

DAR A LUZ CONSCIENTEMENTE

Por el Bala Acharya R'shi D'va

A través de los sueños, deseos, proyecciones, reacciones, condicionamiento, creencias, impulsos o varios potenciales subconscientes, conscientes o genéticos, la mayoría de nosotros nos sentiremos motivados a tener hijos. Todos los padres tienen la esperanza de estar conscientes durante todo el proceso, desde tomar la decisión de tener un hijo hasta el momento de la crianza, sin importar en qué parte del proceso se encuentre el embarazo o paternidad.

El engaño, la manipulación, el control y la esclavitud a los instintos vitales rara vez van a dar resultados positivos. Es por la confrontación de nuestra percepción con lo que es real, que podemos avanzar.

Sin embargo, hay la oportunidad de obtener resultados adecuados y tangibles. Este documento tiene el objetivo de clarificar ciertos conceptos y proporcionar las herramientas necesarias para obtener innumerables beneficios y empoderar a aquellos que se mueven a través de elecciones conscientes.

Los primeros pasos son de naturaleza preparatoria, empezando por un periodo de purificación interior para encontrar la objetividad y sintonizarnos con nuestra alma, lo divino y para que nuestras acciones nazcan de una elección consciente.

El segundo paso es considerar quién será parte de esa experiencia. Si se hará solo, con una pareja e incluir a esa persona en este proceso consciente.

El tercer paso es establecer contacto con un alma que se encarnará en el cuerpo que se va a formar o conectar con el alma que ya está encarnando en el cuerpo formado.

El cuarto paso es en sí mismo el embarazo, en cómo asistir en el proceso de encarnación y de empoderamiento de esa experiencia.

El quinto paso concierne al nacimiento y a los seis primeros meses de nacido.

Finalmente, hay una sección sobre la crianza.

Por favor, considera que este documento no es de naturaleza médica, por lo que las instrucciones y guías de profesionales como los doctores, parteras o cualquier otro profesional de la salud son siempre valiosas.

Este documento ha sido revisado por un psicólogo especializado en abuso infantil, un trabajador social y varias madres para tener una visión amplia sobre ciertos aspectos.

Primer paso:

Como sabemos, el primer paso va más allá de sólo observarnos a nosotros mismos, es diferenciar entre qué es real y qué no lo es, a través de una continua auto observación. Son muy importantes las razones por las que nos presionamos a nosotros mismos, a otros o bien somos presionados por otros para tener un hijo. Si actuamos principalmente desde nuestro ego, vamos a tener poca consciencia de nuestras elecciones y acciones. Por lo tanto, poca influencia o capacidad para cambiar cualquier cosa que suceda. Entonces, el primer paso es aumentar la capacidad para tomar decisiones conscientes y ser capaz de afectar lo que puede ser afectado.

Técnicas sugeridas:

- Atma yoga

- Respiración consciente
- Fijación
- Oración
- Integración emocional

También es importante hacer notar que te vas a mentir a ti mismo, ya que es inevitable. Vas a ser afectado por factores biológicos, el subconsciente y otras formas generadas por el ego, lo cual también es inevitable. Atma Yoga ayuda a estar más consciente en el cuerpo, la Respiración Consciente aumenta la cantidad de consciencia disponible. La fijación ayuda a armonizar y estabilizar esa consciencia mientras remueve los potenciales innecesarios. La oración te asistirá en permanecer abierto a lo que no conoces, a conectarse con lo divino, a construir potenciales favorables y, por supuesto, la integración para limpiar y disolver lo que está en tu interior.

Si el embarazo es sorpresivo o es el resultado de varios intentos, entonces este paso puede ser corto. En este caso, con tomar una semana es suficiente y se tiene que trabajar más rápido.

En cuanto a este tema, la modernidad permite mucho más libertad a las mujeres que antes. De esta forma, la mujer tiene la última palabra ya que será ella quien dará a luz a ese hijo y no puede ser forzada de ninguna manera. Si un hombre en verdad desea tener un hijo y su pareja no quiere tener uno, nunca debe ser forzado por el otro. Existen varias opciones disponibles para un hombre que desea vivir esa experiencia. También es maravilloso que las mujeres tengan total independencia de elección en este tema en la mayoría de los países. Una mujer no requiere de un

hombre para tener un hijo. Ser padre o madre solter@, es más difícil pero es una opción. Por lo tanto, una mujer nunca debe sentir que depende de un hombre o de otra persona a la hora de tener un hijo. La inseminación artificial es posible y también la fecundación in vitro si es legal en tu país. Lo mismo aplica al hombre. Los hombres pueden adoptar y convertirse en padres y salir de esa relación para tener un hijo con otra mujer o por medios legales, etc. La libertad es absoluta y la era moderna permite en gran medida tener los recursos y la capacidad para hacerlo.

En esta etapa es importante entender: no estás atado a nadie. Lo mismo aplica para un niño que nace de una relación sexual no consensuada. Existen muchas teorías sobre espiritualidad en relación a la influencia del proceso de inseminación, el bagaje genético consciente, etc. La mayoría de ellas son basura. La mujer no está atada a nadie. Además, la influencia de la consciencia de alguien que actuó de forma inconsciente, instintiva o por impulso del ego es infinitesimal. Lo importante es encontrar la paz, alcanzar un nivel de consciencia tanto como sea posible y hacer una elección. Si la mujer decide quedarse con el niño, entonces ya no es el hijo de ese hombre, es el hijo de la mujer. El hombre que actuó de manera inconsciente no tiene la capacidad para tomar ninguna decisión consciente, y por lo tanto, no tiene ni voz, ni derecho, ni ninguna influencia consciente. Si la mujer sufre por las máscaras del ego como las negaciones, las tres emociones o los tres roles, y da poder a ese sufrimiento que vive, entonces en este paso es momento oportuno para abordarlo. Pero no es dándole poder al padre (prefiero el término inseminador), ya que un violador no tiene poder en esta situación y por lo tanto no debería llamarse padre. Es especialmente importante que el niño no sufra por la proyección de sufrimiento que se hace en él. Ese niño no tuvo parte en ese evento, por lo que no tiene

responsabilidad y se le debe permitir recibir el mismo regalo que es dado a todos los hijos de Dios: libertad.

