

# **La Guia de los Seis Pasos**

**By Asara lovjeoy**

# **Seis Pasos para Theta y El Mandato Unificado**

*Practica con otra persona - un familiar o amigo y tomen turnos practicando el proceso. Una persona lee el guión y la otra cierra los ojos haciendo lo que se le indique durante el proceso. Tienes que determinar tu mandato ya que la pareja dirá tu Co-mando mientras estás en theta. Si es necesario y piensas que la pareja necesita, haz que lo escriba para recordarlo.*

*Coloca las seis hojas de papel en el suelo en una línea horizontal. Párate en cada hoja de papel y sigue las palabras que te están leyendo. Mantente en cada paso o estado hasta que completes tu experiencia, tomando el tiempo que sea necesario y continua hacia el siguiente paso un vez que estés listo.*

Mientras estas de pie sobre el papel, estarás experimentando físicamente el espacio que este estado de ser te ofrece, la sensación en tu cuerpo y como en realidad se sientes. Al moverte a la siguiente hoja de papel estas cambiando el estado por una nueva experiencia. El beneficio de esto es que ayudara al cuerpo aprender el proceso y lo que se siente al pasar de tu conciencia normal en tu estado theta y una mayor esfera de influencia. Desarrollar la capacidad de ir al estado de theta diario es la clave de su maestría o dominio.

Antes de pisar las hojas, piensa en algo que deseas mejorar, cambiar o eliminar en tu vida; más dinero, un coche, tener una mejor salud, una mejor relación o un estado de ser, como tener más compasión o perdón para sí mismo o para otros. Cuando eliges lo que desea crear y forma tu co-mando.

Por ejemplo: yo no sé cómo me siento en paz con mis circunstancias actuales. Sólo sé que es así ahora y me siento realizado. O no sé cómo puedo aumentar mis ingresos a (XYZ) o más al mes. Sólo sé que lo hago ahora y me siento realizado y satisfecho.

Indica lo que quieres en forma positiva y sólo en el presente (ahora). Le está diciendo a tu mente subconsciente que reconozca esta nueva idea ahora.

Ahora que ya has formado tus co-mandos, cierra los ojos y pisa en el primer papel. Tienes que mantener los ojos cerrados durante todo el proceso y dejar que tu pareja te guie. Cuando tienes los ojos cerrados, tienes acceso a diferentes partes de tu cerebro de que cuando los tienes abiertos. Es una experiencia más profunda cuando se mantienen los ojos cerrados. Pídele a tu pareja que lea o diga tu co-mando para que puedas permanecer interno en el proceso.

Lee las instrucciones lentamente paso a paso, con una voz baja y reconfortante a medida que vas avanzando en el proceso. Mantente en cada paso el tiempo necesario hasta que sientas y sepas que está listo para pasar al siguiente paso. Sabrás cuando esté listo para el próximo paso por la energía sientes y déjale saber a tu pareja.

## **EL PROCESO EN 6-PASOS**

### **Paso uno- ENRAIZARSE**

Escucha el sonido de mi voz y siente el peso de tu cuerpo asentándose sobre el papel bajo tus pies. Relájate y húndete en tus pies. Ahora imagina raíces saliendo de las plantas de tus pies y envíalas abajo, profunda, muy profundamente a la tierra. Conecta con el poder magnético de la tierra, la base y fundamento de todo nuestro sustento e imagina que estás completamente en tu cuerpo y presente aquí, ahora. Siente ese enraizamiento y equilibrio. La tierra es la base de nuestro hogar y tiene no solo nuestro sustento, sino también billones de años de conocimiento, riquezas más allá de toda medida y es, de veras, el mayor misterio de nuestro tiempo. La gravedad nos sostiene amablemente y sin embargo es tan poderosa que nos mantiene a salvo de las llamaradas solares mientras viajamos en nuestro cohete espacial, la Tierra. Quédate aquí hasta que sientas que tu cuerpo entra en un estado bien enraizado, y cuando estés listo muévete hacia el lado al segundo paso- Alinearse.

