

# El Amor y las Almas Gemelas



*Curso Online*

**Curso Impartido por:**

**Harumi Puertos**

Especialista en Terapias Alternativas, Cambios Planetarios  
y Facilitadora en el crecimiento espiritual.

**Fundadora del Sitio Web:**

**[www.rutasdelalma.com](http://www.rutasdelalma.com)  
[info@rutasdelalma.com](mailto:info@rutasdelalma.com)**

Copyright 2013 - Harumi Puertos, Todos los derechos reservados

## INTRODUCCIÓN



Hay seres en nuestra vida que marcan nuestra existencia. Seres que nos han acompañado a través de los tiempos y que hoy se presentan ante nosotros para concluir temas y aprendizajes pendientes.

A través de nuestras relaciones podemos recrear los escenarios más oscuros

de dolor. El miedo, la dependencia, la falta de autoestima, la culpa y el miedo a la soledad son tan solo algunos ejemplos de las cadenas que puede atarnos a una relación carente de amor.

Y así como hay relaciones que nos acompañan a través de la oscuridad del karma, también hay relaciones llenas de Luz capaces de llevarnos a pasajes llenos de alegría viva, en donde descubriremos que es posible el amor, la armonía y la paz en la Tierra, estas almas podrán reactivar en nosotros nuestra propia Luz, hacerla surgir para hacerla consciente y que de esta manera nos entreguemos a la vida a través de una experiencia dharmática.

Las lecciones y experiencias específicas que tienen que ser aprendidas con el fin de alcanzar el siguiente nivel espiritual, definen los tipos particulares de relaciones amorosas y personales que deben escogerse para conseguirlo.

En la medida en que nuestra frecuencia vibratoria aumenta, podemos crear relaciones llenas de magia que de manera sincrónica lleguen a nuestra vida para mostrarnos nuevas dimensiones jamás experimentadas. El amor más puro a través de las almas gemelas, seres unidos a través del espacio y del tiempo y que en nuestro presente, tienen la oportunidad de concluir una parte del camino por medio de su unión física en la Tierra.

Hoy en día se abre ante nosotros la oportunidad de vivir un nuevo ciclo, creando el amor en su más alta frecuencia para manifestarlo en unión de relaciones armónicas construidas sobre bases nuevas jamás experimentadas en el pasado.

El amor nos revela a través de su entramado, el misterio de la vida y el misterio de nuestra existencia. Pasado, presente y futuro contenidos en nuestro SER como información y vibración en nuestra energía, la cual se proyecta en lo externo, atrayendo seres, de manera sincrónica, para concretar los propósitos más elevados del alma alineados con el Plan del Universo.

Las lecciones que necesitamos aprender antes de alcanzar el siguiente nivel espiritual son las que definen el tipo de relaciones afectivas que requerimos desarrollar en la vida actual. El objetivo del aprendizaje de la importancia de las relaciones es darnos cuenta que el proceso de amor empieza por “uno mismo” para desde ese punto proyectar el amor hacia los demás y encontrar el equilibrio en el “amar y ser amado” evitando de esta manera pertenecer a una relación amorosa hasta el punto de volverla adictiva y sentirse “atrapados” dentro de la relación y dependiente de esa persona. En la respuesta a esta situación se encuentra gran parte del sentido kármico de la relación.

No nos referimos al amor real aquí, nos referimos a relaciones que se mantienen por razones diferentes al amor por uno o los dos miembros de la pareja, como lo son el temor a la pérdida, o a un condicionamiento mental que no se ha hecho consciente para la persona.

## LA PAREJA PERFECTA



Todos queremos amor, soñamos con él, imaginamos a la pareja perfecta y visualizamos encontrar una relación duradera, libres de conflicto y sufrimiento, en total armonía. Sin embargo, en la vida real, esta idea puede parecer utópica.

Hay una persona especial para cada uno de nosotros, la persona perfecta puede estar a nuestro lado o puede estar esperándonos muy cerca y en

realidad, la dificultad no estriba en cruzar nuestras vidas con esta persona, sino en reconocerla, permitir que todos nuestros condicionamientos y raciocinios nos permitan levantar el velo para poder ver a través del corazón y vibrar a través de todos nuestros sentidos reconociendo a la pareja perfecta.

Nuestra pareja perfecta es aquella que nos ha acompañado a lo largo de todas nuestras vidas, es aquella que nos ha ayudado en nuestro proceso evolutivo y con la cual hemos escrito innumerables capítulos. Siempre hemos sido perfectos, pero las cosas nunca fueron fáciles ni libres de dolor, pues este largo recorrido ha sido a través de la sombra.

Hoy en día, se nos da la oportunidad de vivir una historia diferente, sanar heridas, siendo conscientes de nuestras memorias kármicas, liberar bloqueos y miedos que nos impiden vivir una relación armoniosa a través de la Luz.

## TIEMPOS DE CONCLUSIÓN



Actualmente estamos finalizando un ciclo a nivel planetario, como humanidad, y por supuesto, a nivel individual. Estamos en proceso de ascender a un nuevo nivel de vida y de iniciar lo que denominamos un Nuevo

Mundo. Este proceso de Ascensión culmina justamente con la integración del amor en su máxima frecuencia y para poder llegar a este nivel, tenemos que concluir nuestras historias del alma, todas aquellas historias que han ayudado a integrar en nosotros los matices del amor, a nivel de emoción, a nivel

de sentimiento, incluso, a nivel de ilusión. Cada capítulo, cada historia, cada persona, ha sido importante y ha colaborado para que en este momento, nos encontremos justamente en este punto.

Todas las circunstancias que se nos presentan hoy en día y las relaciones que nos acompañan, son creaciones que se gestan a nivel del alma y vienen de mucho tiempo atrás y hoy en día requieren concluir, ya sea para liberar karma o para realizar creaciones luminosas en dharma o expandir su energía a través de la llama gemela. Atraemos a este tiempo, asuntos y relaciones pendientes que buscan por fin cerrar el ciclo que no cerró en el pasado.

## LA NUEVA FRECUENCIA DEL AMOR



El amor no es un sentimiento, EL AMOR ES UNA FRECUENCIA DE ENERGÍA. Es ENERGÍA SAGRADA, es conciencia permanente, aceptación, sabiduría, poder, es la perfecta integración de la mente y el corazón, unidos a nuestro cuerpo físico.

Esta es la nueva energía del amor que se está generando en nuestro planeta. Este nuevo amor es una combinación de amor empoderado (corazón superior) y sabiduría espiritual (plexo solar), representa la activación del “cerebro del cuerpo”. El resultado total de esta expansión/apertura/activación está dando lugar a nuestras avanzadas capacidades humano-divinas para amar más allá del apego (mental y emocional). Este nivel más elevado de amor trasciende la emoción y es lo que se requiere para navegar sin esfuerzo y con éxito a través de los años restantes de la ascensión global.

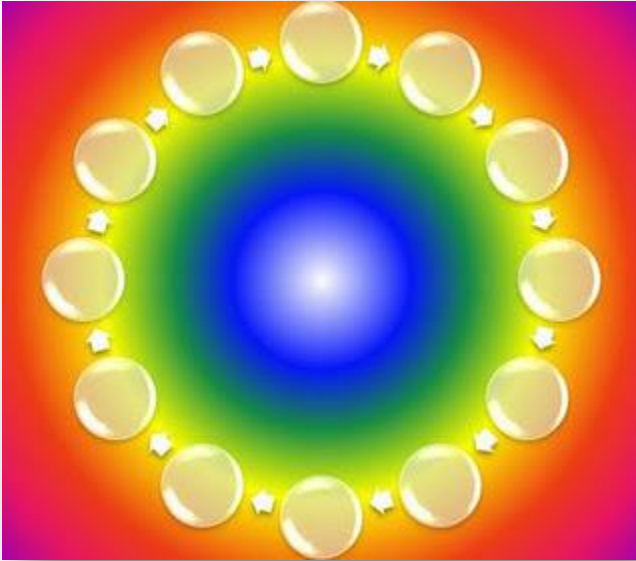
La energía del amor se manifiesta a través de un equilibrio en nuestras polaridades (masculino y femenino) pues al mismo tiempo que lo sostenemos a través de la fortaleza, disciplina y responsabilidad del masculino, nutrimos nuestro entorno a través de la creatividad, contención o recepción de nuestro femenino. La nueva vibración del amor, nos lleva a crear relaciones sanas basadas en el respeto e independencia.

Cuando hablamos de amor, vamos mucho más allá de sentimientos o emociones positivas pues en el amor se contienen matices como la alegría, la plenitud, el agradecimiento, la abundancia, la paz. El amor es **ENERGÍA EXPANSIVA**.





## PRINCIPIO DE RESONANCIA



Todo es energía, todo vibra y todo lo que nos rodea produce determinadas frecuencias. Toda vibración se expande y hace eco en otro cuerpo con vibraciones similares. Esto es el principio de resonancia.

El principio de resonancia nos da la pauta para comprender cómo cada célula de nuestro cuerpo se alinea con la frecuencia en la

que vibran nuestros pensamientos y no sólo a nivel celular, en un nivel exterior, el entorno eventualmente tiende a alinearse con dicha frecuencia.

Cuando resonamos en una frecuencia, cada célula de nuestro cuerpo se sincroniza con esa vibración, y de esa manera comenzamos a alinearnos con nuestro entorno, atrayendo a nuestra vida todo lo que vibre en la misma frecuencia.

El amor es la energía de más alta frecuencia, vibrar en el amor significa, haber liberado o trascendido todo aquello que crea distorsión en nuestra energía y nos conecta con frecuencias de bajo nivel.

En la siguiente gráfica puedes ubicar tu estado emocional actual, tus emociones son el termómetro que te indican en dónde te encuentras en tu media emocional. El propósito es situar un punto de referencia entre dónde te encuentras actualmente y dónde deseas estar. En el trayecto entre un punto y otro deberás cruzar por las emociones que se encuentran en el camino, esto es, tendrás que experimentar a través de la vida misma dichas emociones para elevar tu frecuencia energética.



## LA CREACIÓN DE LAS RELACIONES A TRAVÉS DE NUESTRO ASTRAL



Tomando en cuenta que el amor es una frecuencia de energía y que por ley de resonancia, atraemos lo que somos, podemos entonces decir que las personas que llegan a nosotros, son parte de nuestra creación.