Paso 2: Elección de una pareja o no:

Una vez que se ha hecho la elección, es tiempo de escoger o no una pareja. ¿Cómo me gustaría proceder? A pesar de ya estar en una relación, es un buen momento para ver la relación a través de una mirada consciente, ¿Es con la pareja con quien deseamos proceder?

En este punto, es donde iré más allá del término padre y madre a la palabra: cuidador. ¿Quiénes serán los cuidadores de este niño o niños?.

Ya sean dos mujeres, dos hombres, una mujer y un hombre o incluso un hombre o mujer solos. Este término es fluido. En algunos casos, los padres no cumplen con su deber y los abuelos son los cuidadores de ese niño. En otras circunstancias, son las niñeras, amigos u otros familiares, como en la adopción, los que se hacen cargo de la crianza. Se es un padre porque verdaderamente se cuida de las necesidades y el crecimiento, beneficiando a ese niño. Uno deja de ser padre el día que renuncia a ese deber o deja de beneficiar a ese hijo. De la misma manera que un violador no es un verdadero padre o cuidador. Un padre que es la principal causa de sufrimiento deja de ser un padre,

Es por ello, que hay que tomarse un tiempo para tomar una decisión consciente, revalorar, hablar con tu pareja si la tienes. ¿Qué puede aportar uno? ¿Qué es lo que puede proveer el otro? ¿Qué no puede aportar cada uno?. Para evaluar conscientemente las fortalezas y debilidades. ¿Cómo podemos navegar juntos? ¿Mitigar nuestras ineficiencias, asistirnos y ayudarnos el uno al otro?.

Lo anterior es necesario y saludable. La preparación siempre es beneficiosa para los resultados. Dejar esas consideraciones para después solo hará que nos exploten en la cara cuando llegue el momento. En el pasado, cuando había relaciones legales con varias personas, todas formaban parte de este proceso.

Técnicas sugeridas:

- Meditación de Shiva y el Triambakam
- Los siddhis de la sangha
- Kama Chakra
- Meditar en nuestra alma y el alma de otros
- R'shinaya
- Integración emocional

Importante:

En el caso de que la madre o padre se queden solos. Es posible tomar toda la responsabilidad tanto física como espiritual por parte de un solo individuo. No obstante, es posible recibir ayuda en lo espiritual.

Existen técnicas antiguas o métodos para estos casos. Esto es tener un padre o madre espiritual oficialmente. Puede ser un alma viviente o un alma trascendida. Es más difícil en el caso de un alma trascendida ya que es difícil permanecer objetivo. A

todos les gustaría tener a Jesús como padre, pero ¿Quién realmente ha aceptado ese llamado? ¿Cómo podemos saber si estamos llenos de sueños y falsas esperanzas?. Sin embargo, esto ha pasado a lo largo de la historia.

En el caso, de que el padre o madre se considere “la madre o padre biológico”. Los otros se convierten en el cuidador espiritual. El cual no requiere ser pareja de alguno de los padres.

También puede ocurrir cuando la mujer u hombre están en una relación con alguien que en realidad no cuida del niño, solamente satisface sus necesidades físicas. Algunas veces las personas quedan atrapadas en relaciones o matrimonios por razones sociales o económicas. Este método les permite permanecer libres de ataduras, alivia la presión de estar solos sin romper las normas sociales.

La madre Maria es una versión extrema de este método. Alguien que encarnó esta noción a través de la autoinseminación y la Divinidad como verdadera pareja.

El método es muy simple ya que es una extensión del anterior. Una vez que has identificado lo que puedes y lo que no. Lo que el otro puede y lo que no puede. Es solo cuestión de encontrar quién puede proporcionar eso. Entonces se trata de preguntar, exponiendo nuestro caso y después aceptando la respuesta. Si la persona rehúsa entonces hay que buscar otra persona que esté disponible. Por lo general, si la madre o padre biológicos están vivos, a menudo es prudente y aconsejable no mencionar a la otra persona, ya que no le concierne. Ese padre o madre espiritual puede ser del mismo sexo o del opuesto. Por lo tanto, la palabra “cuidador” es más apropiada. Al recibir una solicitud de este tipo, se debe ser cuidadoso ya que hay que considerar varios aspectos. Como el deber y la responsabilidad abarca muchos años, se debe hacer con diligencia y correctamente.

