

CAPITULO 1

ERES LO QUE PIENSAS

Eres lo que piensas y terminarás convirtiéndote en lo que pensaste (Buda).

A.- Primera apreciación: Lo que nos quiere decir Buda, es que todo lo que ha sido creado, antes ha sido pensado, antes ha sido materializado en tu mente.

Ya sea el cuadro de un pintor, o una coreografía, o una pieza musical, o un edificio, o un plato de cocina o de repostería, o tal vez un libro, o una canción... Siempre, antes, todas las obras han sido imaginadas, han sido creadas, han sido pensadas. Y tras ese pensamiento ha surgido la “CHISPA DE GENIO” que tú albergas dentro y esa inspiración hace que puedas crear, que puedas materializar algo.

Cualquier cosa que pienses, más tarde puede materializarse, ya sean objetos, obras de arte, acciones, y/o hasta malas acciones. Por eso hay que ser consecuente con los pensamientos; Esto es lo primero y lo más importante.

1.- Es decir tienes tu química de atracción-repulsión, con sus dos polos. Son tus “EMOCIONES”, que son magnéticas.

2.- Y tienes tu energía eléctrica que forma parte de ti, que son tus “PENSAMIENTOS”, que llevan una gran velocidad, como la velocidad de la luz.

DEBES DE SER CONSCIENTE DE QUE NECESITAS SER CONSECUENTE CON LOS PENSAMIENTOS, PORQUE SE MATERIALIZAN EN ACCIONES, SE MATERIALIZAN EN HECHOS

Si piensas en positivo, atraerás lo positivo, como un imán. Si piensas en negativo, atraerás lo negativo, también como un imán.

Ahora te explicaré con más detalle de forma sencilla que son estas corrientes o campos electromagnéticos que existen en la tierra y en tu cuerpo.

El campo magnético de la Tierra se atribuye a un efecto dinamo de circulación de corriente eléctrica.

Las Ecuaciones de **Maxwell** demostraron que la electricidad, el magnetismo y hasta la luz son manifestaciones del mismo fenómeno. Nació, el concepto de onda electromagnética.

Existen ondas electromagnéticas que se caracterizan por propagarse a la velocidad de la luz.

Tu eres también un ser electromagnético y atraes a tu vida según la calidad de tu energía (Eléctrica) y según la calidad de tu imán (Magnética= Química)

Tus células están formadas por átomos (Un átomo es la unidad más pequeña de un elemento químico que mantiene su identidad o sus propiedades y que no es posible dividir mediante procesos químicos)

A su vez cada átomo está formado por su núcleo y por las partículas subatómicas que están en él, que a la vez contienen a los protones con cargas positivas y a los neutrones que son neutras; y rodeando a todo ello está una nube que son los electrones, con carga negativa que forman una nube esférica alrededor del núcleo.

Eres por dentro igual que un pequeño universo, es decir eres un “**MICROCÓSMOS**”

Por ejemplo la interacción del campo magnético terrestre con las partículas del viento solar crea las condiciones para los fenómenos de auroras boreales cerca de los polos.

B.- La segunda apreciación, es otra manera para dar sentido a esta frase primera de BUDA. Y es con otra frase también de él, en la que nos dice:

-Si quieres una explicación a tu presente, mira a tu pasado. Si quieres saber tu futuro, mira a tu presente. (Buda).

¿Por qué? Porque tú mismo lo estás creando en cada momento en cada segundo, en cada pensamiento, en cada acción, en cada palabra, en cada gesto, en cada sentimiento....

Para concluir la explicación de todo este tema terminaré con unas frases de Gandhi:

Cuida tus pensamientos, porque se convertirán en tus palabras

Cuida tus palabras, porque se convertirán en tus actos

Cuida tus actos, porque se convertirán en tus hábitos

Cuida tus hábitos, porque se convertirán en tu destino

Y tu destino será tu vida (Mahatma Gandhi).

- La primera frase nos indica que tus palabras antes de expresarlas las has pensado y después las has pronunciado. Pero antes han sido pensadas.

- Una vez que has dicho tus palabras, éstas se van transformando en acciones: en tus actos

- Los actos o acciones se van convirtiendo en tus hábitos, cuantas más veces vayas actuando y repitiendo esa misma forma de actuación

- Tus hábitos terminarán siendo tu destino, porque lo has hecho una costumbre en tu vida.

