

PRIMERA PARTE

Entendernos a nosotros mismos a través de los sueños.

1

El significado de los sueños

¿Qué hay en un sueño?

¿Son los sueños una especie de fenómeno extraño y enigmático que ocurre misteriosamente durante el turno de noche de la vida? ¿O hay un significado más profundo detrás de esta experiencia universal?

¿Qué es esta maravillosa dimensión que está tan cerca y, sin embargo, tan lejos? Para comprender el verdadero significado de los sueños debemos ahondar bajo la superficie para llegar a conocer el propósito de todas las cosas. ¿Por qué estamos aquí? ¿Cómo responder a la vieja pregunta de < ¿Quién soy? >?

Somos seres interdimensionales

Los sueños empiezan a hacernos despertar al hecho de que somos seres espirituales o interdimensionales, en la tercera dimensión, o el espacio-tiempo, pero no de ella. Son como una carta del yo superior a la mente consciente. Nos despiertan a los recursos superiores del conocimiento que hay en nuestro interior, proporcionándonos información sobre lo que está ocurriendo en nuestras vidas diarias y como enfrentarnos a los problemas y lidiar con ellos. Los sueños nos ofrecen, también, información sobre el futuro, haciendo que nos veamos obligados a preguntar: < ¿Cómo he podido saber algo así? >.

Un sueño nos ayuda a darnos cuenta de qué solo estamos aquí temporalmente, en el escenario de la realidad de vigilia. Eso que llamamos vida es en realidad una escuela. Hay muchas escuelas o niveles de conciencia en el universo, y la Tierra es una de las más importantes. Durante nuestra estadía aquí aprendemos más acerca de la verdadera naturaleza de nuestro ser. Estamos aprendiendo que somos una energía creativa o de amor, infinita, y que todos nuestros sufrimientos, nuestras decepciones y desilusiones son consecuencia de no haber reconocido la verdad de quienes y qué somos.

El nombre del juego es crecimiento. En todas nuestras experiencias, o pasamos por ellas o crecemos con ellas. Si nos limitamos a pasar por ellas, entonces las volveremos a repetir una y otra vez, hasta que nos hayamos aprendido la lección que se encuentra detrás de las apariencias. Si crecemos con ellas, somos libres de pasar a la siguiente etapa en el proceso de aprendizaje. Pero para entender más sobre el juego de crecer y aprender, examinaremos dos viejos conceptos: “karma” y “reencarnación”.



Karma y reencarnación: lecciones y aprendizaje

Estas ideas se han conocido en las tradiciones orientales y occidentales desde el principio de los tiempos y tuvieron una amplia aceptación en la primera iglesia cristiana. La reencarnación significa que la persona es básicamente un espíritu o conciencia que adquiere una forma corporal y nace a una vida tras otra. La reencarnación es el proceso natural y normal de evolución del alma. El Alma es el cuerpo etérico energético, la parte eterna de nuestro ser. No es ni masculina ni femenina, sino una integración de energías. Hay capas o cuerpos de energía dentro del alma, de los que te vas despojando a medida que vas pasando a niveles más elevados de conciencia espiritual. Cuando llega la muerte física, te despojas del cuerpo físico (que es la vibración energética mas baja) como quien se quita un abrigo.

Una vez has aprendido tus lecciones en el plano terrenal, habiendo llegado a un equilibrio mental, emocional, físico y espiritual, entonces pasas al plano celestial y vives en un nivel energético mucho más elevado.

Cada alma elige con cuanta rapidez desea progresar. Entre encarnaciones, y en el estado del sueño durante la noche, uno recibe enseñanzas. Cuando el Alma regresa a la Tierra, a la conciencia espacio-tiempo, trae consigo un conocimiento y una formación, y se esfuerza por darles aplicación práctica mientras se encuentra dentro del cuerpo. Cada ser diseña un plan de crecimiento antes de cada encarnación: qué espera lograr en esa vida, que Karma desea resolver. Una vez que el alma se ha encarnado, tiene la libertad de seguir adelante con dicho plan o de cambiar de idea. Ciertamente, tus maestros te animarán a continuar con el programa, pero tú eres libre de hacer lo que quieras con esa encarnación.

El Karma hace referencia a la ley de causa y efecto que gobierna las experiencias que uno tiene a lo largo de vidas colectivas y dentro de la vida individual. Karma quiere decir que recogerás lo que siembres. Éste es el principio de la responsabilidad individual que subyace a todas las enseñanzas de mi canal.

Para trabajar eficazmente con los sueños, debemos reconocer que controlamos nuestro propio destino mediante nuestros pensamientos, palabras y actos. Debemos renunciar a nuestra mentalidad de mártires y víctimas, y aceptar la responsabilidad de lo que está ocurriendo en nuestras vidas. Entonces podemos beneficiarnos de los sueños como una formidable fuente de enseñanzas.

La oportunidad de tu vida

Por tus vínculos kármicos del pasado y tu conciencia de las lecciones que debes aprender, has elegido intencionadamente las circunstancias de tu existencia actual. Antes de encarnarte, sabías lo que los primeros veintiocho años de vida te tenían reservado. Elegiste a tus padres, tu sexo, tu raza, tu nacionalidad, tu situación socioeconómica y tu signo astrológico. Cualesquiera que sean tus circunstancias, tú las estableciste. Si escogiste un cuerpo que no es perfecto, fue por algún motivo: jamás como un castigo; únicamente como una enseñanza. En la vida no hay accidentes, ni coincidencias. Nada ocurre por casualidad. Todo lo que percibimos como sufrimiento es en realidad una maravillosa oportunidad para corregir errores o desequilibrios del pasado y avanzar hacia nuestra meta fundamental, que es la iluminación.

Cuando comprendemos la idea de que hemos creado nuestra propia situación aquí en la escuela de la Tierra, somos capaces de preguntar por qué. ¿Cuál es mi lección positiva? Entonces, finalmente, podemos dejar de culpar a otras personas de nuestra infelicidad y darnos cuenta de que nadie puede limitar nuestras vidas. No podemos cambiar a los demás, pero podemos cambiarnos a nosotros mismos y superar cualquier situación. Cada relación y cada experiencia no es más que una oportunidad de superar nuestras limitaciones.

El amor a uno mismo como clave Kármica

El karma te sigue desde tu primera encarnación y continúa durante todas tus vidas sucesivas. Recogerás lo que siembres. Tendrás que pagar por lo que hayas creado. Algunas almas esperan dos o tres encarnaciones antes de enfrentarse a lazos anteriores. Pero si te enfrentas a las situaciones con amor y con conciencia, no sólo trascenderás tu karma, sino que además liberarás a la otra alma. Es al perdonar como eres perdonado.

El mensaje del karma-de hecho, de toda existencia humana- es aprender a amarte a ti mismo. Cuando te amas completamente y honras a Dios que está dentro de tu propio ser, amas completamente y honras al dios que está dentro de todos los seres. Entonces, jamás podrás hacerte daño a ti mismo o a otra alma.

Todas nuestras lecciones se desarrollan entorno al amor a uno mismo. Para amarte a ti mismo debes ir más allá de la identificación con el ego y de los apegos. El verdadero yo es la energía espiritual interior, el poder creador que está detrás de todas las formas. El amor es ausencia de miedo, y el miedo es la última gran ilusión que nos separa de la verdad interior.

Tienes la libertad para crear tu propio cielo o infierno en la Tierra. Pero es igualmente fácil, y mucho más divertido, crear tu propio paraíso personal para compartirlo con los demás.

Los sueños y el estado de muerte

Mi canal me ha explicado que la única diferencia entre el estado de muerte y el estado de sueño es que la cuerda de plata, que es como un cordón umbilical que conecta el alma con el cuerpo, se corta al morir. Esta cuerda permite al espíritu viajar durante la noche por ámbitos y planos que están más allá del plano físico, y recibir enseñanzas superiores. Cuando vas a dormir por las noches y tu conciencia abandona el cuerpo físico, estás experimentando lo mismo que la muerte. A medida que vayas teniendo un control cada vez mayor del estado onírico, te darás cuenta de que no existe eso que

llaman muerte, como nos han enseñado a creer. No hay muerte, sólo un cambio de conciencia. El obtener un mayor control de los sueños nos permite darnos cuenta de que realmente somos seres interdimensionales. La energía vital, o Dios, es el medio inalterable del ser que subyace a eso llamamos “vida” y a eso que llamamos “muerte”. Dios es el medio de todas las experiencias. Con el tiempo, comienzas a identificarte con la naturaleza eterna de tu ser, en lugar de hacerlo con las etapas por las que estás pasando o con el nivel de conciencia específico en el que te encuentras.



Sueños y ciclos

Seguimos a la naturaleza en nuestros ciclos de aprendizaje, crecimiento, descanso e integración. Tenemos ciclos anuales y mensuales, además de los ciclos de siete años de cambio a algo completamente nuevo.

Los sueños siguen los ciclos naturales de crecimiento durante el año. Desde la primavera hasta el otoño pasas por un periodo de aprendizaje acelerado. Tus lecciones llegarán con mucha rapidez y la energía se intensificará. Tendrás sueños con enseñanzas que te mostrarán cuándo no has comprendido una lección. Resulta más difícil recordar los sueños durante los meses de primavera y verano, a menos que te programes y trabajes con ellos.

Cuando la energía del otoño comienza a apaciguarse en octubre, noviembre y diciembre, el estado onírico no será tan predominante, porque estarás desovillando, integrando las lecciones de la ajetreada estación de crecimiento.

Normalmente es durante los meses de invierno cuando tienes los sueños más claros e intenso. Éste es tu periodo de crecimiento espiritual o interior. Las lecciones que no aprendiste entre la primavera y el otoño regresarán en la siguiente primavera. Te estás preparando para la próxima estación de crecimiento y se te están mostrando todas las cosas en las que tienes que trabajar. Durante el invierno, tu formación interior se intensifica. Estarás más capacitado para recordar tus sueños, incluso si no estás trabajando con ellos. El invierno es también un período para sembrar. Te estás preparando para florecer en primavera. Ésta es una época, para establecer tus metas para la primavera, para **pedir revelaciones** y para **determinar tu camino**.