Con frecuencia se usa el término de “madrina espiritual” o “padrino espiritual” pero hay que saber lo que significa realmente, ya que este concepto se ha explicado a través de la palabra: cuidador espiritual. En tiempos antiguos, cuando las personas no estaban seguras de su propia capacidad espiritual, entonces aceptaban un tercer cuidador en la pareja: el sacerdote cristiano es un excelente ejemplo. Hace muchos años, en los pueblos pequeños, el sacerdote o el anciano con inclinación hacia lo espiritual eran el padre/cuidador espiritual. Por eso las palabras “padre” y “mi hijo” eran utilizadas. Los padres biológicos debían enseñar lo relacionado a lo mundano y el padre o madre espiritual enseñaban lo relacionado con el mundo espiritual. Con el paso del tiempo, este concepto ha ido cambiando, pero hubo un tiempo en que su significado tenía valor. Los padres carecían de educación espiritual, por lo que permitieron que otros tomaran parte. En oriente, era el caso del gurú, o del maestro taoísta, o un maestro de artes marciales. Esa persona se convertía en el padre espiritual de ese niño. Los padres aceptaban que podían satisfacer las necesidades físicas del niño pero no las espirituales y por lo tanto, aceptaban de buena gana y con mucho gusto que alguien más lo hiciera por ellos. En la actualidad, en Occidente, muchas personas son educadas en la espiritualidad, tienen fácil acceso a métodos y técnicas, por lo tanto, esta opción ya no se usa con frecuencia.

Paso 3. Contactar al alma

Técnicas sugeridas:

- Meditar en el cuarto plano.
- Meditar en Vishnu.
- Meditar en la Madre Divina y el Creador.
- Meditar sobre qué experiencias puedes brindar.
- Trabajar en el Karma y Dharma.
- Meditar en tu alma.

Aquí es donde meditas antes de cada paso. Medita en tu alma, Vishnu, la madre divina y el Creador. Para que puedas presentar de manera clara y honesta lo que

puedes dar. ¿Qué experiencias conscientes puedes proporcionar a otra alma que encarnará? Antes de entrar al mercado, aclaras el polvo, pules la mercancía y la aclaras para que se vea. Eso significa mostrar claramente lo que es, eso no significa agregar una capa de oro falso encima de un pedazo de jarrón roto.

Trabajar en tu karma y dharma te ayudará a despejar obstáculos innecesarios que podrían influir en este proceso.

Las almas tienen su libre albedrío y naturalmente nos proyectamos a veces en los demás. Querer ciertas cosas o imponer ciertos ideales a otros. Aquí es donde el enfoque no es "lo que quieres". Es: ¿Qué proporcionarás? Para el alma eso significa las experiencias que le darás. ¿Cómo podrías proporcionarlas? ¿Qué puedes ofrecer a un alma?

¡Es bueno hacer esto! Las personas conscientes son fáciles de encontrar. No es difícil. Las personas que practican la caridad, la compasión o la bondad no son difíciles de encontrar. Las personas que brindan compasión, conciencia, amabilidad y caridad al mismo tiempo son más difíciles de encontrar. Pero por supuesto, lo que te propongas, ya lo debes tener dentro de ti. Lo que declaras, lo debes cumplir. Hay un costo tremendo por vender botellas de vino que terminan vacías. Aquí es donde la honestidad genuina lleva un camino largo. Muchos practicantes han usado métodos similares con grandes resultados. Esto se encuentra a menudo en la "magia del granjero". Personas con poca educación en rituales, pero a través de su conciencia honesta, dedicación y simple aplicación de esa honestidad podrían producir resultados que normalmente requerirían un cierto conjunto de habilidades de los "magos de la corte".

Dicho esto, si un alma responde, es libre de navegar y tal vez incluso decida no participar en esa experiencia después. Déjala ser libre, no controles. Tu ofreces, ellos eligen. Ambos socios pueden hacer esas meditaciones juntos.

Es importante recordar eso, porque en algunas historias o casos, un practicante extremadamente hábil ha aparecido o hablado como si ellos hubieran elegido o dicho a un alma que encarnaría como su hijo. Tenemos que entender que esas historias con frecuencia se cuentan desde una perspectiva externa. Alguien que presencié o escuché las historias sin tener siempre el conjunto de habilidades o conocimiento para entender el proceso actual. Entonces, desde una perspectiva externa, el practicante experto podría estar ordenando, mientras que de hecho está solicitando, con voluntad y certeza.

Como nota aparte, hay personas que tienen la capacidad de comandar almas, pero es un conjunto de habilidades tan raro y específico que probablemente haya menos de diez en todo el planeta en un momento dado. Muy a menudo ha habido intentos con resultados pobres. La honestidad y la humildad llevan un largo camino, como el

enfoque de "fingir hasta que lo logres" solo se aplica a lo secular. El mundo espiritual no es amable con los charlatanes y adivinos.

No obstante, algunos expertos en reencarnación, dharma y karma a veces tienen todos los eventos planeados en esta etapa, similar a una negociación. Algunos expertos incluso planean muchas vidas seguidas. Simplemente estoy mencionando esto, no para que se convierta en un sueño imposible, sino para tener en cuenta, que esta fase puede ser muy profunda. Uno hace según lo que puede hacer, una vez más.

Preparación del cuerpo y alineación

Después de que el alma se ha puesto en contacto y parece algo más claro para ambas partes que parece ser un buen encuentro. Es hora de preparar el cuerpo. Este paso abarca tanto la parte donde se fecunda el óvulo como los primeros pasos del embarazo.

La fecundación del óvulo no tiene un paso particular por sí mismo ya que es el resultado de los pasos anteriores y también de factores naturales. No obstante, muchas de las técnicas sugeridas aquí se aplican tanto al proceso de fertilización como a las primeras etapas del embarazo en sí.

