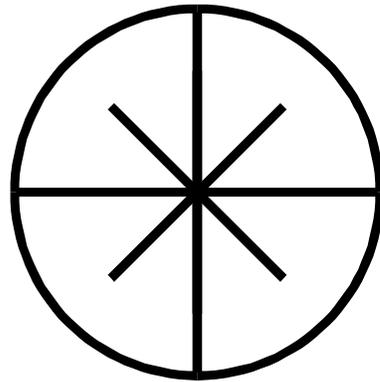


GIMNASIA DE INTEGRACIÓN MATERIAL Y ESPIRITUAL



MAESTRO AMAJUR

Inicio:

Diciembre 30 del 2002.

Fin:

Abril 7 del 2003.

INTRODUCCIÓN

Esta primera fase dedicada al desarrollo interno de ustedes estará a cargo de nuestro hermano Amajur.

Respecto al desarrollo personal, analizaremos los diferentes cuerpos de manifestación del ser humano, estableceremos la disciplina requerida para el trabajo armónico e integrado de todos los cuerpos, a esto lo llamaremos Gimnasia de Integración Material-Espiritual, y una vez que esté plenamente desarrollada podrá ser publicada en manuales para todos los miembros de la comunidad espiritual de la tierra.

Esta gimnasia de integración constituye un camino sintético que permite a las conciencias en los diferentes cuerpos integrarse merced a un vínculo que se fortalece en cada uno de los ejercicios, algunos de ellos les parecerán incómodos, otros extremadamente simples, mas cuando se les estudie en conjunto con sus explicaciones teóricas será fácil comprender los beneficios y su potencial para el desarrollo humano que cada uno de ellos posee.

Estos ejercicios se dividirán en tres grandes partes, la primera cuando el hombre centrado en su cuerpo físico busca alinearse con el cuerpo emocional y el cuerpo mental

La segunda cuando el hombre centrado en su cuerpo emocional busca alinearse con su cuerpo físico por un lado y con su cuerpo mental por el otro

Y finalmente la tercera parte constituirán ejercicios en donde el hombre centrado en su cuerpo mental buscara integrarse a su cuerpo emocional y a su cuerpo físico

Vamos a pedirles que estas gimnasias sean practicadas por todos ustedes, los beneficios serán percibidos rápidamente y constituirán la prueba de que este aporte a la humanidad es en verdad valioso y con grandes beneficios para los que sinceramente se encuentran hoyando el sendero.

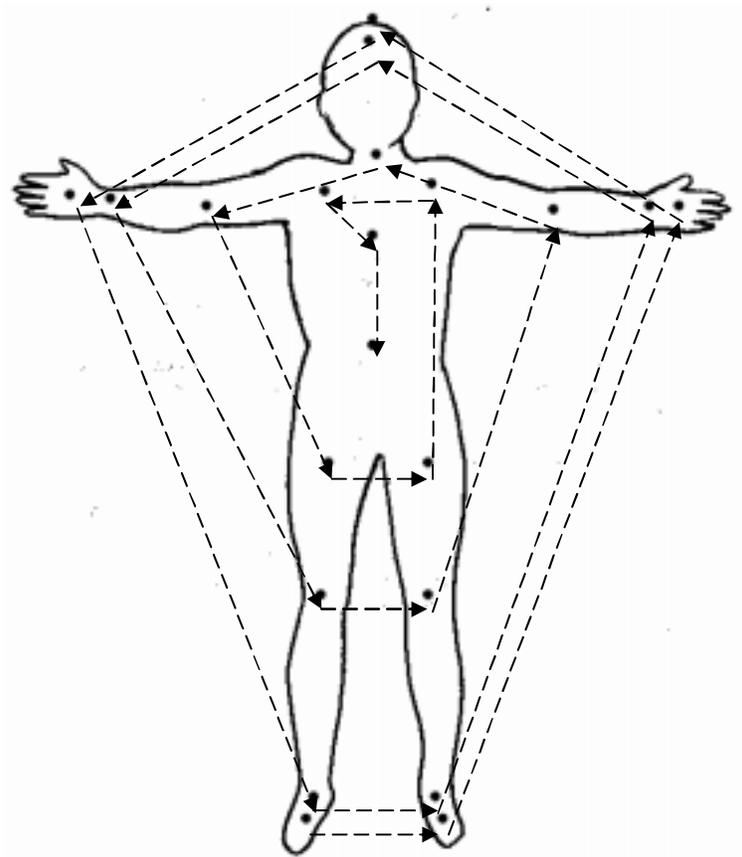
Ejercicio 1: Desarrollo De La Conciencia Del Cuerpo Físico

Hermanos, Amajur se presenta, no como un maestro o como un instructor o director de esta escuela, ahora vengo como un coach de gimnasia.

Vamos a iniciar una serie de ejercicios, les voy a pedir que los sigan. En momentos será esto posible, en otros solamente lo visualizarán, pero quiero que hagan el siguiente ejercicio. Primero de una serie de siete con los cuales buscamos desarrollar la conciencia del cuerpo físico.

Objetivo: tomar conciencia de cada uno de los puntos importantes del cuerpo físico.

Trasladen su conciencia a su pie derecho, sientan lo que siente su pie derecho. Trasladen ahora su conciencia a su pie izquierdo, sientan lo que siente su pie izquierdo. Ahora elévenla hasta su palma izquierda, sientan lo que su palma de la mano izquierda está sintiendo. Vayan ahora hacia la coronilla en la parte superior de su cabeza. Sigán después con la palma de la mano derecha, pongan su mente en la palma de la mano derecha. Bajen ahora a su pierna derecha pero coloquen su atención en el tobillo, el tobillo derecho, ahora el tobillo izquierdo, ahora su muñeca izquierda, ahora su entrecejo, ahora su muñeca derecha, ahora su rodilla derecha, ahora su rodilla izquierda, ahora su codo izquierdo, ahora su centro laríngeo, ahora su codo derecho. Ahora pongan su atención en el punto donde la pierna derecha se une a la cadera, ahora pásenla a su pierna izquierda a la altura de la cadera, ahora pongan su atención en su hombro izquierdo, ahora en el hombro derecho, ahora en su pecho y finalmente en el plexo solar. Este ejercicio deberán hacerlo una vez y después deshacerlo haciendo el recorrido en sentido inverso formando un ciclo concéntrico que empujará las energías que circulan en el cuerpo en un sentido y en el otro. Lo harán no más de tres veces por día, un solo ciclo, cuidando de que la atención efectivamente sea colocada en los puntos.



En la siguiente sesión daremos otro ejercicio, para continuar con esta serie. Que la luz del Padre se mantenga con todos ustedes. Que así sea.

Ejercicio 2: Atracción De Las Energías Astrales Al Cuerpo Físico.