A los sueños también les afecta el ciclo lunar. Cinco días antes de la luna llena, los sueños empiezan a ser cada vez más intensos y claros, llegando a su punto más alto con la energía de la luna llena. Si no estás centrado, la luna llena puede dispersar tu energía y es posible que tus sueños te parezcan extraños. Durante el ciclo de la luna llena es posible que te deprimas o experimentes una fluctuación de la energía hacia los extremos. Por otro lado, cuanto más centrado y en control de tu vida estés, menos te afectarán las influencias externas. Así pues, podrás usar todas las energías para tu propio beneficio, invitándolas a intensificarse y a hacerte comprender las cosas de una manera nueva, en lugar de dejar que te descoloquen.

Comprender que eres energía

A menudo, los sueños nos muestran qué centros de energía o chakras están fuera de equilibrio. Si en el sueño te han dado una puñalada en el corazón, por ejemplo, ello indica que estás perdiendo energía del chakra del corazón. Es posible que te estés implicando demasiado en los problemas de otras personas y sintiendo empatía con ellas, en lugar de ver que se están preparando para una gran experiencia de aprendizaje. O quizás estás dando energía amorosa a tu pareja y no estás recibiendo nada a cambio. En estos casos, es de gran ayuda prestar atención en los sueños a la zona del cuerpo que es destacada y comprender la lección que la acompaña. Para entender los chakras, primero debemos reconocer que somos seres de energía, sistemas de campos energéticos que penetran unos en otros. Nos experimentamos a nosotros mismos como hombres y mujeres que habitan un cuerpo, pero ésta es una percepción muy limitada de quiénes y qué somos en realidad.

Hay una energía vital, o fuerza de Dios, tanto si quieres llamarla Espíritu Santo, mente universal, energía psíquica, energía sexual, amor o kundalini. Yo utilizo el termino kundalini porque eso es lo que me ha enseñado mi guía.

Hay siete centros de energía básicos o chakras. La palabra chakra proviene del término sánscrito que significa “rueda”. Los clarividentes que perciben estas dimensiones energéticas más sutiles del sistema humano ven cómo cada chakra gira como una rueda de energía. En occidente sólo hemos llegado a conocerlo recientemente. Estamos empezando a reconocer, por ejemplo, que la acupuntura y la maestría en las artes marciales están edificadas en torno a una comprensión del poder y el fluir de estas fuerzas en nuestro interior.

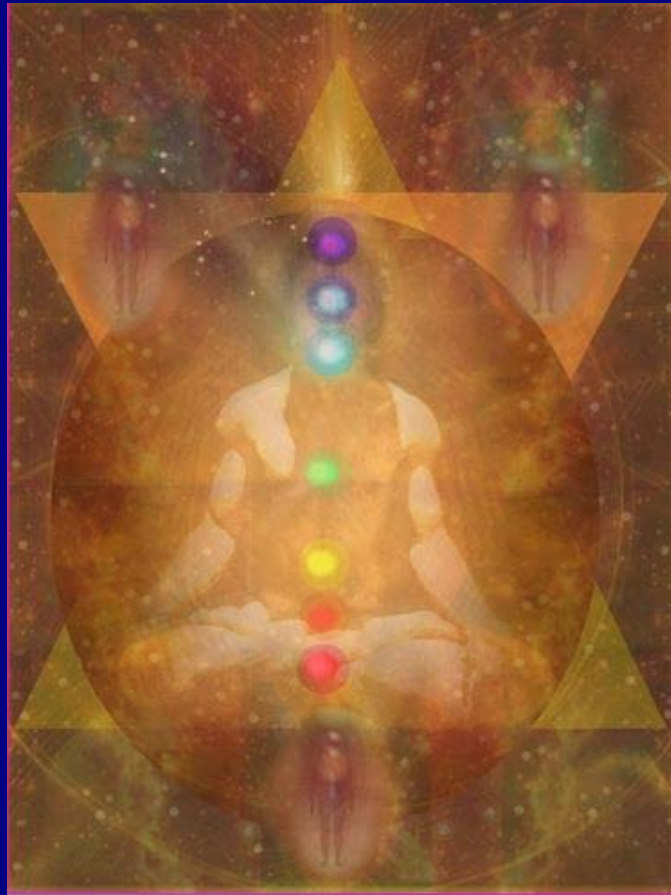
Los chakras se corresponden aproximadamente con las dimensiones etéricas de nuestras glándulas endocrinas. El alma (o cuerpo etérico) está conectada con el cuerpo físico a través de estos centros.

Los chakras nos proporcionan la clave para comprendernos a nosotros mismos como seres expandidos. Los centros están ubicados en la base de la columna vertebral, en los órganos sexuales, el plexo solar, el corazón, la garganta, entre las cejas (tercer ojo) y en la coronilla de la cabeza. Hay muchos puntos focales de energía dentro del sistema humano, pero estos son los principales.

Cada chakra representa una forma de entendernos a nosotros mismos y al mundo, un modo de percibir la realidad. Si suprimiéramos o bloqueáramos cualquiera de estos niveles, la manifestará en la zona del cuerpo correspondiente. Diferentes enfermedades se manifestarán como resultado del un bloqueo en cualquier chakra, dependiendo de la constitución mental y física del individuo. Además, si un chakra estuviera demasiado abierto, el resultado podría ser una enfermedad, pues no tendríamos control de la cantidad de energía que fluye a través de él.

Nuestra salud depende de un equilibrio dinámico de energía entre los chakras, además de un equilibrio de las polaridades masculina y femenina interiores. Debemos aprender a despertar y dirigir la energía por nuestros sistemas para conservar una salud y un bienestar óptimos.

Es importante darse cuenta de que todos los chakras están abiertos hasta cierto punto, pero tendremos que funcionar más con unos centros que con otros. En cada persona habrá uno o dos chakras que serán más débiles que los demás, y la tensión o la enfermedad se manifestarán en ellos o en los que estén bloqueados. La represión emocional, por ejemplo, se manifestará como enfermedad en la zona en la que halla menos energía (el chakra bloqueado) y luego se extenderá a otras áreas. El cáncer, que es el resultado de una represión, se manifiesta detrás del chakra que está bloqueado. Podría ser consecuencia de una tensión, de un miedo, pensamientos negativos o recrearte en tu propia infelicidad y no realizar ningún cambio. Éste es resultado final de no haber sido consciente. La clave está en abrir el sistema, limpiar y despejar el campo energético con los procesos naturales de sanción, y soltar las pautas de pensamiento negativo que son los causantes de la desarmonía.



El chakra raíz

La energía vital o kundalini se aloja en la base de la columna vertebral. El primer chakra, o chakra de la raíz, sirve como desencadenante para liberar esta energía.

En el primer chakra no debería haber ningún bloqueo de energía. Es como un banco de almacenamiento para el Kundalini. El kundalini asciende de una forma natural en dos ocasiones en nuestras vidas: en la pubertad y en la menopausia. En la pubertad, cuando el kundalini se activa, hace que la entidad tome conciencia de que ella es una determinada vibración física, y entonces la química masculina y femenina entran en alineación. Pero éste, además de ser un periodo de intensificación de la conciencia sexual, también lo es la creatividad.

Por otro lado, en la menopausia que experimentan hombres y mujeres, el Kundalini asciende como otra oportunidad para utilizar esta energía vital para renovar el ser físico, mental y espiritual. Tanto en los hombres como en las mujeres se produce un cambio hormonal. La energía suele quedarse atascada en el segundo chakra, o chakra sexual, y las personas suelen elegir tener lo que ellas llaman una última aventura amorosa antes de entrar en la tercera edad. Pero si se comprendiera verdaderamente esta energía, se la podría transmutar a un nivel superior de vigor y bienestar. Ciertamente, esto no debería significar que nos estamos haciendo viejos, sino que ahora tenemos una mayor creatividad que puede lanzarnos hacia la época más creativa y productiva de nuestra vida.

La pubertad y la menopausia están llenos de tensiones debido a los cambios que tienen lugar, pero si entendemos esa energía y practicamos la meditación, podemos tener periodos intensificados de crecimiento que abrirán las puertas a una vitalidad continuada.

El ideal es aprender a desencadenar esta energía desde el chakra raíz siempre que lo necesitemos, a utilizarla para mantener un nivel conciencia elevado en todo momento. Lo importante que hay que recordar aquí es que está siempre contigo, como una reserva infinita de vitalidad y fuerza.

El segundo chakra

El segundo chakra o chakra sexual es el primero que se puede bloquear. La supresión de energía aquí puede ser el resultado de temores sentimientos de culpa respecto al sexo, de sentirte inadecuado en el papel sexual, de tener relaciones sexuales con poca frecuencia, de tener problemas matrimoniales, de sentirte insatisfecho en el amor y ser promiscuo, de aferrarte a recuerdos desagradables de relaciones anteriores o de intentar llevar una vida célibe y no saber como canalizar la energía hacia los centros superiores.

La represión se manifiesta en forma de violencia, explosiones de ira, problemas de próstata o en los órganos femeninos, colitis y otras afecciones físicas en la región abdominal inferior.

Es importante utilizar y liberar de algún modo la energía del segundo chakra, ya sea a través de la masturbación, de una salida creativa, de relaciones sexuales, de la meditación o de una combinación de estas cosas. Es de vital importancia que estemos en contacto con nuestras necesidades sexuales y determinemos si estamos bloqueando la energía en este centro.

El tercer chakra

El tercer chakra o el chakra del plexo solar es la zona en la que la mayoría de la gente experimenta dificultades, particularmente las personas sensibles. Esto es lo que yo llamo el chakra de la preocupación. Se trata de un centro sumamente vulnerable. Si el chakra no está equilibrado o está demasiado abierto, la persona puede captar los asuntos de los demás, ya sean positivos o negativos. Uno experimenta un nerviosismo extremo y puede encontrarse con problemas de vejiga, úlceras u otros problemas estomacales.

Para equilibrar este chakra uno debe aprender a distanciarse de los asuntos de los demás, y la mejor manera de conseguirlo es acumulando energía en la meditación, haciendo más ejercicio físico y dando a la energía una salida creativa. Cuando este centro está equilibrado, puede servir como una valiosa guía intuitiva, ya que entonces ya no estará influida por el miedo y la ansiedad.

