

## Ejercicios de ascensión y liberación de registros

Ejercicios que constan en el libro del autor "Amor propio y Ascensión", que fue uno de los más vendidos en la Fnac de Portugal de Junio a Agosto de 2008.

### Ejercicio 1A - Técnica de transposición miótica celular

- Pon una música relajante o clásica (Mozart, Beethoven).
- Relájate en una silla confortable o en la posición de flor de loto.
- Cierra los ojos.
- Inicia la respiración hasta el esófago, forzando levemente el diafragma.
- Entona el mantra (om mani yom mani aum hama) 7 veces por cada cuerpo.
- Visualiza la imagen del Maestro Sananda enfrente de ti.
- Proyecta tus 9 cuerpos a tu alrededor y de frente a Sananda.
- Solicita el ajuste de los 9 cuerpos a Sananda.
- Remueve todo lo que no sea luz brillante a tu alrededor.
- Utiliza el rayo violeta y el dorado junto a Sananda para transmutar.
- Pide a Sananda la ayuda para romper contratos y magias que te atan al pasado.

Trabaja la transmutación individual de cada cuerpo ayudándote de sus mantras:

Físico - LAM  
Etérico / doble etérico / periespíritu - VAM  
Astral - RAM  
Emocional - PAM  
Mental Inferior - HAM  
Mental Superior - OM  
Causal - AUM  
Búdico - YOM  
Átmico - AYAM

Cada cuerpo será envuelto por un campo de luz que debes sostener con estos mantras, removiendo energías ajenas que puedan estar interfiriendo en los intercambios endocrinos y energéticos hasta el cuerpo físico material.

El intercambio miótico es una radiación del alma que debería sustentar el equilibrio de todos los cuerpos. Normalmente, con el exceso de química de la alimentación y el descuido del cuerpo físico, por falta de ejercicio, acabamos perdiendo esa radiación. Esta radiación es responsable entre otras cosas del equilibrio de la producción de enzimas de la pituitaria y las respectivas glándulas y chacras de nuestro cuerpo. Esa radiación controla, por ejemplo, la producción de serotonina en nuestro cuerpo, tanto en la práctica de ejercicios como en la práctica del sexo. Lo que produce un ajuste de bienestar y quema de grasas equilibrada. Habitualmente comemos mucho más de lo que gastamos, lo que explica en parte el exceso de peso y masa corporal. Por lo que respecta a la sexualidad, esa

radiación equilibra parte de nuestras necesidades sexuales y afectivas. La falta de esa radiación produce un efecto profundo de carencia afectiva y de soledad, pues estamos separados del campo energético y aúrico del alma que debería permear todos los cuerpos sutiles. Cuando se realiza con frecuencia este ejercicio, acabamos por efectuar un ajuste directo de las energías de interacción molecular entre los cuerpos y como resultado pasamos a percibir mejor nuestro cuerpo físico y a sentirnos a gusto con las reacciones que tiene.

Cada vez que entonas el mantra repetidas veces, se genera un campo vibracional alrededor de cada uno de tus cuerpos. Si haces esto 7 veces por cada uno de los 9 cuerpos, actúas directamente sobre ellos, desde el físico hasta el átomico, de forma que cada uno recibe una energía vibracional inducida por ese mantra.

La radiación miótica esta relacionada con la fricción entre el alma y su campo endocrino, lo que afecta a todos los cuerpos y a nuestras células. Esa radiación es responsable por el despertar de consciencia que estamos viviendo desde la Convergencia Harmónica en Agosto de 1987, ajustando así la apertura de la sensibilidad de la pineal y del conjunto del hipotálamo para elevar la sensibilidad mediúmnica y sensorial de las personas. Esta es una de las razones por las que el REIKI se volvió tan popular, pues las personas habían empezado a percibir que podían sentir y visualizar energías que antes eran desconocidas, de una forma fácil y simple. Toda la jerarquía espiritual comenzó a ayudar en este sentido y miles de personas en el mundo despertaron a este tipo de sensibilidad y de realidad, entrando así en un nuevo universo. Sin embargo la mayor parte pasó a olvidarse del cuerpo físico, a soñar con naves, seres del plano espiritual y con la ascensión, olvidando entretanto que el cuerpo físico necesita cuidados y atención.