Toda relación que se manifiesta en el plano físico, fue creada con anterioridad, en los planos sutiles de nuestro astral.

En el campo astral, no solamente se gestan nuestras relaciones, también se registra, nuestras actitudes hacia las mismas, es decir, el hecho de que a algunas personas les guste la convivencia con muchas personas y hayan otras más a las que prefieren la vida solitaria, depende de nuestro campo astral, el hecho de que hayan personas que vivan relaciones intensas y hayan otras que apenas si deseen tener contacto con otras personas, depende de la intensidad de la energía del campo astral. Cada alma viene a vivir su propia experiencia de vida, por lo tanto, no podemos juzgar que haya “bueno o malo” en este sentido, no podemos etiquetar nada bajo esta visión, pero si queremos transformar el mundo de nuestras relaciones, si queremos traer a personas positivas en nuestra vida, tenemos que trabajar más en nuestro interior, para comenzar a polarizar la frecuencia de energía que vibra en nosotros, se irradia al exterior y gesta en el interior, el encuentro con personas afines a la energía que irradiamos. Una forma de hacerlo, es transformando nuestros patrones de creencias, nuestras heridas del alma y equilibrando nuestras emociones, en si, liberar todo lo que condiciona al amor.

## LOS MITOS Y CONDICIONAMIENTOS DEL AMOR

*“Nos hicieron creer que el **“gran amor”**, sólo sucede una vez, generalmente antes de los 30 años. No nos contaron que el amor no es accionado, ni llega en un momento determinado.*

*Nos hicieron creer que cada uno de nosotros es la mitad de una naranja, y que la vida sólo tiene sentido cuando encontramos la otra mitad. No nos contaron que ya nacemos enteros, que nadie en nuestra vida merece cargar en las espaldas la responsabilidad de completar lo que nos falta.*

*Las personas crecen a través de la gente. Si estamos en buena compañía es más agradable. Nos hicieron creer en una fórmula llamada **“dos en uno”**: dos personas pensando igual, actuando igual... que era eso lo que funcionaba! No nos contaron que eso tiene un nombre: anulación. Que sólo siendo individuos con personalidad propia podremos tener una relación saludable.*

*Nos hicieron creer que el casamiento es obligatorio y que los deseos fuera de término deben ser reprimidos.*

*Nos hicieron creer que los lindos y flacos son más amados.*

*Nos hicieron creer que sólo hay una fórmula para ser feliz, la misma para todos, y los que escapan de ella están condenados a la marginalidad. No nos contaron que estas fórmulas son equivocadas, frustran a las personas, son alienantes, y que podemos intentar otras alternativas.*

*Ah, tampoco nos dijeron que nadie nos iba a decir todo esto: cada uno lo va a tener que descubrir solito. Y entonces, cuando estés “enamorado de ti mismo” podrás ser feliz y te enamorarás de Alguien.*

*Vivimos en un mundo donde nos escondemos para hacer el amor aunque la violencia se practica a plena luz del día”.*

*Por: John Lennon*

## ¿QUE ES EL ALMA?



El alma es responsable de los aspectos superiores de la vida, sin ella no podríamos expresar o experimentar amor. Las acciones más nobles suceden por el alma.

Podríamos definir al alma como energía inteligente que es inmortal y que se manifiesta a través de ondas de vibración de luz y color específicas.

Cuando el alma nos abandona, el cuerpo muere, por tanto, es responsable de nuestras funciones vitales. Representa la vida misma, el alma nos impide morir, al extinguirse una existencia, sólo nos trasladamos a otra esfera, nuestra alma existía antes de esta vida y continuara existiendo después. Estando en otras esferas o dimensiones, es posible que el alma pueda elegir el vivir un tiempo de descanso o reflexión, antes de regresar para encarnar y vivir una vida nueva dentro del mundo material.

Nuestro cuerpo físico tiene un tiempo cronológico, pero para el alma no hay tiempo, por lo tanto, solo tiene una vida y ésta es eterna, pero para poder obtener sabiduría y perfección, requiere de vivir muchas experiencias. Nuestro mundo material es un excelente lugar en donde experimentar pues en el se muestra toda una diversidad de escenarios que hacen rico este aprendizaje, no solo podemos conocer múltiples matices de la bondad y la maldad, sino también hechos catastróficos en donde el ser humano, no tiene control alguno.

La reencarnación es la creencia de que transitamos las vidas necesarias con el fin de desarrollarnos espiritualmente para alcanzar la perfección, esto implica que, aunque el cuerpo físico y la personalidad mueren, el alma es inmortal.

Al nacer, el alma trae consigo todo el conocimiento, la experiencia, la sabiduría y el karma ganado en vidas anteriores, así, las cualidades de cada individuo son el resultado de la evolución. Lo que aprendemos en esta vida es adicionado al registro y podremos usarlo en futuras existencias. La forma en que vivimos tendrá un efecto directo sobre nuestra calidad de vida en la siguiente encarnación. Al integrarse el alma al cuerpo, también se integra a nuestro campo mental, lugar donde reside el ego, es ahí donde el alma, se mezcla con la personalidad del ser, expresándose ahora a través de lo que conocemos como dualidad.

El alma nos provee de compasión y amor, independientemente de nuestra personalidad y es a través de estas cualidades que podremos transitar nuestros más grandes desafíos. Esto no quiere decir que al cruzar estos desafíos, estemos libres de conflictos o problemas o que el miedo no se haga manifiesto. Al tocar zonas de dolor, el alma siempre va a mostrar miedo o resistencia, pues el alma guarda las memorias del pasado también, sin embargo, a pesar de estas resistencias, el alma avanzará y estará guiada a las experiencias que le ayuden a cruzar a través de esta zona de vulnerabilidad, y se entrega a la persona que le ayudará en el momento presente. A mayor evolución del alma, menos dolor, pues mayor será el nivel de consciencia, más amplia la forma de percibir el mundo y su comprensión hacia el mismo.

El alma nunca está sola, pues siempre cuenta con Guías que le acompañan en sus diferentes etapas y procesos. Las almas parecen ser miembros de grupos espirituales específicos a los cuales fueron asignadas desde su creación. Los maestros de cada grupo son los guías personales de los miembros del mismo. Los compañeros espirituales de este grupo reencarnan con el alma y asumen papeles significativos en el drama de la vida de esta alma en la Tierra.

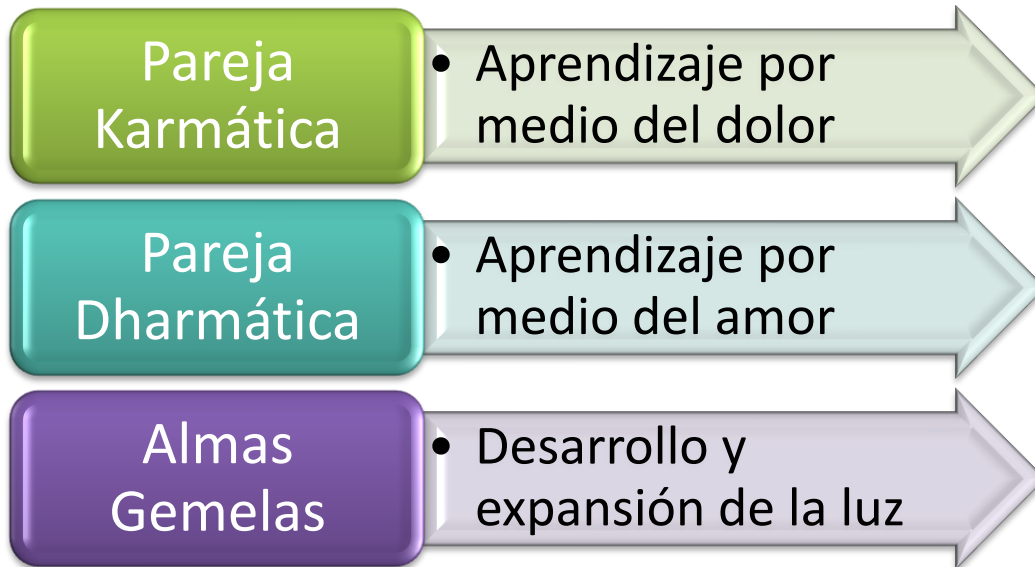
No hay deidades religiosas terrestres que hayan sido vistas por las almas en el mundo espiritual. La conexión más cercana del alma con un poder divino es con su guía espiritual personal y con los miembros de la Asamblea de consejeros benevolentes que monitorean los asuntos correspondientes a cada alma. Las almas de la Tierra sienten la presencia de un alma o una fuente divina superior a los seres sabios, que realiza reuniones individuales.

El mundo espiritual parece estar dirigido por almas altamente avanzadas o maduras que ya no reencarnan y que son especialistas en regular el trabajo de las almas a su cuidado. Cuando las almas que encarnan alcanzan un nivel superior de sabiduría y de desempeño, cesarán de encarnar y tomarán su lugar con estos especialistas, para asistir o ayudar a las almas que siguen reencarnando. Aparentemente las almas especialistas son seleccionadas por su motivación, talento y desempeño.

La meta final de todas las almas parece ser la perfección, y por último la reunión con la fuente que las creó.

## PROCESO EVOLUTIVO EN LAS RELACIONES DE PAREJA

A nivel del alma, las personas se buscan relacionarse y establecer contacto, para crear juntos experiencias afines a su frecuencia energética, esto determina el nivel de creación: Karmático, Dharmático o de Almas Gemelas.



Si te detienes a ver esta división o clasificación, podrás ver también que en realidad, más que clasificar, se trata de un largo proceso, el amor, no es algo que llega de manera fortuita o casual, el amor es una creación nuestra que parte de nuestro nivel de evolución y la única manera de transformar la energía del amor, es transformando nuestros patrones de creencias, en si, liberar nuestros condicionamientos mentales, para que el alma se exprese en total libertad.



## PAREJAS KARMATICAS



*“Pero el amor es ciego, y los enamorados no pueden ver las lindas locuras que ellos mismo cometen”. Shakespeare*

El karma se refiere a los aprendizajes que tenemos que realizar como seres humanos, a través del dolor.

