



## Trasformar el sufrimiento en éxtasis

¡Queridos! Les pedimos que reflexionen sobre lo siguiente. ¿Es su búsqueda de la iluminación un viaje lleno de alegría y del entusiasmo de conectar cada vez más con eso que realmente son? ¿O es más bien una búsqueda para escapar del temor, del dolor y de la angustia del día a día? Les sugerimos que piensen en ello.

Dense cuenta amados que no hay escape. Mientras intentan, deshacerse, superar, liberarse, empujar fuera de ustedes o soltar el temor, el dolor y la angustia, esa energía que emplean para alejar algo de ustedes, únicamente redirigirá hacia ustedes aquello de lo que intentan escapar. Sin lugar a dudas todo aquello a lo que se resisten persiste, y todo aquello que invalidan le dan poder.

Lo que en realidad son es un gran cuerpo de energía electromagnética. Esto significa que cada uno de sus aspectos: su cuerpo físico, su consciencia, sus pensamientos, creencias y su ser emocional está entrelazado para crear un cuerpo de energía que se asemeja a un imán. Esta energía tiene una resonancia, una frecuencia vibratoria, que atrae hacia sí mismo aquello que coincide con su propia frecuencia.

De esta manera durante el transcurso del día van creando en su realidad percibida esas situaciones, que les reflejan sus propias creencias acerca de quiénes son y de cómo es el Universo. Las frecuencias o las resonancias encajan entre sí. Así que si desean producir un cambio en su vida, la realidad es que deben cambiar la frecuencia que son.

Les hemos dicho muchas veces que la iluminación, o la capacidad de existir en el estado de la cuarta o quinta dimensión, como así lo llaman, es el resultado natural de amar cada uno de sus aspectos incondicionalmente. Es decir, a través del amor incondicional cambian la frecuencia. Esto no tiene por qué ser una lucha. Es sencillamente una elección en cada momento presente. No hay píldoras, ni palabras mágicas, ni conjuros ni rituales. Sólo hay amor o temor. ¿Cuál escogen en cada instante?

Ahora bien, su frecuencia cambia y fluctúa en cada momento. Cuando están en un espacio muy amoroso y de aceptación, perciben su realidad exterior desde esa perspectiva. Aquellos que han experimentado epifanías o grandes jajas!, se han preguntado por qué la experiencia no se ha repetido más a menudo, o por qué si la han experimentado una vez no pueden estar así todo el tiempo. Bueno queridos, es porque esa frecuencia no coincide con lo que son la mayor parte del tiempo.

Los dos poderosos componentes de su Ser magnético son sus creencias acerca de sí mismo y las emociones subyacentes a ellas. Las emociones son la base de su poder creador. Cuando actúan en su vida cotidiana desde la emoción del temor, basado en la creencia de que no son dignos, de que son insuficientes, de que no tienen poder, de que el amor es igual al dolor, y de que el universo en el que habitan es un lugar peligroso y de condenación (algunas de esas creencias o todas a la vez) eso es lo que reflejarán en sus creaciones diarias.

Sin embargo, como son Seres poderosos y maravillosos, cambian su resonancia para crear cualquier cosa que deseen. Todo empieza y termina con ustedes. Recuerden su verdad más grande. Son en todo momento, independientemente de lo que parezca, una expresión perfecta y eterna de la Creación. Son Dioses y Diosas que están jugando a un juego maravilloso llamado "la vida humana, ahora".

La parte de ustedes que se olvida de esta verdad, la parte de ustedes que cree y siente todo eso del temor, es tan solo un niño pequeño que vive dentro de ustedes. Uno que a pesar de olvidar la gran verdad, ama la totalidad de ustedes mismos plenamente. Uno que ha luchado cada día de su vida para asegurarse de que sobrevivieran. Uno que siempre ha hecho todo lo que ha podido en cada circunstancia. Es este pequeño aspecto de ustedes el que precisa plena atención, está requiriendo su compasión y amor incondicional.

Les recordamos las llaves de la transformación:

1. Sólo pueden transformar lo que es suyo. Si hay una parte de ustedes que no poseen o una situación que no poseen, entonces ¿cómo podrían transformarla?
2. Sólo pueden crear transformación en el ahora. No pueden transformar en el pasado, ni pueden transformar en el futuro. Sólo pueden transformar en su momento presente y la paradoja por supuesto es que cuando escogen la transformación en el ahora, transforman automáticamente su pasado y su futuro.
3. Sólo pueden transformar mientras están en la emoción del temor o del dolor, porque es ahí donde reside su poder. Si dudan de esto, entonces les pediré que recuerden el hecho de que mientras que toman la mayoría de sus decisiones de la vida cotidiana desde la lógica y sus experiencias, cuando se encuentran en medio de una fuerte emoción generalmente ¡la lógica se fuga por la ventana!
4. Sólo pueden crear transformación abrazándolo todo. Es decir, abrazando al niño dentro de ustedes que ha creado esa realidad no deseada que están experimentando. Abracen la situación y a los co-creadores y busquen el regalo de esa situación. ¡Si tienen dificultades para encontrar el regalo, recuérdense a sí mismos que cualquier situación es una oportunidad de ser el aspecto más elevado de quienes son realmente.

Les pedimos que observen el hecho de que todos sus temores vienen de una percepción basada en la escasez. La gran verdad es que no hay escasez. Sin embargo, como esa es su creencia y su temor, eso es lo que crean en su vida. Tanto si es la falta de amor, de dinero, o simplemente de fluidez y comodidad en sus vidas. Muchos de ustedes tratan de cambiar esta situación en su mundo exterior a través del esfuerzo y la lucha, con el tiempo se preguntan por qué nada cambia realmente.

El temor a la carencia es una resonancia. El conocimiento de la abundancia absoluta en cada aspecto de sus vidas es también una resonancia. Para cambiar la resonancia les sugerimos que den de antemano gracias al universo, por lo menos una vez al día por la abundancia en su vida.

Siéntense a escribir todas las cosas en cada área de su vida por las cuales estar agradecido. Cada día mientras cantan sus agradecimientos, sientan la alegría de esta abundancia y la riqueza en sus vidas. Mientras se encuentran centrados en esta actividad están en el Ser, en el ahora de la no carencia.

Durante el resto del día llevarán esta resonancia con ustedes. Cuando vean algo que les agrade o les produce alegría, den las Gracias. ¡Luego den un paso atrás y prepárense para el cambio!

Así que ya ven, no hay escape. Lo único que hay son ustedes mismos, y a través de su propio e impresionante poder pueden crear lo que desean, el cielo en la tierra; y ustedes, el Dios y Diosa, realizados en todo el potencial llamado humano.

¡Los amo plenamente en su juego de Dioses y Diosas!

Namasté.

**Jani King /P'taah**  
[www.Ptaah.es](http://www.Ptaah.es)