Si el embarazo ya está en marcha, este paso se puede realizar en dos semanas. Debe hacerse suavemente sin ningún tipo de presión si el embarazo está en marcha. El embarazo pasa factura y queremos garantizar la mejor experiencia para ambos. En otras palabras, esta es una fase de empoderamiento. Donde construimos el cuerpo. Tratamos la matriz como el caldero, el cuerpo como el horno y el bebé como la píldora que se está formando. Si hay dos padres, entonces ambos pueden involucrarse en ese proceso por su cuenta.

Técnicas sugeridas:

- Cinco elementos (básicos y mayores son buenos)
- Proceso de avatar
- Meditaciones sobre el Creador (Brahma srija dharani, etc.)
- Mantras de sanación
- Kama Chakra
- Kuji-In diario
- Fijación
- Comer sano (siempre es bueno consultar a un nutriólogo calificado)
- Entrenamiento físico, estiramientos que no sean extremos
- Evite las prácticas ascéticas extremas

Esto también nos permitirá estabilizar nuestras experiencias, encarnarnos más y tener más recursos disponibles para cuando se necesiten.

Entonces solo es cuestión de iniciar el proceso, alinear las prácticas, alimentos y demás de acuerdo a lo que es mejor para el alma y el cuerpo que se está formando. Esa parte es relativamente orgánica ya que el cuerpo generalmente sabe qué hacer. Esa parte la asistimos conscientemente. Las madres también cambian instintivamente su dieta de acuerdo con lo que el cuerpo le dice que necesita. Siempre es bueno consultar a profesionales de la salud calificados y seguir sus consejos. Esto se debe a que hay muchos tipos de cuerpos y no existe una "receta única para todos" cuando se trata de qué alimentos comer o qué precauciones tomar. Es especialmente importante escuchar las cosas que no se deben hacer: levantar objetos pesados durante el embarazo, no beber ni consumir drogas, etc.

Durante la fase de alineación, también adaptamos las prácticas que hacemos de acuerdo con el alma que está encarnando. ¿Qué beneficiaría eso? En caso de duda: oraciones. Las oraciones son algunas de las mejores prácticas y simplemente estar consciente y presente en el alma y el cuerpo del otro. Por lo general, no se recomienda ninguna forma de práctica extrema o imprudente. Se debe evitar cualquier cosa que produzca un impacto repentino o cualquier cosa que genere mucha confusión. La madre y los profesionales de la salud certificados deben tener la última palabra en todo. Por eso, no se aconsejan las prácticas ascéticas que provocan un gran cambio en el cuerpo.

Algunas almas tienen experiencia y son lo suficientemente hábiles para estar conscientes en el útero, otras no. Escuchar conscientemente y estar atento a lo que se dice es bueno. Traerá excelentes resultados.

Cabe señalar que si el embarazo ya está en marcha, este paso debe realizarse dentro de las 2 semanas????(no se entiende, se refiere a las dos primeras semanas de embarazo?) y pasar a la siguiente fase. Si todavía está en proceso de procreación, entonces al menos uno o dos meses(igual, no se entiende, se refiere del inicio del embarazo???). No obstante, para ambos padres o para el padre o la madre, se deben realizar al menos de 2 a 4 horas diarias de las prácticas sugeridas. Si eso es demasiado, entonces considera que cuando nazca el niño, tendrá aún menos tiempo. Así que toma esas prácticas diarias como un entrenamiento de preparación para cuando llegue el niño, tendrás que comprometerte mucho, mucho más con tu horario.

Durante el embarazo:

Hay un momento en que el alma comienza a esforzarse mucho en el proceso de encarnación. Por lo general, durante las primeras semanas después de la inseminación, el alma está principalmente probando las aguas, preparándose, preparando el terreno. Luego hay un momento en el que realmente entra. Ese momento a veces puede ser sentido por la madre. Ese momento varía mucho dependiendo del alma.

Por eso no hay un número exacto. Muchos dicen que alrededor de 2 a 4 meses después de la fertilización. Algunos dicen que durante la fertilización.

Algunos incluso dicen antes de la inseminación. Algunos dicen 5 meses. Hay muchas diferencias y eso se debe a que muchas almas son diferentes entre sí.

Depende de su conjunto de habilidades, nivel de conciencia, experiencias y muchos otros factores. Es relativamente seguro decir que durante los primeros dos meses, una meditación semanal es buena. No fuerce ese proceso. Atención simple al alma del otro y el enfoque principal es asegurarse de que el cuerpo y su alma están dando lo mejor de sí. Después de dos meses, aumente esa meditación semanal a varias veces por semana. Ajustar la práctica de acuerdo con la retroalimentación que recibes de lo que está sucediendo dentro de ti. Todo este proceso, es para que puedas ser más consciente del momento en que el alma comienza a encarnar realmente.

Si hay presencia de un compañero, es bueno que esa persona participe. Ayudará a crear un sentido de pertenencia e inclusión para ambos. Un padrino o madrina espiritual lo hará con naturalidad.

Una vez que el alma está muy presente, cambias a meditaciones suaves sobre el mantra del alma usando paramaguru. No le pongas nombre al alma. Es algo que harán si quieren recibir un nombre de alma cuando sean capaces de tomar sus decisiones. No te presiones. Mantra del alma simple. **(Poner aquí el mantra)**

El compañero puede contribuir participando en esas meditaciones sobre el alma.

En ese punto, el resto de las prácticas deben alinearse según lo que resulte de la observación y escucha de las necesidades del alma y cuerpo que se está formando. Una vez más, evitando prácticas extremas y escuchando a los profesionales de la salud.

Muchas tradiciones a menudo recomiendan prácticas más suaves para evitar turbulencias innecesarias y eso suele ser bastante sabio.