El karma se desarrolla cuando nuestra vida se manifiesta en el plano de la tercera dimensión y nuestra consciencia no permite un desarrollo más elevado.

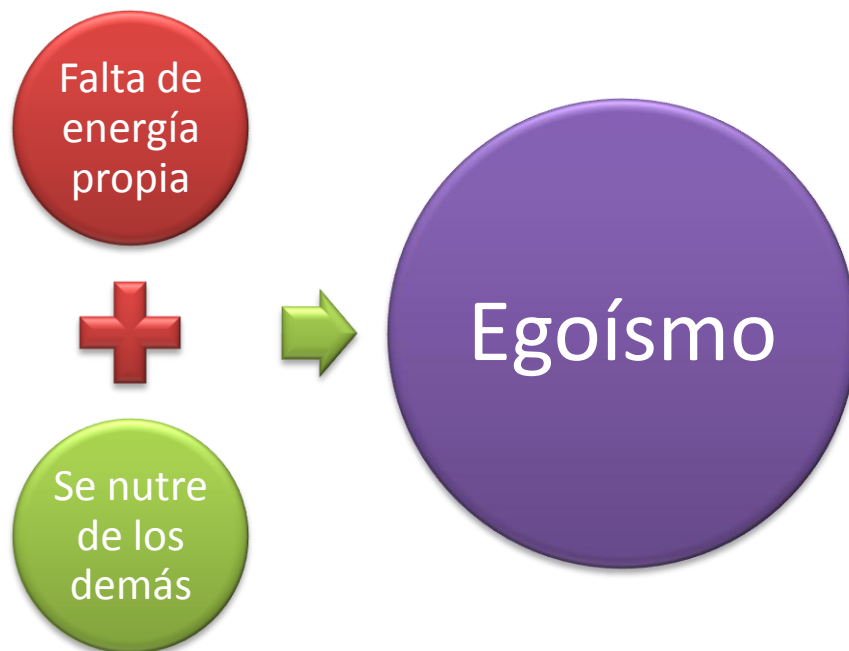
El karma habita en un terreno propicio: La adicción al sufrimiento (sentirnos víctimas).

Algunas de las circunstancias que viven las parejas karmáticas tienen relación con la violencia física o psicológica, los triángulos amorosos, abusos de poder o relaciones de víctima/victimario.

Estas relaciones están destinadas a crecer y evolucionar a través de muchas heridas y sufrimiento que posteriormente tendrán que sanar antes de tocar la Luz. Una parte es el espejo del otro.

Una relación karmática, refleja más que nada nuestra relación con nosotros mismos, para poder liberarla, antes tenemos que transformar el concepto que tenemos de nosotros mismos y crear amor hacia nosotros, para que de esa forma, pueda crearse una relación que pueda reflejarnos una mejor imagen de nuestra relación.

Una pareja karmática se relaciona a través de sus vacíos, buscando nutrirse de la energía del otro.



Cuando creamos relaciones partiendo de nuestros vacíos, lo hacemos carentes de energía propia, no tenemos nada que compartir, pues nada tenemos internamente, de esa manera, solo surge el egoísmo, pues para llenar nuestros vacíos responsabilizamos a nuestra pareja de nuestro bienestar, nuestra felicidad y hasta de nuestro sustento, delegando en ella, la responsabilidad que nos corresponde, le exigimos a otra persona, lo que no nos atrevemos a darnos a nosotros mismos.

Cuando nos manifestamos a través del egoísmo, entonces nos estamos nutriendo de los demás, cada “sí” de nuestra pareja, nos nutrirá de energía y cada “no” nos desvitalizará, partiendo de este esquema, surgirá entonces la necesidad de controlar buscando que solo se haga lo que queremos y con esto sentirnos bien, nulificando con esto, la naturaleza y verdadera esencia de las personas que nos acompañan, nulificando su identidad y viceversa, pues en la medida en que atamos nos atan y en la medida en que nos nutrimos de otros, se nutren de nosotros, de esta forma, creamos ataduras tan grandes y vacíos tan dolorosos, que resulta difícil avanzar.

El amor, en la vieja energía, se manifiesta únicamente a través de sentimientos y emociones, siendo esta forma totalmente limitada, pues los sentimientos y emociones varían siempre. Así como la alegría y la tristeza no permanecen en nosotros siempre, de igual forma, el sentimiento del amor, no puede permanecer con nosotros por un tiempo prolongado. Los sentimientos cambian continuamente y desde este punto, es frágil fundamentar el amor.

El amor basado en sentimientos y emociones, no es un amor de compromiso y responsabilidad, es un amor de dependencia y control, un amor que condiciona todo y juzga lo que no responde a sus expectativas.

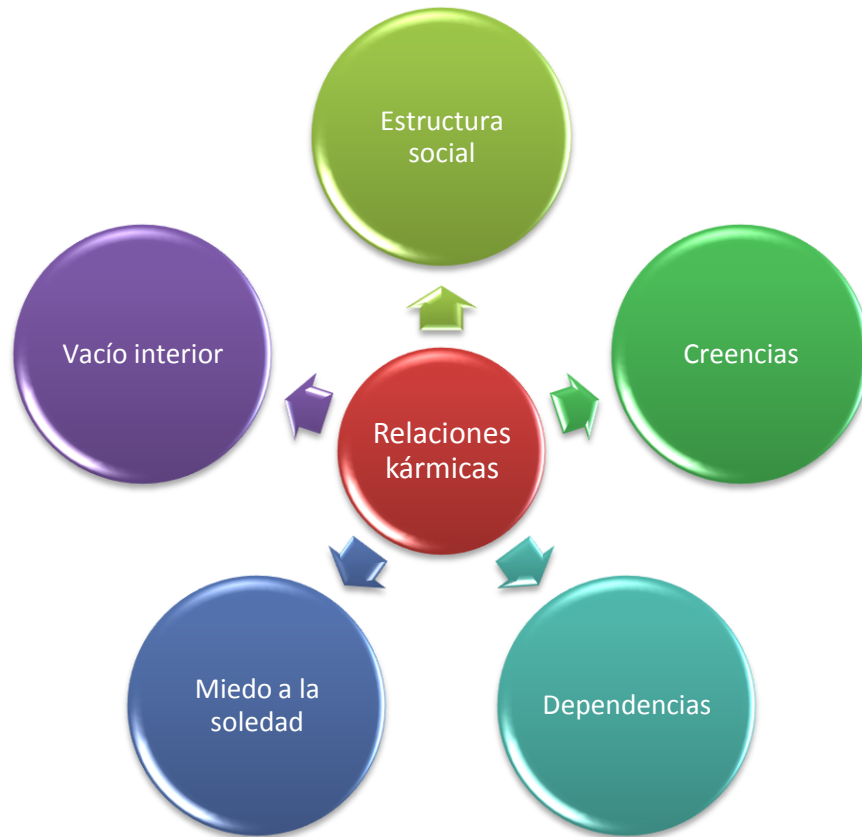
El amor en la nueva vibración se manifiesta a través de la UNIÓN DE ENTEROS dispuestos a COMPARTIR. Busca la unión de complementos “El otro sabe, lo que yo no sé” por lo tanto, no se busca controlar ni cambiar a la persona, sino respetar su identidad y forma de expresión, pues de ambas diferencias, surge la Unidad.

De manera general, podemos mostrar los principales puntos que nos hablan de relaciones karmáticas y de estos puntos, pueden haber infinidad de matices:



¿Por qué creamos relaciones karmáticas? ¿Por qué las aceptamos? ¿Por qué nos cuesta soltarlas?

**Existen 5 factores que influyen en la creación de relaciones kármicas:**



Siempre que iniciemos una relación, fundados en el amor puro, tendremos una relación positiva, por lo menos dharmática, que nos haga crecer a través del amor,

Pero si es al contrario, si buscamos el amor porque “nos sentimos solos” porque nos “sentimos vacíos” y esperamos que alguien venga a llenar nuestra soledad o nuestros vacíos, alguien que nos haga feliz, haciendo con esto que nuestra felicidad “dependa” de otra persona y carguemos a otro con esta fuerte responsabilidad, entonces, estaremos fundando nuestra relación en una base negativa, la estaremos construyendo desde nuestra sombra, a través de nuestros patrones de creencias negativos, donde el dolor, será el único resultado.

El gran desafío es romper con todos los patrones de creencias que hemos heredado dentro de nuestra sociedad (familia, amigos, escuela, religión, etc.) para crear nuestra vida sobre nuevos cimientos y de esta forma, poder cambiar nuestra realidad, pues si nos empeñamos en seguir creando con “los mismos ingredientes” tendremos siempre, los mismos resultados y estaremos destinados a repetir siempre, los mismos ciclos que nos han perseguido desde la infancia.

## SEXUALIDAD



*El estado supremo del amor humano es la unidad de un alma en dos cuerpos". Sri Aurobindo*

El amor es una energía intangible y representa la perfecta integración de la mente y el corazón, unidos a nuestro cuerpo físico. El amor solo puede materializarse a través de nuestro cuerpo físico, a través de nuestra sexualidad.

A través de la fusión de los cuerpos, se hace posible la circulación de toda corriente eléctrica universal que rige la manifestación y la creación.

Al igual que en la física, para que un foco tenga luz eléctrica este debe estar conectado a un polo positivo y a un polo negativo. Al unir dos cuerpos, se unen dos polaridades, una masculina y otra femenina. Al fusionar conscientemente estas polaridades opuestas se dará la apertura al verdadero amor, produciéndose la luz.

La fusión de los polos opuestos de estos cuerpos físicos crea de forma natural una zona energética muy potente. A través de esta experiencia se funden el físico, el corazón y la mente creando un poderoso torrente energético que viaja desde el sexo al cerebro potenciando el sistema nervioso y el poder espiritual en lo alto de la cabeza.





La energía sexual potencia nuestra energía vital recorriendo todos nuestros centros de energía, limpiando, equilibrando y expandiendo, llegando hasta el chakra corona, y de esa forma, creando nuevas conexiones con lo Divino.

El tener una conexión sana, natural y consciente con nuestra sexualidad, equivale a integrar totalmente materia y espíritu.