## **Ejercicio 2A - Rompiendo registros de sufrimiento y Contratos pasados**

En este ejercicio utilizaremos la ayuda del amado arcángel Miguel para iniciar un proceso de quiebra de la ilusión y de juramentos que hayamos efectuado en el pasado, basados en falsas religiones y falsos dioses. Aquí encontramos muchos aspectos de sufrimiento, miedo, culpa, odio, rabia y rencor, que debemos remover de nuestra psique, de forma que podamos aprender que es realmente el perdón. Saber perdonar es el único camino para liberarnos y liberar a los otros que todavía están presos a nosotros como obsesores y almas cobradoras. Si no entendamos esto, se vuelve difícil remover estos contratos y liberar a todas las parte implicadas.

- Utiliza una música relajante.
- La música de las Valkirias de Wagner es una de las preferidas del arcángel Miguel.
- Relájate en la mejor posición.
- Se tienes una espada, puedes efectuar este ejercicio con ella.
- Con la espada traza movimientos circulares a tu alrededor cortando miasmas y energías del pasado. Para aquellos que no tienen una espada, visualizad que utilizáis una espada de luz del arcángel Miguel.

Solicita la presencia de los amados arcángeles Miguel y Gabriel a vuestro alrededor para ayudar en la quema y rompimiento de esos contratos y en el encaminamiento de energías y seres para

tratamiento en aplicación de la ley divina.

Entona el siguiente decreto:

“YO DECRETO LA ELIMINACIÓN DE TODO CONTRATO EFECTUADO POR MI EN EL PASADO, QUE SE BASE EN LOS FALSOS DIOSES Y EN LA MENTIRA. QUE TODO EL PODER MAL EMPLEADO POR MI ENERGÍA PSÍQUICA, EMOCIONAL Y MENTAL SEA ANULADO POR LOS AMADOS ARCÁNGELES. SOLICITO LA LIBERACIÓN DE TODAS LAS ALMAS IMPLICADAS DENTRO DE MI CAMPO TEMPORAL DE ENERGÍA CREACIONAL Y PIDO PERDÓN A TODAS LAS FORMAS DE VIDA POR MI POSTURA ARROGANTE. QUIERO LIBERAR A TODOS LOS QUE SUFRIERON CON MIS ACTOS INSANOS Y LIBERARME DEL SUFRIMIENTO DEL PASADO. QUE LOS AMADOS ARCÁNGELES Y EL CONSEJO CÁRMICO EVOLUTIVO SECCIONEN CON SUS ESPADAS DE LUZ Y DE VERDAD TODOS MIS CUERPOS Y REMUEVAN TODO AQUELLO QUE NO ES DIVINO EN MÍ EXISTENCIA”.

“SOY LUZ, SOY PURO, SOY AMOR, SOY PERFECTO, NIEGO LO IMPERFECTO DENTRO DE MI Y ME LIBERO DE LA ILUSIÓN”.

“PIDO A TODOS LOS MAESTROS Y MENTORES QUE ME ENSEÑEN EL AMOR PROPRIO Y EL CAMINO DE LA AUTO ESTIMA ESPIRITUAL Y FÍSICA EN LA SENDA DEL AMOR PERFECTO”.

Notad que el decreto es extremadamente importante, para que poco a poco se consiga efectuar un cambio interno en la memoria celular. Como abordo en mis cursos y en los respectivos libros del Tratado de Cura Cuántica Estelar, Método Melchizedeck y Voronandek, además de los otros libros de los cursos, existe la cuestión de la memoria celular, que es denominada por muchas personas como memoria cuántica. Esta memoria define nuestras relaciones hereditarias tanto en la salud como en la enfermedad, relativas a los efectos psicosomáticos que producimos, en la medida que sustentamos el exceso de masa de los registros de sufrimiento.