Si una mujer quiere recibir una bendición de una persona santa o un sacerdote. A menudo se aconseja que la persona que da la bendición haya tenido un hijo o tenga mucha experiencia en el proceso de nacimiento. No todo el mundo es hábil para sintonizar y adaptarse al delicado equilibrio que es un embarazo. Algunas personas santas o sacerdotes son brutos y toscos, lo cual es genial si se es un hombre fuerte o una mujer fuerte que levanta grandes pesos kármicos. No tanto cuando se trata de bendecir a una mujer embarazada. En caso de duda, una oración es buena. Deja esa responsabilidad en manos del Todopoderoso y Proveedor. Como mujer embarazada, siéntete libre de aceptar o no el toque de los demás. No se trata de aislar ni de ser una playa abierta al paso de todos. Se trata simplemente de nutrir un flujo de dharma que sea coherente y armonioso. Lo que es beneficioso es beneficioso, lo que no es beneficioso no es beneficioso.

Tú estado tiene una influencia. Si estás en un drama, enojado, asustado u otro, se

recomiendan prácticas suaves y simples como la respiración de la conciencia. Hasta que puedas volver a encontrar el equilibrio. Luego procede a una integración suave y no dramática. Las caras felices, los corazones amorosos y R'shiNaya son excelentes para terminar.

Tu estado interior como padre no debe ser algo que te vuelva completamente loco y paranoico. Como muchas cosas, es una influencia, no algo para ser maníaco o hipercontrolador, porque entonces es control. Es algo a tener en cuenta y hacer lo mejor posible. El cuerpo es un sistema poderoso. Si piensas en lo difícil que es ir a un estado de paz cuando estás extremadamente enojado, movido por el impulso sexual o un gran dolor. Ahora multiplica eso por 100. Los mecanismos que se ponen en marcha son muy poderosos, así que si tienes dificultades para encontrar la paz cuando estás enojado, caliente o con mucho dolor. Entonces es muy poco probable que tú estado emocional sea suficiente para tener una gran influencia en el mecanismo biológico puesto en marcha. Lo digo porque a veces el padre del niño o el otro padre????(Madre?? se nonbram dos padres masculinos) tendrá momentos difíciles, estará enojado, etc. Entonces se sentirán culpables, sobre todo si el niño tiene alguna deformidad o "no sale perfecto", se culparán a sí mismos. Tenemos que recordar que la inconsciencia tiene poco poder sobre la conciencia.

Un solo momento de ira no es suficiente para cambiar el equilibrio. Largos períodos de tiempo en ira, miedo, control, vergüenza u otros pensamientos tendrán una influencia. Por lo tanto, ten Fe en tu cuerpo, ten Fe en Dios, ten Fe en tus propias fuerzas, esfuézzate por ser consciente y responsable con esos momentos de inconsciencia.

Para practicantes más avanzados que tienen mucho poder. Debería haber una política de tolerancia cero con el odio, la avaricia o la ignorancia. Tampoco debe imponerse a la pareja en ningún momento. Es algo que debes tener como tu propia disciplina y responsabilidad sin importar el rol que tengas en esa relación.

El Parto:

Desde una perspectiva consciente, no hay mucho que decir aquí. La mayoría de las prácticas en esa fase están relacionadas con proporcionar una sensación de confort o seguridad a la madre para que se sienta segura y cuidada. Los embarazos en el pasado eran relativamente peligrosos y para evitar que el miedo a lo que pudiera ocurrir se apoderara de la madre, se realizaban esos rituales o pasos para aliviar la presión sobre la madre embarazada. Hoy en día, nuestros conocimientos médicos han aumentado hasta el punto de que la mayoría de los embarazos son seguros y esforzarse mucho en ese paso no es demasiado útil. Con toda honestidad, se trata sobre todo de un paso biológico. No hay nada demasiado místico ni ningún misterio esotérico acerca del parto. Algunas almas son exigentes o muy meticulosas con el tiempo, el momento, las condiciones y el espacio, pero no siempre es así. Jesús es

un buen ejemplo al respecto de una llegada cuidadosa y meticulosamente planificada desde un punto de vista esotérico. Cualquier intento de forzar un significado o de atribuir un significado es inútil. Atribuir un significado es irrelevante. Las formaciones cosmológicas y la organización del universo son una rama remota y en su mayor parte cerrada del arte de la Adivinación o de la alquimia de los cielos. Si conoces esos métodos no tiene sentido seguir hablando y si no los conoces no tiene sentido seguir hablando. **La madre se ha entrenado, ha recibido clases para estar preparada. Ahora es el momento de dejar el dojo para entrar en el campo de batalla. (No todas las madres reciben clases)**

Después del parto:

El niño ha nacido, ahora la vida continúa. Lo importante es centrarse en ese niño. La pareja “no embarazada”, si está presente, ahora es el momento de brillar y darlo todo. La madre debe cuidar del niño, pero también reponer sus recursos.

Prácticas sugeridas:

- Recitar mucho los cinco elementos
- Muchos de los cinco mantras introductorios
- Comer correctamente es esencial. Consultar a un nutricionista es sabio.
- Entrenamiento gradual de ejercicio físico para re-aclimatar y fortalecer el cuerpo.
- Practicar mucha integración emocional. Una cantidad excepcional de integración emocional.
- Muchas caras felices, corazones amorosos Y meditar con la madre divina después de la integración emocional.
- Realizar prácticas de fusión
- Realizar prácticas de la madre divina y del Padre.