Y tu costumbre en tu vida al final se convierte en “TU DESTINO”, porque tú mismo lo estás labrando en cada pensamiento y en cada acción.

Por eso debes cuidar tus pensamientos, porque lo que piensas, lo creas, lo materializas, y eso puedes ser positivo o negativo y a la vez se transforma en un boomerang que has lanzado y que después vuelve a ti y forma parte de tu destino, y por lo tanto de tu vida.

Todo lo que piensas y puedes crear surge de tu “CONSCIENTE” (Facultad de reconocer la realidad, y de conocer tus actos y consecuencias a través de la “CONSCIENCIA”: Acto de reconocerse y de percibirte a ti mismo, es decir de “CONOCERTE”

Tú, como humano tienes la capacidad de escoger, a través del libre albedrío y de los dos polos que existen. Pero debes elegir bien para obtener lo que realmente es beneficioso para ti.

Eres partícipe y creador de tu destino porque eliges a través de tus pensamientos y de tus acciones.

Por eso de ti depende lo que te sucede en la vida, según crees y según atraigas.

¿Recuerdas cuando eras pequeño y alguien te decía que te habías abstraído?, te decían: “No estás en lo que estás”. habías perdido la conciencia y entonces era cuando entrabas en la consciencia, que es un estado meditativo.

Pero también puede ser que hayas perdido totalmente el contacto con la realidad porque has perdido tu centro y estás “descentrado”

Conciencia: Conocimiento de lo que te rodea, en base a los órganos de los sentidos. En sentido moral, como ‘capacidad de distinguir entre el bien y el mal’

Consciencia: Conocimiento de sí mismo. La consciencia define al “Ser.” Se es consciente de sí mismo y de lo que te rodea en base a lo que uno “Es”.

Otra definición es la que asocia la consciencia a un estado de unión con la vida universal. Es una expansión continua, igual que el universo.

Hay dos apreciaciones:

1.- Si lo haces con consciencia: Estás en relajación, en meditación.

2.- Si lo haces sin consciencia has perdido el centro estás desnortado, como si no estuvieras en el centro de tu vida.

Si estás conectado estás en el “Centro”, como en el “Ojo del huracán”, donde no se mueve nada. Donde eres el “CENTRO” del universo. El Centro de tu vida.

Si estás descentrado, no estás en equilibrio y los beneficios no son los mismos, porque en el fondo no estás “ATENTO Y DESPIERTO”; no estás en el momento presente, no estás en “STAND BY”: Consciente y alerta



Los milagros comienzan a suceder

Cuando le das más energía

A tus sueños que a tus miedos (“Bioterapia El Despertar”)

Porque con tus elecciones y tú libre albedrío eliges lo que quieres en tu vida:

Puedes tomar dos caminos distintos:

1.- “MIEDO”

2.- “AMOR”: Sueños - Crear

Son los dos polos del mismo efecto.

Si tienes miedo, tú mismo te coaccionas y alteras la atracción de lo positivo

Pero si eliges la alegría, y soñar y crear, y además lo realizar con AMOR: Entonces tienes todos los beneficios en tu mano y atraes lo positivo, y entonces empiezan a suceder los “MILAGROS”.

Y una vez que te das cuenta de ellos, ya no hay vuelta atrás: Ya has comenzado “TU NUEVA VIDA”: Has “DESPERTADO A TU VERDADERA REALIDAD”

Esto implica lo que llamaríamos estar “DESPIERTO”, “EL DESPERTAR INTERIOR, que ya has empezado tu “CRECIMIENTO INTERIOR”

La forma de entenderlo es poner en un lado de la balanza el Amor, la comprensión, la Confianza y en el otro lado, el Miedo.

Son las dos caras o los dos extremos en la balanza y en la Ley de Polaridad que existe en el universo: Como el día y la noche, el calor y el frío, lo bueno y lo malo, el verano y el invierno, el ying y el yang, la luz y la oscuridad....

Los dos polos existen pero debemos inclinar la balanza hacia la confianza, el Amor y los Sueños y entonces desaparecerá el Miedo.