El cuarto chakra

El cuarto chakra o chakra del corazón es el primero de los centros creativos superiores. Éste centro del espíritu cristiano o del amor incondicional hacia uno mismo y hacia los demás. Es un hermoso nivel a través del cual uno experimenta la unidad con toda la vida, pero tiene un problema doble.

En primer lugar, si está demasiado abierto captarás todo el sufrimiento y el dolor de la condición humana, siendo incapaz de desapegarte y tener una distancia de ello. Este ha sido siempre uno de mis mayores problemas: soy tan consciente de tu sufrimiento que intentarlo por ti, en lugar de ver cómo lo has creado y lo que estás aprendiendo de él. Esto hace que uno acabe representando el papel de madre consejera o padre consejero, el cual hace que uno se sienta seguro. No hay ningún problema con hacer esto durante parte del tiempo, pero también debemos trabajar con alguien en una

relación de igual a igual en la que lleguemos a ser lo bastante vulnerables como para examinar nuestra situación.

En segundo lugar, si el centro del corazón está cerrado o amurallado, serás incapaz de amarte a ti mismo y de amar a otras personas. Estar amurallado en este centro no solo te bloquea, impidiéndote ser sensible a los sentimientos de los demás, sino que puede tener como consecuencia una presión arterial elevada y problemas cardiacos. (acumulamos y llevamos aquí muchos resentimientos y heridas, sobrecargando esta zona con una tensión innecesaria.)

El ideal es estar abiertos y canalizar la energía de este centro, pero percibiendo desde el chakra del tercer ojo que es más objetivo.

El quinto chakra

El quinto chakra está asociado a una creatividad y una clariaudiencia (oír o percibir vibraciones más sutiles) superiores, y se bloquea fácilmente con la tensión. Los bloqueos se manifiestan aquí fácilmente como una tensión en la nuca, lo cual suele tener como consecuencia dolores de espalda y de cabeza, y tensión ocular. El reumatismo y la artritis son el resultado directo de un bloqueo a lo largo de la nuca y de los hombros. Los problemas de garganta también son el resultado de una represión en el quinto centro.

Otros bloqueos son provocados por no expresar verbalmente nuestras necesidades y nuestros verdaderos sentimientos. Expresar tu habilidad creativa y la comunicación contigo mismo y con los demás es importante para un funcionamiento correcto de este centro.

El sexto chakra

El sexto chakra, también conocido como el tercer ojo, no es un gran causante de enfermedades. Si una persona ha estado concentrado durante horas, puede experimentar una acumulación de tensión entre los ojos, lo cual produce dolor de cabeza o tensión ocular, aunque normalmente esto es consecuencia de un bloqueo del quinto chakra. Cuando la persona ha estado meditando durante un rato, el tercer ojo penetra el chakra de la coronilla, o séptimo chakra, los dos se convierten en un mismo centro.

El tercer ojo está asociado a la apertura del potencial místico y el conocimiento espiritual verdadero, a ver con el único ojo de la verdad. Cuando uno ha aprendido a dirigir la energía por este centro, puede convertirse en un poderoso rayo sanado, más potente que un láser.

El séptimo chakra

También conocido como el chakra de la coronilla, el séptimo chakra representa la unión con el yo divino. Las imágenes de santos y maestros religiosos muestran un anillo de luz en torno a la cabeza, visto por poetas, artistas y clarividentes, que es la emanación de energía de la fusión del sexto y séptimo chakra. Este centro no está asociado al bloqueo y la enfermedad.

El propósito de todas las cosas

El propósito de todas las cosas es conocerte a ti mismo y ver todas las lecciones como oportunidades positivas para aprender y crecer. Esto suena muy fácil porque a mi

guía siempre le ha gustado que las cosas sean sencillas. Hemos venido a la tierra a aprender y cada uno de nosotros tiene libre albedrío y debe encontrar su propio camino. Aquello que buscamos está en nuestro interior. Aunque cuando nacimos no nos entregaron un manual de instrucciones para la vida, sí nos dieron unos maestros que caminan a nuestro lado.

Nadie hace este viaje solo. Cada uno de nosotros tiene un ángel guardián y un equipo de maestros que lo guían y apoyan a lo largo del camino. Estos seres sabios y poderosos no toman las decisiones por nosotros, pero nos ayudan comprender las cosas para que podamos elegir sabiamente. No nos gustaría que otros, dentro o fuera del cuerpo, tomaran nuestras decisiones, ya que entonces no aprenderíamos.

Tres herramientas gratuitas

Las herramientas más valiosas para ayudarnos a lo largo de la vida son gratuitas y están al alcance de todos: Los sueños, la oración y la meditación. Si las aprovecháramos, desaparecería gran parte de los enigmas, la confusión y las dificultades de la vida.

Los sueños

Los sueños son por supuesto, el tema de este libro. Nos proporcionan una lectura diaria de lo que está ocurriendo en nuestras vidas, una entrada a la mente superconsciente para obtener revelaciones, resolver problemas y recibir enseñanzas superiores provenientes del mas allá.



La oración

A menudo, la oración no es comprendida correctamente como la valiosa herramienta interior que es. Muchas personas ven la oración como un medio para apelar a una deidad superior caprichosa, rogándole a Dios que les dé cosas, con la esperanza de que les serán concedidas. Este tipo de orientación hacia Dios pertenece a las edades Bárbaras.

Dios le ha dado a cada uno de nosotros el poder creativo para manifestar cualquier cosa que desee en la vida. Ya tenemos toda la riqueza y el amor del Espíritu Divino en nuestro interior. Dios ya sabe lo que queremos y “el Padre se complace en daros el reino”. La clave es que debes saber lo que quieres, o no podrás manifestarlo. La oración, entonces es la formulación en tu mente de aquello que quieres o necesitas.

Rezar significa tener una gran claridad en tu interior. Es afirmar lo que sientes que contribuiría más a tu crecimiento y a tu conciencia en ese momento. Puedes pedirle a tu yo superior que te dirija o te guíe para que tomes las mejores decisiones posibles para ti, pero recuerda que eres tú quien debe elegir.

Con frecuencia, la oración se expresa en forma de afirmaciones positivas como: “ahora se abre para mí la oportunidad profesional perfecta”, “El estado natural de mi ser es la salud, la armonía y la totalidad”, “El poder de Dios fluye a través de mí, fortaleciéndome y guiándome”, “Estoy siendo divinamente guiado y dirigido en todo lo que hago”.

Es posible que hayas oído a algunas personas decir que la oración no funciona. Funciona si entiendes lo que estas haciendo. En la ley de la mente, los iguales se atraen. Si afirmas y sientes amor y totalidad, lo atraes a tu vida. Si afirmas la prosperidad, la invitas a morar en tu conciencia y en tus asuntos. La mayoría de nosotros pide cosas por un sentimiento de miedo y separación, en lugar de reconocer nuestra unidad con Dios y nuestro derecho divino como seres espirituales. Pedimos cosas sin tener realmente la sensación de que tenemos el poder de crearlas, de hacer que se manifiesten. Cualquier cosa que creamos en nuestro interior debe manifestarse en el exterior.

Además, a menudo, la duda y los sentimientos de ser indignos, el marchamo de “no me lo merezco”, rodean nuestras oraciones y, así, minamos nuestros propios esfuerzos.



Para rezar eficazmente, relájate y quédate muy quieto en tu interior. Lléname de un intenso sentimiento de amor, de totalidad de poder y armonía con Dios. Si lo deseas, puedes repetir afirmaciones como: **“Sólo hay una presencia y un Poder, Dios, el bien. Estoy relajado y en paz con esta presencia interior. Todas las cosas están trabajando para mi bien. El Espíritu de Dios está activo en mí ahora y yo formulo objetivos claros que me conducen a la expresión de mi mayor bien. Reconociendo el Poder de Dios en mi interior, ahora pido o afirmo...”** y luego declara tu oración.

Cuando reces, especialmente si es para pedir cosas, oportunidades o una determinada relación, acuérdate siempre de añadir: “ Esto o algo mejor”. Con demasiada frecuencia, la mente racional está sujeta a los detalles. La forma de actuar de la mente superior, o Dios ciertamente está más allá de la comprensión de nuestra conciencia cotidiana. Una nueva dimensión maravillosa o una oportunidad que no se te había ocurrido puede estar esperándote, pero llegará a tu vida si estás abierto a recibirla. La oración no debe usarse jamás de forma manipuladora, pues no llegarías a ninguna parte. Es inútil rezar para que alguien cambie para adecuarse a tus expectativas, o para que una persona te ame. Evita intentar dirigir las vidas de los demás mediante la oración. Podemos enviar luz y amor a otras personas, pero debemos honrarlas y liberarlas para que los utilicen de la manera que ellas consideren conveniente.

El amor, las oportunidades, la alegría y la abundancia nos están esperando, pero es posible que no lleguen a través de las personas o situaciones específicas que teníamos en mente. Debemos estar dispuestos a ponernos, y poner a otras personas, en manos de dios, confiando en que encontraremos lo que buscamos y que todo está funcionando para nuestro bien.

La oración es, entonces, una manera de concentrar nuestra mente consciente en los objetivos y en la dirección de nuestra vida. Es honrar el poder de Dios en tu interior para respaldar y actualizar unos deseos que son para tu mayor bien.

La meditación

La meditación es una autopista hacia la iluminación. Nos ayuda a ponernos en contacto con el maestro interior. abre a fuentes de energía superiores y recarga el cuerpo la mente y el espíritu. La percepción depende de nuestro nivel de energía, y la meditación siempre es una manera de mantener la energía de su nivel más alto.

Aunque con la meditación se experimentan cambios positivos inmediatamente, muchos de ellos son graduales. Experimentará reducción del estrés y la tensión, una mejoría general de en tu salud, y sentimientos de paz. Pero la meditación es una droga maravillosa que alivia a todas las dolencias de la noche a la mañana, sino que empieza sensibilizándote a los problemas que tienes a la mano y manteniendo un nivel de energía, para ayudarte a lidiar mejor con cualquier cosa a la que te enfrentes. Te da ojos para ver y oídos para oír, para que veas que estás recibiendo de la vida exactamente lo que queréis merecer: ¡ni más ni menos!

