de tratar de resolver cómo tener el futuro sin saber plenamente cómo llegar allí. ¿Cómo usas el tiempo? Otra vez: una respiración.

Uno de los aspectos del pasado y el futuro según lo estoy señalando es que no reconocemos cómo estar en tiempo presente. Estamos en tiempo presente todo el tiempo, pero no sostenemos nuestra atención en el tiempo presente para utilizarlo. Muchos de ustedes han estado jugando por algún tiempo en Mastering Alchemy, muchos jugaron con las herramientas del Nivel 1. Si no han jugado con las herramientas del Nivel 1, déjenme sugerir que adonde vamos a ir ahora los lleva a ese lugar. Es mucho más cómodo cuando se dan cuenta de cómo estar en tiempo presente.

Entonces juguemos con algunas de estas herramientas y vamos al lugar de cómo usar el tiempo presente más eficientemente que como que sé hacerlo. Toma una respiración, recuéstate en tu asiento, ojos abiertos. Y luego toma dos o tres respiraciones y toma conciencia de sostener tu atención en la respiración. Aquí mismo; inhala, exhala. Dos o tres veces. Y mientras lo haces, nota “estoy en tiempo presente; estoy prestando atención a lo que estoy haciendo ahora mismo.” Una respiración. Sigue respirando, pero relaja el cuerpo, simplemente deja que algo de la tensión se vaya, siente el peso del cuerpo en la silla.

Y luego nota la habitación a tu alrededor; muy simple. Nota lo que está delante de ti, qué hay hacia un costado, qué hay hacia el otro lado, y reconoce “estoy sentado en una silla” Nada más. Ahora bien, con ese simple reconocimiento, ¿estás más presente que cuando yo estaba hablando, un momento atrás? ¿Te sientes más presente? Muy probablemente la respuesta es sí. Pon los pies sobre el piso. Para muchos de ustedes es “ya sé todo esto”. Sí, ya sabemos que lo saben todo. Pero ¿cuán a menudo le prestas atención, lo compruebas? Para darte cuenta de ti mismo. Otra respiración. Los pies sobre el piso. Y toma conciencia de conectarte con la tierra, esa simple conexión a tierra, desde la punta de la columna, en el primer chakra, una línea de energía que va hacia el centro del planeta. Realmente fundamental comienzo de cómo llego a estar en tiempo presente. Conectado a tierra.

Con la próxima respiración, sitúate justo en el centro de tu cabeza justo detrás de los ojos, mirando a lo que está frente a ti desde detrás de tus ojos. Ahora bien: para muchas personas en el planeta esto es realmente nuevo: estar en el centro de la cabeza y mirar a través de los ojos. Y nota si estás más tranquilo, si el cuerpo se está quietando. En términos simples, te estás dando cuenta, te vuelves consciente de estar en tiempo presente, ahora mismo, sentado en una silla, sin hacer nada más que escuchar a un tipo hablando del otro lado de la computadora y volviéndote más quieto. Lo que está pasando es que cuando tengo todos mis puntos de atención en todo lo que pasó en gran parte de mi vida, pero especialmente lugares donde estoy inseguro, en desequilibrio, tengo algún miedo, no estás seguro sobre algo, “¿por qué me dijeron esto?”, sientes culpa, “no sé qué hacer la semana próxima, me preocupa el dinero”. Todo eso no está sucediendo mientras estás aquí sentado. Oh, está sucediendo, pero no estás sosteniendo el mismo nivel de atención en eso; empiezas a sacar tu percepción conciente de esos puntos de atención.

Esto tiene que ver con cómo usas el tiempo. ¿Cómo me vuelvo presente, conciente, en tiempo presente? Ves, el tiempo es una aplicación para usar, pero cuando el tiempo te controla a ti, el pasado y el futuro te controlan a ti. La capacidad para simplemente manejar el tiempo para crear lo que tú quieres, casi sin esfuerzo, cuando empiezas a jugar aquí es diferente. Otra respiración.

