

MÓDULO 6

NUTRE

Tú Alma

El primer alimento



"Cuando nací en este mundo,
lo único que sabía hacer era amar, reír y brillar con una luz
especial.

Después, cuando crecí, la gente me dijo que dejara de reír.
"Tómate la vida en serio si quieres destacar en este mundo",
decían.

Así que dejé de amar. "No brilles tanto, si no quieres llamar
demasiado la atención", decían.

Así que dejé de brillar.

Y me volví pequeñita.

Y marchita.

Y morí.

Solo para aprender desde la muerte
que todo lo que importa en la vida es amar, reír y brillar con
una luz especial".

Anita Moorjani
¿Y si esto ya es el cielo?

¿Sabes...

quién y qué eres?

DESPIERTA: RECUERDA QUIEN TÚ ERES EN VERDAD

La frase de la página anterior, pertenece al segundo libro de Anita Moorjani "¿Y si esto ya es el cielo?".

Quisiera que fuera ella la que iniciara este módulo para **Nutrir tu Alma** porque está completamente dirigido hacia el principal nutriente de nuestro espíritu y por el que todo el mundo debería ser guiado, en todas las áreas de su vida: **el amor**.

No se refiere a un amor romántico, de pareja, de autoestima o incondicional. Sino, a nuestra verdadera esencia, a lo que verdaderamente somos, de quién venimos, de la que somos alimentados (fuente) y de la única verdad real que existe: **somos millones de átomos de amor**.

Este módulo está muy relacionado con ser **EXPERTO EN DÉTOX** porque, además de aprender nosotros mismos y luego enseñar a los demás a nutrir los cuerpos con alimentos limpios y nutrir las mentes con pensamientos amables, es vital nutrir el alma de amor, para desprenderse de "toxinas" corporales, mentales y espirituales.

SER es tener la certeza de lo que somos y de qué estamos hechos. Si no lo sabemos, nos sentiremos perdidos en el juego de la vida. Recuerda que, en el primer módulo hablamos de que "todo el mundo quiere TENER" (amor, dinero, trabajo, salud, cosas, viajes, salud...) pero para "tener", hay primero que "SER", emitir una vibración que atraiga lo que deseamos tener y en este módulo lo descubrirás. Si cambias tu percepción de ver el mundo, las cosas cambiarán. Si despiertas y recuerdas quién eres, descubrirás tu poder innato y de lo que eres capaz de crear.

La historia de Anita fue descubierta y compartida al mundo gracias a que la escuchó Wayne Dyer, y éste insistió en que fuera publicada por la editorial de su amiga Louisa Hay. Así se dió a conocer su historia al mundo.

Anita se recuperó de un cáncer terminal, tras vivir su experiencia cercana a la muerte. Allí, en ese estado de coma previo a la muerte, en sus últimas horas, ella descubrió que su enfermedad la había generado ella misma como consecuencia de sus miedos, heridas emocionales, falta de amor por ella misma, no poner límites, anteponer los deseos de los demás al suyo propio y otras barreras que se auto impuso a lo largo de su vida.

¿Sabes...

quién y qué eres?

Cada vez más, libros, escrituras y literatura espiritual nos recuerdan el concepto de que somos seres espirituales viviendo una experiencia terrenal. Y que somos responsables de nuestras experiencias, por muy dolorosas que estas sean. Somos Dioses que aprenden a ser humanos. Chispas divinas aprendiendo a evolucionar en el amor, en esta escuela llamada "tierra". Humanos "creadores" con un poder interior que deben despertar y recordar, pues lo que son en realidad, nunca lo dejaron de ser: **amor divino**.

Parece que nuestras almas, permanecen ocultas en nuestro interior y que olvidamos lo poderosos que somos al entrar en nuestros cuerpos y dormimos ese conocimiento. Para los creyentes en Dios, somos hijos, por lo tanto estamos hechos a su semejanza y estamos dotados de su poder como seres creadores porque somos parte de él. En todo momento, disponemos de su amor, apoyo y guía. Jamás nos abandona.

Pero nuestras mentes, en vez de utilizarlas para beneficio propio, las utilizamos para "fabricar" a nuestro "personaje" actual. Fabricamos falsas creencias de lo que somos, de los demás, de nuestro entorno y de las situaciones de la vida. Hemos fabricado una mente que nos produce miedos, inseguridades, falsas creencias, culpas, dolor, tristezas...