Hermanos les habla Amajur, vamos a operar de una manera diferente, voy a inducirlos a un estado distinto para trabajar en otro nivel, quiero que pongan atención en mis palabras y sientan que la cadencia en la que ellas se van manejando tiene un efecto profundo en sus oídos, en su mente, en su cuerpo.

Quiero que relajen todos sus músculos incluyendo los ojos, quiero que relajen su lengua y sus dedos de los pies, quiero que cada uña de sus dedos sea sentida y percibida. Con el máximo de su atención quiero que cada uno de sus cabellos sea percibido por su conciencia y entonces, y solo entonces, cuando su mente se expanda para captar la punta de sus cabellos, la punta de sus uñas, la punta de todas las células de su piel, en ese momento entren en un estado de profunda, profunda, profunda concentración.

Somos luces y chispas de energía viva que flotan en el espacio, más allá de cualquier posible influencia del plano tridimensional e incluso más allá de cualquier influencia del plano psicológico. No somos sino chispas de luz, ajenas a los nombres, ajenas a las etiquetas, flotamos y flotamos con la misma cadencia con que el tic tac lejano del reloj nos lo marca; tal vez en la lejanía se escuche un pequeño y tenue sonido, como de una cinta que avanza o unos carros que circulan, porque nuestra conciencia se ha expandido y somos capaces, en este momento, de percibir las olas de un mar sereno en alguna playa perdida del universo, y al mismo tiempo, el caminar pausado de una oruga que avanza lentamente en una rama en alguna parte del mundo, y en esta expansión de conciencia yo les digo pongan su atención.....

Pero sólo su atención, no su conciencia, simplemente atiendan a esa palma que tienen en su mano derecha allá en algún cuerpo físico que han dejado en alguna parte de este universo, después pongan su atención en la planta de su pie derecho, después en la planta de su pie izquierdo y sigan con la palma de la mano izquierda, y luego pónganla en la coronilla mientras que continúan sintiendo esa expansión, ese flotar en el espacio. Ahora céntrenla en la muñeca de su mano derecha y después en el tobillo derecho, el tobillo izquierdo y la muñeca izquierda, el entrecejo y empiezan a sentir la fuerza de tener una conciencia espiritual y una atención en el cuerpo físico.

Ahora pasen su atención a su codo derecho y después a la rodilla derecha, siéntanlo y sientan ahora su rodilla izquierda, el codo izquierdo y el centro laríngeo y ahí se detienen. Mientras sienten su cuerpo que se bambolea, su conciencia se encuentra en algún punto perdido del universo englobando tal vez a la tierra, a los planetas y a la galaxia.

Ahora pongan la atención en el hombro derecho, en su cadera derecha, en la cadera izquierda y después en su hombro izquierdo. Pasen su atención al pecho, sientan el pecho, y ahora céntrense en su plexo solar y sientan como su conciencia se expande a través del plexo solar hacia todo el universo, así, de esa manera, están en el centro del universo.

Y ya que hemos llegado a nuestro centro empecemos a crear y pasemos nuestra atención al pecho, al hombro izquierdo, a la cadera izquierda a la cadera derecha al hombro derecho, al centro laríngeo, al codo izquierdo, rodilla izquierda, rodilla derecha, codo derecho, el entrecejo, muñeca izquierda, tobillo izquierdo, tobillo derecho, muñeca derecha, coronilla, palma izquierda, planta izquierda, planta derecha y por último palma derecha.

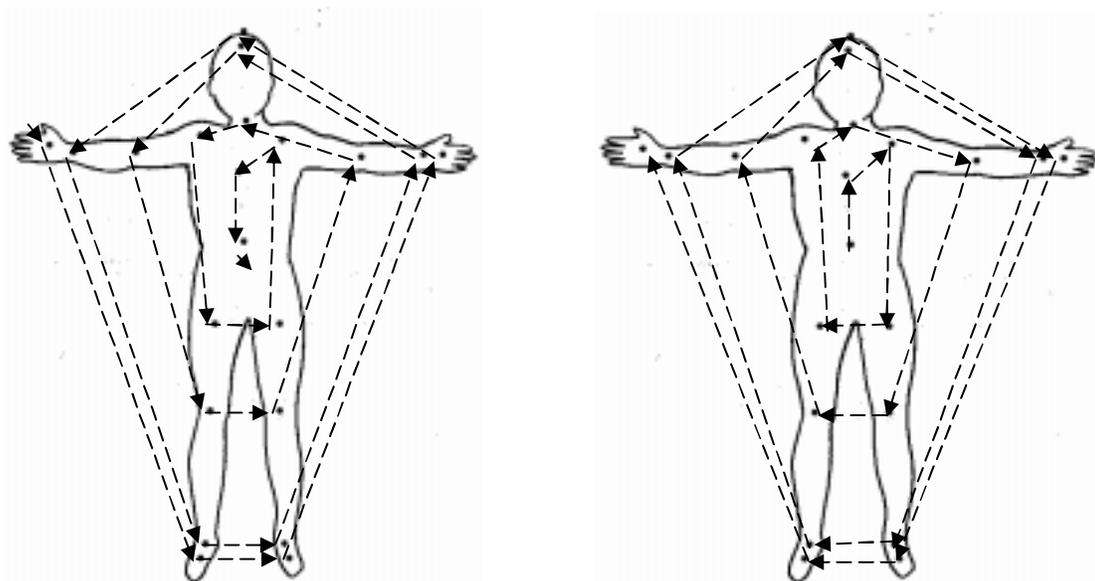
Estamos emanando nuestra naturaleza, esa es la energía que emana de todos nosotros.

Ahora ya la han sentido, y en este ejercicio, el número dos, han aprendido a separar la conciencia de la atención, de esta manera atraen las energías astrales a su cuerpo físico.

Continuaremos después con otro ejercicio de esta gimnasia, disfruten por unos momentos de esta expansión y creación de su conciencia y después a su tiempo, cuando sientan que es conveniente, retomen la conciencia dentro de su cuerpo físico.

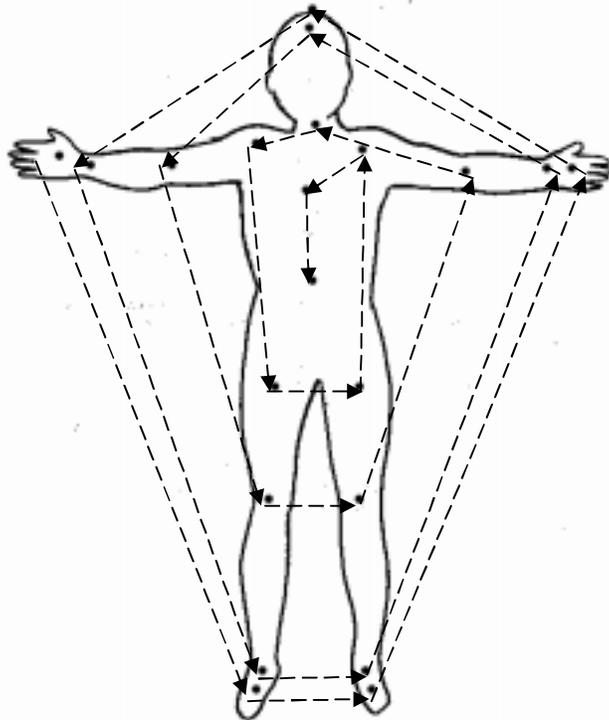
Muevan lentamente sus extremidades para que vayan tomando el control de todos sus vehículos.