Cuando me refiero a la masa, estoy llamando la atención sobre un factor muy importante que no se entiende:

Cada vez que creamos un pensamiento, una intención, creamos una onda con la respectiva intención y una partícula con la respectiva masa de esa intención, eso es el principio de la teoría cuántica desde hace ya más de 30 años. Por lo tanto, si producimos una onda y una partícula con nuestras acciones que son coordinadas por nuestros sentimientos y ondas mentales, tenemos entonces una situación compleja de contratos, sufrimiento y recuerdos que han sido heredados genéticamente de nuestros progenitores. Esto es estudiado de forma profunda por muchos investigadores, para observar la cuestión del ADN y su comportamiento dentro de las investigaciones. Ya se sabe que el ADN es inteligente y que reacciona a las acciones sin parámetros definidos. Pero cuando una persona posee una carga excesiva de sentimientos de sufrimiento o de alegría, ese ADN manifiesta cambios profundos en su metabolismo. Siendo así, la cuestión de la memoria celular está siendo escenario de un sinnúmero de estudios y teoremas científicos.

Partiendo del argumento original de la onda y la partícula que producimos, tenemos la cuestión de la memoria celular, pues la masa producida por el acumulo de partículas acaba por degenerar el patrón

original del ADN en relación con el factor gravitacional, pues cuanto mayor la masa, mayor la membrana de interacción gravitacional y como efecto, la deformación en la curvatura espacio-tiempo de las células y del ADN. De este modo se estudia el comportamiento de esa memoria celular o cuántica, que demuestra que personas que sufrieron mucho acaban por regenerar esa deformación en la forma de enfermedades hereditarias, tanto a nivel físico como psíquico.

Los estudios más recientes afirman que una célula puede almacenar miles de informaciones, entre ellas las buenas y las malas, y toda vez que se manifiesta una memoria mala, tenemos una alteración natural de rechazo. Así, la masa excesiva de negatividad genera una profunda anomalía en nuestra psique como culpa, miedo y otras emociones psíquicas.

Cuando utilizamos un mantra y un decreto con el cual queremos librarnos de todos ese peso, tenemos en realidad que efectuar una limpieza de alma de forma que renunciemos a todo el mal que pueda existir dentro de nosotros y de esa forma entramos en la cuestión de la neurolingüística, que señala que las afirmaciones positivas generan en nuestras células una profunda mudanza anímica y consecuentemente un cambio en la secreción de enzimas en los procesos de intercambios iónicos de energía y de alimento celular.

La presencia de los Arcángeles Miguel y Gabriel son importantes, pues dentro de nuestra psique religiosa representan importantes herramientas y figuras divinas, que pueden intervenir a nuestro favor, tanto como consejeros como en la forma de arquetipos de limpieza y de perdón. Dentro de este ejercicio es necesario que la persona inicie una acción muy importante: visualizar los hechos del día anterior o incluso del mismo día, intentando localizar los momentos desarmónicos, para que sean armonizados y equilibrados con todas las partes implicadas. Cada vez que hablamos, proclamamos palabras e intenciones que muchas veces son nuevos contratos o reconexiones con antiguos contratos. Por esa razón la famosa frase: ORAD Y VIGILAD, pues decretamos muchas veces infamias y desequilibrios sin darnos cuenta de ello.

Romper con los antiguos paradigmas es uno de los fundamentos de esos decretos, para lo cual tenéis que creer en vuestra divinidad y con eso crear una condición de auto estima y de amor propio en vuestra jornada espiritual. No estamos hablando de ego o arrogancia, sino de un amor que respete vuestro cuerpo y que queráis ser divinos. Ser divino no significa ser arrogante o egocéntrico, sino equilibrado y entender que vuestro cuerpo fue dado para una misión. En esa misión tiene que estar en condiciones de conseguir llegar hasta el final con sus propias energías.

