

White Paper XVIII

Afirmaciones y Meditaciones Actuales de Tiller

por

William A Tiller, Ph.D.

Mucha gente me ha preguntado si compartiría algunas de las afirmaciones y meditaciones espirituales que me han sido particularmente útiles a medida que “cabalgo el río” de mi vida en el espacio-tiempo (espacio D). Esta es mi respuesta que espero que el lector encuentre útil en su propia vida.

Como muchos de ustedes saben, me considero un ser muy orientado hacia lo espiritual pero muy poco hacia lo religioso. Para mí, eso a lo que me refiero cuando uso la palabra Dios, está en todas las cosas y crea la función de potencial termodinámico global que sustenta todo en el cosmos. Para mí, si uno puede vivir verdaderamente el gran mandamiento de **"ama a tu Dios con todo tu corazón, con toda tu mente, con toda tu alma y al prójimo como a ti mismo"**, ¡es muy poco lo que se necesita además de eso!

El paso principal que todos deben dar en su vida tan pronto como sea posible, es convertirse en un meditador diario. Hay muchos métodos prácticos disponibles para comenzar. Simplemente encuentre uno que funcione para usted y, cuando se sienta cómodo con su práctica (quizás después de un año), use su intuición para hacer modificaciones a la práctica que mejoren su experiencia. Mi esposa y yo hemos modificado nuestra práctica específica entre cinco y diez veces en los últimos 40 años. Es importante darse cuenta de que los cambios significativos en uno mismo no se producen en semanas o meses de práctica, sino en años y en vidas enteras.

Un segundo paso importante en el desarrollo experiencial del manejo del Yo Interior, es practicar varias rutinas de respiración y ejercicios como qigong, yoga, HeartMath (Matemáticas del Corazón), sufismo, etc. Una vez más, busque un proceso que resulte agradable y adecuado para usted. Trata de encontrar uno que te guste practicar. En todo esto, trate de tener períodos de reflexión en su vida diaria. Trate de ser alegre, aventurero y confiadamente reflexivo y enfocado en todos los actos de su vida. Considere el proceso de (1)

dar dos pasos adelante, (2) reflexionar y (3) dar un paso atrás, como una forma de hacer pequeñas correcciones en la trayectoria hacia sus metas futuras. En todas las cosas, trate de mantener el equilibrio y la armonía en su vida y trate de recordar que uno solo debe tratar de curar a los demás a través del "desbordamiento" (dando aquello que emana de usted).

En cuanto a las afirmaciones útiles, a principios de la década de 1970, cuando aún no había equilibrado mis dos caminos simultáneos hacia la experiencia y el conocimiento externo e interno, hubo momentos en que fue necesario centrar mentalmente mi atención en las siguientes afirmaciones:

*“Amor divino, amor divino, amor divino (enfocarse en el corazón)
Voluntad divina, voluntad divina, voluntad divina (enfocarse en la garganta)
Luz divina, luz divina, luz divina (enfocarse en la coronilla o tope de la cabeza)
Sabiduría divina, sabiduría divina, sabiduría divina (enfocarse en la frente)
Están siendo manifestados y
materializados en el nombre de lo
divino, me ilumina la luz de lo divino*

*No hay pensamientos tontos,
No hay imágenes falsas,
Ningún miedo ni presentimientos
pueden acercarse a esta luz dentro de
mí, ¡porque la amo y la sirvo!*

A menudo repetía cada una de las primeras cuatro líneas media docena de veces para lograr sintonizarme y centrarme profundamente. Luego, podría realizar cómodamente cualquier tarea que tuviera que hacer.

Ahora, mas de treinta años después, todavía utilizo estas afirmaciones, pero he insertado unas líneas adicional entre las primeras cuatro, después de haber repetido seis veces cada una de ellas. Estas líneas adicionales (repetidas de 3 a 6 veces) son:

"El amor de nuestro creador fluye a través de mí hacia este mundo"

"La voluntad de nuestro creador fluye a través de mí hacia este mundo"

"La luz de nuestro creador fluye a través de mí hacia este mundo"

"La sabiduría de nuestro creador fluye a través de mí hacia este mundo"

Estas afirmación me ha traído una sensación de gran paz y conexión a lo largo de los años. Espero que también hagan el mismo efecto en ti!

Mis Meditaciones Actuales

Parte A1

(Basada en "la Oración del Señor" el Padre Nuestro

Padre Nuestro que estás en el cielo, santificado sea tu nombre	Pon la atención en el chacra de la frente (entre las cejas), desde afuera del cuerpo
Venga tu reino	Pon la atención en el chacra corona, desde afuera del cuerpo
Hagase tu voluntad	Pon la atención en el chacra de la garganta, desde afuera del cuerpo
En la tierra	Pon la atención en la parte frontal de tu cuerpo hasta la tierra debajo de el
Como en el cielo	Pon tu atención en la parte trasera de tu espina dorsal y hasta muy arriba de tu cabeza.
Dame hoy mi pan de cada día	Lleva lentamente tu atención para enfocarla en tus gónadas
Y perdoname mis deudas	Pon tu atención en tu coxis
Como yo ya he personado a mis deudores	Manten tu atención en el coxis
No me abandones en la tentación	Lleva tu atención a las glandulas adrenales
Y librame del mal	Lleva tu atención a la espina dorsal a la altura del chacra del corazon
Pues tuyo es el reino	Lleva tu atención a la espina dorsal a la altura del encefalo
El Poder	Lleva tu atención al chacra corona
Y la Gloria	Lleva la atención a la frente
Por los siglos de los siglos	Lleva tu atención al chacra del corazon