Mis bendiciones son derramadas sobre ustedes. Que así sea.



Ejercicio 3: Contacto Con La Fuerza Del Universo

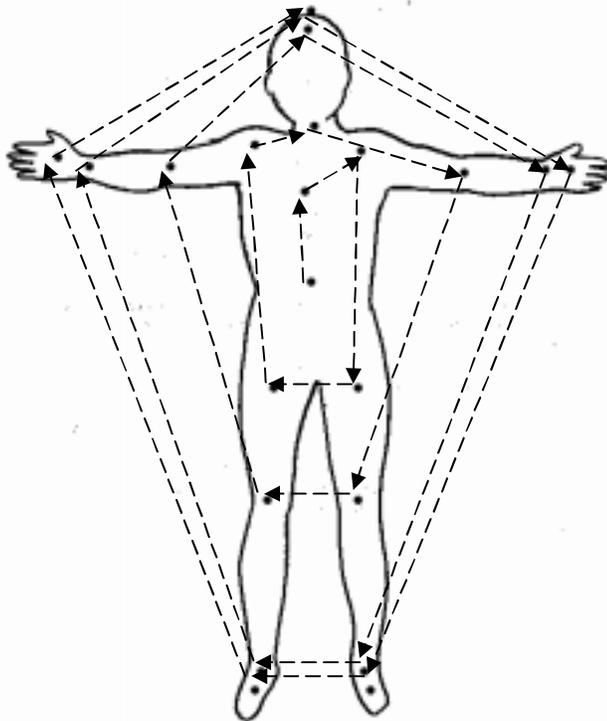
Este es el momento hermanos, de explorar nuevas dimensiones, necesito que vean hacia el centro de ustedes mismos, atrás de todas esas luces, rayos, estrellas, atrás de toda esa sensación de vacío... atrás de los recuerdos..... sitúense atrás..... vamos a expandir la conciencia... vamos a crecer en un globo... amplio.... grande.....muy grande. Todos juntos viajamos en un globo que al subir, se expande..... y se expande.... y se expande cada vez más..... somos viajeros incansables en el universo..... sientan..... experimenten la sensación de flotar dentro de un inmenso globo..... donde caben perfectamente un mundo de letras..... un mundo de números..... y ahora.... tal como les expliqué en la sesión anterior, manden su mente a su mano derecha... planta derecha... únicamente, únicamente su atención... planta izquierda... mano izquierda... coronilla... muñeca derecha... tobillo derecho... tobillo izquierdo... muñeca izquierda... entrecejo... codo derecho... rodilla derecha... rodilla izquierda... codo izquierdo... laringe... hombro derecho... cadera derecha... cadera izquierda... hombro izquierdo... pecho.... y plexo solar..... céntrense en su plexo solar y sientan su centro unido al centro del gran globo en el que viajan.



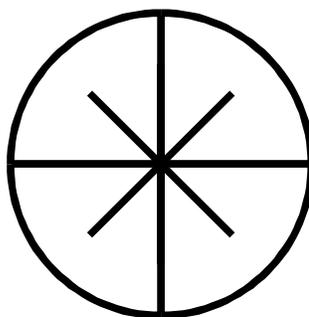
Sientan su centro... pongan su atención en el plexo solar y dejen que la mente vague y divague..... mueva y remueva..... fluya y refluya que la mente se expanda como el aroma en todas direcciones.

Mantengan la paz interior y desde ese centro localizado en su plexo solar, iniciemos la expansión rápida. Del plexo pasamos al pecho, al hombro izquierdo, cadera izquierda, cadera derecha, hombro, laringe, codo izquierdo, rodilla izquierda, rodilla derecha, codo

derecho, entrecejo, muñeca izquierda, tobillo izquierdo, tobillo derecho, muñeca derecha, coronilla, palma izquierda, planta izquierda, planta derecha, palma derecha, coronilla y ahí hacia fuera del cuerpo, sientan que gira la energía de todos..... más y más hacia fuera, ... expándanse... esta es la fuerza del universo conectada a la fuerza del hombre.



Y ahora, desde ese centro que se encuentra en todas partes, visualicen el símbolo de OroMu y conviértanse en los ejes del símbolo de OroMu, vean sus brazos y su tronco formar la cruz principal, vean sus hombros y sus caderas formar la cruz secundaria..... son la reencarnación de la esencia de OroMu..... el disco solar de Oro de Mu vuelto a la vida.



Disfruten del plano mental en perfecta manifestación en su conciencia física... símbolos y más símbolos.

Ahora, poco a poco cierren sus manos, junten sus pies, respiren profundamente, profundamente retomen el control de su cuerpo, repitan su nombre físico para que adquieran la conciencia de quienes son y cuando sientan normales sus sensaciones, abran sus ojos y retornen.

Ejercicio 4 Construcción De Espirales Verticales Y Horizontales

Queridos hermanos, llega ahora el momento de girar, hemos aprendido como es que el ser humano puede establecer la espiral para concentrar su atención y desligarla de su conciencia y como pasar de la concentración a la difusión estableciendo una espiral vertical.

Es el momento ahora de pasar al siguiente ejercicio, vamos a construir espirales horizontales.

El ser humano cuenta con tres planos que constituyen el techo, el punto medio, y el sótano de su hogar físico.

A la altura del plexo frontal el ser humano puede gravitar moviéndose circularmente en la periferia de su huevo áurico.

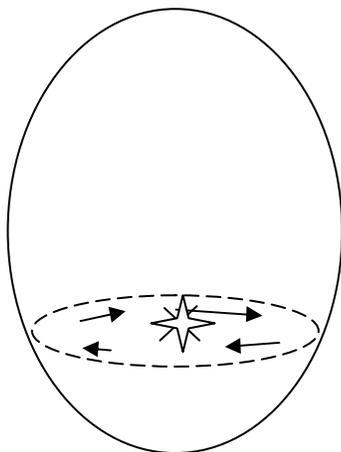
A la altura del plexo solar el ser humano sitúa generalmente su asiento de conciencia en algún punto cerca de la superficie de su huevo áurico.