Cuando nos desconectamos de esta energía, entonces nuestra energía vital se minimiza. Hay muchas formas de perder la conexión con nuestra energía sexual:



El vivir nuestra sexualidad desde el pecado, la represión, la división o anulación, equivale a no poder establecer nuestra conexión ni con nuestro cuerpo físico, ni con lo Divino, paralizando así nuestro proceso evolutivo. De igual forma, el vivir nuestra sexualidad a través de formas distorsionadas como la promiscuidad, provocan tal degeneración en nuestra energía que poco a poco nos vamos desconectando de la Fuente hasta perder contacto total con la misma.

La Iglesia, los medios de comunicación y la educación entre otros muchos factores sociales, han destruido a la humanidad en este sentido, creando prototipos que no corresponden a nuestra naturaleza y Divinidad. En la medida en que se motivan formas desintegradoras de relacionarnos a nivel sexual, se nos crea una desconexión total con la Fuente Divina creando en nosotros grandes dependencias para buscar la reconexión, como pueden ser la religión o los sistemas gubernamentales, haciendo con esto, que el ser humano este bajo el control de diversos grupos de poder.

Los condicionamientos sociales han separado la sexualidad de la espiritualidad, cuando en realidad, no existe la una sin la otra. A través de la unión sexual se nos dio la vida, el sexo entonces es fuente de vida y creación, es un camino a la espiritualidad a través de una comunicación profunda con nosotros mismos y nuestra pareja.

El sexo no representa la satisfacción de los deseos, sino proporciona los cuerpos físicos mediante los cuales puede EXPRESARSE LA VIDA misma.

La sexualidad es un ritual sagrado de unión mediante la celebración de la diferencia. Es un movimiento expansivo de la fuerza vital, es la danza que equilibra, la energía que restaura, lo que permite la renovación y puede tener como resultado la generación de la vida, del nuevo vehículo para darle la oportunidad a un alma de su encarnación. Esta encarnación será la expresión de esas dos polaridades en el caso de ser la sexualidad dadora de vida.

La sexualidad no representa solamente el otorgar vida, sino también es un aspecto del cuerpo físico que puede ser movido y generado por el alma que busca expresar su energía expansiva a nivel o en la dimensión física, por lo que el placer para el cuerpo puede ser la entrega hacia el otro ser, pero para el alma es una puesta en contacto en el mundo tangible con otra esencia álmica.

## RECONOCE EL KARMA QUE TE UNE A TU PAREJA

Los mandalas son una excelente herramienta holística, que nos ayudan a conectar con información del subconsciente.

A continuación, realizaremos un ejercicio que nos ayudará a ubicar, de manera intuitiva los karmas que nos unen a nuestra pareja y nos dará la pauta para poder liberarlo.

### Instrucciones

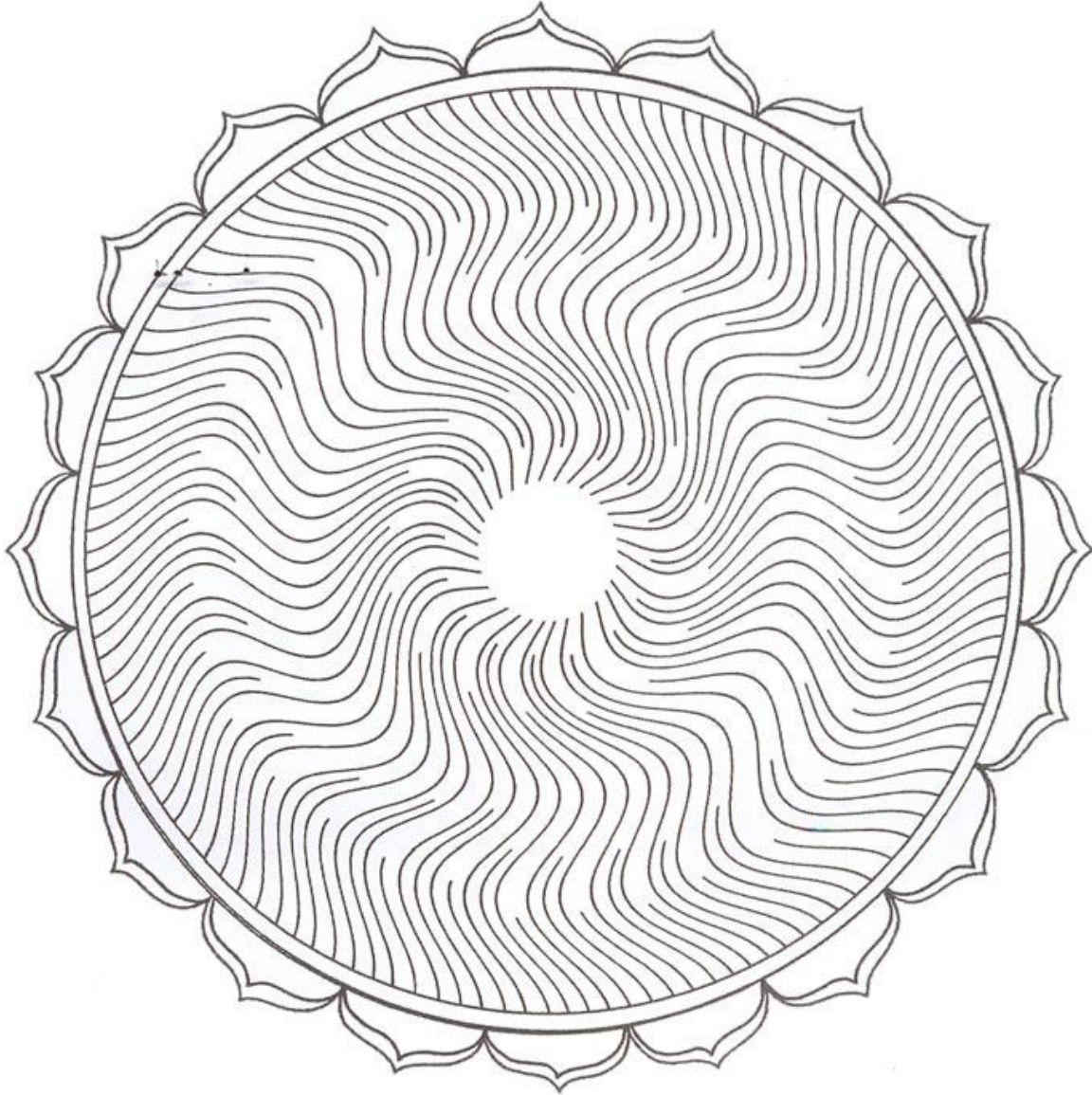
- Imprime el mandala que se muestra en la página siguiente.
- Ten a la mano lápices de colores para pintar tu mandala.
- Dispón de un momento (por lo menos una hora) en el que no seas interrumpido y puedas tener el 100% de tu concentración. Apaga tu celular.
- Ambienta tu lugar, puedes poner música relajante, inciensos, aceites esenciales o velas. Lo importante es que elijas elementos que te hagan sentir bien y te ayuden a conectar con el momento.
- Una vez habiendo elegido el momento, el lugar y los elementos que te acompañarán, puedes iniciar de lleno con el ejercicio.
- Observa tu mandala, contéplalo y comienza a conectar con el... ahí comienza a moverse la energía... permite este movimiento...
- Ten presente el propósito que vas a trabajar durante toda la sesión, no pierdas de foco que **tu propósito es: Ubicar el karma que te une a tu pareja**, pues en base a ese propósito, será que la energía de tu mandala, se movilizará. Ten este propósito en mente, para que guíe la energía del mandala.
- Pinta tu mandala, eligiendo los colores que te atraigan en este momento, no juzgues, no te preocupes por ver si los tonos combinan o no, lo importante es que tomes el color que más llame tu atención, según la zona que vas a pintar... deja que el movimiento de energía, te mueva y te guíe... no pierdas de vista tu propósito.
- Mientras vas pintando, comenzará a surgir información a través de ti, es posible que comiencen a surgir ciertos sentimientos... tal vez surjan ciertos recuerdos del pasado, algunas circunstancias que te

lastimaron... tal vez salgan a flote algunos pensamientos o temores... deja que todo fluya y VE ANOTANDO a un lado de tu mandala o en una hoja aparte todas las emociones, pensamientos, recuerdos, sensaciones o imágenes que surjan en tu mente TODO ES IMPORTANTE todo es información que se está revelando... concéntrate en lo que surge y ANÓTALO... CADA FRASE QUE ANOTAS TE ESTÁ DANDO INFORMACIÓN SOBRE EL KARMA QUE TE UNE A TU PAREJA.

- Deja que todas las emociones y pensamientos fluyan y sigan su curso, es posible, que en determinados momentos sientas ganas de llorar o sientas enojo o te comience a doler alguna zona del cuerpo, presta atención a cada sensación, pues te indica el tipo de sentimiento que estás liberando y en qué zona de tu cuerpo se está alojando.

Una vez que hayas terminado tu mandala, reflexiona un poco sobre este momento y anota tus conclusiones.

Los mensajes se pudieron haber revelado de muchas maneras, si tu logras sintetizar los mismos, podrás encontrar palabras claves que lo definan, anota estas palabras claves.