La meditación que lo enseñó le fue transmitido por mi canal. Trata de un metro del antiguo Egipto y es uno de los más fáciles y rápidos de aprender. La lira el proceso completo tiene dos partes. Primero está la concentración, un esfuerzo mental dirigido

que precede a la meditación. La concentración aquietta la mente y la concentra conscientemente en algo. En segundo lugar está la meditación, durante la cual relajas la concentración mental y permites una recepción de libre fluir. Y que requiere unos 20 minutos diarios. El mejor meditar cuando uno está alerta, en lugar de hacerlo inmediatamente después de haber comido mucho o cuando uno está muy cansado.

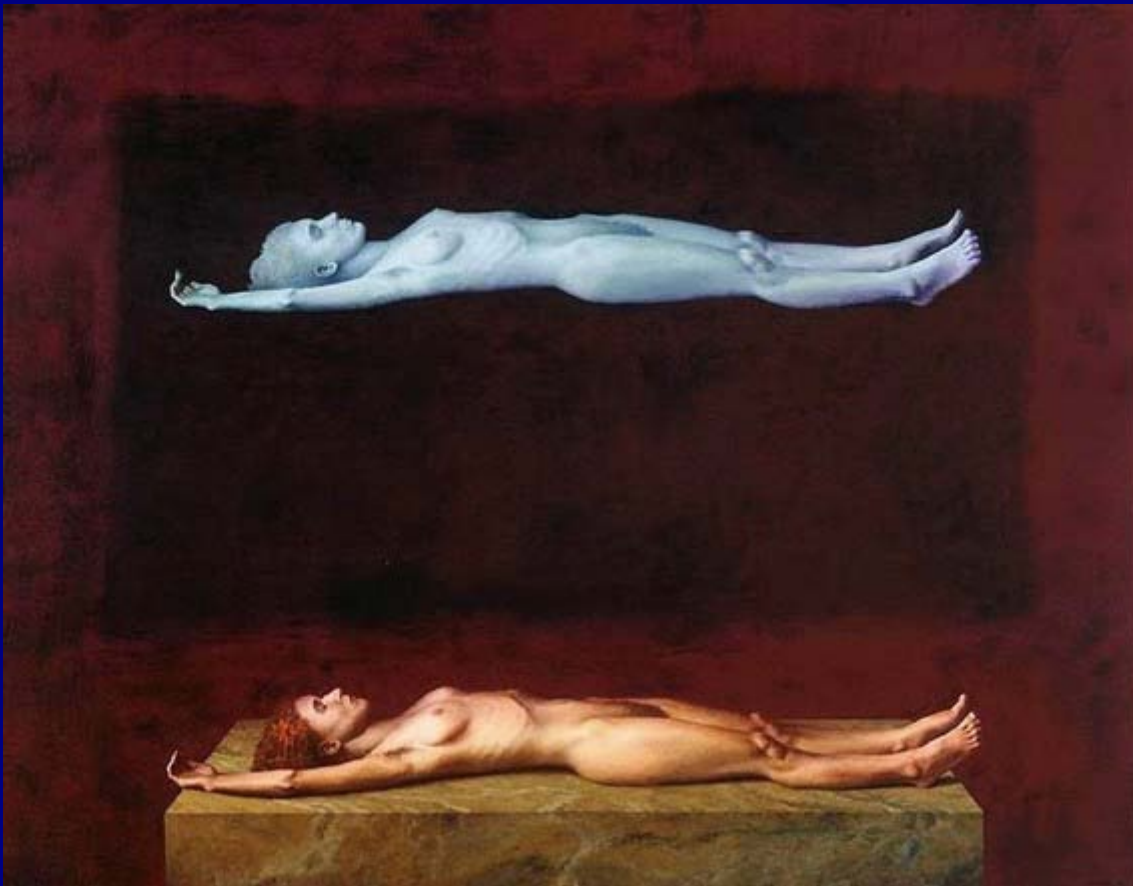
Quizás descubras que las primeras horas de la mañana son las mejores, porque puedes intensificar tu energía y orientar tu energía positiva antes de empezar cada día. O es posible que precisas meditar justo antes de esta dormir. Esto te ayudará despejar el desorden del día y aumentar tu energía para estar más receptivo a las enseñanzas que recibas en los sueños. Cualquiera momento es mejor que ninguno, el que se adapte mejor a tu horario personal será el mejor para ti. Deberías elegir una hora en la que halla silencio y nadie te moleste. Antes de empezar, podrías dedicar unos minutos a leer algo que te inspiren como poesía o escritos religiosos, o bien escuchar música que te anime.

1. Siéntate en una silla con respaldar al recto, con la columna erguida y los pies planos sobre el suelo. Tu espalda no debería tocar la silla. Pon las manos sobre tu regazo o en posición de oración. Las manos deben tocarse los ojos pueden estar abiertos o cerrados.
2. Respira hondo, lentamente, varias veces, y siéntate cómo te vas relajando. Imagina que una luz blanca brillante te rodean por completo y te protege mientras abres centros de energía sensibles.
3. Concéntrate tranquilamente en una idea, imagen o palabra durante unos diez minutos. Elige algo que sugiera paz, belleza o un ideal espiritual, o simplemente escucha una música suave y relajante. Si usas mexicana, permanece con la melodía y las palabras durante los 20 minutos completos.
4. Y tu mente se aleja de tu objeto de concentración, se la regresan suavemente a tu punto focal. (sorprendentemente, pronto descubrirás que tu capacidad de disciplinas la mente mucho más fuerte) Aquietar la mente del todo toma unos 20 años, de modo que no te desanime es posible a pesar de nosotros.
5. Pasados diez minutos, separar las manos y volver las palmas hacia arriba, sobre tu regazo . Si tienes unos ojos abiertos, ciérralos.
6. Relaja el asimiento en el objeto de la concentración, y lleva tu mente a lo neutral. Permanece pasivo pero alerta durante diez minutos. Observa placidamente los pensamientos que puedan ir y venir. Simplemente quédate quieto, indiferente, y fluye con cualquier cosa que estés experimentando.
7. Transcurridos diez minutos, haz tus afirmaciones y visualizaciones, ya que ahora te encuentras en tu momento mas relajado y centrado. Luego, cierra las palmas de las manos e imagina, una vez más que estás rodeado de una luz blanca o dorada. Ahora abre los ojos. La luz envía amor y sanación a otras personas y, sin embargo, impide que su estrés/tensión te influya mientras realizas tus actividades diarias.

Este periodo de veinte minutos no es sin embargo, nuestra única practica. Deberíamos esforzarnos en practicar la actitud de la meditación, observando nuestros pensamientos y nuestro comportamiento a lo largo de cada día. De este modo, la meditación puede ayudarnos a estar más implicados en la vida, porque podemos observar cómo creamos nuestras experiencias. A veces los cambios son dramáticos y a veces son sutiles, pero la mediación cambia tu vida, porque te cambia a ti.

Si meditas con regularidad, despejando el día sobre la marcha, pidiendo comprender tus problemas, no necesitarás tantos sueños que te muestren lo que está ocurriendo en tu vida. Ya lo sabrás. Verás como te estás fortaleciendo. Además, tendrás una mayor claridad respecto a los objetivos y la dirección en la vida que pueden formularse y manifestarse a través de la oración.

Las imágenes de los sueños y las imágenes de la meditación son la misma cosa. Pero hasta que llegues a tener una gran claridad y a ser muy objetivo, será bastante fácil que la mente consciente se interponga en el camino de las revelaciones que recibas durante la imaginación. Es por esta razón por lo que el estado del sueño es mucho más confiable hasta que uno lleve varios años meditando y sea capaz de reconocer la diferencia entre el deseo consciente y la auténtica dirección intuitiva.



2

Trabajar con los sueños

Como recordar un sueño

Todos podemos aprender a recordar los sueños. Éste por supuesto es un requisito para trabajar con los símbolos que hay en ellos. Cuando consigas recordarlos de forma fidedigna, podrás empezar a programarlos para la resolución de problemas.

La manera mas eficaz de trabajar con los sueños es llevar un diario de ellos. Cuando lo hagas pon la fecha en cada anotación, pues empezaras a ver pautas y temas recurrentes a medida que vayan transcurriendo las semanas. Si no comprendes algún mensaje importante de un sueño, tendrás más sueños que intentarán transmitírte la misma información, de modo que no te preocupes pensando que estás perdiéndote una lección, pues recibirás el mensaje una y otra vez, hasta que finalmente captes la idea. Lo más importante para aprender a recordar un sueño es tu intención de hacerlo-

Antes de ir a dormir, siéntate en el borde de la cama (si te acuestas podrías dormirte antes de terminar el proceso) , respira profundamente varias veces y relájate. Luego, di para ti mismo "esta noche quiero recordar un sueño y recordaré un sueño. En cuanto me despierte, lo pondré por escrito". A continuación, vete a dormir, dejando una libreta y un lápiz junto a tu cama, con la expectativa de recordar y escribir un sueño en cuanto que abras los ojos. Si lo prefieres, puedes registrar tu sueño en una grabadora.

Cuando despiertes registra inmediatamente las impresiones, imágenes o sentimientos que tengas sobre el sueño, es posible que solo tengas una vaga sensación de ellos: un sentimiento de frustración, de alegría, de preocupación o de paz. Límitate a escribir cualquier cosa que percibas en el momento de despertar. Si recuerdas bien la mayoría de las imágenes del sueño, escríbelo todo con el mayor detalle posible: personas, vehículos, escenarios, objetos, colores, formas, números, etc.

Si no pones tu sueño por escrito inmediatamente, lo perderás. No creas que puedas volver a dormirte y que lo recordarás mas tarde. Estás en un estado de conciencia alterado; ese estado entre medio despierto y medio dormido, cuando acabas de abrir los ojos. Hasta que aprendas a tender puentes entre los niveles de conciencia, no serás capaz de recordar tu sueño cuando estés totalmente despierto. Es por ese motivo por lo que debes decirte a ti mismo que recordarás y anotarás el sueño.

Al continuar practicando esta técnica de escribir el material, llevándolo de la mente súper consciente a la mente consciente, estas aprendiendo a tender un punto en la brecha que hay entre los niveles de conciencia.