El plexo sacro da entrada a la energía de la tierra hacia el hombre. El plexo frontal permite la salida de las energías humanas hacia los planos espirituales. El plexo solar permite la interacción de las energías del hombre con las energías de sus hermanos terrestres. Así pues el chakra sacro le permite al hombre interactuar con los reinos inferiores, el frontal conectarse con los superiores y el solar le permite entenderse con sus hermanos terrestres. Establecer espirales de fuerza a la altura de estos chakras permitirá al hombre integrar en una sola conciencia los reinos subhumanos, los reinos suprahumanos y el reino humano.

Para proceder con este ejercicio vamos paso a paso a construir estas espirales.

Empezaremos con la espiral del chakra sacro.

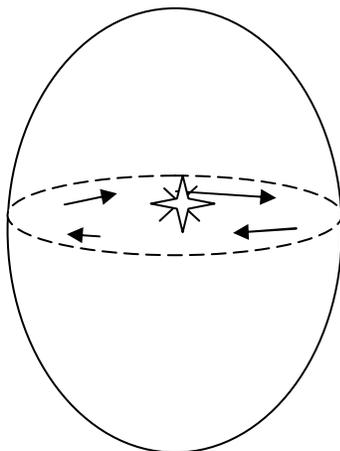
Visualicen primero su huevo áurico, sientan la burbuja de luz en que moran permanentemente mientras dura su manifestación en la tierra, sientan ese huevo de luz, esa esfera ovalada en la que habitan, traten de percibir la solidez de su naturaleza, perciban las bandas que horizontalmente dividen a este huevo áurico, observen las diferencias en las tonalidades de estas bandas y ahora traten de localizar un punto luminoso cerca de la superficie de este huevo áurico y a la altura del chakra sacro. Este punto luminoso es el asiento de la conciencia.



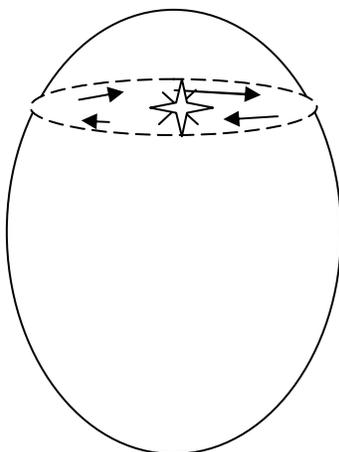
Ahora mediante un ejercicio de su voluntad mental, traten de mover ligeramente ese punto luminoso en el sentido de las manecillas del reloj. Traten de moverlo con la mente, de tal forma que circule a la misma distancia a todo lo ancho manteniendo la misma altura en el huevo áurico, no permitan que cambie de banda, simplemente den la vuelta a todo el huevo áurico, sientan cuando pasa por detrás y regresa nuevamente a su posición original.

Ahora den nuevamente una vuelta con el punto luminoso sin cambiar de banda, ahora es más fácil, continúen con otra vuelta siempre en el sentido de las manecillas del reloj, observen que cuando el punto luminoso se encuentra a sus espaldas, pareciera que su capacidad de ver los objetos que se encuentran detrás de ustedes, se torna sencilla y natural, ese punto de luz es el punto de percepción.

Ahora, con el esfuerzo de nuestra voluntad, subamos el asiento de conciencia hasta localizarlo a la altura del plexo solar, cerca de la superficie del huevo áurico, denle una vuelta a este asiento de conciencia alrededor del huevo áurico y a la altura del plexo solar, sientan como ahora esta nueva posición les parece mas cómoda y como les abre los ojos a una percepción infinitamente más rica, hagan el esfuerzo de seguir moviendo la chispa de luz en la periferia de su vehículo áurico.

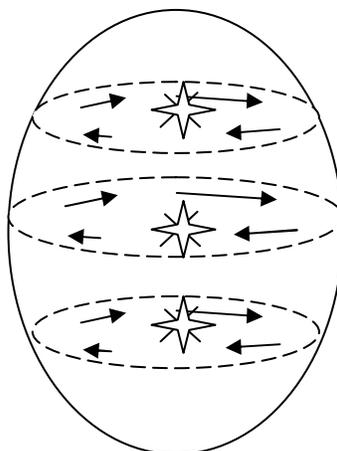


Finalmente con un ejercicio supremo de su voluntad mental eleven el asiento de conciencia hasta el nivel de su entrecejo sientan que esa chispa de luz se encuentra girando alrededor de su huevo áurico a la altura del entrecejo.



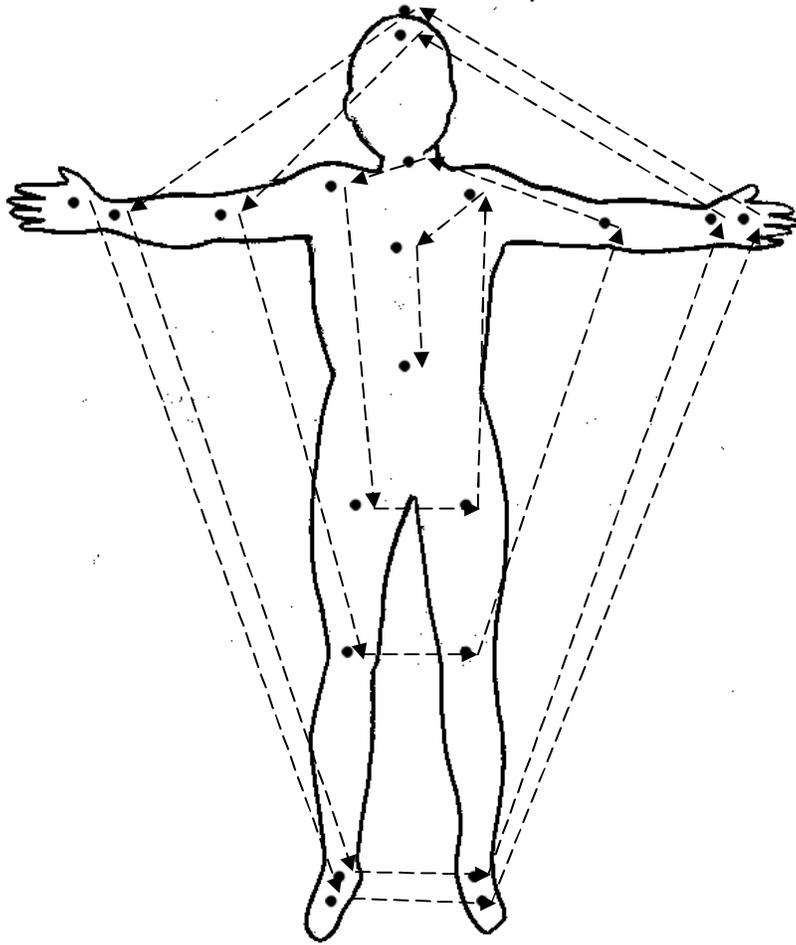
Déjense llevar por la experiencia, póngala a girar, en el momento en que el asiento de conciencia se detenga, un mundo lleno de percepciones se abrirá ante sus ojos dado que se encuentran en otra banda de percepción.