Uno debe relajarse en las prácticas que influyen en el alma y el cuerpo del otro para adoptar una postura más de observador, la oración ocasional o apoyar de vez en cuando cuando se considere oportuno. Esto permite a la otra alma adquirir un sentido de sí misma, responsabilidad y explorar el mundo en su propia conciencia y recursos, sin crear un sentido de dependencia.

La integración emocional es muy importante en esta etapa. El después del embarazo es un momento rico en experiencias. Por mucho que no quieras integrar y poner toda tu atención en ese pequeño o esos pequeños. DEBES cuidar de ti misma. No puedes esperar de los demás ni exigir que los demás cuiden de ti. Si existe una pareja, comunicarse eficazmente es de sabios y organizar los horarios para que sea posible.

Una jarra vacía no llena ninguna copa. Estarás bastante agotado. Incluso las personas extremadamente conscientes y poderosas, si dan su 100%, se agotarán. Recuerdo cuando estuve embarazada hace muchas vidas. Di todo lo que tenía. Estaba agotada a pesar de tener innumerables habilidades, recursos y poderes. Me sentí cansada, aislada y abandonada, ya que sólo me tenía a mí y a Dios para cuidar de ese niño. No dejé que se apoderara de mí, cuidé del pequeño mientras me centraba en reconstruirme y volver a estar al 100%. Tenía un palo de hierro para levantarlo y alejar a los que entraran en casa en contra de nuestro bienestar. Hoy en día, la seguridad no es tanto un problema, pero en algunos países se espera que la mujer vuelva pronto al trabajo. Si la mujer quiere tener otro hijo, hay mucho trabajo por hacer. ¡No subestimes la cantidad de energía que se necesita para crear vida en nueve meses!. Si estamos agotadas, también será difícil cuidar adecuadamente de ese niño. Surgirán muchas emociones, como el abandono o incluso el resentimiento. Cuando uno lleva días sin dormir, es posible sentir rabia o resentimiento y culpar así al niño. Convertirse en cuidador de ese niño no significa estar desprovisto de cualquier sentido racional o sentimiento. Por lo tanto, la integración es clave y también lo es reponer esos recursos.

Celebrar un bautizo siempre es un buen ritual para hacer. Permite dar un impulso y reducir la tensión de los cuidadores, además contribuye enormemente al crecimiento del alma que se encarna.

Elegir una habitación o un ambiente que resulte armonioso con las tendencias del niño.

Es aún más importante reponerse si la madre decide tener otro hijo. Los profesionales sanitarios suelen aconsejar esperar entre 18 y 24 meses. Este es otro ejemplo de que se trata de un proceso agotador. Hermoso, pero también tiene sus retos.

Este periodo de gracia también nos permite centrarnos en el primer año, en el que el niño requiere mucha atención y cuidados. Es un gran momento para, durante ese periodo de tiempo, medir los resultados de nuestro trabajo, tomar notas y mejorar en caso de que haya una próxima vez. Eso también beneficiará a tu propio proceso de encarnación si ese fuera el caso en la próxima vida, mientras abrazas plenamente esta experiencia y los años venideros.

Criar conscientemente a un hijo

Un aspecto que es fácil de decir, aunque difícil de masterizar de verdad, es que tus hijos no son tuyos. Son almas libres tal y como tú lo eres. Es tu más hermoso y bondadoso deber guiarlos, asistirlos, educarlos, pero no son tu posesión ni están bajo tu dominio. Ellos te eligieron como sus padres, en ese mercado te eligieron a ti, pusieron sus sueños, esperanzas y aspiraciones en tus manos. Eso es algo hermoso.

Son libres, no obstante es un deber educarlos y esto puede crear conflictos. Un niño que recibe todo lo que quiere, cuando quiere, se volverá egoísta y egocéntrico. Un niño al que nunca se le dice que no se volverá prepotente y engreído, ¿por qué? Porque en lugar de enseñarles humildad potenciamos su orgullo, su vanidad. Poner límites es importante, pero mejor si es un límite pedagógico. Por ejemplo, es aceptable que un niño se enfade. Forma parte del aprendizaje de cómo expresar nuestras emociones. Sin embargo, si el niño empieza a morder y dar puñetazos y nunca le decimos que no, pensará: "esa es la forma normal de comportarse". Como adulto puede que no nos haga daño, pero entendemos que ese comportamiento no se tolerará cuando estén en sociedad. Por lo tanto, ponemos un límite. No por nosotros, sino por el bienestar del niño, para proporcionarle medios para explorar la vida sin sufrimientos innecesarios. Eso significa experimentar el sufrimiento de que te enseñen "no, no puedes hacer eso".

Si siempre limitamos, decimos no todo el tiempo y les pedimos que hagan lo que les pedimos en todo momento, ahogaremos su crecimiento. Reduciremos su creatividad, su capacidad de asumir responsabilidades, su iniciativa y otras habilidades útiles.

Se trata de un delicado equilibrio y puede ser doloroso ver sufrir a nuestro propio hijo. Sin embargo, si nos dejamos llevar por el pánico y la ansiedad cada vez que sufren, el niño acabará por ver toda forma de sufrimiento como algo excesivo o simplemente perderá la confianza en sus padres. Lo mismo ocurre si el progenitor trata todo como benigno, el niño tratará todo como benigno o simplemente perderá la confianza si hay algo de lo que realmente hay que ocuparse. Se trata de encontrar esa fina línea y adaptarse a las diferentes situaciones. Aprender a reaccionar y a interactuar en diferentes situaciones es importante.

