



## 26º ENTRENAMIENTO

**MAESTRA DE LA GRACIA:** Yo soy la Maestra de la gracia. Te acaricio con mi suave y tierna energía. Mi energía es tierna y amorosa. Mi energía es materna y ofrece seguridad. Mi energía te regala cobijo.

**INICIADO:** El cobijo es una sensación que siempre he anhelado. Desde el último entrenamiento, ya no son necesarios los factores externos para sentirme satisfecho y feliz.

**MAESTRA DE LA GRACIA:** Esto es un importante reconocimiento. Te libera de la dependencia material, te libera del pensamiento consumista. Te elevas más allá del sistema de valores de la Matrix, en el que un ser humano solo es valorado si sigue los patrones que indica la Matrix. Se libera para ti la energía que has invertido en este proyecto hasta el momento.

Esto es un gran alivio para ti. Consume solo lo que de verdad es importante para ti y que valoras mucho. No importa lo que piensen los demás. Siente una gran satisfacción por lo que eres, por cómo eres y lo que tienes.

**INICIADO:** Todo esto me facilita mucho las cosas. En el pasado necesitaba mucha energía y dinero para comportarme como querían los demás y para que me aceptasen.

**MAESTRA DE LA GRACIA:** Solo puedes ser aceptado verdaderamente si tú mismo te aceptas y te quieres. Para aceptarte a ti mismo no puedes seguir los patrones y valores de la Matrix. Sé tú mismo y vive lo que es importante para ti. Esto te llenará de orgullo, amor y felicidad. Los seres humanos siempre están buscando la positiva sensación ancestral: la sensación de amor.

Algunos seres humanos consideran que, comportándose como un ídolo, vistiéndose de la misma forma, copiando su comportamiento o visiones de valores, entonces es cuando son queridos. Esto no es genuino: el amor solo se puede encontrar en sí mismo, no en otro ser humano, ni imitando a nadie.

Si te amas a ti mismo, te resultará fácil despertar la satisfacción en ti. El amor por sí mismo es la clave para auto-concentrarse y para no dirigir el foco de atención a los objetos o a otros seres humanos en el exterior. El amor por ti es tu satisfacción interna que te hace reconocer que llevas todo en ti y que no hace falta que busques en tu mundo externo.

**INICIADO:** No necesito nada en el exterior, porque la satisfacción y la felicidad solo la puedo encontrar en mí. Esto me ha quedado claro ahora. ¿Pero qué es lo que verdaderamente se necesita para vivir? ¿Se tiene que llevar una vida rechazando cualquier tipo de lujo? ¿Ya no puedo guiarme según la moda? ¿Debería dejar de poseer cosas?

**MAESTRA DE LA GRACIA:** No existen leyes o prohibiciones. Puedes tener lo que quieras tener y que valores al mismo tiempo. Si te gusta la moda y el lujo, entonces puedes disfrutar de ello. Puedes gozar de cualquier tipo de lujo. Solo es importante que consumas conscientemente y que verdaderamente des gracias desde la esencia por lo que tienes. De lo contrario puede ser más bien una carga para ti.

De forma automática eres responsable de los objetos que tienes. Por esa razón, deberías cuidarlos y limpiarlos para que se mantengan en buen estado. Si no encuentras el tiempo para hacerlo, entonces no le estás dando el valor que tienen y la posesión te quita la libertad. Entonces sería mejor deshacerse de estos objetos con amor y respeto.

**INICIADO:** Comprendo. Por ejemplo, una casa que no visito y no puedo cuidar por falta de tiempo, se puede convertir más bien en una carga. Lo mismo sucede con los servicios que no puedo disfrutar conscientemente. En nuestra sociedad utilizamos la palabra “estrés de tiempo libre” para describir esta situación.

**MAESTRA DE LA GRACIA:** Un buen ejemplo, querido iniciado. Incluso en tu tiempo libre existe el deseo de experimentar cosas nuevas. De esta forma ya te estás sometiendo a una presión que no te hace disfrutar de la experiencia en sí. Disfruta menos pero más consciente, con todos tus sentidos. Posee menos, pero goza de forma más intensa y mantén una actitud de agradecimiento por las cosas externas.