## LIBERANDO EL KARMA

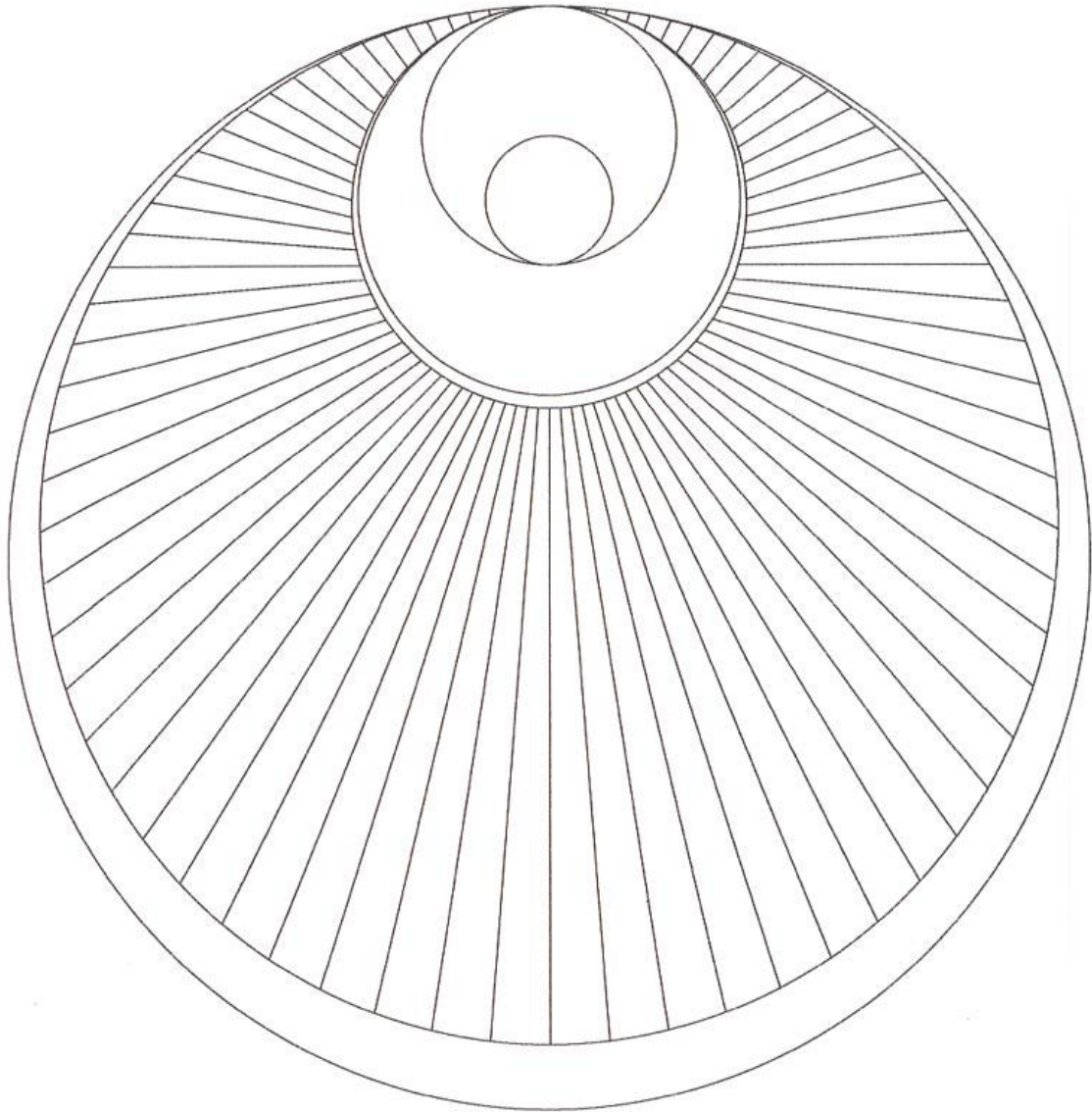
Ahora ya tienes más información, a través del ejercicio anterior has podido localizar y ubicar patrones karmáticos que te unen a tu pareja y ahora entrarás a un desafío mayor... ¿Cómo liberar estos patrones? ¿Cómo liberar el karma?.

El karma solo puede ser liberado a través de la luz, es decir, iluminando nuestra sombra, ubicando que polaridad es la que tenemos que trabajar en nosotros para poder soltar lo que nos lastima.

Siguiendo el proceso del ejercicio, vamos a repetir el proceso, pero ahora con un nuevo diseño de mandala y ahora con un nuevo propósito, ahora nos centraremos en ubicar la **luz que necesitamos desarrollar, para liberar el karma que nos une a nuestra pareja.**

Para este ejercicio, sigue el mismo proceso anterior, es decir, imprime el mandala de la siguiente página, busca un tiempo y lugar donde no seas interrumpido, ambiéntalo a tu gusto, ten a la mano lápices de colores, concéntrate en tu propósito y comienza a pintar. **Ahora tu propósito es: Encontrar la zona de luz, que pueda iluminar y liberar el karma.**

Mientras pintas, escribe en la misma hoja de tu mandala o en una hoja aparte, las emociones, pensamientos e imágenes que vayan surgiendo en ti, estas sensaciones o imágenes ahora representan lo que necesitas para liberar el karma, tu zona de luz a desarrollar, es la zona en donde debe centrarse tu atención para que, a través de esta luz, se ilumine tu zona de sombra y el karma se libere.



## PAREJAS DHARMÁTICAS



*“Una palabra libera todo el peso y el dolor de la vida, esa palabra es amor”.*  
*Sófocles*

Las parejas dharmáticas comienzan a surgir cuando logramos trascender el karma, es decir, cuando aprendemos las lecciones que nos han tocado aprender con nuestra pareja y comenzamos a ampliar nuestra visión, dándole paso a la **COMPRENSIÓN** y **ACEPTACIÓN** de nuestras circunstancias y relaciones actuales.

La pareja dharmática es la pareja complemento, tienen virtudes opuestas y por lo tanto complementarias a expresar. Es una pareja de crecimiento y servicio mutuo. **Dharma significa servicio.**

Es a través de estas relaciones en donde aprendemos de compromiso, de responsabilidad, aprendemos a liberar el egoísmo y comenzamos a conectarnos con una forma de amor mucho más respetuosa, en donde aprendemos a valorar las diferencias de nuestra pareja para tomarlas como **COMPLEMENTO**. Todas aquellas diferencias que son causa de problemas en una relación karmática, ahora son aceptadas y valoradas desde una relación dharmática.



En estas relaciones no hay dolor y sufrimiento, aunque esto no quiere decir que se esté libres de conflictos, problemas o contratiempos, pues el aprendizaje no es sencillo, desligarnos de egoísmos y entregarnos en servicio lleva todo un proceso que deberemos aprender juntos y puede llevar años de convivencia.

Es posible transformar una relación karmática en una dharmática. También es posible que después de finalizar una relación karmática, llegue a nuestra vida una relación dharmática como consecuencia de ya no tener karma que trabajar pues el karma se liberó en la relación anterior.

Este tipo de relaciones son armoniosas y pueden durar toda una vida. Después de largos recorridos juntos, es posible descubrir que nuestra pareja dharmática en realidad se trata de nuestra Alma Gemela. También podemos descubrir que no sea así, pero en la medida en que nuestra frecuencia del amor se va elevando, abrimos el camino para que nuestra llama gemela se haga presente en nuestra vida.

## EL ORIGEN DE LAS ALMAS GEMELAS



*“Solo se puede ver bien con el corazón... Lo esencial es invisible a los ojos...”.*  
A. de Saint Exupéry

Las almas gemelas representan un fuerte lazo entre dos que han existido a lo largo de muchas encarnaciones, uno ayuda al otro a aprender las lecciones que necesita en esta vida.

Las almas gemelas incluyen relaciones no románticas que son unidas para trabajar en una tarea específica. Es común imaginar que las almas gemelas solo se unen para realizar un amor romántico, sin embargo, la variedad de tareas son ilimitadas. Podría ser pagar una deuda kármica o trabajar en un proyecto desafiante que ambos consideren importante. La relación puede durar sólo el tiempo necesario para terminar la tarea, pero el lazo de amor será evidente para otros, incluso si no es reconocido por los involucrados.

Las Almas Gemelas se buscan y se atraen a lo largo del tiempo y de las reencarnaciones hasta encontrarse, al llegar ambas a un nivel de conciencia elevado, para formar otra vez una unidad armoniosa.

En cada una de esas almas queda guardada toda la memoria del tiempo en que eran una sola y esto es lo que les permite reconocerse en el momento determinado.

Los encuentros siempre se crean, siempre logramos tener contacto con nuestra Alma Gemela, puede ser de manera efímera, puede ser de manera duradera, puede ser que seamos conscientes, puede ser que no la reconozcamos, puede acompañarnos toda la vida sin que nos demos cuenta de su presencia.

El encuentro CONSCIENTE de las Almas Gemelas se produce cuando ambas han alcanzado el nivel en que pueden valerse por sí mismas en soledad, cuando no necesitan de muletas y pueden ofrecerse libres, sin quiebres y COMPLETAS.

Se vuelve algo complejo el entendimiento del concepto de las almas gemelas a los ojos de nuestra mente lógica. Entender este concepto que está relacionado con la multiplicidad de existencias que tiene el alma se vuelve un pensamiento contrastante ante la idea de la existencia del ser humano en una sola vida y ante dos conceptos muy fuertes que son el de la "vida" y la "muerte" material y corporal.

Un alma gemela puede significar muchas cosas, creo que el concepto más importante es el de compartir con otra sustancia álmica muchos caminos en diferentes vidas. Si lleváramos este concepto a lo cotidiano, podríamos compararlo con "el mejor o la mejor amiga/o" que nos acompaña en muchas existencias. Con el alma gemela experimentamos penas, alegrías, triunfos, desesperaciones, amor, perdón pero lo más importante el gran crecimiento que se obtiene en el proceso de la evolución de cada una de las almas.

El estar con el alma gemela tiene muchas maneras de identificarse. Una de ellas es sentir que tenemos un vínculo importante y que desde el primer momento sabemos o sentimos que la conocemos desde siempre, de toda (todas) la vida.

El alma gemela no nos pide que tengamos a fuerza una relación romántica con ella. La satisfacción que se encuentra en la relación con el alma gemela va a otorgarnos satisfacción y plenitud sin tener necesariamente que ser una relación romántico-sexual, puede serlo, pero no es requisito esencial.

De igual manera creo que no hay una sola alma gemela para cada uno. Hay sólo una verdad parcial en la popular idea occidental, propagada por el filósofo Platón, de que cada uno de nosotros tiene una única mitad perfecta, que puede “completar” nuestra propia alma incompleta. Si bien otros parecen completar nuestra experiencia (compartiendo y expandiendo nuestro desarrollo, intimidad y gozo) es más probable que tengamos un grupo de almas, consistente en muchas almas gemelas o que la o las almas gemelas sean las más cercanas en nuestro grupo de almas. Puede ser un grupo pequeño e irse ensanchando a medida que reunimos experiencias profundas con más y más almas, a lo largo de muchas vidas, pero la sensación de haber conocido antes a alguien o de compartir con ella sentimientos e intuiciones intensos no se limita a una sola persona. Podemos tener más de un alma gemela al mismo tiempo. Nuestra pareja en el amor puede completar nuestra alma en cierto sentido, pero también pueden hacerlo, en otros sentidos, el mejor amigo, el padre, la madre o un hijo.

