***183***

***Las Siete Preguntas que Pueden Cambiar tu Vida***

Lo que nos sucede no es lo que nos afecta,

sino la interpretación que hacemos de eso que nos sucede.

Viola Edgard

Estas siete preguntas están diseñadas para liberarte de las limitaciones de la Realidad Tridimensional , para que puedas crear tu vida como TU lo elijas.

La Física Cuántica nos dice que el universo existe como un número infinito de futuros posibles hasta que es observado. Estas posibilidades siguen una función de onda. Es como si cada posibilidad estuviera representada por una curva en la onda. Una vez que se hace una elección, la onda se colapsa. Una pregunta crea una onda de posibilidades. Una vez que existen las posibilidades, entonces todo lo que tienes que hacer es elegir.

Estas preguntas son particularmente expansivas y poderosas. Cuando hagas la pregunta, no esperes una respuesta inmediata aunque puede suceder. Algunas veces el simple acto de hacer la pregunta crea el cambio. Pon atención a tus sueños y fíjate en lo que salte en tu ambiente. Pueden ser palabras en un libro, una imagen, un recuerdo, etc. Sin embargo, el simple hecho de hacer la pregunta cambia la energía. Sigue preguntando hasta que sientas que la pregunta ya no es útil.

**1) ¿ES MÍA ESTA ENERGÍA?**

Durante la época de transición que estamos viviendo viejos patrones limitantes que pensaste que se habían limpiado, regresan. Estos pueden ser mentales, emocionales y físicos. En estos momentos sientes que “no estás entendiendo de qué se trata”. Puedes sentirte tenso y/o exhausto. Puede parecer como que las cosas simplemente no están bien y puedes caer en viejos hábitos. Puedes decir “Oh no, yo creía que ya había superado esto, pero creo que me equivoqué… otra vez”. ¿Te suena familiar?

Eres más psíquico de lo que te das cuenta. No solo percibes los cambios de frecuencia en el planeta, también recoges los pensamientos, emociones y sensaciones físicas de las personas. Esta es una habilidad maravillosa, y es parte de la naturaleza de tu ser de Nueva Energía. El problema es que eres inconsciente de la energía y la traduces para encajar en el patrón que expresaste en el pasado, ¡que coincidía con esa frecuencia! Los viejos patrones pueden ser emociones negativas, pensamientos limitantes, dolor o enfermedad, o viejos hábitos que ya no te sirven más. Tú percibes la energía y piensas que es tuya.

La forma como esto me afectó, es que me dio dolor de espalda. Ese es un patrón viejo mío. Para muchas cosas en mi vida, estaba limitada por mis problemas de espalda, particularmente ciática. Recientemente ese problema se fue. Bueno, no se fue simplemente así. Trabajé duro, limpiando la programación y aprendiendo a estar en armonía con mi cuerpo. Cuando regresó el dolor, primero me comencé a juzgar, “Oh no, ¿por qué estoy creando esto otra vez?

Entonces me detuve y elegí esta vez verlo desde el lugar de mi ser expandido. Fue entonces cuando me di cuenta de que estaba traduciendo las energías que percibía, dentro de un viejo patrón. Solo que no estaba permitiendo que simplemente me atravesaran, yo tenía redes que estaban atrapando el viento y estaban anclándolo en mi cuerpo. Había familiaridad con la energía y debido a que era familiar, yo pensé que era mía.

Otro ejemplo fue cuando un amigo mío me platico que se encontraba obsesionado por recuerdos de todas las cosa horribles (yo pensé) que su ex-esposa hizo antes y durante el divorcio. Ya estaba muy dentro del calabozo de los pensamientos inquietantes antes de darse cuenta. “Guau! esa historia ya está más que superada. ¿Cómo lo atrapé de nueva cuenta en ese nudo?” Comprendí que estaba percibiendo pensamientos y emociones que no eran de él. Ese patrón energético coincidía con lo que había experimentado cuando estaba en medio de la densidad del drama y la historia del divorcio. Esa energía le era familiar y detonó las reacciones familiares en él. Su mente creó pensamientos que concordaran con esa energía.

