

MagicWorld



**"El Arte de Domar al Elefante: una poderosa meditación
para transformar tus emociones"**

¡Hola y bienvenido a nuestra nueva aventura MagicWorld!

Una emoción es una energía, un juego de energía que debemos aprender a controlar.

Al principio, sin autoconocimiento, es normal dejarse llevar por las emociones. Simplemente nos dominan.

Pero a medida que vayamos adquiriendo más control, como domar a un elefante, poco a poco podremos abordar las cosas de una manera más justa y, al final, conseguiremos dominarlas.

Es decir :

1. ¡No culpo a nadie por mi emoción negativa!

Soy completamente responsable de esto. Hago el trabajo de maestría, de reconciliación dentro de mí.

2. ¡No muestro mis emociones negativas! Nada afuera puede ver que yo experimentar una emoción negativa.

¡Lo principal es que no haya conflicto en la situación!

3. Tomo conciencia de mi emoción negativa. Le puse conciencia. Le observo.

4. Yo digo “Sí” a la situación en la que vivo. Le acepto totalmente. Puedo También sonreír ante la situación.

5. Puedo abordar el problema que tengo entre manos con calma y claridad mental.

Posteriormente, a través de la comunicación, puedo afirmar siempre mis propios argumentos con calma, preferiblemente una vez que la emoción negativa haya pasado, un poco más en el tiempo, para evitar conflictos. O en un estado emocional neutro, buscando soluciones a través de una comunicación auténtica, valiente y clara.

Cuando una emoción negativa habita en mí, puedo, para lograr domar la emoción negativa, es decir, el elefante, en mi mejor nivel, anticipar a través de la visualización, todos los escenarios posibles que podrían venirme en el destino que me corresponde, enfrentado. con una situación relacionada con mi emoción negativa, y cómo podría actuar, en la Luz de mi más elevado Entendimiento, en esta situación.

Puedo entrenarme, por ejemplo, para anticipar todos los contraargumentos que me perjudican, para argumentar de manera neutral, clara y con la mayor serenidad, gracias a mi visualización anticipatoria, ante esta comunicación.

Esta anticipación es una de las grandes claves de la Inteligencia, porque permite sumergirse en una situación futura, que aún no ha llegado, permitiéndose un momento de visualización y anticipación, es decir, de entrenamiento en espíritu, y de haber puesto todas las significas vivir a su mejor nivel, el día del enfrentamiento. ¡Podemos hacer de estos preciosos momentos de visualización anticipatoria un verdadero ritual de la vida diaria!

¡Debo poder estar preparado para todo rechazo u oposición, con aceptación, serenidad o firmeza, autenticidad, pero sin conflicto!

El conflicto daña un principio sistémico muy importante, el de pertenencia. Todo pertenece a un todo y nada de ese todo puede excluirse. Este principio es inmutable.

Cuando entramos en conflicto, nos separamos de partes de nosotros mismos. Ya no podremos evolucionar sin nuestra reconciliación con esta parte excluida de nosotros mismos.

A través de la observación, la toma de conciencia de las emociones, comenzamos a influir en ellas.

Y así, ya no desperdiciar energía en sus manifestaciones físicas, ya sea a través del habla o de gestos incontrolados.

Observar y tomar conciencia de nuestras emociones significa diferenciarnos de ellas, por lo que dejamos de darnos por sentado. Somos nuestra conciencia observadora y no la emoción que vemos.

La práctica de no manifestar la propia emoción negativa, por lo tanto, de ser enteramente responsable de ella, porque la emoción vive en nosotros, nos permite mantener relaciones de muy alta calidad y purificarnos de ella, para nuestro propio futuro.

Esta distancia que se establece entre la conciencia que eleva la conciencia y la emoción entonces observada, en este espacio intermedio, puede introducirse una Fuerza Cósmica.

Gracias a la no manifestación exterior de nuestra propia emoción negativa y a la toma de conciencia de ella, esto nos permite conservar nuestra energía. Esto es para desarrollar aún más nuestra energía consciente y así volvernos cada vez más fuertes.

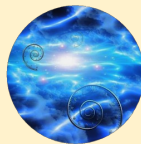
Este doble trabajo de no manifestación hacia el exterior y de conciencia llevada a él, nos permite liberarnos de él, poco a poco, con el tiempo.

Podemos aceptar y sonreír ante nuestras emociones negativas, para incluir en nuestra alma lo que está excluido, es decir, la emoción negativa. ¡Entonces recibiremos toda su Fuerza!

Emociones negativas que no somos y que quieren aprisionarnos en sus propios mundos estrechos y limitados. ¡Debemos liberarnos de esta influencia! Esto, para volverte más tú mismo, tu propia consciencia individual, inclusiva y libre. Más consciente y feliz.

Para superar tus propias emociones negativas, se trata de una verdadera lucha contigo mismo, como un samurái en el que nos convertimos, con nuestro nuevo enemigo interno contra el que luchar, tus propias emociones negativas. ¡Una lucha que debemos ganar cada vez más! ¡Hasta que un día, gane siempre! ¡Esto, para lograr la maestría de quiénes somos, cuyo objetivo es lograr vivir, en nuestra alma en paz! Esta alma pacífica es un estado de alma profundamente libre y feliz. Luego continuaremos en el Viaje hacia nuestro verdadero Espíritu Cósmico y Universal.

“El que es dueño de sí mismo es mayor que el que es dueño del mundo”. Buda



MagicWorld