Hay otros aspectos del tiempo presente, pero en este sencillo lugar de estar simplemente justo aquí, en tiempo presente. Algo sucede cuando empiezas a organizarte, como a vestirse para el momento de tiempo presente. Lo que pasa es que cuando tengo puntos de atención allá y me preocupa esto aquí, y no estoy seguro si algo va a suceder la semana que viene que creo que es realmente importante para mí, ¡no estás aquí! Estás allá. Y lo interesante, cuando simplemente empiezas a traerte a la silla donde estás sentado, ojos abiertos, esto de por sí es una meditación, conectado a tierra, empiezas a armarte en un lugar para tener lo que deseas crear. Es como crear la copa para contener lo que quieres en un lugar para tener, cuando estés listo para tenerlo. Pero esa copa tiene muchos agujeros cuando está enfocada aquí y allá, y estoy distraído con algo. Otra respiración. Porque mucho está sucediendo, aun cuando esto es muy simple.

Hay otro aspecto de esto, en la creación de esa copa para darte a ti mismo y tener lo que quieres, que es que sucede casi sin esfuerzo cuando lo permites, y sucede en vibraciones como “feliz”, complacido contigo mismo, disfrutar de ti mismo, sentirte bien contigo. Encuentra una vibración, un pensamiento, un sentimiento, que te permita considerar sonreír. Feliz. Me gusta. Algo realmente simple. Ahora bien, todo lo que estamos haciendo es organizar nuestros puntos de atención, sin distracción, para ser capaz de sostener una percepción conciente enfocada y permitir al Universo que me suministre lo que estoy deseando, aquello en que sostengo mi percepción conciente. Es demasiado simple para todos los que lo oyen. Ustedes lo oyen. Pero salen a la calle y dicen, “Sabes, si te quietas, vas al centro de tu cabeza y observas lo que está sucediendo, tu vida cambiará.” Muy poca gente caminando por la calle puede oír ese mensaje tan simple.

Un sentimiento que te permita sonreír. Ahora, estoy hablando, pero hay algo que sucede en tu espacio; hay mucho más sucediendo aquí que las palabras que se dicen. Lleva tu atención a “quietud”. Nada que hacer, nada se ha roto, no hay que reparar nada. Simplemente estar quieto. Otra respiración. Y en esta quietud, simplemente ten conciencia de ti mismo. Simplemente “Estoy notando que estoy sentado en

una silla, en mi cabeza, detrás de mis ojos, estoy cómodo sentado en mi silla, y estoy justo aquí.” Otra respiración.

Ahora crea un punto de atención. En tu mente crea una imagen de una rosa. Seamos muy simples hoy. Recuerda una rosa, de un jardín, de un florista, o una rosa sobre una mesa, o en una tienda; una rosa. Ahora bien, juega conmigo aquí: hazla una rosa roja. Luego la haces una rosa blanca. Y luego, tú sabes cómo es el color azul, como el azul del cielo, haz que esta rosa sea una rosa azul. Nunca viste una rosa azul. Bueno, sí, aquí tienes una justo frente a ti. No necesariamente tiene que ser algo que nunca vi antes, porque como ser creador, yo puedo organizar todas las cosas tal como quiero que se presenten. Y luego, muy simple, haz explotar esa rosa como si fuera un fuego de artificios, la haces explotar. Y luego, vuelve a crear la rosa. Estamos creando una herramienta, eso es.

Entonces, ¿cómo uso el tiempo? Toma conciencia, aquí mismo, de estar en tiempo presente. Con respecto a esa porción de información que cambiará tu aplicación del tiempo. Tu capacidad de hacer que todo venga a ti, en lugar de que la preocupación, la ansiedad, sean los filtros a través de los que creas. Ahora haz explotar esa rosa, la miras y la haces explotar.

Ahora bien, algunos dicen “Yo no soy clarividente; no veo nada”. La realidad es que naciste clarividente, usas la clarividencia todo el tiempo. Puede que no esté definida como debiera definirse, pero básicamente puedes imaginar un cuadro, sabes cómo luce tu cuarto, la colcha de la cama en tu cuarto. Sabes qué aspecto tiene tu heladera, de qué color es tu coche. ¿Tienes un césped delante de tu casa? ¿Alguna vez viste un árbol? Ya ves: podrías llamar a eso imaginación. La imaginación es simplemente recordar o crear un evento, un árbol, lo que sea. La clarividencia es la capacidad de ver el cuadro. Nada más que eso. Puedo ver el árbol en mi jardín delantero; sé cómo luce. Ahora bien, todo lo que hacemos es ir a tiempo presente, por así decir.

