

¿Dónde encontrar la felicidad?

La felicidad, cada uno la vive a su manera y muchas teorías circulan sobre ella. Así que no voy a agregar otra más. Es como el amor ...

En este momento, período de confinamiento, llueve información sobre los motivos de estas medidas y también de sus aberraciones. A veces es difícil formarse una opinión y, especialmente, en un caso como en el otro, la mayoría de las veces, mantenemos una energía de baja frecuencia. Cuando uno piensa en el encierro en el que estamos mantenidos, las consecuencias en nuestra vida social, profesional, amorosa ... o al pensar que este encierro es una gran manipulación orquestada por personas que no necesariamente quieren algo bueno para nosotros, en cualquier caso, ¡nos hunde la moral!

Si escuchamos a algunas personas muy bien informadas que nos dicen que todo esto es malo, que estamos siendo utilizados, que debemos hacer una revolución ... en lugar de alegrarnos por lo que estamos pasando, nos hundimos aún más.

Y allí, leyéndome, mira cómo estás ... No es genial, ¿eh?

Te voy a dar una receta muy simple para ayudarte a encontrar una manera de elevar tu nivel de vibración y de esa manera ser mucho mejor en el curso de la vida.

De antemano y porque puedas abrir tu corazón y mente, me gustaría compartir algunos pensamientos contigo.

Sabemos que las enfermedades contraídas en los hospitales, llamadas enfermedades nosocomiales, son muy numerosas y causan muchas muertes. Por supuesto, en estos establecimientos es donde hay más personas enfermas y, por lo tanto, más riesgos. Sin embargo, las medidas implementadas allí son muy draconianas. Y en los quirófanos, las personas a veces contraen estafilococos u otros gérmenes y bacterias, mientras que allí, más que en cualquier otro lugar, las medidas preventivas son muy amplias.

Pensemos en todos los laboratorios de compañías farmacéuticas o industrias sensibles como la electrónica y las medidas que se toman para evitar que el polvo, los gérmenes y las bacterias perturben la investigación o la producción. Sin embargo, aún puede haber incidentes.

Entonces, me hago algunas preguntas: ¿son las medidas de contención y las medidas tomadas al hacernos usar máscaras, guantes, respetando una distancia de 1 metro entre nosotros, son incluso un poco efectivas?

¿Para detener realmente la propagación de un virus muy volátil y en grandes cantidades, no debemos encerrarnos en un aislamiento total, con una prohibición formal de salir, en fortalezas desinfectadas de verdad, donde no podríamos abrir ni puertas ni ventanas? ¿Por qué permitimos ir de compras una vez al día (¡has visto cómo las personas con sus guantes tocan los productos que otros han tocado con o sin guantes y ... bueno, me detengo! Esto se aplica al transporte en nuestros automóviles, trabajando en lugares donde otros están involucrados, la calle cuando salimos a caminar, etc.

¿Bueno, te he desmoralizado fuertemente?

De hecho, si hoy no estamos todos muertos, puede ser que este virus no sea tan peligroso como pensamos ...

Al inicio, te sugerí que buscaras la felicidad (ver el título de este texto). Sabemos, en particular en energía, y todo el mundo lo sabe más o menos conscientemente, que cuanto más alto sea nuestro nivel vibratorio, más saludables somos, más eficiente es nuestro sistema inmunológico.

También sabemos y se pueden encontrar publicaciones bien documentadas sobre el tema, que ciertas actitudes, acciones o pensamientos tienen efectos directos en nuestro nivel vibratorio, en nuestra energía.

¡Una de las energías que brinda el mayor bienestar es la energía del Amor! sí, sí, con una "A" mayúscula. También hay alegría, buen humor, atención a los demás, compartir, placer en todas sus formas y otros. ¿Me entiendes ya?

Sí, pero ¿cómo hacerlo, cuando todo a nuestro alrededor tiende a ponernos en una situación de abstinencia, miedo, pesimismo, ira, ...? ¡allí, siento que te vas, cuando tu esperanza (amplificador de energía también) comenzaba a fortalecerse!

Concéntrate en las plantas de tus pies. Verás, es rápido y fácil. Puedes usar meditación si quieres, pero aquí te ofrezco una técnica muy efectiva y simple, que requerirá poco tiempo.

Las plantas de tus pies, luego deja que tu mente deambule por todo el cuerpo. Observa, sin esperar nada, cómo es tu cuerpo. Puede haber tensiones, a veces viejas, sentimientos de opresión o asfixia, hormigueo, la impresión de que circula una corriente agradable, relajación. Solo observa. Mientras haces esto, amplifica tu respiración, sin acelerar el ritmo (esto es importante). Toma grandes cantidades de aire y exhala tranquilamente, observando lo que sucede en tu pecho, abdomen, hombros ...

Luego, concéntrate completamente en el medio del torso, y continúa respirando con gran amplitud. Siente físicamente el área del corazón, el chakra del corazón, en el medio del pecho. Ahora imagina una gran burbuja allí. Con tus pensamientos, tu intención, haz que esta burbuja crezca. Solo tienes que imaginar su expansión. No intentes sentirlo (si lo sientes, es bueno y si no sientes nada, también funciona). Haz que esta burbuja crezca poniendo la energía de tu corazón en ella. También aliméntala con las energías circundantes que lo penetran desde todas las direcciones. Continúa respirando por completo.

Haz crecer esta burbuja respirando dentro de tu corazón. Toda la energía que pones en la burbuja atraviesa tu corazón. Piensa en lo que te hace feliz, lo que te gusta, lo que te procura alegría. Incluso si no es el caso hoy, recuérdalo, mientras respiras e imagina, siente, visualiza (como prefieres) esta burbuja de energía que crece tanto que excede los límites de tu espacio cercano. y ahora incluye ciudades, regiones, países ... Crece sin límites, lleno de la energía de tu corazón.

Toma la decisión de dejar que todos se beneficien de esta energía del corazón. Todos necesitamos amor. Todos nos comunicamos y nos comprendemos a través del amor. Las personas que quieren esclavizar a los demás, todas las situaciones de dominación, falta de respeto, condiciones de vida difíciles, causan sufrimiento y están vinculadas a una falta de Amor (¡con la gran "A", siempre!) . ¡Y también hay personas a quienes nos encanta enviar Amor!

Entonces, enviemos Amor a todos, a todo el planeta, con nuestra intención y la atención que prestamos a nuestra respiración, nuestro corazón y todo lo que nos trae lo suficiente como para elevar nuestro nivel vibratorio.

Haz esto varias veces al día. Pasa poco tiempo allí para mantener el impulso de hacerlo y sentir el beneficio. En menos de un minuto, puedes desarrollar tu vibración de una manera poderosa, para ti, tu lugar de vida, tus seres queridos y la tierra entera si lo deseas ...

Y allí, ¡podrás encontrar rápidamente en ti mismo algo que parezca felicidad!

Gracias la vida por darnos una gran oportunidad para conectarnos con nosotros mismos y con el Universo en este momento. Aprovechemos esta oportunidad única para estar con nosotros como nunca antes (para muchos de nosotros).

¡Mucho amor para todos!

Gracias Quantum-Touch® por esta técnica ultra simple.

Robert