Cada decreto de limpieza tiene el objetivo, con el poder del verbo, de activar memorias celulares de los tiempos en los cuales erais guerreros de la luz y no del desorden. Ser un guerrero de la luz, significa emitir luz y pensar en la luz. ¿¿¿¿¿Quiénes sois?????

YO SOY DE LA LUZ

YO VENGO DE LA LUZ

YO VOY HACIA LA LUZ

Sí, pero el cuerpo material que sustenta esa luz ??????????????????

Tenéis que intentar entender que el cuerpo material es vuestro castillo, vuestro baluarte, leyendo esta canción de un compositor chileno Joaquim Bello:

## REYES

Hay sobre la Tierra muchos reinos de papel,  
que así como aparecen, pueden desaparecer.  
Muchos lanzan arrebatos, se autodenominan Reyes,  
pero sus coronas desaparecen al atardecer.  
Sobre otras personas es muy fácil gobernar,  
y coronas de oro cualquiera puede comprar.

Pero sobre sí mismo muy pocos pueden gobernar,  
y menos conquistar coronas de luz astral.

El reino está dentro del hombre,  
conquistate y serás un Rey.

El Rey verdadero por escudo tiene su moral  
por armadura su aura,  
por espada su virtud,  
por palacio su cuerpo,  
por tesoro su sabiduría,  
su corte es de ángeles,  
su Baluarte es de fe,  
así nace un Rey, nace una estrella,  
que con su luz lo protegerá.

Todo hombre tienen tres reinos para conquistar,  
El reino del cuerpo,  
el reino del alma y el mental.

Son siete batallas las que un Rey debe saber ganar,  
doce son los pueblos que debe saber juzgar.

Como un timón, la ley suprema encuentra en el Rey su trono y su juez  
Así como un velero,  
que el viento hunde en alta mar,  
así naufraga el hombre que no usa su voluntad.

El mar es el destino,  
las velas son el valor,  
el viento son las pasiones y el timón es la intención.

La intención llama a los Reyes,  
la puerta está sobre el viento y el mar,

infeliz es el reino de anarquía y confusión,  
donde los deseos bailan sobre la razón.

Establece un orden si quieres ser un Rey,  
controla a tus siervos o ellos te controlarán.  
Conquista un vasto reino, coronas de oro astral.  
El reino está dentro del hombre, conquístate y serás un Rey.

Un rey.

## HIJO DEL PLANETA

Cuando te encuentres sereno y feliz, dondequiera,  
Cuando todo el mundo sea tu país,  
Cuando no teniendo nada, sientas que tienes todo,  
Cuando en la opulencia, brille tu humildad,  
Cuando puedas devolver el mal por el bien, sin importarte  
a quien sea y veas a tu hermano en cualquier ser.

Cuando apliques que amar es solamente dar y dar y dar, sin  
importarte, sino solamente dar.

Cuando indiferente avances entre aquellos que te ofenden,  
y en silencio los perdones,  
Cuando nadie pueda herirte y por nada afligirte,  
Cuando a aquel que te odie tú le des amor,  
Cuando vivas en la inocencia con consciencia,  
Cuando busques la sabiduría así como hoy buscas el alimento,  
Cuando ames todo sin pasión ni posesión,  
Cuando la realidad se imponga sobre la ilusión,  
Cuando sepas aliviar los dolores de aquellos que sufren,  
y tus labios hablen solamente la verdad.

Cuando hagas del deber un placer y el placer no sea tan solo un deber,  
Cuando vivas el presente como lo único urgente,  
Cuando la bondad sea tu voluntad,  
Cuando el egoísmo ceda al altruismo,  
Cuando la impureza ceda a la pureza y la virtud.

Este mensaje puede ser compartido, siempre que no se altere su contenido y se cite la fuente:

[www.shinkara.es](http://www.shinkara.es) [www.shtareer.com.br](http://www.shtareer.com.br)

Traducido al castellano por Shanti Plágaro