A medida que crecemos por la interacción con nuestras almas gemelas, ascendemos por la escala de las vidas. Trascendemos viejos patrones, llegamos a experimentar plenamente el amor y el gozo y perdemos hasta el último vestigio de miedo y enojo. Con el correr del tiempo, llegamos al punto en que podemos elegir, voluntariamente, entre renacer para ayudar a otros directamente o permanecer en la forma espiritual, para ayudarlos desde otro plano. Entonces ya no es necesaria la reencarnación para el crecimiento emocional.

## CONDICIONES PARA EL ENCUENTRO

Estos dos seres para estar en condiciones de formar la pareja gemela en una vida deben coincidir en:

- Los aprendizajes de vida que deben realizar.
- Las misiones a cumplir.
- Corresponder al mismo nivel de evolución.



Estos seres como expresan la misma virtud son muy parecidos en su personalidad, por supuesto son afines, pero esto no quiere decir que sean exactamente iguales pues son dos partes diferentes de una Unidad, es decir, son dos polaridades, que de manera armónica se unen como COMPLEMENTO. Se hace primordial tener un determinado nivel de consciencia y largo proceso evolutivo para poder relacionarnos con nuestra llama gemela, pues de no ser así, no podemos interactuar a través del COMPLEMENTO pues este OPUESTO será difícil de fusionar con nuestra energía. Es

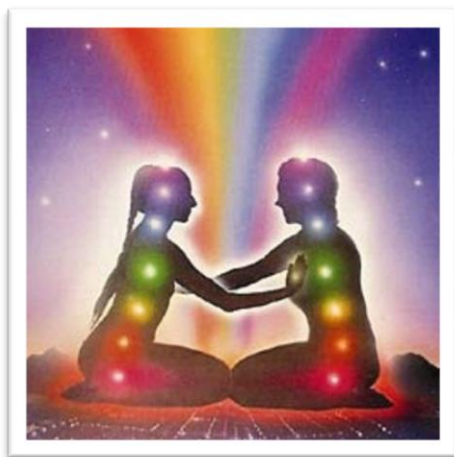
necesario integrar el RESPETO A LA INDIVIDUALIDAD, soltar la NECESIDAD DE CONTROL y haber logrado un buen nivel de INDEPENDENCIA para establecer lazos sólidos con nuestra llama gemela.

La unión de almas gemelas representa la unión de DOS SERES COMPLETOS que NO se necesitan, que pueden vivir uno sin el otro, pero que al unirse experimentan la EXPANSIÓN de su energía, de tal forma que es posible comprender el concepto de UNIDAD. Por esta razón, el amor que surge entre ellos va más allá de lo físico y lo químico, más allá de sentir sentimientos y emociones, desde este punto estamos conectando con EL AMOR UNIVERSAL.

## CARACTERÍSTICAS

- El amor verdadero **NO ES POSESIVO** ni pretende forzar al otro a que lo ame. Es libre y da libertad.
- Es genuino. Un alma Gemela **NO PRETENDE MODELAR AL OTRO** o cambiarlo según sus propios deseos. Basa la relación en el respeto y entendimiento mutuos.
- Es desinteresado. Un Alma Gemela **NO BUSCA OBTENER BENEFICIOS DEL OTRO**. Es generosa.
- Siempre perdona. **NO MANTIENE REGISTRO DE LOS ERRORES**. Cuando un amor es cósmico, siempre da el primer paso para la reconciliación, aunque no sepa cuál va a ser la respuesta de su compañero.
- Es constante y fiel. Las Almas Gemelas **NO SON PROMISCUAS**. Su amor es claro y se basa en la fe y la confianza. Nunca tienen miedo.
- Es completo. Un Alma Gemela **NO BUSCA EL ENCUENTRO SOLAMENTE DESDE LO SEXUAL**. Necesita el encuentro en todos los planos.
- Va mucho más allá de lo físico. **NO TIENE EDAD, RAZA NI RELIGIÓN**. Todos estos factores son superados por el poder de unión de dos Almas Gemelas.
- **ES INAGOTABLE**. NO DISMINUYE CON EL TIEMPO sino que aumenta a medida que avanza la relación.
- Es eterno. El amor de las Almas Gemelas **SUBSISTE A TRAVÉS DEL TIEMPO** y a lo largo de muchas vidas.
- Las Almas Gemelas son conscientes de sus fortalezas y debilidades, es aquí donde surge la necesidad de complementarse, donde requieren y tienen necesidad una de la otra, pero no hay ningún ego involucrado. Ambas reconocen su propia insuficiencia. Por lo general, tienen un interés mutuo en cuestiones de índole espiritual o asuntos relacionados con el bienestar de los demás. Ninguna de las dos es el motor de la pareja, entre ellas comparten todas las funciones.

## PARA RECONOCER A TU ALMA GEMELA



La idea de las almas gemelas está envuelta en mucho idealismo que supone relaciones románticas de cuento de hadas y NO SON ASÍ. El encuentro de almas gemelas supone un aprendizaje mutuo que no siempre será fácil y no siempre será romántico. Muchas relaciones del tipo maestro-alumno, jefe-empleado o padre-hijo pueden estar sustentadas en las llamas gemelas.

Relaciones importantes que de alguna forma marcan nuestra vida, pero que están fuera del rol romántico.

- Para reconocerla necesitas un determinado nivel de consciencia que te permita ver la unión que existe en todos los planos (físico, mental, emocional, energético).
- Es necesario conocernos a nosotros mismos, a través de nuestra Luz, nuestras cualidades, dones y potenciales pues son la parte predominante en la unión-complemento.
- Es necesario ser consciente de nuestra sombra, tus debilidades y zonas de vulnerabilidad, pues al igual que en la Luz, tu llama gemela te complementa, en la sombra, te apoyará donde lo necesites.
- Es necesario relacionarnos a través de la independencia y el respeto mutuo, pues solo de esta forma es posible “ensamblar” las diferencias de ambos como complementos y permitir que la energía de ambos se expanda a través de sus construcciones (ya sean románticas o

profesionales). De otra manera, las diferencias se verán como obstáculos y no podrán integrarse.

Lo que experimentas a nivel de UNIDAD con tu alma gemela, no lo experimentas con nadie más pues la fusión de ambos representa una combinación ÚNICA, sin embargo, es importante saber que no tenemos solo un alma gemela, sino que podemos tener varias almas gemelas y de aquí parten una forma ilimitada de manifestación y desarrollo de sus vidas. Grupos de células se unen en diferentes lugares, esperando ser transformadas en almas. Entre más pequeño sea el grupo, más estrecha es la asociación que las células tienen entre sí. En forma humana, las células se reconocen instantáneamente cuando se reencuentra, las otras células del grupo al que pertenecía son almas gemelas.



## LA DIVERSIDAD EN LAS RELACIONES DE ALMAS GEMELAS



Cuando la gente emplea el término “almas gemelas”, están, por lo general, refiriéndose a integrantes de una pareja, es decir, alguien con quien se tiene una fuerte relación amoroso-sexual. Sin embargo, las auténticas almas gemelas no siempre se relacionan desde ese punto de vista, sino que, muchas veces ni siquiera están interesados en el aspecto sexual de la relación. En una auténtica conexión entre almas gemelas, la energía es realmente muy poderosa, y ambos se ayudarán mutuamente a expandirse a nuevos niveles evolutivos y de consciencia a través de una gran diversidad de experiencias que pueden abarcar diversas áreas. En ocasiones puede ser a través de la relación de pareja, en otras puede ser la creación de una familia, pero también pueden ser proyectos laborales, proyectos comerciales o artísticos o proyectos de servicio al mundo. Por lo mismo, tu alma gemela puede ser tu pareja, pero también puede ser tu padre, tu amigo, tu hijo, tu abuelo, tu jefe, tu vecino, etc. Puede estar tan cerca de ti siempre, como aparecer solo en momentos cruciales de tu vida.

Un alma gemela puede ser del sexo opuesto, pero también puede ser de tu mismo sexo. Puede ser de tu edad, pero también pueden haber diferencias notables en la diferencia de edades.

El encuentro puede tener el propósito de realizar un gran proyecto de trabajo que sirva a un sector de personas y una vez finalizado el proyecto, la relación termina. También puede tener el propósito de ayudarte a dar el gran paso que no has podido tomar, darte el suficiente apoyo y seguridad para hacerlo y una vez que tomas la decisión, la relación termina. También puede ayudarte a encontrar el amor en tu pareja, justo esa relación que parece enfriarse y puede hacerlo de la manera más irónica, por ejemplo, ilusionarte, permitir que te enamores de él para después “desengañarte” y hacer que finalmente tu, “decepcionada” puedas valorar el amor que tu pareja siempre te ofreció y en su momento no pudiste ver, justo ahí, tu alma gemela se irá.



Con suma frecuencia, las almas gemelas se relacionan durante un corto período, o unos pocos años, con el único propósito de incrementar su crecimiento mediante la intensidad de sus energías. Las almas gemelas se contactan principalmente en los planos más elevados, durante el sueño y, por lo general, mantienen su conexión a esos niveles durante el tiempo en el que físicamente no están juntos o no se han conectado aún.

Aunque por lo general, cuando pensamos en almas gemelas, pensamos en amores perfectos, libres de conflicto o dolor, no siempre es así. Las relaciones con almas gemelas también pueden ser complicadas, tomando en cuenta que estas relaciones “obligan” al crecimiento y evolución, no están para crear una vida inmóvil a nuestro lado, al contrario, están para movilizarla, para enseñarnos a volar y enfrentarnos a la vida, obligarnos a tomar decisiones pospuestas, en fin. El tiempo que duren juntas, será el mismo donde ambas partes tengan un nivel de evolución similar o la misma frecuencia de energía. Cuando la separación se da, es indicativo de que ambas partes, requieren de procesos diferentes para continuar, experiencias individuales, cada quien en diferente camino, para después, en otro tiempo, volver a unirse, con nuevas experiencias y en sí, más completos. Si uno de los dos integrantes ha evolucionado más que el otro, las áreas menos desarrolladas del menos evolucionado resultan irritantes para el otro.