Ahora, una vez más, crea esa rosa, hazla de otro color, nota si tiene hojas, tal vez el tallo es verde, y luego haz explotar la rosa. Una cosa con respecto al tiempo es que nos han dicho realmente “esto es el tiempo, y eso es todo” de modo que lo creímos, ya sabes, tenemos un reloj y se va moviendo en un día lineal, mañana, mediodía, tarde, vas a la cama, y todo de nuevo al día siguiente. Pero un aspecto de lo que nos han dicho es solo parcialmente correcto; el tiempo tiene muchas configuraciones, no es solo este sendero lineal en que vivimos nuestras vidas.

Unos momentos atrás traje tu atención a un evento en tu pasado; empezamos a definir el pasado. Hagámoslo otra vez. El pasado está hecho de dos componentes. Un componente es la historia. Una vez yo anduve en bicicleta: historia. El otro componente es un sentimiento o una emoción. Y cuando jugamos en el concepto de que el pasado está fijo, es incambiable, básicamente creemos que estamos atascados en nuestro pasado, ya haya sido bueno o malo, es todo lo que hay, es mi pasado. Pero al sostener ese constructo del tiempo, se crea una limitación. Una limitación que es justamente una limitación porque la porción de información era solo parcialmente correcta: el pasado está fijado en su lugar, está hecho, no hay nada que hacer y nunca lo podrás cambiar otra vez. No es verdad.

Ahora, otra respiración. En tiempo presente, sentado en mi silla, cómodo, en el centro de mi cabeza, conectado a tierra. Los que saben cómo definir el espacio a su alrededor, nótenlo. La porción de información que no se suministró es que el pasado no está fijo. El pasado no está rígido en su lugar, el pasado es simplemente una porción de información que, cuando lleva adherida una emoción y le asignamos una posición en la línea de tiempo y luego creemos que eso es todo y no hay nada que hacer al respecto, entonces eso se vuelve verdad.

Pero en el momento que empiezas a estar en tiempo presente y a permitirte considerar que todo lo que está en tu pasado son porciones de información que generalmente tiene una emoción o sentimiento adherido, y en tiempo presente esa experiencia puede no tener ningún valor para ti en absoluto.

Déjenme dar un ejemplo. En el colegio yo conté un chiste, pensé que era realmente gracioso, todos se rieron de mí, no conmigo. Me dio vergüenza, y soy reacio a tratar con la gente porque temo – allí está la emoción – hacer el ridículo. Ahora, ¿es posible que una persona pueda crear esa experiencia en ese

pequeño sistema de creencia, fijarlo en ese lugar, y dejar que ese evento conduzca el resto de su vida? ¿Alguna vez vieron una persona así? Ahora, otra respiración.

Creen otra vez una de esas rosas; tiempo presente, estamos en tiempo presente. Tal vez háganla amarilla. Ahora imaginen, simulen, inventen, permítanse imaginar una rosa amarilla, y luego háganla explotar. Ahora volvamos al pasado. Comencemos con algo simple. ¿Hay algún evento en tu pasado que se parezca a ese momento de ridículo, o en que hiciste algo y no te apreciaron?, hiciste algo con intención reamente buena, y resultó que no funcionaba como intentabas, y te sentiste culpable “Lo hice mal”. Y eso se volvió “no estoy bien”. Consérvalo simple, mira aquel evento que surge para ti. Y míralo sin la emoción, simplemente date cuenta de la emoción y elige ser neutral, esa es una vibración maravillosa: neutral. Plenamente participe pero no vas a ningún lado, el coche no se mueve, pisas el acelerador pero solo hace ruido y no va a ninguna parte. Sé neutral. Ninguna emoción. Solo estamos jugando, considerando una posibilidad. Entonces, al mirar a ese evento ¿será posible que el cómo lo percibiste no sea como lo percibió otra gente? O tal vez solo fuiste tú que sintió el ridículo, o la culpa. ¿Es posible? si simplemente puedes permitir esto sin una emoción; la respuesta es que es absolutamente posible. Yo lo percibí de esta manera, y otra gente lo percibió quizás de otra manera. ¿Alguna vez estuviste en una circunstancia donde alguien dijo” ¿no recuerdas cuando hiciste esto?” “No, no recuerdo eso” Muchos de estos eventos que nos retienen como rehenes, nadie los recuerda excepto tú. Y es muy posible que no haya sucedido de la manera que tú piensas que sucedió. Otra respiración. Continuemos desde aquí.

