

EL SELF-HEALING ARCHAEOUS DE RAWN CLARK

Escrito de la versión audio © 2002 por Rawn Clark

~ Lección Dos ~

La conciencia total e integración del cuerpo astral

Introducción:

Hola, soy Rawn Clark y esta es la lección dos del Self-Healing Archaeous. Nuestro tema en esta lección es la conciencia total e integración del cuerpo astral.

El cuerpo astral está compuesto de energía-emocional, y no de energía-física. La diferencia entre la energía física y la emocional es que la energía emocional no puede ser medida con instrumentos científicos. Por eso el cuerpo astral no debe confundirse con el aura, ya que el aura, que sí puede ser medida, está compuesta de energía-física, aunque de una naturaleza altamente rarificada. Un aura es naturalmente generada por un cuerpo físico viviente y mientras que refleja la naturaleza del cuerpo astral, no es en sí el cuerpo astral.

El cuerpo astral es un cuerpo intermediario causado por el descenso del cuerpo mental, dentro del plano físico y depende de esta conexión entre lo mental y lo físico para su existencia. Si el influjo mental es cortado o si el recipiente físico es destruido, el cuerpo astral comienza a desintegrarse. La cruda sustancia astral es cristalizada en un cuerpo astral sólo cuando hay un descenso de lo mental dentro de lo físico.

Cada cuerpo astral refleja al descendiente influjo mental que lo forma, así que su propio cuerpo astral es tan único como su cuerpo físico. No existen dos exactamente iguales.

Un cuerpo astral actúa como una conexión de dos caminos entre los cuerpos mental y físico. Lo que sea que transpire en su cuerpo mental es reflejado en su cuerpo astral y pasa a través de su cuerpo astral para tener efecto en su cuerpo físico. En cambio, lo que sea que le ocurra a su cuerpo físico afecta su cuerpo astral y, por extensión, a su cuerpo mental.

El asentamiento de la percepción es el cuerpo mental pero el asentamiento de la sensación es el cuerpo astral. Cuando usted experimenta una sensación usted la percibe inicialmente con sus sentidos mentales. Esta es una percepción del significado esencial que está debajo de la sensación. Este significado esencial es personalizado por su cuerpo astral y se le otorga significado a la sensación.

El significado es una cuestión del contenido emocional que nosotros asociamos con una cosa en particular, idea, evento, etc. Cuales emociones asociamos con qué cosa depende de nuestra crianza, casi tanto como depende de nuestro auto-desarrollado, pensamientos y experiencias. Esta atribución de significado emocional a nuestras percepciones es un proceso muy complejo y principalmente inconsciente. El patrón habitual que una persona sigue en su atribución de importancia emocional es conocido como su personalidad. Esta es la razón por la cual el cuerpo astral es generalmente igualado con la personalidad. Sin embargo, el cuerpo astral es más que solo un complejo de respuestas emocionales. Es también nuestro vínculo al reino astral.

El primer trabajo en iniciación Hermética es el análisis y la subsiguiente transformación de la personalidad. Entendiendo la dinámica de su propia personalidad le permite al iniciado a percibir más claramente el significado esencial que está debajo de cada sensación, evento, cosa, o idea. Cuando pueda ver a través de sus interpretaciones emocionales causadas por su instinto y entender porque usted está reaccionando de esa manera en particular, usted entonces está en una posición para *conscientemente* responder, en vez de reaccionar debido a hábitos inconscientes. Esta reformación de la personalidad la remueve del reino de la reacción habitual inconsciente y la convierte en una consciente herramienta de auto-expresión. Con esta herramienta en la mano, el iniciado busca claramente expresar su propio significado esencial a través de

emociones concientes.

Un trabajo de esta lección del Archaeous es la sensación de su cuerpo astral. Esto añade una nueva dimensión al trabajo de analizar y transformar la personalidad, ya que provee un punto de referencia sensorial a un proceso que es principalmente intelectual.

El cuerpo astral se siente muy similar al cuerpo físico pero posee una vibración que la sensación física carece. El sentimiento es muy parecido a la sensación física de escalofríos o sensaciones de hormigueo que surgen cuando se encuentra con algo de profunda importancia.

Como el cuerpo astral está muy íntimamente conectado al cuerpo físico, la sensación del cuerpo astral es percibida por los nervios físicos como si estuviera enganchado a una suave corriente eléctrica. Es como si sintiera las puntas de cada bello en su cuerpo a como la corriente eléctrica los hace que se levanten. Pero esto es solo como su cerebro naturalmente interpreta la percepción consciente del cuerpo astral.