Este es el camino fuera de la espiral del consumo: aprende a disfrutar conscientemente y a valorar las cosas. Con el tiempo, reconocerás lo que verdaderamente es importante y valioso para ti. Puedes separarte con amor y respeto de las cosas que ya no necesitas. Esto genera mucha energía y te devuelve una gran parte de tu libertad.

En los últimos entrenamientos has aprendido a crear. Ahora vas a tratar conscientemente con tus creaciones. Este es el consciente que necesitas para ser el maestro de la creación. En este entrenamiento vas a aprender dos cosas importantes para despertar la satisfacción y la felicidad en ti. Vas a encontrar el cobijo y hacer un viaje hacia tu niño interior.

**INICIADO:** El cobijo es algo que todavía echo de menos. Encuentro este cobijo y esta seguridad en tu energía maternal, pero ¿Cómo puedo sentir esta sensación fundamental en mi día a día?

**MAESTRA DE LA GRACIA:** El cobijo y la satisfacción son dos sensaciones básicas que puedes despertar en ti. En el caso de la satisfacción se trata de la certeza de que no necesitas nada en el exterior y por eso puedes disfrutar de satisfacción en cada instante. El caso de la sensación de cobijo es similar. Se ha encendido el amor por ti mismo.

Si sientes el amor por ti mismo en ti, entonces puedes sentirte seguro en cualquier parte. Entonces no existe nada que desconozcas. Si te amas a ti mismo, entonces hasta la soledad en el desierto te puede parecer una experiencia maravillosa y única. Vas a poder despertar el cobijo y la seguridad en cualquier parte y situación. Solo tiene que arder la llama del amor por ti mismo.

**INICIADO:** Pero también existen situaciones en las que me siento mal, ya sea porque estoy enfermo o porque, por ejemplo, estoy en el desierto con mucha sed.

**MAESTRA DE LA GRACIA:** Naturalmente tienen que estar cubiertas las necesidades básicas corporales, como en el caso de la satisfacción. Aunque tú mismo, como ser humano que está saliendo de la Matrix, puedas crear todo e influir considerablemente sobre tus necesidades físicas. Ya te hemos transmitido algunas técnicas que te muestran cómo puedes cambiar el consciente de tus células.

La sensación del cobijo es una sensación más profunda que la de la satisfacción. El cobijo es como un abrigo que te cubre con amor por ti mismo. Mientras arda la llama del amor por ti mismo, la llama calentará el abrigo del cobijo. Puedes sentir el cobijo en cada momento de tu vida, independientemente de los factores externos. Esta es la radiación especial que reflejas hacia fuera y que perciben los seres humanos. Este es el brillo que reflejas en tu entorno. Sé consciente en cada momento de tu vida de lo mucho que te quieres.

Un siguiente tema del entrenamiento de hoy es el viaje hacia tu niño interno. El niño interno es un símbolo para la niñez y la alegría interna. Créate un oasis en tu vida en el cual estás libre de obligaciones, presiones y tareas. Existe una parte tuya que siempre permanece en su niñez.

Este niño tiene necesidades. Desea ser amado y quiere jugar. Sigue estas necesidades en el oasis temporal de tu día cotidiano. Esto te transmite una sensación interna de ligereza y te regala la alegría de vivir. Te doy las gracias por la llama del amor por ti mismo que siempre arde y que te realiza con amor y paz.

### EJERCICIO DIARIO:

- Sé consciente cada día de los sentimientos de cobijo y de satisfacción. Integra estos sentimientos en tu día cotidiano. Mantén esta actitud con los seres humanos con quienes te relacionas y deja que brille en tu entorno el amor que sientes por ti mismo.
- Sigue a los impulsos que te envía tu niño interno. Tómate tiempo para tu niño interno.

### CÓDIGOS DE ACTIVACIÓN:

