

Respuestas Guía de Estudio 2

1. Nacemos con un Modelo Avanzado de Creatividad y en nuestro primer septenio (1 a 7 años) vamos aprendiendo un nuevo modelo de creatividad a través de nuestros padres, las personas que nos cuidan, nuestro entorno más cercano y vamos de a poco perdiendo o no nuestro modelo avanzado.

a. ¿De qué depende que pierda o refuerce mi modelo avanzado innato?

R: Si mis padres o cuidadores me enseñan que el Amor es incondicional y que mi valor radica solo en mi esencia, que soy un diseño original y puedo manifestarlo siempre y que eso de mi mismo depende, de conexión a mi esencia, de vivir desde mis capacidades básicas en equilibrio, que el poder está en mí, que me merezco todo y que puedo todo, el respeto a toda manifestación de vida, estarán reforzando mi modelo avanzado innato.

Por el contrario, si mis padres y cuidadores me enseñan desde la separación, la polaridad, la carencia, el olvido de mi esencia, condicionando el Amor desde el hacer y la identificación con la materia, desde la limitación (no hagas esto, no tomes aquí, no vayas para allá, pórtate bien porque si no el papa o mama se enojan, etc.) discordia del pobrecito de mí, de la víctima, , desde el juicio, estaré aprendiendo un modelo totalmente distinto al avanzado y me iré olvidando de la esencia que Yo Soy.

b. ¿Al haberlo perdido, lo pierdo definitivamente o tengo alguna posibilidad de volver a vivirlo?

En mi vida adulta y al despertar de mi consciencia puedo ir desaprendiendo el modelo básico de creatividad aprendido en la infancia e ir recordando el innato con un esfuerzo autoconsciente para elegir desde dónde vivir.

2. ¿Qué es el alma?

R: Es el potencial viviente de Dios, es la porción de energía que desciende desde mi cuerpo electrónico para ser calificada con los poderes creativos divinos experimentando nuestro propio libre albedrío.

Está revestida de todas las construcciones que hemos hecho con nuestros pensamientos, sentimientos, palabras y acciones en esta y en otras incorporaciones, guarda todos los registros de cada experiencia. Tiene tantos destellos de mi Ser de Luz (yo cuántico, de mi Propia Fuente) como memorias de mis encarnaciones.

El alma está rodeada o cubierta por el cuerpo etérico.

Si nosotros nos hubiésemos mantenido recordados de la Luz que somos, nuestra alma y nuestro cuerpo etérico, solo serían Luz, brillante y tendrían la calificación luminosa de las memorias: pensamientos y sentimientos con los que nosotros calificamos esas energías, tendría los registros de lo que nosotros hicimos de manera constructiva.

3. ¿Qué son los Impulsores? Mencione alguno que hayamos conversado en clases.

R: Los Impulsores son Patrones de Comportamiento, se les conoce como guiones o programas, creencias, porque son mensajes que tenemos fuertemente arraigados en nuestro inconsciente y que nos mueven a actuar de una determinada manera, se instalaron en nosotros en la temprana infancia por modelo y en base a la forma en la que nos han transmitido esos mensajes y cómo los hemos asimilado e interiorizado enmarcan nuestra realidad, y desde ahí actuamos y nos relacionamos.

4. Menciona los beneficios de la respiración consciente.

- 1.- Aumenta la energía. al conectarme a la fuente
- 2.- Fortalece tu inmunidad
- 3.- Aumenta la capacidad pulmonar
- 4.- Equilibra las glándulas endocrinas
- 5.- Oxigena cerebro, sangre, células
- 6.- Relaja, aumenta la claridad mental y memoria
- 7.- Estimula el sistema nervioso
- 8.- Limpia y desintoxica
- 9.- Conecta con tu Ser Superior, Energía Universal, sincroniza con el ritmo cósmico

5. En Conexión Total usamos 3 tipos de respiraciones. Explíquelas brevemente e indique cuál es la función de cada una.

R: **RESPIRACIÓN RÍTMICA:** Se realiza solo por la nariz, inhala y exhala por la nariz. Respiramos siempre en 4 fases: inhalación, mantención, exhalación, vacío. Es importante hacer estas 4 fases

siempre con un número de tiempos pares, dependiendo de tu capacidad pulmonar. Ejemplo: inhalas en 4 tiempos, mantienes 4 tiempos, exhalas en 4 tiempos y te quedas 4 tiempos en vacío. Una variable de esta respiración es hacerlo utilizando la llama violeta. Intencionas en la inhalación que ingresa la llama violeta a tu cuerpo. Al mantener el centro cardíaco se califica con el poder de transmutación de la llama Violeta. Exhalas intencionando que esa llama violeta purifica nuestros 4 cuerpos inferiores (físico, mental, emocional y etérico) y al quedarte en el vacío, la energía purificada se eleva hacia la Fuente nuevamente.