No adhiriendo esa emoción a este evento, ¿tiene algún valor ese evento para ti ahora mismo? A la edad que tienes, sentado en la silla donde estás. Llevar eso cargado en tu mochila por donde vas, ¿tiene algún valor para ti? ¿Es útil de alguna manera para ti? ¿Interfiere en tu camino? ¿Te impide tratar con la gente? Salir y crear de la manera que tú quieres crear.

¿Cuántas veces te han dicho “no sabes, acaso, que los elefantes no son anaranjados”? “Y tú no eres un artista muy bueno, lo que haces es garabatear fuera de las líneas, ¿qué anda mal en ti?” Y todo lo que querías era ser artista; niño pequeño, con risa y alegría, encantado de dibujar tus elefantes anaranjados. Recuerda otra vez esa imagen, ¿tiene algún valor para ti? ¿Qué tal si la sacas de tu mochila? Quitarla de tu mochila. Tu vida sería diferente si no tuvieras ese punto de atención que muy posiblemente nadie más recuerda en absoluto. ¿Te gustaría soltarlo?

Déjame hablar de esa rosa. Tan simple como suena, te pido que solo aceptes lo que se dice por un momento; esa rosa vibra con una vibración que permite que todo lo que sea inferior se disuelva. Se le haga corto circuito, sea quitado, eliminado. Simplemente, cualquier cosa con que la rosa entre en contacto que sea inferior a la belleza y el bienestar y la alegría que la rosa contiene, se disolverá. Si puedes aceptar eso como una posibilidad, - una posibilidad – crea esa rosa, y toma esa imagen, ese pensamiento, ese recuerdo, y dirige a la rosa para que lo recolecte; “quítalo de mi mochila”. ¿Sería diferente tu vida si eso no fuera una vibración que atrajera una emoción incómoda?

Estamos solo mirando a la historia. Si suelto el evento, lo limpio, no tendría una razón para traer a mi espacio de tiempo presente aquella culpa o lo que fuera esa emoción adherida a él. Otra respiración. Mucho está sucediendo aquí, en esto tan simple. Y luego, haz explotar la rosa. ¡Buen trabajo! Otra respiración.

Ahora bien, aquí mismo, considera que lo que acabas de hacer fue exitoso. Consideremos que fue exitoso: “ya no tengo eso en mi realidad. ¿Cómo me siento? ¿Cómo me siento?” ¿Más liviano? ¿Más feliz? ¿Más cómodo? Si ya no tengo ese punto de atención llevándome hacia el pasado. Otra respiración, y nuevamente encuentra ese sentimiento que permite que ocurra una sonrisa. Entonces lo que acaba de suceder; entramos en tiempo presente, aquí estoy, mirando a mi pasado, desde un punto de referencia diferente, un punto de percepción conciente diferente. Y estoy usando una configuración distinta de esa percepción conciente: el pasado no está fijado, no está rígido en un lugar, me dijeron que es imposible cambiar el pasado, pero aquí mismo, cuando estoy en tiempo presente, cuando reconozco

que las emociones solo ocurren en tiempo presente, puedo sentir culpa solo en tiempo presente, puedo ser feliz solo en tiempo presente. No puedo ser infeliz en el pasado, no puedo tener ansiedad en el futuro; solo puede experimentar una emoción, un sentimiento, ahora, en tiempo presente. La emoción me puede llevar a pensamientos y experiencias en el pasado, puedo perderme muy fácilmente en el pasado; perder todo un día, toda una vida en mi pasado. ¿Nunca has visto a alguien tan enganchado en su pasado que se saltea el desayuno, o el almuerzo, tal vez la cena?; se lo pierde totalmente. “¿Por qué dijeron aquello, hace 25 años?” Otra respiración.

Entonces, este punto de referencia distinto es: el pasado no está fijo; no está rígido en su lugar, puede ser reacomodado. No es una línea de tiempo. Oh, aquí hay otra parte de ese pasado; todo sucede simultáneamente. Ese es un concepto grande. Pero, aquí mismo, yo puedo cambiar el pasado, puedo alterar el futuro, desde el momento presente en mis términos. Vaya, eso es grande. Otra respiración.