Eso también forma parte de la crianza, ¡proporcionarles un espacio en el que puedan explorar, ser creativos, probar cosas nuevas y también cometer errores!. ¡Por eso distinguimos entre el sufrimiento innecesario y el que nos permite crecer.! El sufrimiento de pasar tiempo estudiando en lugar de jugar con una pelota. El sufrimiento de caerse con una pelota en lugar de estar seguro mientras estudia.

Aquí es donde entran en juego todos esos meses pasados en comunión con esa alma. Ya tienes una idea de cuáles son algunas de sus propensiones e inclinaciones. Eso se aplica a cada niño. Con cada niño, partimos de cero. La forma en que lloran para comunicar hambre, felicidad, falta de confort, etc., ¿será diferente! No hay un método que sirva para todos.

Sin embargo, desde un punto de vista sociológico, está demostrado sin lugar a dudas que durante el primer año del niño, ambos padres deben pasar tiempo a solas con él. Hay muchos estudios que demuestran que si el padre o la persona que no tiene el niño pasa tiempo a solas cuidando y aprendiendo a cuidar al niño por su cuenta, se crea un vínculo mayor. A veces, el portador del niño puede pensar que el otro lo hace mal, pero no tuvo a ese niño durante nueve meses dentro de sí. También tiene que tener la oportunidad de conocer físicamente a ese ser vivo, tiene que aprender a tocarlo, cuidarlo y sostenerlo, lo cual puede no ser intuitivo. Es un proceso de aprendizaje.

Es un ser vivo con voluntad propia que encontrará todo tipo de formas de explorar y ser creativo. Su curiosidad natural le llevará a actuar de la forma que menos esperabas. Eso es algo sumamente maravilloso y también terrible. Si les encierras en una caja, encontrarán la forma de salir de ella cuando menos te lo esperes. Si no les pones límites, harán lo que quieran, cuando quieran, y eso también significa en detrimento de los demás. Se trata de encontrar lo que es más beneficioso para el crecimiento de ese niño, permitiéndole al mismo tiempo explorar. En otras palabras, ayudarles a explorar lo que quieren explorar de la mejor manera posible. Un padre a través de la observación cuidadosa durante muchos años de sus hijos dijo una vez: mi hija tiene muchas reglas que necesita seguir, porque siempre tiene la cabeza en el cielo y no tiene concepto de lo que le puede hacer daño o no. Mi hijo es más sabio que yo, nunca hará tantas tonterías como yo cuando tenía su edad, por eso no le pongo muchas normas que tenga que seguir, más bien le animo a salir ahí fuera porque le falta confianza.

- Una madre sabia dijo: Prefiero que mis hijos se equivoquen o aprendan de sus errores en casa, porque así puedo enseñarles el camino correcto. Si los reprimo y les impido hacer algo que pueda causarles daño, lo intentarán por su cuenta sin ningún adulto o en el colegio. Me parece la manera más pedagógica.

- Un ejemplo clásico es la bicicleta. Es inevitable que el niño se caiga y se haga daño. Es un proceso natural de "aprendizaje de la importancia de montar en bicicleta correctamente". Si forzamos el proceso, entonces es violencia y el niño no aprenderá correctamente. Si aprenden en las calles con multitud de coches a alta velocidad, también es una opción de alto riesgo. Por eso les decimos muchas veces que tengan cuidado, nos aseguramos de que estén bien protegidos y luego vamos a un aparcamiento sin coches, y continuamos. Se caerán, se harán daño, y nosotros estaremos allí con unas

tiritas diciéndoles "ya ves, ahora entiendes lo que te he dicho, ahora vuelve a subir e inténtalo de nuevo".

- Conceptos clave:
- La sobreprotección y la crianza basada en la sobre comodidad conducen al niño a convertirse en un adulto ansioso e inseguro, del mismo modo que la crianza ausente o incoherente.
- De la misma manera que la sobreprotección y el exceso de confort, el niño nunca aprende a resolver situaciones nuevas por sí mismo, dependiendo siempre de los demás. En consecuencia, cuando se encuentran sin ayuda, se vuelven excesivamente ansiosos. Lo mismo ocurre con un niño que nunca ha desarrollado una sensación de seguridad y comodidad ni se le ha enseñado a hacer las cosas, siempre siente que tiene que luchar contra todo por sí mismo, en modo supervivencia siempre por su cuenta.
- Aunque sea difícil, el niño ve el mundo desde las lentes de un niño y un adulto ve el mundo desde las lentes de un adulto. Para un niño que no tiene un sentido moral plenamente desarrollado, no ven como un problema ciertas cosas que podrían verse como un problema y viceversa. Entender su perspectiva sin perder de vista la de un adulto es de sabios.
- Los dos primeros años son muy importantes para el desarrollo de los vínculos afectivos del niño desde una perspectiva psicológica. Aquí es donde la mayoría aprende a desarrollar el apego y la confianza. El punto clave es ser un adulto fiable. Alguien en quien puedan confiar, pero también distinto de ellos. Porque el niño está aprendiendo su papel, la distinción entre lo que es suyo y lo que no lo es, lo que puede y lo que no puede hacer. Eso significa adaptarse a las situaciones, expresar claramente los límites, expresar claramente las instrucciones.
- La adaptabilidad es verdaderamente importante. El niño también crece, de un año a otro puede parecer una persona distinta. Los límites, el estilo de crianza, las instrucciones deben cambiar con el tiempo, ya sea dándoles responsabilidades o cuidados. Para dar un mayor contraste: entre un niño de un año y un adolescente no actuamos de la misma manera.
- Aprender a ser un buen actor a veces es bueno. A veces realmente no vemos algo como dramático, pero es importante que el niño entienda que puede serlo, como correr con unas tijeras. Puede que no estemos realmente enfadados o asustados, pero podemos adoptar la apariencia de alguien asustado, preocupado o enfadado para que el niño entienda que se trata de algo serio y