Como mencione previamente, el cuerpo astral no esta compuesto de energía física, así que lo que siente de el con su cuerpo físico, no es el cuerpo astral en sí. En cambio, es una sensación física causada por el hábito de su cerebro de traducir el significado de la conciencia consciente en sensación física. Como su cerebro está recibiendo una aportación de significado y significado esencial que naturalmente asocia con sensaciones físicas, está respondiendo al activar unas cuantas neuronas que crean las sensaciones físicas que describí.

Este hecho puede causar una gran cantidad de confusión ya que muchos concluirán que el cuerpo astral es un cuerpo energético o etérico. Así que por favor recuerde que mientras esta sintiendo su cuerpo astral lo que usted siente como una sensación física es sólo el efecto secundario de hacerse consciente de su cuerpo astral. No lo identifique como el cuerpo astral mismo, más bien, vea más allá de las sensaciones físicas e intente percibir la importancia y significado debajo de la sensación. Ahí es donde usted encontrará el verdadero cuerpo astral.

El cuerpo físico corresponde al Elemento Tierra y el cuerpo astral, al Elemento Agua. El cuerpo astral es muy líquido y rítmico en naturaleza y tiende a adaptarse a cualquier vibración que encuentra. Por esta razón, todas las cosas percibidas a través del oído tienen un impacto especialmente directo en su cuerpo astral. Una canción muy commovedora, por ejemplo, directamente manipula su cuerpo astral, evocando específicas y predecibles respuestas emocionales a través de sonido y ritmo.

Como la música es probablemente el mejor ejemplo del efecto que el sonido y ritmo tienen en su cuerpo astral o emocional, estaré usando recortes de unos cuantos pasajes musicales como una ayuda durante los ejercicios mismos.

Así que, sigamos con la práctica de la lección dos y la conciencia total e integración del cuerpo astral.

Práctica:

Cada lección del archaeous empieza con la relajación y conciencia del cuerpo físico. Asumiendo que ya ha dominado la lección uno, haremos la fase de relajación bastante rápida.

Sitúese cómodamente, sentándose derecho, con sus manos apoyadas gentilmente sobre sus muslos, y despeje su mente de todas las preocupaciones mundanas y pensamientos indeseables.

Ahora enfoque su conciencia en la región Tierra de su cuerpo físico y rápidamente relaje todos los músculos en esta región. Libere cualquier fragmento de tensión.

Ahora mueva su conciencia hacia arriba a su región Agua y relaje todos los músculos en esta región. Libere cualquier fragmento de tensión.

Ahora mueva su conciencia hacia arriba a su región Aire y relaje todos los músculos en esta región. Libere

cualquier fragmento de tensión.

Ahora mueva su conciencia hacia arriba a su región Fuego y relaje todos los músculos en esta región. Libere cualquier fragmento de tensión.

Ahora sienta toda la región de su cabeza como un entero.

Añada a esto la región de su pecho y sienta las dos regiones a la misma vez.

Añada a esto su región abdominal y sienta las tres regiones a la misma vez.

Y finalmente, añada la región de sus piernas y sienta todo su cuerpo físico como un entero.

Proyecte sus raíces dentro de la tierra debajo de usted y libere cada fragmento de negatividad que tenga.

Ahora regrese su enfoque a la percepción de su cuerpo físico como un entero. Sienta la solidez de la región Tierra, la fluidez de la región Agua, la ligereza de la región Aire y la electricidad de la región Fuego de su cabeza. Sienta cómo estas cuatro regiones se penetran una a la otra y son un solo, inseparable entero.

Ahora enfoque su conciencia en la piel que cubre todo su cuerpo. Sienta la superficie de todo su cuerpo físico.

Ahora empuje su conciencia hacia afuera sólo un par de pulgadas o alrededor de 5 centímetros. Sienta la vibrante energía que existe cuando empuja su conciencia ligeramente hacia fuera.

Mantenga la sensación de esta energía. Enfoque su mente exclusivamente en la percepción de esta energía. Esto es su cuerpo astral.

Ahora enfoque su conciencia en el área alrededor de la región Tierra de su cuerpo físico. Sienta la solidez energética de esta área de su cuerpo astral. Aquí se encuentran sus emociones fundacionales. Las emociones rudimentarias y creencias de donde surgen el resto de sus emociones. Sienta la sólida energía pulsando dentro de la región Tierra de su cuerpo astral.