No tienes que adueñarte de todas esas energías externas. Al ser consciente de lo que está pasando, serás capaz de desconectarte para no reaccionar a la energía y detener los síntomas de esa reacción. Permanece consciente y cuestiona cada cosa que sientas y pienses.

Pregúntate, “¿Es mío esto?” Tu conocimiento interno te dará la respuesta. Puedes obtener la respuesta, o puedes usar kinesiología o usar cartas para obtener tu respuesta. Si la energía no es tuya, te aligerarás solo haciendo la pregunta. Repite las palabras, “Gracias por la conciencia de esto, pero no es mío. Dejemos que pase de largo.” Usa tu imaginación, respira y déjalo ir. Disuelve los ganchos o redes y “permite que atraviese”. El alivio puede no ser instantáneo. Dale algo de tiempo. Continúa respirando y liberando.

Aquí hay un ejercicio que es una práctica excelente para este proceso.

Camina por una colonia habitacional. Conforme caminas, nota cada pensamiento, emoción o sensación y pregunta, “¿es esto mío?” Me asombré cuando lo hice. En un punto me comencé a sentir triste, inmediatamente mi mente encontró algo en mi vida por lo que me pudiera sentir triste. Pero me di cuenta y pregunté “¿es esto mío?” La respuesta fue “No”. “Permite que pase a través de ti”, dije eso y la tristeza desapareció, así de simple. Más tarde me comenzaron a doler las caderas, tampoco era mío. En unos cuantos minutos el dolor de fue. Este tipo de cosas sucedieron una y otra vez y ¡ninguna era mía!

Con conciencia consistente de este proceso, pienso que te sorprenderás al encontrar que pocos pensamientos, emociones y sensaciones físicas ¡son verdaderamente tuyos!

**2) ¿CÓMO SERÍA SI ( )?**

Todo lo que ha sido creado ha sido imaginado primero. Cuando haces esta pregunta, “¿Cómo sería si \_\_\_?”, imagina como se sentiría. Enfoca tu imaginación para crear una nueva sensación. Esto inicia un flujo u onda de energía para manifestar el efecto deseado. Enfocarte en la manifestación física crea una limitación a una sola opción. Lo que queremos es mantener abiertas nuestras opciones, incluso aquellas que no puedes imaginar en este momento.

Aquí hay algunos ejemplos:

¿Cómo sería si…

• siempre tuviera suficiente dinero?

• mi cuerpo se viera como me gustaría?

• me gustara como se ve mi cuerpo?

• fuera brillantemente exitosa?

• supiera qué hacer en esta situación?

• no tuviera que preocuparme por mi hijo?

Si estás teniendo dificultades imaginando el sentimiento, no te rindas. Continúa haciendo la pregunta. Podrías preguntar, “¿Cómo sería si pudiera imaginar \_\_\_\_?” Entre más tiempo pases en el sentimiento del efecto deseado, mejor.

**3) ¿QUÉ SE REQUIERE PARA QUE \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ SUCEDA CON FACILIDAD?**

En la Nueva Energía creamos sin esfuerzo. Cuando quieres que algo suceda y no estás seguro cómo conseguirlo, haz esta pregunta. No preguntes, “¿Qué necesito hacer? o ¿Cuáles son los siguientes pasos?” ¿Sientes la diferencia de energía entre ambas preguntas? Si preguntas qué hacer, te estás predisponiendo para crear de una forma lineal y con esfuerzo. “¿Qué se requiere?” es una invitación para que aparezca sin lucha o esfuerzo y permite posibilidades en las que no haz pensado. Esta pregunta invita al universo a apoyarte en tu creación.

**4) ¿QUÉ ES LO QUE ESTÁ BIEN EN ESTO QUE NO ESTOY VIENDO?**

Muy seguido nos enfocamos en lo que está equivocado o mal en una situación. Entonces comenzamos a juzgarnos y/o a otros como equivocados al dejar que eso pase. En lo que enfocas tu energía, es lo que se hace más grande. Entonces al preguntar, “¿Qué está bien en esto que no estoy viendo? enfocas tu energía en lo que está bien y te sales del juicio.