Sueñas durante toda la noche, pero a menudo tus mejores sueños con enseñanzas son los que tienen lugar entre las tres y las cinco de la madrugada, o los que tienes justo antes de despertar. Ciertamente si estás trabajando en un turno de noche y duermes durante el día, tu horario de sueños se adaptará a tus ritmos biológicos. Pero los sueños pueden llegar en cualquier momento: durante una siesta por la tarde o al echar una cabezada después de cenar.

Utilizar los sueños para resolver problemas

Incluso si no utilizas los sueños conscientemente para resolver problemas, sin duda habrás tenido la experiencia de despertar por la mañana con una respuesta clara y sencilla a un problema. Es posible que ni tan siquiera recuerdes el sueño, pero sabes lo que debes hacer en esa situación. Esta técnica ha sido utilizada durante siglos para recibir revelaciones. La mente consciente puede batallar con un problema, pero cuando

este es liberado a la mente súper consciente, los recursos infinitos más grandes de la consciencia, la respuesta aparece sin esfuerzo.

Sin embargo, programar deliberadamente tus sueños para obtener respuestas a tus problemas es tener un control todavía mayor del estado del sueño y dejar que trabaje para ti.

Para utilizar los sueños para resolver problemas, siéntate otra vez al borde de la cama antes de dormir. Respira hondo varias veces, relájate y trae el problema a tu mente. Tanto si es concerniente a las relaciones, a tu carrera, a la salud, a la inspiración para un proyecto creativo, o lo que fuere, repasa mentalmente todos los aspectos del problema que te parecen relevantes. Has pensado en él, has reflexionado sobre él, pero no estas seguro respecto a cuál es la mejor dirección que hay que tomar, o la solución mas positiva.

Además de repasar mentalmente el problema, explóralo con tus sentimientos. Luego, repite mentalmente: << Esta noche tendré un sueño que contendrá información para la solución este problema, y lo recordaré, lo comprenderé y lo anotaré al despertar. Estoy abierto a la comprensión y la orientación más elevadas posibles>>. Luego, duérmete, liberando completamente la situación de tu mente, descansando en la expectativa de que recibirás la respuesta.

En cuanto despiertes, escribe todo lo que seas capaz de recordar. Anota cualquier sensación general del sueño, los sentimientos, las impresiones y las imágenes. Es posible que despiertes con un recuerdo nítido de un sueño que, al ser analizado, te proporcionará una respuesta muy clara. Quizás despiertes con la firme sensación de que, simplemente, sabes lo que tienes que hacer. También es posible que en algún momento del día algo en la realidad de vigilia desencadene una imagen o una impresión del sueño, y así obtendrás tu respuesta.

Quizás recuerdes un sueño que no consigues comprender. Límitate a registrarlo y continúa el proceso la noche siguiente. Evita decirte que el proceso no esta funcionando. Está funcionando: lo único que ocurre es que todavía no lo has entendido. De modo que, si al despertar no obtienes la respuesta que querías, haz otra pequeña relajación antes de empezar el día. Sugírete: << He entregado completamente este problema o situación a una sabiduría superior que está dentro de mí. La respuesta se me está presentando ahora. Estoy abierto y receptivo>>. Luego, aparta la inquietud de tu mente. Aferrarte a ella o preocuparte bloqueará tu percepción. Si no recibes la respuesta durante el día, repite el procedimiento de programación una vez más antes de irte a dormir. Deberías obtener respuesta a cualquier problema dentro de un periodo de tres días.

Cualquier cosa que afecte a la química del cuerpo de una forma significativa(...)

En segundo lugar es importante estar relajado cuando uno programa o pide un sueño. Siente el deseo de resolver u obtener una revelación en tus sueños. Necesitas el sentimiento del centro del corazón, pero también el desapego y la claridad del tercer ojo para no reaccionar de forma emocional. Ámate a ti mismo por haber creado la situación, que es una maestra valiosa. Ámate por desear resolverla ahora y dejarla atrás. Ama a todas las personas implicadas por haberte ayudado a aprender y a conocerte a ti mismo. Cuando se aproxima a la resolución de los problemas a través del amor, las respuestas llegan más fácilmente.

Pide y recibirás, pero debes hacerlo de una forma honesta. Las preguntas siempre deberían ser para entendernos a nosotros mismos, no como cambiar o manipular a los demás. Por encima de todo desea tener sabiduría, en lugar de ideas limitadoras acerca de ti y de los demás.

Lo más grande que podemos hacer por otra persona es honrar su poder interior para tomar decisiones y elegir el tipo de vida que desea vivir. Todos somos libres de cometer

nuestros propios errores. Ésa es la única manera de aprender. Ciertamente , puedes rezar por otras personas y enviarles amor, pero hazlo de una manera que honre a su yo superior, dándoles la energía y la libertad para tomar sus propias decisiones, para determinar cuál es el mejor camino para ellas en la vida, tanto si te incluye a ti y tus expectativas como si no es así.



Tipos de sueños

Hay seis tipos básicos de sueños, y a menudo recordarás trocitos de varios de ellos. Cuando empieces a trabajar cada vez más con tus sueños, reconocerás las diferencias y determinarás el valor de lo que cada uno de ellos te ofrece

1º De limpieza de la casa. Estos sueños limpian lo que hemos recibido durante el día, separando lo mental de lo emocional, repasando las experiencias. A menudo, cuando intentas dormirte, tu mente todavía está yendo a cien por hora. Estás preocupado, angustiado, estresado. Estos sueños inician el proceso de liberar las preocupaciones inútiles e integrar las útiles. Ayudan a que el cuerpo y la mente se empiecen a relajar.

Si meditas antes de irte a dormir, aquietando y centrando la mente, los sueños de desorden suelen ser innecesarios. Si practicas repasar el día mentalmente, bendiciendo, liberando y perdonándote a ti mismo y a los demás, estarás preparado para un nivel de conciencia más elevado en el estado del sueño. Además, tendrás más energía y tus sueños serán más claros.

2º De enseñanza. Normalmente, uno suele tener un sueño de enseñanza importante cada noche, el cual te proporciona información acerca de los problemas a los que te enfrentas, o te muestra enseñanzas superiores de niveles avanzados. Te prepara para lo que va a ocurrir en las siguientes veinticuatro horas. A menudo, una experiencia de “deja vu” es recordar lo que la mente superconsciente almacenó en la memoria subconsciente durante el estado de sueño. La mayoría de los sueños tienen que ver con lo que estás viviendo en estos momentos y con cuál es la mejor manera de lidiar con las situaciones y relaciones.

Es posible que te veas sentado en un salón de clase, dando o recibiendo una lección, o caminando con un maestro en un entorno muy bello. Quizá oigas una información que desconocías hasta el momento y la recuerdes bien al despertar. Muchos descubrimientos e inspiraciones han provenido de niveles superiores en estos sueño de enseñanza.

3º De resolución de problemas. Estos sueños han sido programados o solicitados por ti. Es posible que estés buscando revelaciones para comprender una relación difícil,

para resolver un misterio científico, o pidiendo el argumento para una nueva novela. Todo el conocimiento y la información están disponibles para ti cuando aprendes a acceder a ellos. Aprender a programar los sueños y a comprender sus mensajes es uno de los recursos internos más valiosos.

4° Precognitivo. Este tipo de sueño te proporciona una vislumbre de algo futuro. Es distinto a la experiencia de “deja vu” porque la precognición suele concernir a otra persona. Precognición significa “saber algo de antemano”. En el sueño precognitivo hay una sensación o un sentimiento especial. Cuando aprendes a reconocerlo, sabrás qué imágenes son simbólicas y cuáles pueden llegar a ser hechos precognitivos literales. Éste es un fenómeno del nivel psíquico.

La mayoría de los sueños precognitivos tienen lugar para despertar a la persona a las dimensiones expandidas de la mente. A menudo, la gente que no medita tiene este tipo de sueños, pues entonces se ve obligada a preguntarse cómo es que sabe tal y tal cosa acerca de determinada persona. La mente, por supuesto, no está limitada por el tiempo. Con suerte, estos sueños dirigirán tu atención hacia tu interior, para que empieces a interesarte más en desarrollar tu yo interior y saber más acerca de él.

5° Profético o visionario. Este tipo de sueño proviene del nivel más elevado del alma. Es un mensaje Dios o del Yo-Dios, y concierne al crecimiento espiritual. Proviene del nivel conciencia mística. Puede contener un mensaje personal o una verdad universal. La visión está en una escala mucho mayor de la que suele asociarse a los sueños. Posee una cualidad de conciencia totalmente distinta. Sabes que estás despierto, consciente, pero también te das cuenta de que estás soñando. Las profecías de las enseñanzas antiguas y místicas han llegado a través del nivel de conciencia visionario. Una visión contiene muchas cualidades: revelación, comprensión, expansión, realización de la unidad de toda la vida, poder y amor. Es posible que yo tenga solamente una visión en todo un año, pero siempre vale la pena esperarla.

6° Interferencia externa. Este sueño se produce cuando algo en tu entorno físico está causando las suficientes alteraciones como para ser incorporado a la historia de tu sueño.

Siempre es mejor dormir en un entorno silencioso. Cuando interpretes tus sueños, ten presente que puedes estar captando estas interferencias externas.



Anatomía de un sueño

Con frecuencia, los sueños se presentan en tres pasos:

❑ **Primero** dan marco temporal para el problema, la situación o el programa que estás realizando. Por ejemplo si se te muestran la casa donde vivías en tu infancia, dicha casa representa un antiguo programa o conciencia de ti mismo que tuvo su inicio entonces.

❑ **En segundo** lugar, se te mostrará como se está manifestando el problema actualmente en tu vida y en tu conciencia actual: lo que lo rodea.

❑ **En tercer** lugar, se te presentará la solución a la situación, o como aprender algo del programa o problema que te está limitando y como dejarlo atrás.

La mayoría de los sueños de enseñanza seguirán este formato. Si recuerdas haber visto un automóvil, una casa, una escuela o una persona de tu pasado, eso suele formar parte de la primera fase del sueño.

Entender los símbolos de los sueños

Los sueños nos hablan mediante símbolos. La comunicación entre las personas es, en el mejor de los casos, difícil. En muchas ocasiones tendemos a malinterpretar las cosas debidos a los bloqueos y los filtros perceptivos. Así pues los sueños se transmiten simbólicamente porque, cuando uno conoce sus propios símbolos, no puede entender erróneamente el mensaje. En realidad, los símbolos son como la taquigrafía y son mucho más fáciles de interpretar que una conversación verbal.