### **Paso 2- ALINEARSE**

Imagina toda la fuerza de la energía de la Tierra subiendo hasta tu cuerpo, entrando por tus pies, subiendo por tus piernas, pasando por tu plexo solar, el centro hara, y alinea tu mandato con el Amor en tu corazón. Ahora toma una respiración profunda, inhala trayendo la respiración desde debajo de tus pies y desde encima de tu cabeza simultáneamente, y mezcla la inhalación en tu corazón, donde exhalas hacia fuera en todas las direcciones, 360 grados a tu alrededor. La respiración de tu corazón se expande en todas direcciones- por arriba, por abajo, todo a tu alrededor. Toma otra inspiración y exhala, dejando ir la negatividad e inhalando amor, y una vez más... inhala amor y exhala, dejando que esa respiración se expanda, alineándote con tu propósito. Cuando sientas un cambio en tu cuerpo, continúa al siguiente paso: ir a theta

### **Paso 3- Ir a Theta**

Imagina un rayo de luz, un campo de energía fluyendo hacia tu interior, fluyendo por ti hacia tus pies, y saliendo de ti nuevamente para entrar profundamente en la Tierra. Deja que tus ojos miren hacia arriba bajo tus párpados cerrados, e imagina que mueves tu conciencia hacia arriba por este rayo de luz, rebasando tu cabeza hacia el exterior, más allá de los extremos del planeta, llegando hasta el sistema solar, pasando por cada planeta como un resplandor de luz, más allá de la galaxia, hasta que llegas a la suavidad aterciopelada del espacio y conectas con la blanca luminiscencia pura de la grandeza que eres. Este es el lugar de la creación de *todo* lo que deseas, la potencialidad abierta para *cualquier* realidad. Practica pensar y sentir en este estado de conciencia mientras activas tu ADN, las células de tu cuerpo y tu mente para crear este nuevo estado de ser dentro de ti. Deja que tus ojos miren hacia arriba bajo tus párpados cerrados y experimenta esa ligereza mientras vas conscientemente a theta. Cuando hayas entrado en este estado, ve hacia...

### **Paso 4- EL MANDATO UNIFICADO**

Mientras mantienes el pensamiento de lo que te gustaría crear **mentalmente y en silencio formula tu Mandato Unificado**: *No sé cómo \_\_\_\_\_ (rellena el espacio en blanco). Sólo sé que es así (o lo soy) ahora y estoy satisfecho.* Tómate tu tiempo para dejar que esta declaración se realice en términos de la energía en tu cuerpo, antes de continuar al paso siguiente.

### **Paso 5- EXPANDIR**

Mientras estás todavía en *theta*, aplica una de las más simples pero más poderosas herramientas que existen para cambiar tu vida. Imagina lo que comandaste de una manera más grande, una capacidad, una versión expandida que sirve para un bien mayor aun que tu idea original. Cuando expandes tu idea para que se convierta en algo mayor que tú, aumentas su capacidad de aparecer desde su potencialidad a la realidad. Permite que tu idea tome su propia energía, observa cómo cambia y se convierte en algo más de lo que imaginaste... Mira cómo llegan estas nuevas ideas expandidas. Déjalo hacerse aun más bello y armonioso. Quédate en el proceso hasta que sepas que está hecho.

Ahora que estás en este estado de capacidad expandida, ve hacia el paso 6 ...

### **Paso 6- RECIBIR EN LA GRATITUD**

Deja que tus ojos se relajen y vuelve a una presencia consciente de ti en tu cuerpo, trayendo tu conciencia suave y respetuosamente adentro de tu cuerpo físico de nuevo. Experimenta la sensación de satisfacción y gratitud que emanan de ti al volver a tu cuerpo tras *el alineamiento con tu inteligencia superior*.

Mientras estás en este estado de gratitud, imagina una nueva imagen holográfica de esa vida, que es tu nueva vida, replicándose a sí misma en todos los filamentos del ADN en tu cuerpo, en cada órgano de tu cuerpo, en cada folículo de pelo de tu cuerpo, y en cada partícula de emoción en tu cuerpo y en tu pensamiento.

Desenrolla, deja ir, todas las ideas restrictivas que tenías sobre ti mismo y sobre tu habilidad para crear y manifestar- DESENROLLA-DESENROLLA- DESENROLLA Y DEJA IR TODAS ESAS CREENCIAS DE LIMITACIÓN... Y ahora REBOBINA, REBOBINA ESTA NUEVA COMPRENSIÓN DE LO QUE HAS CREADO- REBOBINA-REBOBINA-REBOBINA! mientras dices gracias.

Ahora toma una inhalación profunda y conecta con la Tierra, mientras re estableces firmemente la base de tu ser, ajusta tu energía, deja que tu cuerpo se estire, flexibilice y se mueva hacia la comprensión de esta nueva realidad.

Ahora, por favor, sal de los papeles. Toma todo el tiempo que necesites para volver completamente despierto y alerta a tu cuerpo. Abre los ojos y vuelve a la habitación.

1

# Enraizarse

2

# Alinearse

3

Ira

THETA

4

# El Mandato Unificado Comandar

5

# EXPANIR

En Una nocion  
superior a si  
mismo

6

# Recibir con Gratitud