Ahora observen las 3 espirales al mismo tiempo con tres puntos luminosos girando y girando y girando en el sentido de las manecillas del reloj, uno a la altura del plexo frontal otro a altura del plexo solar y el último a la altura del plexo sacro, sientan los 3 discos girando en torno de ustedes y ahora simplemente sigan con su mente enfocada en los 3 discos horizontales con sus respectivas partículas luminosas.



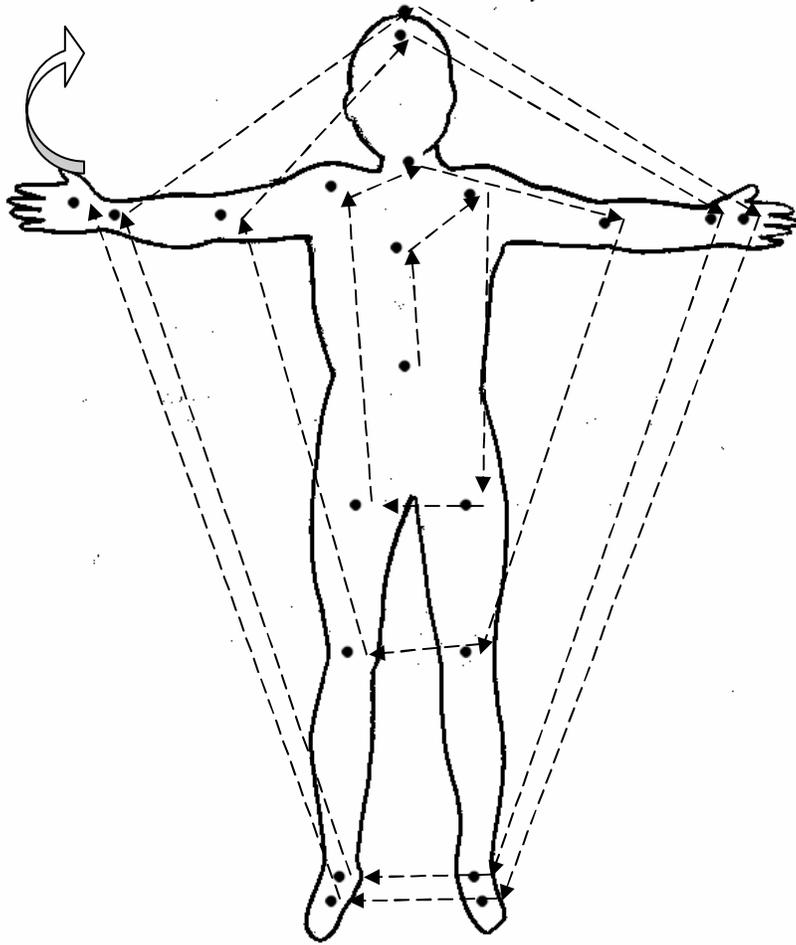
Sigan el siguiente proceso.

Pongan su atención en la palma de la mano derecha, después en la planta del pie derecho, ahora en la planta del pie izquierdo, ahora en la palma de la mano izquierda, ahora en la coronilla, no olviden los 3 discos, pongan su atención en la muñeca derecha, tobillo derecho, tobillo izquierdo, muñeca izquierda, entrecejo, codo derecho, rodilla derecha, rodilla izquierda, codo izquierdo, laringe, hombro derecho, cadera derecha, cadera izquierda, hombro izquierdo, pecho, plexo solar. Los 3 discos siguen girando y girando.



Ahora la expansión rápida.

Plexo solar, pecho, hombro izquierdo, cadera izquierda, cadera derecha, hombro derecho, laringe, codo izquierdo, rodilla izquierda, rodilla derecha, codo derecho, entrecejo, muñeca izquierda, tobillo izquierdo, tobillo derecho, muñeca derecha, coronilla, mano izquierda, planta izquierda, planta derecha, mano derecha y hacia el universo.



Sumérjense en la sensación de movilidad, de expansión horizontal y vertical y dejen que la luz del núcleo astral crezca y crezca y crezca y se expanda llenando todos los espacios de su huevo áurico. Ese núcleo astral localizado en el centro de su huevo áurico ha empezado a crecer y a crecer y a crecer hasta abarcar todo el espacio de su cuerpo astral y sigue creciendo más y más y más hasta percibirse como entidades enteras completas de luz, sientan la luz emergiendo de ustedes, respiren profundamente, profundamente y al exhalar que sea la luz la que exhale de sus cuerpos y al inhalar que sea la fuerza la que penetre en sus cuerpos.

Ésta es la dinámica de las energías del cosmos, así crecen los mundos y las estrellas, así se expande la creación siempre, dejemos que el Ser se pierda en la inmensidad de su propia manifestación.

Serénense, que las fuerzas se aquieten, que la paz, el amor y el poder retornen a ustedes. Que la suprema serenidad del ser humano en equilibrio inunde cada rincón y cada átomo de su cuerpo.

Cuando sientan la suprema felicidad de esa paz, junten sus manos, anclen la sensación de paz superior y cuando deseen abran sus ojos.

Viviendo En El Presente.

Recomendación: Ahora, como un presente, les pasamos este comunicado en el que AMAJUR nos hace reflexionar sobre la importancia de vivir en el Presente. Hacemos la recomendación de que este tipo de mensajes no deben ser leídos a la ligera. Deben reflexionarse y si desean mayor información sobre estos temas, favor de solicitar se les envíe el Manual: “La Libertad Total” de AMAJUR que está escrito en este mismo lenguaje.

LOS SEMBRADORES

Hermanos, les habla Amajur.

Hoy no daremos ejercicio, les pido que aquieten sus mentes, descansen, suelten su cuerpo, y escuchen mi voz, como nunca antes la habían escuchado, descubran los matices, capten las letras que se esconden en medio de las palabras, aíslen los sonidos, hagan un alto en el tiempo y dejen a su mente vagar por las palabras que sueltas viajan en el tiempo y en el espacio, parando quién sabe donde, llegando a quién sabe quien.

Como el tiempo que vuela y vuela sin saber si alguna vez parará, sin saber si alguna vez descansará.

Porque la mente es un flujo continuo de ideas creativas viniendo de quién sabe donde, parando quién sabe cuando, tal vez nazcan con el espíritu humano, que fue creado quién sabe donde, hace tantos años que la memoria no había nacido y quedó imposibilitada de registrarlo, y el hombre, intrigado por saber cuánto durará su existencia, se olvida que descansa en la línea del tiempo de la misma forma como los hombres descansan en las hamacas, desplazándose hacia la izquierda y hacia la derecha recostado en las líneas del tiempo; perdido en el eterno presente, que tanto se extiende que no sabe después si se convirtió en pasado o en el futuro que apenas llega.