El punto de partida

Existen algunos símbolos primarios de los sueños que suelen tener los mismos significados. Un buen punto de partida es darte cuenta de que todo lo que forma parte del sueño eres tú. Tú eres el productor, el escritor, el actor y el director. Las personas que aparecen en tu sueño suelen representar cualidades que tú posees y que has proyectado en ellas. Las figuras femeninas y masculinas representan tus propias energías masculinas y femeninas. Un niño o una niña representa al niño o la niña que hay en tí, una persona anciana representa la parte vieja de tu ser, ya sea una parte sabia o una que está muriendo porque ya la has superado. Los animales representan sentimientos que tú tienes respecto a animales específicos, o características asociadas a ellos. Por ejemplo, el lobo es el peligro, como en el caso del lobo disfrazado de oveja, y el zorro es el peligro, y el zorro es el engaño y la astucia.

Una casa, un edificio, un almacén u otra estructura eres tú. Si es grande, indica un gran potencial y la percepción de oportunidades o recursos internos. Si las habitaciones están desordenadas, obviamente no estás manteniendo tu casa en orden. Si algunas habitaciones son oscuras, son partes de tu ser que no conoces o no comprendes. El ático y los pisos superiores representan al yo espiritual, la planta baja al yo físico o cotidiano y el sótano al yo sexual o subconsciente. Las diversas habitaciones y la forma en que están decoradas y arregladas indican ese aspecto particular de tu vida: el baño, limpiar, eliminar, liberar; el comedor, nutrir, compañerismo, etc.

Cualquier vehículo (un coche, un avión, una nave espacial, un barco) también te representa a ti. Se trata de una forma de viajar o de estar en el mundo. Un automóvil es un vehículo físico e indica cómo estás viajando en tu vida diaria. ¿Retrocedes, descendes por una montaña o vas en dirección equivocada? ¿Se te ha pinchado una

rueda? ¿Avanzas a gran velocidad con un control perfecto? Un bote o un barco es un vehículo emocional. ¿Estás experimentado sacudidas sobre los mares de la vida, subiendo y bajando? ¿Te encuentras en un muelle seco? ¿Estás al mando? ¿Llevas un ancla?

Un avión o cualquier vehículo aéreo es tu vehículo espiritual, y si vas camino del aeropuerto has de saber que te estás preparando para despegar hacia una nueva comprensión espiritual.

Una motocicleta o una bicicleta indican que necesitas equilibrio en tu vida.

El agua representa las emociones, el fuego es purificación, el aire es el yo espiritual y la tierra es el yo físico (o el grado en que tienes los pies en la tierra).

Cuando empiezas a reconocer unos cuantos símbolos básicos, comienzas a buscar colores (no se sueña en blanco y negro) , ropa, personas, escenarios, objetos, tamaños, números, palabras, letras etc. Todo tiene su propia importancia. Las verjas o las vallas indican que el pensamiento creativo es necesario para superar un determinado problema al que ahora te enfrentas. Si estás en una autopista, es que las cosas marchan con facilidad. Si estás pavimentando un camino, estás haciendo que el camino sea más fácil en el futuro.

Todos los símbolos que recibes (ya sea en una fantasía, en una meditación o en una visualización guiada) son la misma cosa: son mensajes codificados del yo para el yo. Cuando captes la imagen, comprenderás la situación.

Tú tienes la última palabra

Recuerda que tu mejor intérprete eres tú. Tú tienes la última palabra respecto al significado que tiene un símbolo para ti. No seas tan crédulo como para aceptar la interpretación de otra persona. Eso sería entregarle tu poder y despreciar el refinamiento y la confianza en tus propios recursos internos. Si la definición de un símbolo en un diccionario de sueños no te parece la correcta, búscala en un diccionario integral. A menudo, ahí encontrarás significados que nunca antes habías considerado, y cuando lees uno de ellos sonará una campanita en tu cabeza. Las definiciones que se ofrecen en este libro son generales, y si no se aplican a una situación específica, debes, debes seguir buscando, reflexionando y meditando sobre el símbolo hasta que se revele su verdadero significado para ti. Cuando las soluciones, se tornan tan sencillas que comprendes que siempre has sido guiado por tu propio Yo superior o Dios interior.

Tipos de sueños habituales

Nos sentiremos más cómodos con todas las imágenes que aparezcan en los sueños cuando aprendamos a darles la bienvenida, sean las que sean, como mensajeras simbólicas del yo.

No existe ningún símbolo onírico que sea malo. Los sueños más grotescos o aterradores contienen revelaciones de lo más positivas cuando son comprendidos. Recuerda: las imágenes de los sueños simplemente están tratando de llamar tu atención, de modo que no te resistas a ellas. Intenta reconocer la revelación para poder pasar a una percepción más alegre. Muchas personas tienen los siguientes tipos de sueños habituales:

❑ **Pesadillas.** La pesadilla es un tipo de sueño que la mayoría de nosotros conoce. Es uno de nuestros sueños de enseñanza más valiosos, porque nos muestra un temor que

se ha vuelto desproporcionado o algo que hemos reprimido y que nos está afectando negativamente. Con frecuencia, no recordamos los sueños felices, pero los que nos asustan nos impresionan más y nos inclinamos más a intentar comprenderlos.

Por ejemplo, un hombre tenía una pesadilla recurrente en la que una rata le comía el cuello. Despertaba gritando y agarrándose el cuello para quitarse de encima el animal. Al analizar el sueño, el hombre descubrió que el cuello representaba el chakra de la garganta. Él no estaba expresando verbalmente sus necesidades y esa represión estaba royéndole y provocando en él un comportamiento autodestructivo. La rata era una parte insegura de sí mismo que lo estaba traicionando. Siempre debemos mimar al yo interior, cuidándonos de transmitir verbalmente y expresar lo que queremos y lo que necesitamos. Cuando el hombre comenzó a dar pasos asertivos para resolver sus problemas en el trabajo y en las relaciones, el sueño de la rata dejó de producirse.

❑ **Sueños de desastres.** Tanto si se trata de un terremoto, una inundación, un incendio o un maremoto, un desastre indica un cambio repentino en un área de tu vida. Una inundación significa una convulsión emocional y un terremoto significa una gran reorganización en tus asuntos. Normalmente indican coyunturas u oportunidades para aprovechar una nueva dirección. (Véanse desastres específicos en el diccionario de sueños).

❑ **Sueños sexuales.** El sexo es una gran parte de muchos sueños y normalmente tiene poco que ver con el significado literal de las relaciones sexuales. Por lo general, indican que uno está aprendiendo a equilibrar las polaridades masculina y femenina de su ser. Recuerda que cada uno de nosotros es a la vez masculino y femenino, manifestándose en un cuerpo en particular.

Tener relaciones sexuales en un sueño representa una fusión de energías masculinas dentro de toser; si las tienes con una mujer (o hombre) y sueñas que estás haciendo el amor con otra mujer (u otro hombre), que realmente conoces, ello representa llevar a tu interior cualidades que tú asocias con dicho individuo en particular. Normalmente, hacer el amor con alguien de tu mismo sexo no tiene nada que ver con la homosexualidad.

Asimismo tener relaciones sexuales con un familiar no indican un deseo de incesto. Si haces el amor con tu padre o con tu madre, ello representa una fusión de cualidades más sabías, afectuosas, del yo masculino o femenino; si lo haces con un hijo o una hija, es una integración de cualidades más infantiles o juveniles de ti mismo. Recuerda que todas las personas que aparecen en tus sueños son una parte de ti.

Un sueño sexual acompañado de un orgasmo podría indicar una necesidad de liberar y equilibrar la energía física, y esa es la forma que tiene el cuerpo de restaurar el equilibrio. Debemos recordar que somos seres físicos, sexuales, y que esa parte del ser necesita ser honrada.

❑ **Sueños con trajes de época.** Si te ves vestido con un traje de época, normalmente ello representa una vida pasada. Podría ser que un problema al que te enfrentas ahora es el mismo que tuviste en otra época y en otro lugar. Recordar y comprender la dinámica del sueño con trajes te ayudará a tener perspectiva sobre aquello a lo que te enfrentas actualmente.

❑ **Soñar con direcciones.** La dirección en la que estás viajando indica si vas por buen camino. Si vas hacia arriba en un sueño (subiendo por una montaña, un camino, una escalera, un ascensor o lo que fuere), es que vas en la dirección correcta. Si vas

hacia abajo, vas por mal camino. Si vas hacia arriba y hacia abajo, tu energía está dispersa y necesitas centrarte. Dar vueltas en círculos habla por sí mismo. Si vas hacia la derecha, estás siguiendo el camino de la intuición y la orientación. Hacia la izquierda es el intelecto y la razón.

Un hombre me preguntó si debería participar en una conferencia y yo tuve un sueño en el que él aparecía en una escalera mecánica tan empinada que tenía que dejar su maletín delante de él para poder agarrarse: dirección equivocada, que no apoya sus estudios y proyectos inmediatos. Otro ejemplo: una mujer estaba considerando la posibilidad de comprarse otro coche. Se le mostró el coche al pie de una montaña, y ella tenía que caminar por unas calles llenas de gente para llegar hasta él. La mujer no compró el coche y unos días después recibió una oferta mucho mejor.

❑ **Volar.** Los sueños en los que uno vuela son muy divertidos y normalmente indican que estás conscientemente fuera de tu cuerpo. Si puedes tener control de un sueño en el que vuelas, tendrás libertad de ir a donde tu quieras. Puedes imaginar que estás en diferentes lugares en el espacio-tiempo y encontrarte ahí al instante, o puedes trascender las dimensiones. Si estás volando y empiezas a perder altitud, o si crees que te vas a estrellar, esto simplemente sugiere que tienes miedo de explorar las dimensiones superiores y de salir de los límites. Vuelve a intentarlo en la noche siguiente.

