

Vídeo 36. Está en la respiración, por Wes Penre y Ariel Glad, 3 de julio de 2018

Muchas veces hemos escuchado la expresión de que NO TENEMOS alma, sino que SOMOS almas y TENEMOS cuerpos. Esto es incorrecto. Si crees que somos almas con cuerpos o cuerpos con almas, esto crea una separación entre dos facetas de nuestro ser que no están separadas. El cuerpo es el alma y el alma es el cuerpo. La forma física que ves todos los días cuando te miras en el espejo ES tu alma. Es la expresión física de tu alma. Para que el alma interprete esta realidad a través de los sentidos físicos necesita un cuerpo. Y en última instancia, esa es la experiencia que acordamos tener; manipulada o no.

Por eso sugerimos leer sobre las causas metafísicas de la enfermedad y las lesiones. Una lesión en el alma se manifestará como una lesión o enfermedad en el cuerpo físico por esta razón.

En los WPP, se da a conocer que el alma está compuesta por billones de fuegos de tamaño nanométrico. Así como el cuerpo es la expresión física del alma, las células de nuestro cuerpo son la expresión física de nuestros fuegos. Son lo mismo, en esto lo uno es simplemente la expresión de lo otro.

Para aquellos seres que pueden "cambiar de forma", este es un elemento clave para entender cómo sucede. Si tenemos el conocimiento, la comprensión y la habilidad, también podemos cambiar de forma reorganizando nuestros fuegos (nuestras células) para formar un cuerpo diferente, temporalmente. Los chamanes de la antigüedad podían hacerlo. Hemos olvidado cómo y estamos demasiado fragmentados, nuestros fuegos están demasiado separados y nuestra frecuencia demasiado baja para lograrlo ahora, pero ES posible.

Si escuchas una voz que te dice en este momento que esto es imposible, dile al crítico interno que guarde silencio. Hay tantas cosas que podemos hacer y ese crítico interior interviene cada vez para decirnos que no podemos. Te dejaremos reflexionar sobre eso por tu cuenta.

Echemos un vistazo al fuego al tiempo que reconocemos su expresión física. El fuego es una reacción química que provoca la combustión. La combustión es el término científico para la quema. La quema es simplemente la oxidación extremadamente rápida de un objeto cuando se combinan tres elementos; Oxígeno, combustible y calor (retira el calor, reemplázalo por agua y obtendrás óxido). ¿Qué es el calor? El término científico para el calor es la energía térmica. La velocidad a la que los átomos y las moléculas de la materia se mueven y chocan entre sí es lo que determina la energía térmica (o calor) de un objeto. TODO tiene cierta medida de energía térmica, sin importar qué tan frío se sienta al tacto. Vemos la expresión de esta reacción química en el punto donde estas tres cosas se combinan como fuego.

Sabemos que el cuerpo humano es un sistema de combustión. Quemamos. Estamos en un estado constante de quema de hecho. Sin embargo, solo quemar no es fuego. Las tres cosas mencionadas anteriormente deben estar presentes para que el fuego exista. Para este artículo, nos centraremos en un componente muy importante del fuego: el OXÍGENO. Si el oxígeno no está presente, no puede haber fuego. También sabemos que si nuestros cuerpos no tienen oxígeno, el cuerpo morirá. Así adentro, como afuera. Si los fuegos del alma no tienen oxígeno, ¿Morirán? No, porque el fuego de nuestra alma no puede morir, pero ciertamente puede parecer como si estuvieran muertos. Nuestros fuegos son los que nos conectan con el KHAA, el

96% del Universo que no podemos percibir con nuestros sentidos limitados. Hemos perdido nuestra conexión y la mayoría de nosotros estamos completamente aislados. ¿Cómo nos reconectamos? Comenzamos alimentando nuestros fuegos con el oxígeno que necesitan desesperadamente. Respiración.

Cuando le das oxígeno a un fuego, ese fuego crece. Se vuelve más grande y más brillante. ¿Qué sucede cuando suministramos oxígeno a las células o los fuegos de nuestro cuerpo/alma? Nos hacemos más grandes, nos expandimos y quemamos más

En muchas prácticas de meditación todo parece reducirse a la respiración como un punto focal. Cuando somos conscientes de nuestra respiración, perdemos la conexión con el entorno externo y el enfoque cambia hacia adentro. Esto no es una coincidencia. Para conectarnos con el KHAA, debemos ir dentro de nosotros mismos. Aquí es donde existe el KHAA. El KHAA es el espacio imperceptible entre los átomos. Es la materia oscura del Universo y el Universo está dentro de nosotros, fuera de nosotros y a nuestro alrededor. Por esta razón, sugerimos que reviséis la técnica de respiración de pausa cuántica introducida por James Mahu en el material de WingMakers y discutida en los WPP (consulta el cuadro de descripción debajo de este video para la URL).