Paralelamente, el que ha desarrollado menos sus energías, percibirá la situación como un desafío exagerado para sus posibilidades. En estos casos, es posible que sea necesario separarse por un tiempo, para que a través de diferentes experiencias (cada quien por su lado) puedan lograr los aprendizajes necesarios para evolucionar y hacerle frente al desafío actual.

## LOS GRANDES BLOQUEOS QUE IMPIDEN EL ENCUENTRO



Las relaciones de almas gemelas son también relaciones humanas y en esto, se incluyen las heridas no procesadas. Las almas gemelas, se relacionan también a través de sus heridas y sus pendientes personales. Las almas gemelas no siempre se encuentran en su última etapa de evolución en donde la intensidad de su luz puede ser más fuerte que su sombra. Las almas gemelas pueden encontrarse aún en procesos kármicos, cuando la vibración es densa y relacionarse desde sus heridas más profundas. En este punto, podemos ver a tantas parejas unidas a través del dolor, viviendo con su alma gemela, sin saberlo, justamente esa persona que le lastima, le hiere o invalida, puede ser su alma gemela, pero al encontrarse en un proceso kármico, no es posible reconocerse, al contrario, se desarrollan sentimientos de odio o rencor, antes de hacer contacto con el amor. El propósito no cambia, sigue siendo el mismo: Hacernos crecer. Pero la forma, es a través de una energía física y material, kármica, llena de dolor.

Las almas gemelas pueden permanecer mucho tiempo en estos procesos sin reconocerse ni demostrarse amor verdadero, pues éste amor, puede estar corrompido por los siguientes bloqueos: **La ira, el resentimiento, el miedo y la culpa.**

Todas estas emociones surgen como una proyección que surge de las expectativas que tenemos de los demás o de nosotros mismos. La idealización, el concepto que tenemos de las personas o nuestro nivel de autoestima se proyectan en los demás cuando las cosas no salen como nosotros las esperábamos rompiendo nuestras ilusiones o espejismos.

Por lo general, cuando aparecen estas emociones, nuestro impulso inicial va dirigido a la necesidad de “cambiar al otro”, convencerlo de que haga lo queremos o lo que responde a nuestras expectativas. El aprendizaje de estas emociones no reside ahí propiamente, el aprendizaje consiste en ampliar nuestra visión, aprender a disolver la ilusión y espejismos para centrarnos en la realidad y desde ahí, resolver la situación.

### **La Rabia**



Esta emoción está directamente relacionada a los juicios que emitimos. Generalmente intentamos clasificar o determinar la forma en la que los demás deben ser o comportarse en relación a la "fantasía" que tenemos de ellos, en realidad estamos proyectando nuestro parecer. Puede suceder que las personas se sientan defraudadas por nosotros porque no llenamos sus expectativas. Las expectativas o "fantasías" provienen de lo que tenemos como nuestras creencias o paradigmas establecidos.

La rabia es una emoción intoxicante y se resuelve con comprensión y amor. La Rabia culmina en enojo y el proceso posterior es la tristeza que nos puede colocar en la desesperación.

## El Resentimiento



Esta emoción podemos describirla como las rejas de una cárcel, el resentimiento, el odio, el rencor son la llave maestra que corta el camino de la libertad y de la auto-expresión (la parte más genuina de nuestro ser álmico) son emociones de baja frecuencia de vibración

que utilizamos para colocarnos en una postura de víctimas de situaciones o personas y encadenarnos a ese momento que nos está provocando la atadura para evitar la evolución. La llave a la libertad es el perdón como camino a la disolución del momento de resentimiento. En los momentos de rencor el alma se siente presa de algo que NO quiere ni necesita sentir, ya que su esencia es ascender hacia la luz.

## La Culpa

Esta emoción es una manera de "autorrabia", de una rabia muy fuerte direccionada hacia tu interior, esta emoción se presenta cuando tenemos desilusiones de nosotros mismos, es decir, cuando defraudamos las expectativas de nuestro YO "idealizado"

## El Miedo

La Rabia es un mecanismo de defensa del EGO, un mecanismo que nos protege ante la idea del miedo a ser humillados o a pasar vergüenza, el miedo a que no nos tengan en consideración, a que se burlen o rían de nosotros, el miedo a estar desprestigiados, el miedo incluso a la pérdida, el miedo a no alcanzar lo que queremos, creemos que la rabia nos protege de los demás, de quienes podrían hacernos esas cosas, de quienes también nos demuestran rabia.

## Detrás de la expectativa



La rabia, el resentimiento, la culpa y el miedo, son emociones que surgen al ser impulsados por nuestras expectativas. La liberación de estas emociones así como la tendencia a sentirlas frecuentemente, está en encontrar el aprendizaje que nos corresponde a la experiencia vivida. Te doy algunos ejemplos:

Sueñas con que tu pareja te sea fiel para toda la vida, sin embargo, tienes razones de peso que te muestran que tu pareja, no está hecho “para una sola mujer”. Tienes la expectativa de que esto cambie, de que tu pareja sienta tanto amor por ti que no pueda ver a otra persona, supones, sueñas y esperas... finalmente la realidad te despierta: tu pareja te ha sido infiel y ahora te sientes con el corazón roto. Deseabas cambiar la realidad pero no fue posible. ¿Realmente fuiste engañada?. El dolor real no es por la infidelidad, es porque tu sueño de cambiar la realidad no fue posible, no pudiste controlar las cosas y eso causa mucho dolor ¿que habría pasado si desde un principio hubieras aceptado las cosas tal y como son? Si tu sabías que tu pareja tenía tendencia a ser infiel, no tenías más que dos caminos, o aceptarlo tal como es o dejarlo. No necesitabas experimentar la infidelidad para saber que no podrías lidiar con ello o que era algo que no querías para tu vida NO ERA NECESARIO PASAR POR LA EXPERIENCIA ¿porque decidiste pasar por ella? Por la necesidad de CONTROLAR un trozo de vida que no se podía controlar, porque tu pareja, piensa diferente y siente diferente, tu no eres responsable de sus actos, no puedes controlarlo. Una forma de elección bastante “práctica” sería decir: “Muchas gracias... pero no...” darte la vuelta y buscar como pareja, a una persona que si compartiera contigo los mismos ideales de fidelidad... hay personas que sienten y piensan como tu ¿para que intentar cambiar lo que no es como tu?.

La comprensión ayuda a que veamos esto en un rango más amplio y podamos ver el terreno que pisamos. Siempre habrán diferencias en las personas con las que nos relacionamos y ahí tendremos que aprender a respetar la individualidad de cada quien, pero también existen los límites, hay muchas cosas que puedes respetar y convivir con ellas y otras que no podrás jamás integrar a tu vida y no podrás hacerlas tuyas, así que antes de crear expectativas y sueños que no se cumplirán hay que preguntarse ¿estoy dispuesto a pagar el precio?... si la respuesta es “No”, entonces, date la vuelta y no obligues a nadie a hacerse a tu manera, busca a alguien a fin a ti, con quien puedas realmente compartir tu vida. El gran aprendizaje para liberar la rabia, el resentimiento, la culpa o el miedo es DEJAR DE CREAR EXPECTATIVAS, dejar el velo de la ILUSIÓN para entregarnos a la REALIDAD tal como es. Modificar lo que es nuestra responsabilidad y dejar de controlar lo que no está en nuestras manos.

## LOS CENTROS DE ENERGÍA VINCULADOS AL AMOR Y LAS ALMAS GEMELAS

Todos nuestros centros de energía tienen algún vínculo con nuestras relaciones, sin embargo, hay 3, que son los más estrechamente relacionados cuando hablamos de nuestras relaciones y de las almas gemelas. A continuación, describimos cada uno de ellos.

### Chakra Corazón



Cuando hablamos de amor, el chakra corazón, es el centro de energía que mayor vínculo tiene con la energía del amor.

El chakra cardíaco es el centro del amor incondicional y de los afectos. Cuando estamos en armonía, podemos vivir la vida a través de la compasión, bondad, alegría, agradecimiento, el perdón, la belleza, la armonía, la expansión. En su fase negativa, podemos vivir el condicionamiento, el odio, el rencor, el resentimiento, la desconfianza hacia los demás, la actitud de víctima, el chantaje, la sensiblería, la represión, etc.

### Afecciones físicas relacionadas:

Cuando una emoción negativa, la vivimos durante un largo periodo de tiempo o la vivimos muy intensamente, ésta emoción creará lo que conocemos como enfermedad. Las enfermedades relacionadas con el chakra corazón son:

- Problemas circulatorios o de presión sanguínea.
- Problemas cardíacos: Infartos, taquicardias, etc.
- Problemas respiratorios: Asma, tos, angina de pecho, neumonía.
- Alergias.
- Cáncer: Cáncer de mama, cáncer de pulmón.
- Afecciones cervicales.



## Los bloqueos emocionales del chakra corazón

El chakra corazón puede bloquearse desde nuestra infancia. Si en la niñez no fuimos amados o vivimos experiencias difíciles de agresión, abandono, etc., éstas heridas podrán permanecer aún en la edad adulta, haciendo que nuestro corazón permanezca cerrado, sin poder brindar amor, por miedo a ser lastimados de nuevo, rechazados o abandonados.

Algo similar sucede si en la infancia el amor fue condicionado y para poder recibir amor, teníamos que “dar algo a cambio” (hacer deberes, cumplir con la escuela, etc.). El amor no es algo que se da a cambio de nada, no es algo que se debe condicionar, mucho menos de los padres, siendo los pilares en la vida del niño, si el amor se condiciona en esta etapa, la persona, al llegar a la edad adulta, no podrá reconocer el amor verdadero, pues lo condicionará tal como lo condicionaron a él, en la infancia.

A través del chakra corazón podemos trascender el amor, pasando del amor personal, al amor universal, trascendemos el egoísmo y comenzamos a buscar lo “justo para todos” logrando un equilibrio en el dar y recibir, ni tomamos hasta dejar vacíos a los que nos rodean, ni damos hasta terminar sin energía. Ni tomamos viendo tan solo nuestro bienestar y beneficio, ni damos hasta el sacrificio. El chakra corazón es equilibrio.

Cuando nuestro chakra cardíaco está en desequilibrio, puede manifestarse a través de dos polaridades opuestas: ó poca energía o mucha energía.