Cuando se mira al pasado desde su aspecto cambiante, es simplemente que algo pasó en mi historia, pero ya no necesito llevarlo conmigo por todas partes, y lo voy a poner en una rosa, sin que esté adherido a la emoción que experimenté previamente, y voy a decidir que ya no necesito esto en mi mochila. Y hago explotar la rosa. Está bueno, ¿eh? ¿Qué tal si es así como funciona? Ahora bien; nota por un momento cuántos puntos de atención sostienes en tu pasado que realmente no tienen para ti ningún valor en absoluto. Es difícil responder a esa pregunta, porque la mayoría de ellos fueron puestos en la mochila, allí atrás, fuera de la vista, y con muchos de ellos tomaste una decisión que decía: “Te voy a esconder allí atrás, y si no sales a mordirme el traste, yo no me acercaré a donde esas cosas sucedieron.” Y haces eso. “No creo que yo les gusto a ellos, de modo que no volveré allí.” Y otro: “Voy a evitar aquello allá, porque podría hacer el ridículo.” Oh, hay otro: “No creo que yo pueda hacer esto bien, de modo que no voy a participar.” ¿Algo de eso te suena familiar?

Entonces, ¿qué es lo que controla el “feliz”, “entusiasta”, excitación, creatividad, me gusto? ¿Qué es lo que controla eso? Esa imagen, esa historia con una emoción adherida “puede que a ellos yo no les guste. Creo que es mejor quedarme en casa hoy, evitar ese grupo de personas”. “No soy realmente un buen artista, de modo que...oh, quería serlo, pero me dijeron que los elefantes anaranjados no funcionan, de modo que no volveré a intentar eso. No recuerdo quién me dijo eso, pero debe ser verdad. Nunca vi un elefante anaranjado, seguro.” Otra respiración. Crea una rosa y simplemente hazla explotar. Ahora, si puedes divertirte un poco aquí, lo que sucede es que corrientes de imágenes, recuerdos, pensamientos, consideraciones, pasan justo por tu percepción consciente en este momento – si lo que se está diciendo tiene algún sentido. El pasado no está fijado. Tengo opción para ya no adherir mi emoción de miedo a aquello que sucedió en mi pasado. Bueno, eso es bastante grande, ¡bastante grande! ¿Quieres decir que si miro al pasado y no le pongo una emoción, si lo miro desde el tiempo presente, neutral, lo miro y pregunto si me sirve, y si la respuesta es no, simplemente lo pongo en una rosa y lo hago explotar? Sí, sí. Eso es lo que estoy diciendo.

¿Cómo uso el tiempo? Es realmente interesante, porque si solo consideras esto, - no te apresures – si solo consideras la posibilidad: “Yo no necesito ser controlado por el concepto fijo del tiempo lineal, pasado, presente, futuro. Mi vida será diferente. Mis opciones serán diferentes. Mi capacidad para atraer hacia mí lo que yo quiero empieza a ser diferente porque todo ese “no estoy bien” que dijeron, ese miedo y ansiedad en el pasado, ya no actúan como un filtro interpuesto entre mí y cómo yo quisiera crear mi vida. ¿Qué tal si esto fuera correcto, qué tal si fuera posible?, ¿sería interesante? ¿Qué tal si pudiera echar una mirada a algo, una imagen en mi pasado, y pudiera simplemente elegir no conectarle la emoción? Y luego voy a traer esa imagen, digamos a la mesa de trabajo, simplemente la pongo en la mesa y la miro, sin emoción, y hago la pregunta: ¿esto me sirve? Y si la respuesta es no, inventemos esto: hay una biblioteca en el cielo, y hay un libro que puede leerse otra vez, esa imagen, esa experiencia, esa ansiedad, no necesito esto, lo voy a poner en la rosa y devolverlo a la gran biblioteca universal. Tomen otra respiración. ¿Tienes algo más de eso en tu pasado, algún otro pensamiento, que te gustaría sacar de tu mochila? Sí, eso. Entonces pregúntate, sin una emoción, ¿esto tiene valor para mí? ¿Me sirve? ¿Tiene algún propósito? Si la respuesta es no, no le veo ningún valor a esto, lo pones en una

rosa; creas la rosa y la haces recolectar esa imagen o cuadro, recuerdo, o pensamiento, y haces explotar la rosa.