Piensa cuántas veces han pasado cosas que haz juzgado como malas, como perder un trabajo. Cuando lo miras hacia atrás (tal vez después de obtener un mejor trabajo) te das cuenta que perder el trabajo fue realmente algo bueno. Hacerte esta pregunta cambia tu percepción, y eso cambia tu experiencia.

**5) ¿CÓMO CREE ESTO?**

Cuando preguntas, “¿Cómo creé esto? estás pidiendo tener conciencia de ese momento de inconsciencia cuando tomaste la decisión que te condujo hacia un resultado menos que expansivo. Mi hija tenía una infección de oído. Una tarde me comencé a sentir mal, realmente exhausta y adolorida. Pregunté, “¿Cómo creé esto?” Recordé que mi oído me había comenzado a doler antes en el día. En el momento, me di cuenta de que estaba adueñándome del dolor y el sufrimiento de mi hija. Pensé que mi cuerpo iba a ser capaz de limpiar la enfermedad más rápido y fácil que el de mi hija. Ella no estaba mejorando después de 6 días. Entonces me volví inconsciente.

Simplemente pensé en algo más. En un par de horas me estaba sintiendo enferma. Hacer la pregunta, “¿Cómo creé esto?” me condujo a la conciencia del momento inconsciente. Desde allí fui capaz de deshacer la creación. La buena noticia es que ambas nos recuperamos, rápido.

NO PREGUNTES, “¿POR QUÉ HICE ESTO?” Cuando preguntas “por qué” te lleva de vuelta hacia un lazo de tus propios fracasos, hacia todas las veces en el pasado cuando hiciste algo como esto y a todas las emociones y juicios relacionados. POR QUÉ hace emerger todas las cosas que te hacen creer que haces cosas estúpidas, como tu padre abusivo, o tu segunda ex-esposa. Esto solidifica esa realidad limitante dentro de tu situación actual. En su lugar yo pregunté cómo comenzó, cuál era el punto de creación de esta experiencia.

**6) ¿QUÉ SERÍA ESTO SI NO FUERA DOLOR?**

Haz esta pregunta después de la pregunta, “¿Es mío esto? Si lo que sea no se va. La experiencia de dolor es una interpretación de un estímulo sensorial. Esta pregunta te da la opción de interpretarlo de una forma distinta. Si hay algo que tu ser está tratando de comunicarte y no estás escuchando, algunas veces llega como dolor. La emoción también puede ser traducida como dolor.

**7) ¿CÓMO PODRÍA SER MEJOR QUE ESTO?**

Repite esto cuando suceda cualquier cosa que te guste. Si te encuentras dinero… “¿Cómo podría ser mejor que esto?” Si el mesero te trae un delicioso postre gratis… “¿Cómo podría ser mejor que esto?”

Una mujer se encontró un centavo en el piso. Preguntó, “¿Cómo podría ser mejor que esto?” Poco tiempo después se encontró un billete de diez dólares en el asiento del taxi y preguntó, “¿Cómo podría ser mejor que esto?” un objeto brillante en el drenaje llamó su atención. Era un brazalete de diamantes. Desafortunadamente dijo, “No podría ser mejor que esto” y ya no fue mejor.

Repite “¿Cómo podría ser mejor que esto?” cuando pase cualquier cosa que no te guste. Si se le poncha una llanta a tu auto… “¿Cómo podría ser mejor que esto?” Si tu hijo se mete en problemas en la escuela… ¿Cómo podría ser mejor que esto? Es una invitación al universo para que te muestre cómo puede mejorar.

Si no puedes pensar en qué pregunta hacer… intenta:

¿QUE PREGUNTARÍA SI SUPIERA QUÉ PREGUNTAR?

Esto puede parecer tonto, ¡pero probablemente sea la mejor pregunta de todas!

El uso consistente de estas preguntas cambiará tu realidad. Aquí hay un gran secreto. “¡Nosotros estamos creando todo!” Creamos este juego de vida en la Tierra. Continuamos creándolo cada día. ¿Por qué no hacerlo como deseo? ¿Por qué no divertirse y jugar con esto?

**¿Cómo sería si pudieras crear lo que sea que desearas?**