❑ **Caer.** Si sueñas que caes, probablemente es porque estás teniendo un mal aterrizaje al regresar a tu cuerpo. Todos abandonamos nuestros cuerpos por las noches. Si tienes una sacudida cuando estás empezando a quedarte dormido, se trata de una mala salida. Si despiertas y no puedes moverte o hablar, ello significa que estás mitad fuera y mitad dentro del cuerpo. No podemos movernos hasta que estamos totalmente dentro del cuerpo. Imagina tu cuerpo de la cabeza a los pies. Esto te hará tomar contacto con la tierra.

Durante la noche, abandonamos el cuerpo, o transcendemos la conciencia física, para recibir enseñanzas y formación. La dimensión física o tercera dimensión es una ilusión; el estado del sueño es la realidad. Con la meditación y el trabajo con los sueños dejarás de tener miedo a la muerte, ya que experimentamos la cuarta dimensión y te sentirás tan cómodo ahí como en la tercera.

❑ **Sueños obscenos.** Nada en un sueño es obsceno cuando has comprendido su significado. No hay nada que pretenda insultarte u ofenderte, sino hacerte ver el nivel en el que estás o la limitación que has estado evitando. Solucionalo y lo más probable es que encuentres mucho humor en ello.

❑ **Sueños recurrentes.** Hay un mensaje que no estás recibiendo, es como la reposición de una película. Las pesadillas recurrentes indican que no te has enfrentado a un determinado miedo. Los sueños recurrentes con vallas o barricadas significan que hay una limitación que te has impuesto, que todavía, no has reconocido y retirado. Es sumamente importante escribir estos sueños y comprenderlos. Cuando hayas captado el mensaje, cesarán.

❑ **Sueños con serpientes.** Son símbolos de poder. Representan la energía kundalini, o la fuerza vital. Una mujer soñó que una serpiente entraba por la parte inferior de su cuerpo y ascendía por su tronco hasta llegar a la garganta. El animal se quedó atascado ahí y ella se comenzó a asfixiar. Despertó horrorizada, a primera vista esto puede parecer un tanto desconcertante, pero en realidad se trataba de una

explicación perfecta de lo que estaba ocurriendo en su vida. El poder del kundalini está alojado en la base de la columna vertebral, de manera que la serpiente penetra en su cuerpo y comienza a ascender. Cuando la energía despierta, va ascendiendo por lo diferentes chakras. La energía de la mujer estaba fluyendo bien hasta que llegó al centro de la garganta, donde se detuvo, provocando su ahogamiento. Ella estaba expresando verbalmente sus necesidades y sus sentimientos. Estaba ahogando la comunicación por miedo y debido a una mala imagen de sí misma. Este sueño explicaba que el poder interior de esa mujer estaba vivo y en buen estado, y que si se liberaba de los bloqueos en el centro de la garganta, expresándose verbalmente y dejando de reprimirse, superaría las limitaciones con los demás.

❑ **Sueños con dinero.** Cuando sueñas con monedas o billetes, ello representa que llegarán cambios a tu vida. Si las monedas son pequeñas, los cambios serán pequeños. Si hay montones de billetes, serán grandes cambios.

❑ **Sueños con inodoros.** Hacen referencia a como nos estamos ocupando de nuestros desechos interiores. ¿Estamos soltando los pensamientos y experiencias innecesarios? ¿Estamos liberando el pasado para vivir plenamente el futuro? El estreñimiento representan un represión. La diarrea una eliminación forzada, tanto si uno está preparado para ello como si no lo está, y una falta de control en el proceso. Un inodoro atascado significa que no está soltando, eliminando la negatividad y los desperdicios.

Yo soñé con tres inodoros atascados que estaban al aire libre. Esto me comunicó que debía limpiarme mentalmente, física y emocionalmente. Entonces tomé conciencia de las cosas que tenía que hacer y las prioridades que debía establecer, porque los inodoros estaban totalmente expuestos, a la vista de todos.

❑ **Sueños con sangre y tripas.** La sangre en un sueño significa pérdida de energía. Si sueñas que te apuñalan, fíjate en qué zona del cuerpo lo han hecho y a que chakra corresponde, para ver de que modo estás perdiendo energía. Si sueñas que te están asesinando o que tú estas asesinando a otra persona, quiere decir estás matando una parte de tu ser. Podría tratarse de un aspecto que ya no necesitas, o de una parte que has descuidado y que todavía es valiosa para tu crecimiento personal.

❑ **Sueños con persecuciones.** Si te están persiguiendo, o si estás intentando huir de algo, significa que estás evitando ver un problema. Si no puedes lograr que se muevan tus piernas o si estás moviéndote en cámara lenta, pronto tendrás que enfrentarte a ese miedo que has estado evitando. Cuando te están persiguiendo, significa que te estás sometiendo a una angustia y un sufrimiento innecesarios. Recuerda que debes darle la vuelta, enfrentarte a ese aspecto de ti que te está persiguiendo y hacer las paces con él. De ese modo, el drama cesará.

La interpretación de los sueños.

Reconocer el nivel de sentimiento en un sueño, así como los símbolos particulares, es importante para poder comprender su significado.

En primer lugar escribe el sueño de la manera más extensa posible. En segundo lugar anota todos los símbolos que puedas identificar y, y a un lado su posible significado. Búscalos; si es necesario, utiliza un diccionario. En tercer lugar, En tercer lugar escribe tu interpretación.

Lo siguiente es un ejemplo de un sueño y su interpretación:

❑ **Primer paso: *el sueño***

Una mujer estaba en un autobús con un líder espiritual y con miembros de un grupo espiritual. Un hombre entró en el autobús. Vestía un abrigo oscuro y un sombrero. Comenzó a robar a todo el mundo. La mujer tenía 600 euros en su cartera. Ella estaba acostada en un saco de dormir. Quería ocultar su cartera, pero su mano izquierda se le había dormido y no se podía mover.

❑ **Segundo paso: *registrar los símbolos del sueño***

Mujer: la parte femenina, creativa, del yo.

Autobús: gran vehículo para el crecimiento.

Líder espiritual: el propio yo superior de la mujer, su maestro espiritual.

Grupo espiritual: partes del ser conscientes del crecimiento.

Hombre: parte masculina, enérgica y fuerte del yo.

Oscuro: lo desconocido.

Abrigo: cubrir, ocultar.

Sombrero: el papel que ella interpreta.

Robar: robar energía.

600 euros: el 6 es tu guía, los maestros superiores, la hermandad blanca (maestros de luz) ; presta atención.

Cartera: identidad.

Saco de dormir: en un capullo, oculta en el vientre materno.

Mano izquierda: mano que recibe.

Dormido: entumecido, pasivo, no se permite recibir.

❑ **Tercer paso: *la interpretación***

La parte femenina de la mujer tiene una gran capacidad para el crecimiento. Muchas partes de sí misma son conscientes del crecimiento y ella está con su yo superior, o siendo guiada por él. Ella ha ocultado o reprimido la parte fuerte y enérgica de sí misma. Es desconocida para ella. Esta mujer permite que la gente le quite energía y nunca dice “no”. Entrega su poder. El 6 es su guía, que le dice: “Mira lo que estás haciendo, ¿Sé enérgica!”.

La mujer tiene miedo de perder su identidad si es enérgica, y es incapaz de hacer algo al respecto, pues está encerrada en su capullo. No es capaz de recibir y dejar que otras personas le devuelvan lo que ella da. Toda su energía va hacia fuera y no regresa. El mensaje principal del sueño es su incapacidad de recibir.

Niveles de interpretación

Un sueño se puede ver en muchos niveles. Hay un significado literal que normalmente no es la interpretación correcta. Pero esto depende de lo que uno pide.

Por ejemplo: una mujer pidió entender lo que estaba ocurriendo en su matrimonio. Ella había intentado muchas cosas para mejorar la situación, sugiriendo una terapia, mayor comunicación, etc. En su sueño aparecía ella y su marido en un desierto, caminando en dirección a un comerciante vendiendo unos falsos anillos de boda hechos

de hojalata. Cuando ella miró a su marido, su rostro estaba en una bruma, distante. Salieron del desierto y se detuvieron en una casita a tomar un refresco, donde la mujer fue recibida por un extraño que le dio un abrazo cálido y amoroso, haciendo que ella se percatara inmediatamente de que eso era algo que faltaba es su relación con su marido.

Este sueño se podría interpretar como que las partes masculinas y femenina de esta mujer no estaban en equilibrio, pero ella había preguntado específicamente sobre su relación con su marido. En este caso, la mujer estaba trabajando en su equilibrio interior. Aunque no era lo que ella quería oír, se dio cuenta de que su relación no se basaba en el amor mutuo. No era realmente un matrimonio, y la falta de crecimiento (el desierto) simbolizaba ese estado actual. La serie de sueños que vinieron a continuación le indicó lo mismo. Entonces ella supo que se tenía que marchar.

A veces, los sueños no comunican cosas que no queremos oír.

Trabajar con las imágenes de los sueños.

Todas las imágenes oníricas tienen un mensaje simbólico. Las que son mas sobrecogedoras son las imágenes del miedo. Tenemos muchos temores que hemos reprimido desde la niñez y estos tienen la libertad de salir a la superficie en los sueños y en los estados meditativos. Es importante que recuerdes que tú no eres tus miedos. Los miedos son, simplemente, formas de pensamientos negativos que no tienen ninguna realidad por si solas. Cuando les quitamos el poder, dejan de tener influencias en nuestras vidas.

Aunque nuestro propósito en la vida es conocer el yo, pasamos mucho mas tiempo huyendo de él. Tenemos miedo de muchas cosas, especialmente de aquellas que son desconocidas para nosotros. Tememos aquello que no comprendemos. Cada miedo representa un bloqueo para nuestra verdadera belleza, el ser espiritual interior. Deberíamos dar la bienvenida a esas imágenes atemorizantes, pues ellas nos revelarán el pensamiento limitado y las creencias que impiden nuestro desarrollo.

Cualquier imagen que identifiques pero no comprendas puede conocerse y se puede trabajar con ella en una visualización autoguiada, o a través de la meditación. Esta técnica es particularmente útil cuando estás trabajando con imágenes atemorizantes. Si sueñas con un monstruo aterrador, o una apersona atemorizante, se trata de un miedo desproporcionado. Al despertar, vuelve a traer esa imagen a tu mente. Imagina que ese “ser” se quita su disfraz de monstruo, dejando caer al suelo su atemorizante traje. En su lugar, aparece una pequeña parte de ti, quizás una persona diminuta, que te ofrece un regalo. Pregúntale a ese pequeño ser te quiere enseñar e imagina que te transmite el mensaje afectuosamente.