muy peligroso. En otras ocasiones podemos estar realmente asustados, enfadados o preocupados. Sin embargo, optamos por actuar de forma neutral, imperturbable y tranquila. Por ejemplo, el niño se ha caído y sólo tiene un pequeño rasguño. Puede que nos duela ver a nuestro hijo herido y llorando, pero actuamos como un pilar de apoyo y fiabilidad, cuidando tranquilamente de la herida sin hacer más drama. Así el niño puede aprender que no todo es dramático ni causa de preocupación o estrés si nos ocupamos de ello con calma.

- La "lista de cosas que NO hay que hacer":
- La crianza incoherente o inconsistente es algo en lo que, en general, todo el mundo está de acuerdo en que conduce a comportamientos problemáticos.
- Decir siempre que sí al niño y darle lo que quiere, aunque sea perjudicial para los demás o desaconsejable.
- Ser demasiado duro/exigente con uno mismo como padre. Un buen objetivo es ser "suficientemente bueno". Si el niño hace todo lo que puede y es suficiente, tú también deberías hacer lo mismo. Eso te estresará e inevitablemente lo proyectarás en el niño.
- Ser demasiado indulgente o no exigirte lo suficiente. Tener un hijo es un trabajo duro, es exigente. Rendirse y decir "ten fe y todo saldrá bien" es básicamente como un juego de azar.
-
- Prácticas espirituales para el niño:
-
- En general no aconsejamos ninguna práctica en particular, ya que lo que más nos interesa es que los niños vivan la vida de niños. En general, es más prudente hablar de estas cosas sólo si ellos preguntan o muestran indicios claros de que quieren implicarse o hacer algo. Si lo hacen o no, también se les debe dejar a ellos.
-
- Podemos explicar ciertos conceptos de R'shi Naya a través de cuentos infantiles, explicando la moraleja de una historia o ejemplos de su vida. Por ejemplo, si alguien fue amable con ellos podemos ayudarles a aprender a cultivar esa gratitud y a corresponder ese sentimiento a los demás.
- Autoobservación suave y no demasiado estructurada de sus emociones.
- Los tres enfoques de Vimalakirti, especialmente la concentración, pueden ser útiles para el estudio. La fijación es más drástica y, a menos que el niño muestre claros indicios y tenga un claro deseo de hacer prácticas, no debería recomendarse.
- La respiración de la conciencia es una buena práctica
- La respiración de paz es buena para conciliar el sueño.

Recuerdo que deben ser la propensión natural y el niño los que dicten estas cosas. Debe dejarse totalmente en sus manos si practican o no y también cómo

practican. Responde si tienen preguntas, no te escondas pero tampoco presiones. Déjalas ese espacio. Por eso prácticas muy sencillas que no sean complejas y con las que se pueda jugar sin tener problemas. En cuanto a los mantras en general, pueden jugar con las palabras o practicarlos incorrectamente, lo cual no es sabio, por poner un ejemplo.

¿Por qué tanto esfuerzo?

Por un lado porque la oportunidad está ahí. Lo más probable es que pases muchos años interactuando con esa persona y esa alma. Más vale que ese tiempo sea beneficioso para todas las partes implicadas. Tendrás que invertir recursos, tiempo y energía. Lo mismo ocurre con un alma encarnada, requiere mucho tiempo, recursos y energía para llegar a la edad adulta. Todo esto es el arte de elegir pareja o no, ponerse a disposición para tener una armoniosa y buena pareja con un alma(s).

Por otro lado porque permite ser más eficiente. Piénsalo, ¿cuántos años se tarda en cada nueva vida en alcanzar la cima de la vida anterior? Tantos años jugando a "ponerse al día", hasta que alcanzas esa cima y entonces empiezas a trabajar de verdad en lo que importa: tu crecimiento.

Al hacer este método, le das la oportunidad a un alma de ahorrar mucho tiempo al estar potencialmente más encarnada al nacer que con el método largo normal. Es decir empezar a encarnar conscientemente después del nacimiento. Los cuidadores usando su conciencia, recursos espirituales y poderes sobrenaturales, pueden compensar la falta de conciencia en el vientre materno y poner en marcha ese proceso temprano. Proporcionando innumerables recursos y bendiciones beneficiosas para tener el mejor comienzo posible. ¡Esto a su vez te proporciona innumerables méritos! Para que tú también tengas la posibilidad y el karma de empezar un día una nueva vida con almas extraordinarias como padres.

Hay personas que nacen con un bhumis/vibhavapad mucho más elevado que otras, a menudo la razón se debe al trabajo de los padres en concertación con el alma que encarna. Algunos, a través de métodos especiales, incluso nacieron con cuerpos particulares que son supremamente raros y requieren mucho esfuerzo, tales como cuerpos sintonizados con los elementos, un cuerpo de sabiduría o cuerpo vajra. Aunque es extremadamente raro y requiere un vasto despliegue de medios sobrenaturales por parte de todos los implicados, no deja de ser posible.

¿Por qué pasar veinte o cuarenta años desarrollando un cuerpo capaz de mantener un crecimiento óptimo o beneficioso cuando podemos acortar esa cantidad de tiempo en unos pocos meses o en uno o dos años? ¡Qué regalo para otro ser!