¿A quién le importa si el pasado viaja al futuro o el futuro es el que viaja al pasado?
¿A quién le importa cuando se está en una hamaca tendida entre cuerdas del tiempo que se bambolean, sostenidas en los brazos del infinito?

Ese es el hombre, jugador de la conciencia que juega. Pretende entender cosas que no tienen sentido, juega a que escucha, juega a que percibe cuando ni siquiera recuerda que tiene sus plantas de los pies encerradas, porque tiene temor de que si las dejara al descubierto podría enfermar, ¿Qué sentido tiene para un hombre vulnerable que requiere cubrir su cuerpo por temor a los elementos, que con su mente pretenda descubrir los secretos de la vida y de la muerte, de la creación y del universo, de Dios y de aquél que creó a Dios? El hombre es víctima de su pensamiento, víctima de su prepotencia, de su orgullo, víctima de su propia mente.

Es preciso aniquilar la mente, dejar de pretender ser para simplemente ser, dejar de pretender buscar para simplemente encontrar, dejar de pretender envejecer para abarcar la rueda del tiempo por delante y por detrás, por arriba y por abajo.

El hombre se asusta y toma conciencia; y cuando es consciente, envejece, y cuando envejece, enloquece; enajenado por sus recuerdos a quienes valora como si fuera la sabiduría de la vida sin darse cuenta que la sabiduría dejó de existir cuando se convirtió en

pasado, sin darse cuenta que quien se resiste a morir no es él, sino su pasado que reclama un derecho a existir cuando su tiempo ha terminado.

Por todo eso, si es que acaso hay alguna razón escondida en el sinfín de postulados que he pronunciado, es que el hombre debe vivir en el presente y digo debe de manera irónica porque sé que cuando lo recuerden habrá dejado de ser cierto.

Cuando me alcancen en su presente podremos platicar.

Cuando me vean en el pasado seré un encarnizado enemigo.

Cuando me anhelan en el futuro reiré de ustedes

Así pues me despido para sentarme en la butaca y disfrutar de un buen cine observándolos como analizan lo que han escuchado.

Que así sea.

Ejercicio 5: Las Ideas Son Semillas.

Hermanos, Yo soy Amajur, y les hablo con un lenguaje que me limita y los limita, pero a la vez me conecta con ustedes, así que conectados en medio de limitantes buscamos romper lo que amarra a la mente para trascender a un espacio donde los verbos, los adjetivos y los sustantivos, no tengan más valor que los artículos y las interjecciones.

Si hemos de usar el lenguaje, hagámoslo pero a través del juego que la misma mente nos da.

Juguemos a trampear la mente, juguemos a los acertijos y dejemos que la mente en su deseo por encontrar el significado de lo que decimos, no descubra sino hasta el final, que la única víctima que queremos producir en este ejercicio es ella misma, porque las ideas son semillas, sembradas en la mente de los hombres. Semillas que se transforman en arbustos que luego configuran pensamientos y estos generan figuras que luego se transforman en conductas que después se transforman en personalidades. Personalidades que se enfrentan a las consecuencias de sus propias conductas y se van transformando luego, matizadas por lo que juzgan, en entes que se crean y se recrean a sí mismos buscando una perfección que nunca llega por que insertadas están en un laberinto donde cada vuelta del camino no es otra cosa que un desafío a su propia visión y a sus propias creencias.

¡Qué ingenua es la mente en su búsqueda de la perfección! Asume lo correcto, establece reglas y principios, corre alegremente creyendo que eso la conducirá a lo que busca, sólo para tropezarse abruptamente con una pared que no había sido considerada.

Refina entonces sus creencias, torna sobre sus pasos y decide nuevas direcciones, se lanza en loca carrera diciéndose a sí misma que ahora sí el camino es el correcto, pero antes de terminar la frase se encuentra nuevamente detenida por otra pared. Incansable busca nuevos caminos mientras inexorablemente el tiempo sigue su marcha alentando el proceso, desesperando las emociones que poco a poco dan origen a nuevos pensamientos y lo que antes, bajo el fuego de la juventud sonaba una certeza absoluta, cae rendida ante la aplastante realidad: La felicidad es una utopía que solo los ingenuos y los niños son capaces de abrigar.

Un buen día alguien le habla desde encima del laberinto y le dice:

No es que hayas fracasado, simplemente has dejado que tu mente defina el rumbo por el que debías caminar; trepa aquí arriba por encima del laberinto deja tu mente abajo y la confusión desaparecerá .

El ser lo capta, lo entiende, pero en el momento mismo en que decide despegarse de su mente, su propia conciencia lo detiene y le cuestiona “¿quién eres sin mí?”

Pronto cae rendido ante la fatal hipnosis que la mente es capaz de generar, sin embargo, la mente honesta en su búsqueda pretende encontrar el significado de la parábola, de esa voz que se escuchó por encima del laberinto, desea encontrar su origen y lo busca y lo encuentra, en forma de nuevos laberintos, encuentra nuevos caminos por donde no había andado, renace la esperanza, la energía vuelve a su cuerpo y pareciera ser que la felicidad es posible alcanzarla siguiendo nuevos derroteros.

El hombre envuelto en tinieblas acompaña a su mente hasta el fin del mundo.

Hasta que en otro momento sagrado, sin duda, escucha otra voz diciendo:

“Salte del laberinto, abandona a tu mente, guíate por tu corazón”. El ser se detiene y descubre que agazapado en algún lugar, muy en lo interno de su Ser, el corazón late y fija rumbos distintos, entiende por fin que la mente aún cuando honesta, lo ha venido perdiendo en múltiples recorridos, escucha a su corazón y pareciera ahora que la voz se hace más fuerte: “abandona tu mente y déjate llevar por lo que tu corazón te dicta”. Y es entonces cuando busca el verdadero sentido del llamado del corazón y en el preciso instante que busca el sentido del llamado, se abre una rendija y la mente se introduce.

Y el hombre ingenuo cae nuevamente al influjo de su mente y así pasará un tiempo y dos tiempos y la mitad de otro tiempo recorriendo laberintos bajo el influjo de una mente que habiendo sido creada para servicio del hombre lo pierde en medio de brumas y oscuridades de prejuicios y banalidades.

Tiempo después, las piernas se doblan y el cuerpo cae, la mente te pregunta que sucede y una luz diáfana empieza a inundar todo el ser, curiosamente el laberinto empieza nuevamente a recorrerse, primero la infancia y luego la juventud después la edad adulta y luego como en un chispazo de luz se ve al laberinto alejarse y una voz muy en lo interno con dulzura inefable le dice. “Bienvenido te estaba esperando”.

Ese es el cuento de hoy.