Esto tiene otra cuestión, cuando realmente te entusiasmas con esto y juegas con esto. Una de las cosas valiosas es reconocer: yo me he entregado, he evitado muchas de mis oportunidades porque junté estos cuadros y los puse en mi mochila. Experiencias que actúan como filtros e interfieren en mi camino. Pero ya no están en mi camino. Lo que hice fue entregar mi vida; he evitado participar en la vida debido a estas experiencias.

Es realmente simple; crea una imagen de un sol dorado justo encima de tu cabeza, - sobre la 3ª triada para los que juegan en Mastering Alchemy – y pon tu intención en que ese sol dorado, hazlo como una luz líquida dorada, si te parece, y haz que llueva sobre ti, que brille sobre ti, que entre en la parte de arriba de tu cabeza. Esto se llama darte para ti mismo. Otra respiración, y siéntate allí y sonríe por un momento; trae esa luz dorada, tú, a entrar por arriba de tu cabeza, bajando por el cuello, y los hombros y llenarte de ella, esta luz líquida dorada. Puede ser tibia, puede ser cosquilleante, puede ser fresca, puede ser nada, pero si la permites, empieza a sanarte, a completarte en tus términos, como fue tu intención para jugar en este juego. Empieza a crear la oportunidad para notar por ti mismo cómo te gustaría navegar tu vida. No según las reglas de otros, los creadores tridimensionales, el juego, sino empezar a crear en tus términos. Respetuosamente, bondadosamente, con misericordia, en tus términos. Empezar a conocerme a mí mismo. Soltando aquello que yo no soy. Otra respiración o dos, y encuentra esa sonrisa y ten la sensación de lo que esto realmente es: estoy dándome para mí. Empiezo a reconstruirme a mí mismo, conocerme. Permitir que muchos de los patrones que he creado como verdades y ya no me sirven, se vayan, los suelto. Sonrisa. Respiración. Complacido conmigo mismo.

Y luego respira abriendo los ojos, tiempo presente, ahora mismo. Y al abrir los ojos toma conciencia de estar sentado en una silla, mirando lo que está frente a ti, conciente de lo que está detrás de ti, y a la izquierda y a la derecha. En tiempo presente. Grandioso.

Déjeme que los traiga aquí cómodamente, y diga un par de cosas de lo que ha sucedido. Hay un Cambio en la consciencia del que hemos hablado mucho, todos lo saben, y uno de los aspectos de este cambio es que empieza a acelerarse, muy positivamente, y no puedes llevar tu equipaje contigo en este viaje, de muchas maneras, pero este aspecto de esta parte especial del Cambio te permite moverte hacia adelante, digamos con todo tu equipaje, y en el proceso de ir adelante te permite darte cuenta de qué es posible antes de llegar, y qué es posible. Luego un paso atrás al tiempo presente, como ahora mismo, y la capacidad de soltar el equipaje ocurre con mucho menos esfuerzo. Porque una cosa del juego que está cambiando son las reglas de la 3ª dimensión, como el tiempo lineal, que domina la configuración mental de la 3ª D, ya no es el único juego que tienes para jugar. Empezarás a reconocer que tienes oportunidades donde nunca las notaste antes. Y si puedes jugar con las herramientas fundamentales, conectado a tierra, centro de la cabeza, feliz, de mi lado de la rosa al borde del aura, reconociendo que estás en este mundo pero no eres de este mundo, encontrarás que hay aspectos que te impidieron participar en ti mismo, ya no son necesariamente las opciones únicas para conocerte a ti mismo.

Muchas cosas están cambiando, pero el componente clave, el tiempo presente, capaz de observar y luego elegir cómo participar en lo que observo, en mis términos. Afuera hay un montón de miedo, disrupción, y si eliges poner el dedo en ese juego, ese juego 3D, que todos los que no saben cómo navegar en esto que se acaba de decir, la capacidad de amplificar ese “no estoy bien, no sé lo que hago,” con miedo, simplemente se va a amplificar potencialmente en nuestros espacios, porque le estamos dando más atención a la consciencia masiva que no está conectada a tierra, no en tiempo presente, no en el centro de la cabeza, y viviendo mayormente con miedo. La cuestión es ¿cómo eliges?