Parte A2

<p>Amor Divino, Amor Divino, Amor Divino (repetir 6 veces) El Amor de nuestro Creador fluye a traves de mi, dentro de este mundo (repetir 6 veces)</p>	<p>Con la atención enfocada en el chacra del corazon, desde adentro.</p>
<p>Voluntad Divina, Voluntad Divina, Voluntad Divina (repetir 6 veces) La Voluntad de nuestro Creador fluye a traves de mi, dentro de este mundo (repetir 6 veces)</p>	<p>Llevar la atención al chacra de la garganta, desde adentro</p>
<p>Luz Divina, Luz Divina, Luz Divina (repetir 6 veces) La Luz de nuestro Creador fluye a traves de mi, dentro de este mundo (repetir 6 veces)</p>	<p>Llevar la atención al chacra corona, desde adentro</p>
<p>Sabiduría Divina, Sabiduría Divina, Sabiduría Divina (repetir 6 veces) La Sabiduría de nuestro Creador fluye a traves de mi, dentro de este mundo (repetir 6 veces)</p>	<p>Llevar la atención al chacra de la frente, desde adentro</p>

Parte A3

<p>Amor, amor, amor... amor, amor, amor.</p> <p>Voluntad voluntad, voluntad... voluntad, voluntad, voluntad</p> <p>Luz, luz, luz... luz, luz, luz.</p> <p>Sabiduría, sabiduría, sabiduría... Sabiduría, sabiduría, sabiduría</p>	<p>Ir moviendo la atención a los chacras relevantes</p>
--	---

Parte A4

“Se están manifestando y materializando.
En el nombre de lo divino.
Estoy a la luz de lo Divino,
No hay pensamientos tontos,
No hay imágenes falsas,
No hay miedos ni presentimientos
Que puedan acercarse a esta luz dentro de mí
¡Porque la amo y le sirvo!”

Repetir partes A1, A2 y A3

Nueva Parte A4

“Se están manifestando y materializando.
en nombre de los cristos:
Krishna, Zoroastro, Mechizedek, Moisés,
Lu Chao, Confucio, Buda, Jesús,
Mahoma, Abdul Baha y todos los demás
Cristos no mencionados.
Estoy a la luz de estos Cristos.
No hay pensamientos tontos,
No hay falsas imágenes
No hay miedos ni presentimientos
Que puedan acercarse a esta luz dentro de mí
¡Porque la amo y le sirvo!

Repetir partes A1, A2 y A3.

Nueva Parte A4 (2)

“Se están manifestando y materializando.
En el nombre del Cristo Jesús.
Estoy a la luz del Cristo Jesús.
No hay pensamientos tontos,
No hay imágenes falsas,
No hay miedos ni presentimientos
Que puedan acercarse a esta luz dentro de mí
Porque la amo y le sirvo ”.

Fin de la Parte A

Parte B: Tres repeticiones del Salmo 23

"El señor es mi pastor, nada me falta.
Me hace reposar en verdes prados.
Me lleva junto a aguas tranquilas
Él restaura mi alma.
Me guía por el camino de la justicia por el bien de su nombre.
Aunque camine por el valle de la sombra de la muerte, no temeré al mal, porque tú estás conmigo.
Tu vara y tu callado me consolarán.
Tú preparas una mesa delante de mí, en presencia de mis enemigos.
Ungiste mi cabeza con aceite.
Mi copa has desbordado.
Ciertamente el bien y la misericordia me seguirán todos los días de mi vida
Y habitaré en la casa del señor
¡Por Siempre!"

Repetir por segunda vez...

Repetir por tercera vez.

Parte C: dite a ti mismo (sin palabras)

"¡Mantente quieto! ¡Y deja que la Unidad del Universo fluya dentro de ti!

Repite esto y permanece un tiempo corto (o largo) en este espacio.

Para completar: visualiza un gran globo blanco brillante en un cordón arriba y justo delante de ti. Bájalo hacia ti. Descomprímelo mentalmente, estíralo completamente alrededor de ti hasta que estés totalmente dentro de él. ¡Ciérralo de nuevo para que sea un escudo protector, y llenalo con una luz brillante que va saliendo de ti como una fuente que fluye desde la parte baja de tu cuerpo y sale por la zona corona de tu cabeza, hasta llenar todo ese globo!

Luego, ve a vivir tu día totalmente protegido!

Esta meditación me lleva entre 45 y 60 minutos. Cuando llego a la primera repetición de A4, las luces interiores son bastante brillantes y coherentes. Cuando llego a la repetición final de A1 a A4, la luminosidad es gloriosa y se mantiene de forma sostenida a lo largo de la Parte B.

¡Disfrútalo!

Sepa mas sobre las ultimas aplicaciones practicas de la tecnología del
Dr, Tiller en <http://www.merrakiinstitute.com/projects/>
©William A. Tiller - www.tiller.org