Dejen que las semillas penetren y crezcan maduren y llenen todo el espacio de su mente y tal vez algún día, antes de que sus piernas se doblen puedan escuchar esa voz dándoles la bienvenida.

Que las bendiciones del Padre descieran en ustedes .

Que así sea.

Ejercicio 6: Paradigmas Y Nudos Gordianos.

La gimnasia espiritual son ejercicios que buscan despertar en ustedes una conciencia superior, una expansión en su conciencia y por eso las parábolas y los cuentos representan llaves que desbloquean barreras que han sido construidas imperceptiblemente por sus mentes, rompen paradigmas que al igual que nudos gordiano han amarrado tantos conceptos que se hace imposible derivar verdaderas conclusiones de los elementos que constituyen la vida cotidiana.

La antigua leyenda nos dice que el nudo gordiano no podía ser desatado por cualquiera pues requería de habilidades no concedidas a los hombres, la mente del hombre es la cuerda que pasa a través de todas las mentes de todos los hombres como si fuera una arandela, si pueden visualizar las cabezas de los hombres huecas y a través de ella pasando una cuerda de longitud infinita, y luego entendemos que esa cuerda en realidad es la gran mente humana, una sola mente pero de la cual cada hombre participa del pedacito de cuerda que ha pasado por su gran rondana entenderemos por que es tan difícil generar nuevos pensamientos, nuevas imágenes, si todos no hacen sino tomar unos cuantos centímetros de una gran cuerda que fue construida mucho tiempo atrás.

Algunos, los más cercanos entre si, tal vez participen de las mismas ideas, pues los tramos de cuerda con las que están en contacto, se parecen mucho entre sí, sin embargo más adelante es posible encontrar a otros hombres cuyo tramo de cuerda es bastante distinto, ha tomado otro color, tal vez tiene más hilos o menos hilos, algunos de ellos se han roto, algunos otros se han enredado tanto en la cuerda que permanecen amarrados a ella y sin embargo siguen discutiendo de lo que para ellos es la mente y el universo.

Unos se mueven a lo largo de la cuerda logrando entender a otros pero otros se han anclado a tal grado en su cuerda que mueren antes de haberse dado cuenta siquiera de que estaban vivos.

Y siguiendo con esta ridícula analogía, la cuerda a veces se desenreda, la cuerda a veces se hace nudos y de sus nudos cuelgan lamentablemente muchos seres humanos, a veces se forman rizos y hay quienes los identifican como cuerdas, a veces la cuerda se adelgaza y permite que uno u otro de los hombres tengan mayores libertades, pero todos permanecen unidos a la misma mente del hombre.

Hace muchos años, hubo alguien que se atrevió a romper la cuerda, rompió paradigmas, rompió creencias, cambió el curso de la historia y rápidamente los hombres dedicaron gran parte de su tiempo para amarrar el tramo que había sido roto, una vez que así lo hicieron todo volvió a la normalidad, la gran rotura de la cuerda fue castigada en la crucifixión, afortunadamente quienes repararon la cuerda escribieron manuales completos de cómo debía mantenerse amarrada dicha cuerda y esos manuales hoy subsisten en la tierra y son estudiados semana tras semana por millares de hombres encantados de permanecer sujetos a su cuerda.

Yo les pregunto ¿Podrán algún día romper la cuerda y probar la libertad total?

La respuesta no la espero en palabras pues si así fuera tal vez seria el inicio de otro nudo gordiano, la gimnasia espiritual son semillas que al crecer liberan.

Que la luz del Padre permanezca siempre en ustedes. Que así sea.

Escalera de maravillas

Probablemente sepan que el ser humano cuenta con un cuerpo físico increíblemente complejo y maravilloso.

Probablemente sepan que cada célula del cuerpo contiene el material genético necesario y suficiente para reconstruir otro ser humano.

Probablemente sepan que el cerebro del hombre es capaz de procesar la información millones de veces más rápido que cualquier computadora de las que actualmente existen.

Lo que probablemente no sepan es que toda esa complejidad y toda esa maravilla encerrada en el cuerpo humano palidece ante sólo una chispa de las millones que constituyen uno de los pétalos de uno de sus chakras y que ni los mil pétalos del chakra coronario pueden compararse en belleza a una de las millones de chispas que conforman el núcleo astral. Y que toda la maravilla del núcleo astral, no es sino una burda caricatura de lo que es la chispa divina que reside en la Amada Presencia, tal como ustedes la llaman.

Y lo más paradójico en esta escalera de maravillas es que a medida en que se asciende en la escala de vibración, no es la complejidad lo que se incrementa, sino la sencillez.

La Amada Presencia no es sino un solo pensamiento cuya naturaleza podría ser llamada: Amor o Justicia, Verdad o simplemente Luz.

A medida que descendemos en la escala vibratoria los velos que permiten su manifestación en los distintos planos van construyendo una complicada red de vehículos a través de los cuales la luz se manifiesta.

Cuando un niño nace, nace sencillo, puro y no son muchas las ideas que bullen en su mente. Cuando un ser anciano muere, son miles las ideas y pensamientos que cruzan por su mente, su cerebro está lleno de surcos formados por los millones de pensamientos que lo cruzaron, mientras que el cerebro del niño es una masa fresca, uniforme, de células increíblemente similares.

Cuando una relación inicia entre un hombre y una mujer, es sencilla, sólo desean agradarse el uno al otro. Cuando la relación madura y envejece se torna complicada, con múltiples elementos a considerar.

Así pues está en la ley del hombre que en la búsqueda de su manifestación, se complique la existencia, se torna más compleja su personalidad, sus prejuicios se multiplican, sus propias ideas lo confunden, sus relaciones tienen muchas aristas y sus deseos se han vuelto múltiples y complejos.

¿En verdad desea el hombre entrar en el reino de los cielos? ¿En verdad el discípulo de luz desea encontrar la verdad en el caminar que ha iniciado?

Quisiera recordar una frase que un gran maestro pronunciara 2000 años atrás: “Dejad que los niños vengan a mí, porque de ellos es el reino de los cielos”. A veces el hombre que busca la olla al final del arco iris, no se da cuenta que va en sentido contrario a lo que busca.

Que la luz del Padre los guíe y retornen a la sencillez.

Postulados

Hermanos les habla Amajur.

Si las voces de los niños pudieran ser escuchadas dentro de su cabeza comprenderían que la personalidad que los guía ni es una, ni los guía, son muchas y los confunde.

Si pudieran recordar todos los libros que han consultado y leído a lo largo de su vida, entenderían por qué su mente hoy busca desesperadamente respuesta a preguntas que nunca antes se hicieron y que nunca después se repetirán, porque una pregunta es irrepetible cuando va acompañada de la emoción característica de la persona, el deseo propio de saber el resultado, el aura particular de aquel que lanza la pregunta. Y cuando estas son evaluadas por aquellos responsables de atenderlas no más de un 20% corresponde a los términos del lenguaje en que fue expresada; Mas del 70% se obtiene de la inquietud natural que esta provocando en la persona, en las emociones que se generan en el momento particular en que se emana.