[Música de Tierra]

Ahora enfoque su conciencia en el área alrededor de la región Agua de su cuerpo físico. Sienta la fluidez energética de esta área de su cuerpo astral. Aquí se encuentran sus emociones que adaptan sus emociones fundacionales para que sean compatibles con el mundo exterior. Las emociones y creencias que traducen su fundación en acción. Sienta su energía líquida pulsando dentro de la región Agua de su cuerpo astral.

[Música de Agua]

Ahora enfoque su conciencia en el área alrededor de la región Aire de su cuerpo físico. Sienta la ligereza energética de esta área de su cuerpo astral. Aquí se encuentran sus emociones que comunican sus emociones fundacionales al mundo exterior. Las emociones y creencias en la superficie que usted expresa cada día. Sienta su cambiante energía pulsando dentro de la región Aire de su cuerpo astral.

[Música de Aire]

Ahora enfoque su conciencia en la región Fuego de su cuerpo físico. Sienta la energética naturaleza de expansión de esta área de su cuerpo astral. Aquí se encuentran sus emociones más efímeras y apasionadas. Las poderosas emociones cuyas expresiones son transformativas. Sienta la radiante energía pulsando dentro de la región Fuego de su cuerpo astral.

[Muscia de Fuego]

Ahora añada la conciencia de la región Aire de su cuerpo astral a la conciencia de la región Fuego. Sienta como la energía de estas dos regiones se mezclan una con la otra. Sienta estas dos regiones como una sola unidad.

Ahora añada la conciencia de la región Agua de su cuerpo astral a las conciencias combinadas de Aire y Fuego. Sienta como la energía de la región Agua se mezcla con la energía combinada del Aire y Fuego y forman una sola unidad. Sienta la unidad de estas tres regiones de su cuerpo astral.

Ahora añada la conciencia de la región Tierra de su cuerpo astral a la conciencia combinada del Agua, Aire, y Fuego. Sienta cómo la energía de la región Tierra se mezcla con la energía combinada del Agua, Aire y Fuego. Sienta como la región Tierra solidifica su cuerpo astral, manteniéndolo junto como una sola unidad.

Enfóquese en la vibrante energía de todo su cuerpo astral.

Ahora contraiga su conciencia de regreso a su piel y sienta la piel que cubre todo su cuerpo físico. Atraiga la energía de su cuerpo astral hacia adentro aun más y déjela penetrar todo su cuerpo físico hasta su centro. Atraiga la energía de su cuerpo astral hasta el mismo tuétano de sus huesos.

Sienta la brillante energía que llena todo su cuerpo físico. Sienta la Ardiente energía penetrando la región de su cabeza de su cuerpo físico. La Airosa energía penetrando la región de su pecho de su cuerpo físico. La Acuosa energía penetrando la región abdominal de su cuerpo físico. Y la Terrosa energía penetrando la región de sus piernas de su cuerpo físico.

Ahora proyecte sus raíces dentro de la tierra debajo de usted y libere todo el exceso de energía que sienta. Sólo libere lo que necesita fluir debajo de la tierra. No la fuerce, sólo déjela fluir. Su cuerpo físico sabe cuanta energía debe retener y cuanta debe liberar, así que confíe en su sabiduría.

Ahora regrese su conciencia a la percepción de su cuerpo físico. Sienta la solidez de la región de sus piernas, la fluidez de su región abdominal, la ligereza de la región de su pecho y la electricidad de la región de su cabeza.

Sienta las cuatro regiones simultáneamente como un entero unificado.

Ahora comience su regreso a la conciencia normal. Antes de abrir sus ojos o mover su cuerpo, tome un momento para escuchar los sonidos a su alrededor, para oler el aire, etc.

Ahora tome un aliento profundo y exhálelo gentilmente.

Ahora mueva sus manos a lo largo de sus muslos y a lo largo de su abdomen y pecho, hasta su cara y por todo su cuerpo, despertando su cuerpo a la sensación normal.

Ahora gentilmente abra sus ojos y lentamente empiece a moverse físicamente.

Esto finaliza la lección dos del Self-Healing Archaeous con respecto a la conciencia total e integración del cuerpo astral.

Le sugiero que use esta grabación como su guía sólo por el tiempo que le tome aprender esta técnica. Una vez que haya memorizado el patrón y haya tenido éxito siguiendo las instrucciones de la grabación un par de veces, usted deberá intentar esta técnica solo, sin el uso de la grabación. Es imperativo que usted aprenda a hacer esta técnica sin mí voz guiándolo si desea continuar con la siguiente lección.

Cuando pueda hacer esta técnica fácilmente, usted puede seguir con la lección tres y la conciencia total e integración del cuerpo mental.

¡Le deseo lo mejor!