Hemos ocultado nuestra alma bajo miles de capas, olvidamos nuestra divinidad. Estamos dormidos, aunque parezca que estamos vivos, un sueño irreal, falso y que sólo nos proporciona sufrimiento, cuando podemos **DESPERTAR Y RECUPERAR EL PODER DE "CREAR!** una vida real de abundancia y felicidad. Es nuestro derecho de nacimiento.

Hemos creado y creído en el personaje que creemos ser. Creemos que somos lo que los demás piensan de nosotros mismos o lo que nosotros mismos creemos de nosotros. Si es positivo, nos hará bien. Pero si es negativo, estamos perdidos: sentirse inútil, poco valioso, insuficiente, feo, incapaz, fracasado, perdido, insignificante o pequeño, etc. sólo nos conducirá a una falsa percepción de nuestra mente y nos encarcelará aún más al personaje irreal y ficticio que hemos creado.

¿Sabes...

quién y qué eres?

Deberíamos de ver a nuestros cuerpo y mentes como recursos para desarrollar todo nuestro potencial (el que verdaderamente somos y está en nuestro interior) en este plano material y no creer que son el actor que hemos creado. Nos hemos identificado tanto con él, que hemos olvidado o dormido la realidad de lo que somos: alma, espíritu, luz divina, seres puros viviendo la materia a través de este cuerpo y esta mente.

No somos ni la película que nos contamos, ni los actores que encarnamos. Nuestro cuerpo y mente sólo son vehículos que utilizamos para "jugar" en esta vida. Se nos ha dado a oportunidad, o tal vez nosotros mismos lo eligiéramos sin recordarlo, venir a este plano, para recordar quienes somos y lo que somos capaces de crear, disfrutar y experimentar.

¿Y si hoy mismo RE-NACIERAS? ¿Y si hoy mismo decidieras ver la vida desde otro lado más amoroso, más desde el punto de vista de lo que eres realmente, sin entrar en el juego de los personajes y las películas que fabricamos en torno a ellos? ¿Y si te dieras la oportunidad de vivir desde otra perspectiva y ver que las situaciones que suceden a tu alrededor son sólo lecciones y oportunidades de hacerlo mejor, con menos sufrimiento y con más amor y comprensión? ¿Y si de verdad tomaras tu propia responsabilidad y fueras el creador de tu vida, de tus pensamientos, sabiendo que siempre lo fuiste? ¿Y si hoy agradecerias estar aquí y ahora, y todo lo que estás experimentando, porque una vez decidiste vivirlo, supuestamente antes de nacer? ¿Y si decides, ya que estás aquí, despertar y vivir tu vida, a partir de ahora, de otra forma?

El contenido que a partir de ahora leerás, son verdaderas lecciones de vida que ayudaron a cambiar la perspectiva de muchas personas, aportando a sus vida más nutrientes para su alma, liberando mucha toxina espiritual, importante no sólo para el futuro EXPERTO EN DÉTOX, sino para todas las personas que entren en sus programas.

No tienes porqué creerlo, además no están escritas para comprenderlas intelectualmente, sino para vivirlas, experimentarlas y sentir qué sucede cuando sustituyes unas creencias por otras.

Bienvenido, bienvenida a una nueva manera de interpretar la vida y re-nacer a ella.

¿Sueña feliz... **o pesadilla?**

¿TU VIDA ES UN CIELO O UN INFIERNO?

A continuación, leerás unos extractos "clave", de las experiencias de diversos autores, que han plasmado en sus libros sus experiencias de transformación, compartiendo sus nuevas maneras de vivir y entender la vida, que cambiaron 180° su experiencia y la de quien lo leyó y practicó.

Comenzando con Anita Moorjani y los aprendizajes que ella aprendió cuando volvió "del otro reino, a la tierra".

...¿Y si te dijera que esta vida, que te parece un infierno, fuera el mismo cielo? ¿Y si te dijera que aunque te parezca un infierno es porque no eres consciente del poder que tienes y de lo que eres capaz de hacer?

Para mi, mi vida era una verdadera lucha y la vivía llena de miedo. Sólo reaccionaba ante las circunstancias y no hacía nada por crearlas. Era una víctima de lo que sucedía en mi vida... hasta que morí.

Allí, al otro lado de la vida, descubrí que lo que estamos viviendo ahora, podría convertirse en un cielo si comprendía cómo funciona y qué necesito hacer. El cielo es un estado, no un lugar. Quería transformar mi vida pasando del miedo, terror y dolor, a vivir el cielo aquí y ahora.