¿Por qué a veces sus peticiones y preguntas no son atendidas? Ustedes se preguntan y hoy les contesto: cuando la pregunta únicamente proviene de la lengua y los dientes lo que escucharán será únicamente lenguas y dientes susurros y palabrerías huecas vacías tal vez como ecos de la misma naturaleza de las que ustedes emanaron, mas si la pregunta viene acompañada de fuertes emociones y necesidades imperiosas, la pregunta ascenderá con la fuerza de las emociones y evocará la respuesta que ustedes esperan aunque tal vez no sea ni con las palabras ni con las emociones que ustedes anhelan.

Deambular entre el mar de interrogantes que día con día instante en instante se generan en las mentes de los seres humanos, es parecido a las antiguas leyendas que los marineros repetían del Mar de los Sargazos, grandes y monstruosas serpientes marinas atrapan a los marineros en sus barcos. Pretender vagar por el mundo teniendo todas las respuestas es tan vano como hacerse a la mar sin tener un mapa en quien confiar.

Y hoy se preguntarán a que viene todo esto, ¿Cuál es el mensaje que ha sido dispuesto para mí? Y yo les digo que el mensaje lo tenían desde antes de la sesión y siempre lo han tenido, pero les gusta jugar a que encuentran respuestas a sus preguntas, les gusta jugar a decir eso era lo que yo quería o necesitaba escuchar, les gusta jugar a sentirse importantes cuando un maestro viene a instruirlos.

Pero podemos dejar los juegos a un lado, es el momento de ver la verdad esa que no se escribe en palabras ni se explica ni se pretende enseñar.

Quiero que se hagan una pregunta ustedes mismos, cualquiera, y por unos instantes van a observar un chispazo de luz; traten de captar la respuesta dentro de sus cuerpos, mientras hacen la pregunta observen la respuesta ahora.

Y mientras algunos salen de la inconsciencia y otros entran en la conciencia me despido pidiéndoles que escuchen lo que su corazón dicta en las próximas 24 horas, recuérdelo y coméntelo en la siguiente sesión.

Que así sea.

Ejercicio 7: Equilibrando Las Fuerzas De Los Elementos.

Queridos hermanos les habla Amajur.

Por favor aquieten sus mentes y concéntrense en su respiración, sólo en su respiración. Ahora bien escuchen atentamente porque continuaremos con los ejercicios que originalmente estábamos revelando.

¿Saben por qué el sentido del gusto es una de las maravillas del ser humano? ¿Saben lo que representa el sabor de las cosas? ¿Saben ustedes: que el órgano responsable de percibir los sabores esta conformado geométricamente de tal manera que reproduce una de las claves mas importantes que puede llegar a permitir que el hombre equilibre las cuatro fuerza, con las que ha sido conformado su cuerpo físico? La lengua percibe los diferentes sabores en diferentes zonas de su anatomía, así los sabores dulces se distinguen de los salados, los amargos de los ácidos.

Esta configuración que ha sido reflejada en la lengua, puede permitir, mediante ciertos ejercicios, ir activando las cuatro fuerzas con que el cuerpo físico puede equilibrar las energías que circulan dentro de él. Tierra y salado; agua y dulce; aire y amargo; fuego y ácido. Hagan el experimento y prueben alimentos salados al mismo tiempo que bendicen el elemento tierra, hángalo conscientemente sintiendo que cada vez que perciben el sabor salado y bendicen su elemento Tierra están activando ese elemento para que vibre en positivo e ilumine una de las cuatro grandes direcciones de su cuerpo. Después tomen algo dulce y a medida que lo saborean perfectamente conscientes, bendigan al elemento agua visualizando perfectamente cómo toda el agua de su cuerpo físico empieza a llenarse de luz y a irradiar esa misma luz en todas direcciones. Repitan posteriormente con el sabor amargo y finalmente con el ácido, bendiciendo respectivamente al aire y al fuego. Cuando así lo hagan, observarán que la energía se incrementa de manera sensible en su cuerpo físico. Repitan la practica al menos 4 veces por día, en tiempos equidistantes para mantener el equilibrio energético empezando en la tarde con los elementos tierra y agua y terminando por la mañana con los elementos aire y fuego. Recuerden: Tierra y Agua en la polaridad negativa del día; aire y fuego en la polaridad positiva del día.

Más adelante cubriremos otros ejercicios pero no quisiera despedirme sin dejarles algo en que pensar: cuando nacemos todos contamos con un brazalete, el brazalete está formado de cuatro anillos, cada uno de los anillos tiene incrustadas cuatro piedras y cada una de las piedras tiene cuatro caras, al nacer, la primera clave nos la da nuestra madre, la segunda proviene de nuestro padre, la tercera nos la concede nuestra esposa o esposo y la cuarta nos las regala nuestro hijo o nuestra hija. Los cuatro anillos representan un presente que me abrirá las puertas de cielo espiritual cuando me corresponda atender al llamado. A lo largo de muchas vidas vamos descubriendo los secretos de cada una de esas pulseras, tarde o temprano las pulseras se volverán brazalete y el brazalete será la marca con la que me reconocerán en el grupo del maestro. Cada uno de ustedes ha iniciado desde hace muchos años el trabajo de descifrar estas claves, y hoy me permito informarles que la primer pulsera puede ser descifrada en el momento.

Decía que el secreto de la primera pulsera puede ser descifrado cuando ustedes hagan el ejercicio de los cuatro sabores. No busquen conceptos ni palabras, busquen experiencias y vivencias. No es una lección intelectual la que descubrirán sino una lección vivencial que

surgirá al momento de realizar el experimento. No es un acertijo para ser descifrado intelectualmente, recíbanlo memorícenlo y dejen que su intuición trabaje, a su debido tiempo lo entenderán.

Que la luz del padre los acompañe siempre en todos los pasos de su vida.

Que así sea.

Contenido.

INTRODUCCIÓN.....	2
Ejercicio 1: Desarrollo De La Conciencia Del Cuerpo Físico	3
Ejercicio 2: Atracción De Las Energías Astrales Al Cuerpo Físico.....	5
Ejercicio 3: Contacto Con La Fuerza Del Universo	7
Ejercicio 4 Construcción De Espirales Verticales Y Horizontales	9
Viviendo En El Presente.	14
Ejercicio 5: Las Ideas Son Semillas.....	16
Ejercicio 6: Paradigmas Y Nudos Gordianos.	18
Escalera de maravillas	19
Postulados	20
Ejercicio 7: Equilibrando Las Fuerzas De Los Elementos.	21