Si el chakra corazón se encuentra con muy poca energía, entonces su tendencia será la de “nutrirse de los demás”. En este caso nos encontramos a todos los “vampiritos energéticos”, los que necesitan de la energía de los demás para vivir. Estas personas demandarán mucho de tu tiempo, tu presencia y necesitarás excesivas muestras de afecto o cariño para tenerlos contentos y así tu cumplas todos sus deseos, al primer “error”, ésta persona se sentirá ofendida o no amada y de un momento a otro, todo perderá valor, fijando su atención únicamente en el hecho “reprobable” sin hacer un balance de todo el pasado (lo bueno y lo malo) es decir, creará un juicio injusto, exigiendo más de la persona. Es aquí donde encontramos los amores dependientes y condicionados, los que necesitan que los demás llenen sus expectativas y deseos y dependen de otros para ser felices.

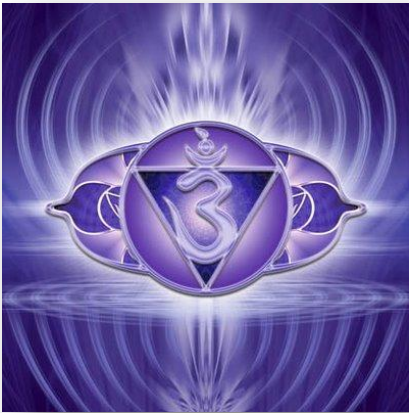
En caso contrario, cuando el chakra corazón cuenta con demasiada energía, la persona puede olvidarse de si misma para pasar a una vida “altruista” en donde su prioridad sean los demás, llegando al sacrificio, dando todo por los demás, sin tomar nada para si mismo. Dará tanto a los que le rodean, que nadie podrá igualarle, finalmente, nadie dará en la misma proporción creándose un gran desequilibrio, en algún momento, la persona sentirá que no ha sido compensada y ahí se dará cuenta del vacío que le produce esta situación.

El chakra corazón entonces es el centro energético que equilibra, armoniza, y crea justicia en nuestra relación con nosotros mismos y con los demás.

A través de nuestro astral, se crean las circunstancias para crear el encuentro con la llama gemela pero será a través del chakra corazón, que entraremos en resonancia para reconocerla y entrar en nuevo nivel en donde, a pesar de reconocerse como unidad, podrá reconocerse, al mismo tiempo, como seres individuales e independientes.



## CHAKRA DEL ENTRECEJO



El Chakra del Entrecejo nos permite trascender de la consciencia mental pensante a la consciencia espiritual sin pensamiento, sin JUICIOS, a través de este centro de energía podemos ver más allá de las apariencias pues es aquí donde se asienta nuestra fuerza psíquica superior, intuición y clarividencia., es aquí donde la realidad material se funde con nuestra realidad espiritual podemos verlo claramente.

## CHAKRA CORONARIO



A través de este chakra, entramos en una nueva dimensión de consciencia.

Es desde este lugar donde podemos experimentar nuestra conexión Divina y nuestra conexión con la VERDAD pues a través de este centro de energía estamos conectados a la Mente Universal donde reside todo conocimiento.

Desde este centro de energía, damos prioridad a esta verdad universal dejando de lado los juicios que surgen al hacer nuestras, las verdades de otras personas o las imposiciones sociales.

A través del Chakra Corona, podemos romper las barreras del tiempo y espacio (pasado, presente y futuro), lo que hace posible la comprensión del proceso y, aprendizajes con nuestra alma gemela y cualquier relación en nuestra vida.

## LA LLAMA TRINA:

Tal vez pueda sorprenderte si te digo que tenemos 3 corazones:

1. El primero rige todas las cosas físicas.
2. El segundo (corazón sutil) rige todas las cosas espirituales (chakra corazón).
3. El tercero (Corazón Sagrado), simplemente rige todas las cosas. Es el puente que te conecta con toda la realidad. Se le representa con una llama trina y cada llama es símbolo de los atributos presentes en una persona cuyo corazón se ha abierto completamente. **La primera llama es azul, que es el color de la facultad del poder o el valor, el segundo es amarillo, que es el color de la sabiduría y la tercera llama es rosa, que es el color del amor incondicional.** Cuando estas llamas se combinan en una se convierten en violeta o en el fuego de la transformación.



## TÉCNICAS PARA ENCENDER LA LLAMA TRINA

Una forma sencilla para encender la llama trina en tu corazón, es poniendo las manos sobre tu corazón y visualizando como vas encendiendo las 3 llamas, una a una.

Una vez visualizado el Corazón Sagrado, encendido dentro de ti, deberás mantener fuerte la energía de esta llama, puedes lograrlo de dos formas:

1. Golpea el centro del pecho con 3 dedos, focalizando la llama interior. Esta visualización combinada con los golpecitos, traerá energía a este centro. Repite esto varias veces al día y comenzarás a sentir un flujo de energía que te conducirá al siguiente paso.
2. Comprométete a pasar una hora diaria “viendo” el Corazón Sagrado despierto en otros, dando a otros lo que quieres en ti, lograrás expandir esta energía.



## **RITUAL PARA PROGRAMAR UN CRISTAL DE CUARZO CON LA FRECUENCIA DEL AMOR, EN LA NUEVA VIBRACIÓN**

Respira profundamente para comenzar a relajarte.

Visualiza cada zona de tu cuerpo, recórrelo completamente y mientras lo haces, ve liberando tensiones acumuladas en tus músculos, huesos y órganos. Recorre todo tu cuerpo de los pies a la cabeza, pasando por tobillos, piernas, rodillas, muslos, cadera y así, hasta llegar a tu rostro y cabeza... libera todas las tensiones acumuladas. Mientras realizas el proceso, continua respirando profundamente.

Ahora imagina una luz dorada que surge desde lo alto. Esta luz dorada desciende e ingresa a tu coronilla. Desciende por todo tu sistema pasando por cada uno de tus chakras, iluminándolos. Recorre tu coronilla, tu frente, tu garganta, corazón, plexo solar, vientre, piernas y pies, nutriendo tu energía, armonizándola, equilibrando. Visualiza como ésta energía sale a través de las plantas de tus pies, descendiendo así hasta llegar al centro de la Tierra, anclándose ahí. Ahora estás conectado y unido a la Tierra también.

Anclado de esta manera, observa como ésta energía dorada, se expande desde tu interior. Visualiza como la luz dorada, va ingresando a cada una de tus células, limpiando, purificando, sanando, armonizando y expandiendo su vibración. Todas tus células vibran en luz dorada. Todo tu ser es luz dorada.

Ahora centra tu atención en tu Corazón Sagrado, el lugar donde se rigen todas las cosas, tu puente con la realidad, tu centro, conecta con el centrando toda tu atención en tu corazón.

Ahora activa la Llama Trina en tu corazón, lleva tu mano derecha a la altura del corazón y con el dedo medio, da 3 toques. Con el primer toque enciende el rayo rosa. Con el segundo toque enciende el rayo amarillo. Con el tercer toque enciende el rayo azul. En este momento, la Llama Trina está encendida en tu Corazón Sagrado. Observa estas 3 luces en tu corazón. Observa la magnificencia de los 3 rayos en tu Corazón Sagrado, la Llama Trina, la llama del amor universal, del amor Crístico, observa lo radiante que

es esta fusión de tonos que mezclándose se tornan violetas, transformando totalmente tu consciencia.

Observa tu corazón, está en plena transformación, observa tus células, pon tu atención en tus células, observa como poco a poco se van iluminando y van “despertando” convirtiéndose en pequeñas luces que van surgiendo en tu corazón, crece la luz en intensidad, tus células se comunican unas a otras, observa como poco a poco tu ser completo se va iluminando, todas tus células se van encendiendo en todo tu sistema, poco a poco todas ellas se iluminan y te iluminan irradiando la nueva frecuencia del amor. Observa cómo se van encendiendo estas luces hasta iluminarte por completo.

Centra tu atención en tu ADN, éste se está iluminando también y ahora despierta a una nueva forma de vida.

Permite que las nuevas frecuencias del amor y la Llama Trina se integren en ti, permítete la apertura a nuevas realidades y permítete ser el creador consciente de las mismas.

Ahora eres amor en manifestación, tu corazón te guía hacia las experiencias que te hacen crecer, en total libertad, concretando y materializando tus emociones en todos los niveles. Eres sensibilidad y entrega. A través de la entrega materializas en el plano físico lo intangible, lo sutil, transformando de esta forma tu mundo y el mundo que te rodea, con una mente clara, alineada totalmente con tu corazón. Mente y corazón en la misma dirección, fluyendo libremente ante los cambios, haciendo que el amor se filtre en todas tus experiencias, eres la manifestación del amor y ahora tienes la capacidad de materializar el amor en la tierra a través de todas tus creaciones.

Permite que las emociones afloren ¿Cómo se siente el amor?... deja que las sensaciones surjan, deja que crezcan, todo lo que te haga sentir feliz, lo que te haga sentir bien, déjalo ser. Si surgen imágenes, escenas o pensamientos alineados a estos sentimientos, permítelos unirse a este grandioso momento en donde tu mente y corazón, están alineados en sus deseos.

Toma tu cuarzo rosa entre tus manos y llévalo hacia tu corazón, deja que descansa ahí. En este momento eres vibración pura, eres el amor en la nueva vibración, proyecta a tu cuarzo todo lo que emana en ti en este momento, las emociones y los pensamientos placenteros y en amor, la vibración de tus células y tu ADN, proyecta los colores y vibración de tu llama trina... Mentalmente, lleva esta fuerte vibración a tu cuarzo, guárdala ahí, tu cuarzo tiene el poder de magnificar la energía y usándolo de manera personal, se convierte en una extensión de ti, expandiendo esta energía, atrayendo a ti, todo lo que vibre en la misma frecuencia. Ahora eres uno con tu cuarzo. Ahora vibras en amor, en la nueva vibración.



*“Cuando hagáis de los dos uno, y hagáis el interior como el exterior y el exterior como el interior, y lo de arriba como lo de abajo y cuando establezcáis el varón con la hembra como una sola unidad de tal modo que el hombre no sea masculino ni la mujer femenina, entonces entraréis en el Reino”.*  
*Evangelio de Tomás*