En una entrevista concedida al Proyecto Camelot, James afirma: "Si bien la Pausa Cuántica es de hecho una técnica de respiración en su núcleo, también es un método para abandonar el instrumento humano y experimentar el estado de Conciencia Soberana Integral. Esto se debe a que la respiración es la autopista o el portal fuera del instrumento humano, de ser hecho con el Primer Punto apropiado. La pausa cuántica es un método o proceso para desenmarañar el sistema de la mente humana, dándose cuenta de que sus autodefiniciones e identificaciones con la cultura, la familia, la religión, la espiritualidad, las posesiones materiales, el dinero y el propósito han sido programados y no son quien realmente eres tú."

Soberano Integral es el término de James para el Alma. Continúa diciendo que Quantum es el Origen. Esta técnica ayuda a establecer y conectar una conexión con el momento cuántico o primer punto de conciencia. Nos permite desconectarnos del mundo externo y todas sus distracciones y reconectarnos con esa parte de nosotros que es eterna: el verdadero ser central.

Al experimentar un ataque de pánico o un momento de ansiedad extrema, se ha demostrado que la técnica de respiración de pausa cuántica detiene estos flashbacks emocionales o "desencadenantes" de seguir su curso. La razón es doble: Primero, al enfocarnos en nuestra respiración, sacamos a nuestro subconsciente del pasado, donde se encuentra el flashback emocional, y llevamos nuestra conciencia al momento presente, al AHORA y, por tanto, la reacción de la mente subconsciente se reduce considerablemente, si no completamente. En segundo lugar, proporciona un oxígeno muy necesario a las células/fuegos que causa un cambio en el aumento de la vibración o la frecuencia, lo que nos eleva por encima de las emociones de baja frecuencia del estado emocional desencadenado en el que accidentalmente nos hemos deslizado. Cuando ya no estamos desconectados del pensamiento del cerebro izquierdo, como lo estamos cuando experimentamos un ataque de ansiedad, podemos pensar con razón y lógica. La respiración de pausa cuántica ayuda a formar un

punto entre estos dos procesos de pensamiento, al igual que ayuda a formar un punto hacia el Universo a través del nivel nano, el KHAA.

Cuando estamos molestos, enfadados, asustados, etc. ¿Cómo respiramos? Si nos tomamos el tiempo para observar nuestra respiración, la mayoría de nosotros encontraremos que es muy rápida y superficial. A menudo nos hemos sorprendido de la frecuencia con la que respiramos de esta manera ineficaz, incluso en ausencia de algún desencadenante conocido. Sugerimos que la gente está respirando de esta manera muy a menudo y no son conscientes de ello. La razón por la que la meditación se siente tan bien para la mayoría de las personas es porque los ejercicios de respiración que a menudo se fomentan y guían durante la meditación dan a nuestras células/fuegos el oxígeno que necesitan. ¿Cómo nos sentiremos si siempre respiramos con un enfoque y una intención conscientes? ¡Nos sentiremos bastante bien!

Tómate un momento para mirarte en un espejo o simplemente ponte las manos sobre los hombros mientras respiras profundamente. ¿Se elevan tus hombros? Ahora, coloca tu mano en el área justo debajo del pecho, donde se encuentra el diafragma, e intenta empujar tu mano mientras inhalas sin levantar los hombros. ESTO - la expansión del área del diafragma - es una respiración profunda. Si no sientes que esta área se expande cuando inhalas profundamente, no estás obteniendo todos los beneficios de tu respiración. Si alguna vez has tenido clases de música o de instrumentos musicales, es probable que hayas realizado ejercicios de respiración en los que aprendiste a respirar correctamente usando el músculo diafragma. Todos respiramos sin siquiera pensar en cómo lo hacemos o en lo eficientes que somos. Si bien no es práctico, y no es necesario, concentrarse en la respiración en cada momento del día y de la noche, podemos tomarnos un momento cada día para practicar la técnica de respiración de Pausa Cuántica, usando respiración profunda desde el diafragma y observando los cambios que se producen. Es como si reconectases, no solo con tu ser central sino también con el Universo.

Si tienes ganas de desafiarte aún más y agregar más práctica a tus técnicas de respiración, practica respirar a través de tus chakras. Uno de los ejercicios de respiración más profundos que podemos hacer es respirar profundamente desde la base de nuestra columna vertebral. Concéntrate en esta área mientras respiras profundamente y sientes que tu energía entra y se expande. ¡Esta es una respiración muy poderosa y podemos sentirla infundiendo fuerza a todo nuestro ser! Practica respirar a través de cada chakra y aprende cómo se sienten.

Al igual que el espacio entre los átomos, el KHAA, es el lugar al que queremos conectarnos, la pausa o el espacio entre las respiraciones es la clave de la técnica de respiración de la Pausa Cuántica. Aquí es donde encontramos quienes somos realmente. Este es nuestro portal hacia el KHAA.