RESPIRACIÓN EQUILIBRANTE: inhalas y exhalas por la nariz, siempre respetando las 4 fases. Inhalas por la fosa izquierda, mantienes y exhalas por la fosa derecha. Luego inhalas por la fosa derecha, mantienes y exhalas por la fosa izquierda y repites el ciclo alternando, luego inhalas por donde exhalaste y viceversa.

RESPIRACIÓN ENERGIZANTE: inhalas por la nariz, siempre respetando las 4 fases. mantienes y exhalas por la boca poniéndola en forma de U, como si quisieras silbar, pero sin emitir sonido.

6. ¿Cuáles son las áreas del cerebro y del cuerpo en general que se oxigenan, en una respiración corta a diferencia de una respiración profunda?

R: En una respiración corta el aire que ingresa alcanza a llenar solo la parte superior del pulmón, por lo que no alcanza a oxigenar la totalidad del sistema que es nuestro cuerpo, la parte que se activa de nuestro cerebro es aquella relacionada con la zona de supervivencia, se activa la amígdala, en la función de supervivencia de regular la respuesta defensiva, la respuesta de stress de la persona. En el resto del cuerpo se activan las extremidades y los brazos que permiten la respuesta de escape, huida, o defensa.

Con una respiración profunda se activa el lóbulo frontal, la para-consciencia, la zona evolutiva de la consciencia,, el gozo, la confianza, etc. permitiendo a la persona tomar conciencia, des identificarse de toda emoción reactiva al potencial peligro, puede operar desde un estado de observador neutral y actuar libremente sobre sí misma y su entorno.

7. Entendiendo el cerebro, ¿cuál es la función más conocida de La amígdala? ¿Qué hace que ella tome el mando?

R: La función más conocida de la amígdala (o amígdalas porque tenemos dos, una en cada hemisferio) es la de procesar el miedo, hoy se ha descubierto que tiene otras funciones también,

pero la más popular es la de enviar señales a zonas del cerebro como el hipotálamo para generar respuestas reactivas a una posible agresión a nuestra supervivencia, como respuestas de huida o lucha.

Cuando la respiración es superficial, los órganos no alcanzan a obtener un nivel mínimo de oxígeno para funcionar, se desactivan ciertos circuitos electrónicos del lóbulo frontal del cerebro y ella actúa como respuesta al programa de supervivencia.

Lo que yo (Maga) he recibido es que al contar con baja energía vital (que es nuestro verdadero alimento, es la vida, entonces es natural que todo el organismo se active en modo de supervivencia, porque efectivamente le falta energía vital, entonces aparecen los patrones biofisiológicos, la amígdala detecta el peligro, preparando la reacción de supervivencia.

Podemos funcionar con un nivel de pensamiento y reacción limitado, generando un estrés crónico, obteniendo resultados limitados en nuestra vida.

8. Según lo visto en clases ¿A qué hemos venido a este planeta?

R: Como Ser de Luz vine a experimentarme en la materia, a aprender a materializar la energía que soy a través del uso de mis facultades divinas, y la primera manifestación de mis poderes en la materia fue crear este cuerpo físico que habito.

9. ¿Cuáles son los 2 principios universales complementarios que están presentes en todo el Universo? De un ejemplo de su expresión.

R: Femenino y masculino. por ejemplo, la respiración, inhala y exhala es un ejemplo de energía femenina al inhalar, masculina al exhalar.

10. ¿Por qué al permanecer conectado a mi Fuente y recordado de quien Soy, el Juicio como tal se elimina de nuestro comportamiento?

R: Porque entiendo que el otro es un Dios en Acción, nada tengo que opinar, pues Él está experimentando sus poderes creativos igual que yo.

Además todo lo que vea en el otro es una proyección de mi interior, de mis ideas y creencias (la interpretación que yo hago de la realidad y por lo tanto con la que afecto la realidad), y todo donde yo focalizo mi atención atraigo más de ello a mi mundo.

11. Mencione cuáles son nuestros 4 cuerpos inferiores ordénelos según densidad y justifique.

Cuerpo Físico: es lo más denso. Lo podemos tocar.

Cuerpo Etérico: un poco menos denso, que el cuerpo físico, con entrenamiento, podemos sentir la energía.