Sentía que perdía poder cuando hacía lo que los demás querían o creían adecuado para mí. Cuando yo escuchaba las críticas de los demás, en vez de escuchar mi corazón, surgían las inseguridades y los miedos de "no estar haciendo lo correcto" y sentía que decepcionaba a los demás, o a mi misma.

Aparecía la ansiedad y pronto me sentía perdida. Tenía que decidir entre "encajar" o crear mi propia vida, un cielo aquí. Durante mi experiencia cercana a la muerte, sentí la sensación magnífica de ser la creadora de mi vida y sentirme invencible, poderosa, y quería que esa sensación no me abandonara. Por ello, pasé más tiempo a solas, para acallar mis pensamientos y sentir mi verdadero yo.

Cerca del mar o la naturaleza, podía sentir una increíble conexión, como susurros que me llegaban a través de las olas y las hojas de los árboles, estableciendo una comunicación mental con el universo.

¿Sueña feliz... o pesadilla?

Pregunté ¿porqué había tanto dolor en el mundo? ¿Cómo puedo ayudar? Y me rendí al universo.

El mensaje que recibí fue en forma de pregunta ¿qué aprendiste con tu experiencia cercana a la muerte? A lo que yo respondí que "a quererme incondicionalmente y ser tan yo como pudiera, haciendo mi luz interior brillar con toda la fuerza posible. No necesitaba nada más, ser siempre yo".

Cuando te amas y conoces tu verdadero valor no hay nada que no puedas hacer o sanar. Así me sané del cáncer. Aprender a quererme me salvó la vida. Dejé de escuchar a la gente que no cree en ese poder para no hundirme en el miedo, de nuevo. Mi única tarea era amarme, valorarme, y convertirme en esa persona lleva de valor, que realmente era: puro amor en acción.

Cuando te pierdes en los problemas del mundo, no le sirves a nadie. Cuando te sientas derrotada o perdida pregúntate ¿En qué aspecto no me estoy queriendo? ¿Cómo puedo valorarme más?

Cuando nos dejamos llevar por las creencias falsas que domina nuestra cultura y quedamos atrapados en la red de dramas que hemos fabricado en nuestra experiencia de vida, perdemos nuestro verdadero punto de vista y propósito. Recuerda que tu única tarea es quererte, valorarte y personificar tu propio valor y tu amor hacia ti para que puedas ser amor en acción. Ese es el verdadero servicio: un servicio de amor para ti y para los que te rodean.

Ser siempre fiel a mi misma y aprender a ser mi propia guía, para no ser guiada por lo externo o los demás, que me hacían sentir imperfecta, incompetente o insuficiente.

Hay pensamientos que nos hemos creído y que nos son ciertos, y que al creerlos nos alejan de amarnos, honrarnos y respetarnos. Mejor tener estos:

-ERES MEREDEDOR DE TODO LO QUE DESEES

-QUERERSE NO ES EGOÍSTA

¿Sueña feliz... o pesadilla?

-AMAR INCONDICIONALMENTE NO SIGNIFICA AGUARTARLO TODO-LOS OBSTÁCULO SON OPORTUNIDADES

-BUSCAR TENER SALUD NO SÓLO EN EL CUERPO, SINO TAMBIEN EN LA MENTE Y EN EL ALMA. SANAR CON AMOR Y NO CON MIEDO

-NO TE JUZGUES, TAMPOCO A LOS DEMÁS, SI HABLAS DE LOS DEMÁS QUE SEA PARA BIEN. ÁMATE. TODO ES PERFECTO. TÚ ERES PERFECTO. RECUERDA QUIEN ERES.

-DEJA DE CASTIGARTE O CULPARTE. DEJA DE CASTIGAR O CULPAR A LOS DEMÁS. PERDÓNATE O PERDONA A LOS DEMÁS. VIVE SIN CARGAS SIN TEMAS PENDIENTES.

-BRILLA, AUNQUE ESO DESLUMBRE A OTRAS PERSONAS

-UTILIZA BIEN TU MENTE PARA AMARTE.

-NO ERES MENOS QUE NADIE, NI NADIE ES MAS QUE TÚ

-NO CAMBIAR LOS ESTADOS EMOCIONALES NEGATIVOS COMO DOLOR, ENFADO, MIEDO, TRISTEZA...SIÉNTELAS SIN QUEDAR ATRAPADO EN ELLAS, PREGÚNTATE QUE MENSAJE TRAEN, PON PAZ DONDE NO LA HAY, APRENDE Y DA LAS GRACIAS Y DÉJALO IR, SIN TRATAR DE ANESTESIARLO.