Puedes establecer un dialogo con cualquier imagen de tus sueños y permitir que te hable. Simplemente haz un numero de Disneylandia con ella. Si se trata de un árbol, imagina que tiene rostro, brazos y piernas, y hazle preguntas. Si es una gran valla o un muro, ponle también un rostro y deja que te hable. Imagina que te diría. Para utilizar esta técnica, prueba a seguir los siguientes pasos:

1. Escribe una descripción de la imagen del sueño que no comprendes.
2. Relájate, entra en un estado meditativo y luego imagina la imagen en tu mente. Si es imaginada, ponle un rostro y deja que te hable. Si es grande y te inspira temor, imagina que se baja la cremallera de su atemorizante disfraz de Hall Owen y que lo que sale de ahí es bastante inofensivo y corriente. Luego, inicia una

conversación. Recuerda que las tácticas del miedo solo existen para llamar tu atención.

3. Ahora pregúntale: “¿Qué revelación me has traído?”, o: “¿Que parte de mi representas?”. Deja que la imagen te hable; si las palabras no surgen inmediatamente, invéntate lo que crees que dirá. Puede ser que realmente oigas las palabras o que simplemente recibas una fuerte sensación de lo que su forma representa en realidad.
4. Después de la conversación, da las gracias a la imagen por haber aparecido ante ti. Si todavía no ves las cosas claras, pídele que se presente en una forma distinta en tu próximo sueño, para que puedas comprender.

Cuando empiezas a obtener el control del estado del sueño, es decir, cuando sabes que estás soñando, entonces puedes detenerte y encontrarte con las imágenes mientras todavía estás en el sueño. Si algo te está persiguiendo, puedes darte la vuelta y decirle: “Eh, espera un momento. Aclaremos las cosas. ¿Por qué estoy permitiéndote que me persigas, y qué parte de mí representas?”. Cuando puedes enfrentarte a una imagen en un sueño, inmediatamente comprendes lo que es. Y cuando te enfrentas al miedo, ya lo has conquistado. Mantén el sentido del humor y recuperarás inmediatamente la perspectiva.

Además, cuando en cualquier momento te das cuenta de que estás soñando, puedes detener el sueño y decir: “Muy bien. Ahora estoy preparado para aprender”. Esto es lo que estamos intentando conseguir: obtener un control absoluto del estado del sueño para que se convierta en un vehículo para el aprendizaje superior y la integración del ser.

3

Los sueños y la conciencia

Enlace hacia la iluminación

Los sueños nos ayudan a empezar a tender puentes entre esos niveles: entre las mentes consciente, subconsciente y superconsciente.

La mente consciente percibe la realidad del espacio-tiempo a través de los cinco sentidos y es el nivel racional o intelectual. El subconsciente es como un banco de almacenamiento que contiene todas las experiencias de la vida, dentro y fuera del cuerpo. El superconsciente va mucho más allá. Es como Yo-Dios, o la conciencia superior, que es totalmente independiente y observa lo que está ocurriendo, que comprende absolutamente el propósito de la vida y la misión del alma. Desde este nivel podemos sintonizar con todo nuestro plan de vida.

Los sueños son tu enlace directo con Dios, el yo superior o los guías. Aunque todos los conocimientos están a nuestro alcance, no podemos tener una iluminación instantánea. Debemos ser capaces de permanecer conectados a la tierra y utilizar las informaciones cuando se nos ofrece, incorporándola a nuestras vidas antes de dar el siguiente paso.

Mi guía me ha enseñado “No existe iluminación instantánea. Debes estar muy segura de que estás conectada a la tierra, ya que te estás abriendo a niveles de conciencia más elevados. Al obtener revelaciones a través de los sueños y aplicarlas en tu vida diaria, empiezas integrar la comprensión. Te das cuenta de que eres absolutamente responsable de tu propia vida y que no tienes ningún derecho de imponer tu voluntad a otra persona. A medida que tu comprensión se expande, te ganas el derecho a pasar al siguiente nivel. Si todo se te diera al instante, no sabrías como utilizar ese poder y ese conocimiento.

Los sueños y el conocimiento de uno mismo

Los sueños te ayudan a verte tal como eres.: tu verdadera belleza interior, tu potencial, donde no estás comprendiendo las lecciones en las que estas trabajando y donde sí lo estás haciendo. Nada es mas importante que conocerte a ti mismo. Ello hace que todas las cosas en todos los planos, en todas las realidades, te resulten fáciles.

Mi canal me explicó: “No tienes que sufrir para crecer. Eso no es lo que Dios pretende, ni es u concepto absoluto. Aprender a conocerte a ti misma debería ser algo delicioso. Todos vais a cometer errores y, a veces al principio os parecerán extraños e incómodos. Pero si podéis avanzar como niños, con el anhelo y la curiosidad de aprender, empezareis a entender que vivir es realmente una aventura maravillosa”.

Nada es inalterable. Cuando sueñas con un determinado problema o situación en tu vida, recuerda que se te ha dado para que puedas resolverlo creativamente y dejarlo atrás.

El programas más difícil de romper es el de ver el cambio como algo atemorizante, difícil, doloroso o muy trabajoso. Si quieres que la vida sea difícil para ti, eso lo decides tú. Dios es paciente. Hay toda una eternidad para aprender que vivir es algo alegre y que no requiere esfuerzo. Puedes crear tu vida a diario. Puedes elegir cambiarla en cualquier momento. Cuando te canses de huir de tus lecciones, puedes progresar alegremente con mucha rapidez.

La clave está en tener ojos para ver y oídos para oír. Algunas personas los tienen cuando se encarnan, otras tardan más en desarrollarlos. Está es la habilidad de encontrar las verdades que hay en todas las enseñanzas, las experiencias y las personas que te rodean. Se te están presentando lecciones continuamente, ya sea a través de tu vida o a través de la vida de otras personas. Puedes aprender muchísimo observando a los demás interactuar unos con otros. Mira y observa, pero no juzgues. Ésta es la clave, contigo misma y con los demás.

Obtener el control

Cuando empieza a tomar el control de tus sueños, suelen ser consciente de cuándo estás soñando. Como dije anteriormente, si te estás enfrentando a miedos o imágenes extrañas, puedes preguntarles qué representan y recibirás la respuesta de inmediato.

Al obtener el control del estado del sueño, puedes elevar su conciencia a niveles cada vez mas altos. Cuanto más elevada es tu energía, mayor es tu conciencia, y más fácil es tu vida. Estás más en armonía con la creación de lo que quieres y empiezas a cosechar los beneficios de tu verdadero derecho de nacimiento, que son la alegría, la abundancia, la comprensión, la sabiduría y el amor.

Úsalo no lo pierdas

El mayor problema de vivir y aprender es que la gente no utiliza continuamente las herramientas que se le han entregado. Si te tomas la molestia de programar un sueño y obtienes revelaciones sobre un problema pero las implementas, ¿de qué sirve tanto esfuerzo? La vida es muy sencilla, pero debemos pedir, recibir, reconocer e implementar. Lo difícil es continuar. Tener la valentía de confiar en el yo interior, actuar según nuestras convicciones internas, abrirnos a la libertad y a la plena expresión de nosotros mismos. Recuerda que eres el arquitecto y el constructor de tu vida. Puedes tener grandes planes, pero el trabajo diario de construcción e implementación es lo que hace que se consigan las cosas.

La mente consciente o el estado de vigilia es en realidad el tiempo del que disponemos para hacer los deberes. Es el tiempo que tenemos para practicar las lecciones, para poner en marcha lo que hemos comprendido. No es un periodo para hacer el vago. Es posible que muchas personas que han estado meditando u observando sus sueños durante años sin que se produzca ningún cambio perceptible en sus vidas descubran que la razón es muy simple si pasa veinte minutos meditando, o diez minutos escribiendo un sueño, y luego no vigilas tus pensamientos negativos y los hábitos autodestructivos de vida en las veintitrés y pico horas restantes, conseguirás muy poco.

Los sueños y la meditación nos aportan lecciones y principios. La realidad de vigilia nos proporciona la oportunidad creativa de practicar utilizándolos. Para crecer y cambiar debemos integrar la comprensión en nuestras vidas. Necesitamos practicar, practicar y practicar.

La ironía de esto es que creamos todas las situaciones en nuestras vidas para que nos enseñen cosas. Nos preparamos para recibir lecciones y cuando llegan nos sentimos heridos. La autocompasión significa que necesitas ser consciente de tus ilusiones. Ese dolor y ese miedo que sientes forman parte de la lección que tú des cuenta de que las personas implicadas en las situaciones no son más que actores en un escenario, entonces podrás recibir revelaciones respecto a lo que está ocurriendo.

Hacerte la vida más fácil

Si te conoces a ti mismo, entonces tu vida funciona. No tienes problemas en las relaciones personales. No te colocas en una posición en la te puedan rechazar o dejar plantado, mentir o estafar. No te preparas para aburrirte o frustrarte, pues estás en sintonía con tu camino creativo en la vida y lo sigues.

Recuerda que nadie te va a llevar de la mano y a llevar paso a paso por el camino. Si quieres comprender, pídelo y recibirás. Pero debes hacer tus propias elecciones y tomar tus decisiones. Es tu vida. Tú eres el escritor, el productor y el director, y vas a interpretar todos los papeles. Crea cualquier cosa que desees. Tienes total libertad. Lo único que te limita son tus pensamientos.

Tus símbolos oníricos te ayudan a observar las pautas de pensamiento que están gobernando tu vida. Los sueños te llevan a un nivel de conciencia y comprensión más elevado que tiene el poder de transformar tu vida y tu mundo.

El propósito de todo esto es ver objetivamente las situaciones que estás creando en tu vida, examinar las limitaciones y los obstáculos impuestos por tus propias creencias y comprender cuál es la mejor manera de trabajar con ellos o de eliminarlos. Cuando trabajes en tu propio crecimiento, los demás se beneficiarán de ello; verán tu luz, tu conocimiento y tu verdad.