Cuerpo Emocional: menos denso, que el físico y que el etérico, pero más denso que el mental, sentimos nuestras emociones.

Cuerpo Mental: es lo menos denso de todos.. No se puede sentir, ni tocar; solo los podemos pensar, es lo más sutil solo lo puedo ver.

12. ¿Qué ocurre con los principios Femenino - Masculino cuando nos olvidamos de la esencia que somos?

R: Cuando nos olvidamos de la esencia que somos, entramos a experimentar la idea colectiva de la polaridad y separación, surge la sensación de vacío y un deseo profundo de recuperar y llenar ese vacío, entonces desde ese lugar nos polarizamos, y los patrones de conducta asociados a la energía masculina como por ejemplo hacer, materializar, dar, tienden a exacerbarse o bien nos vamos al otro polo y conductas como recogerse, sentir, aquietarse, tomar, que corresponden a la energía femenina se exacerban perdiendo el perfecto equilibrio de nuestro centro de poder, el poder personal. Tiende a llenar el vacío interior con la exacerbación de estas polaridades con el foco hacia lo externo.

13. Si somos conciencia y energía. ¿Qué función tiene el sentimiento?

R: El sentimiento da la cualidad vibratoria a la energía.

14. Por "libre albedrío" hemos decidido experimentar nuestra esencia en el plano físico y para ello hemos hecho ciertas construcciones a partir de nuestra propia Consciencia y Energía. Desde la mirada de C.T. ¿Cuál es la finalidad del Libre Albedrío en la experiencia humana?

R: Sí en nuestro libre albedrío decidimos experimentarnos en la materia, fue solo para hacernos Maestros de nuestra energía y aprender a materializar y desmaterializarla en total perfección y armonía. La función del libre albedrío es que cada quien pueda usar sus poderes creativos para materializar lo que ame, conservando la esencia de la vida que perfección y armonía

15. Si soy el creador de mi realidad. ¿Por qué a veces experimento lo que no quiero?

R: Solo porque me he olvidado de la esencia que soy, que soy el creador de mi experiencia.

Cuando vivo en el "Olvido", olvidado de mi verdadera esencia, sin el hábito de vida de activar mi cuerpo de Luz mediante la Guía de Conexión Total, como un acto consciente y disciplinado, a un ritmo constante, experimento los resultados de mi programa limitado que funciona por defecto en mi experiencia al no activarse conscientemente mi programa avanzado (Cuerpo de Luz).

El programa limitado, fue creado en base a paradigmas y creencias inconscientes, patrones de la infancia, lo que escuchamos y observamos del colectivo universal humano, nuestra historia de vida, todos esos códigos limitantes se fueron guardando en nuestra memoria celular, limitando nuestra experiencia experimentando lo que no quiero vivir.

Al vivir en modo automático, nuestra realidad se materializa en aproximadamente un 90 a 95% de manera inconsciente, (por estar en modo estrés y de supervivencia, frecuentemente el foco de atención y nuestras estrategias creativas se dirigen a "EVITAR" lo que no queremos, en vez de enfocarnos en lo que Sí queremos, y con ello entonces materializamos aquello donde ponemos la atención.

16. "Recuerda que todos nacemos experimentando el SER que somos en perfecto equilibrio, simplemente SOMOS." ¿Cómo ES un bebé?

R: El bebé no tiene confianza, el bebé ES CONFIANZA.

El bebé no goza de la vida, el bebé ES GOZO.

El bebé no tiene poder, él ES PODER.

El bebé no siente Amor, él ES AMOR en manifestación.

El bebé no expresa, él ES la EXPRESIÓN del PLAN DIVINO.

El bebé no trata de ver, él ES LA VISIÓN TOTAL.

El bebé no busca la trascendencia, el ES TRASCENDENTE, simplemente es UNO con el todo.

17. ¿Cuáles son las 7 Esferas Lumínicas por las cuales pasamos después de salir del Gran Sol Central y antes de encarnar en este planeta? ¿Cuáles son sus características básicas?

R: Esfera Azul: fuerza, voluntad, energía, poder.

Esfera Dorada: perfección, sabiduría.

Esfera Rosada: amor divino, compasión, integración.

Esfera Blanca: claridad, pureza.

Esfera Verde: verdad, concentración, salud

Esfera Oro Rubí: paz, suministro, alegría, armonía.

Esfera Violeta: poder transmutador, libertad.

18. Pregunta Extra. Elige el tema que más te gustó o del cual tuviste más comprensiones y desarrolla una pregunta y una respuesta asociada a él