**Del Modo de Supervivencia al de Auto Cuidado**

**por Dana Mrkich  
9 de Mayo 2018**

[**www.danamrkich.com**](http://www.danamrkich.com/)

**Traducción: Fara González**Difusión: El Manantial del Caduceo  
<http://www.manantialcaduceo.com.ar/libros.htm>  
<https://www.facebook.com/ManantialCaduceo>

Parece que todos estuviesen experimentando algún tipo de crisis o cambio principal en su vida por estos tiempos, o apoyando a alguien a quien esto le sucede. Por desafiantes que sean, estas situaciones nos ayudan a poner la vida en perspectiva. Nos hacen desacelerar el paso, relajar nuestra agenda, reorganizar nuestras prioridades y hacer cambios largamente pospuestos. Nos hacen grandes llamados de alerta a la izquierda, derecha y al centro preguntándonos: ¿qué está contribuyendo a mejorar mi salud y mi vida, qué me está causando estrés, que me enferma a mí o a mi familia? El despertar viene con una comprensión de lo que necesita cambiarse en nuestras acciones y hábitos. Si están recibiendo mensajes precisos de detener el paso/hacer cambios y todavía no saben cómo hacerlo, verán que su respuesta mental/emocional/física a cualquier desequilibrio en su vida se acentúa cada vez más y se hace difícil de ignorar.

Hace un año cuando se hablaba del “cambio” el centro de atención estaba en que estábamos aquí para crear un mundo mejor. Sin embargo, siempre habrá un puente entre aquí y allá. Ese puente es un estado de transición, donde todo lo que no está alineado con una forma más auténtica de vivir se presenta para su sanación, transformación, equilibrio o liberación. Esto sucede a nivel personal, comunitario, nacional y global.

**A u nivel energético estamos equilibrando el columpio, yendo de un modelo femenino de dominación masculina/represión a uno femenino saludable, que honra el regreso al modelo equilibrado masculino. Nos apartamos de la supervivencia del modelo más apto y veloz yendo hacia un modelo de “necesitan practicar el auto cuidado y el cuidado comunitario o van hacia la destrucción personal y colectiva”**

Así que a todos nos ocurren crisis a diario como parte de la forma que tiene nuestra alma y la humanidad de re-equilibrarse. Las metas y prioridades superficiales tienen que dar paso a las necesidades, sueños y deseos auténticos de nuestra alma.

Dicho claramente, nuestra alma está actualmente deshaciéndose de todos los mecanismos de atropello a que hemos estado sometidos y que se nos ha enseñado que son importantes o reales. ¿Tienen alguna vieja creencia que no les sirve? La están enfrentando ahora. ¿Viejos

patrones que recurren? Es tiempo de detenerse y liberarse de una vez. ¿Están observando aspectos del mundo externo y de las noticias y se sienten como si estuviesen mirando una película con actores? ¿Están totalmente confundidos porque algunas cosas suenan como ciertas mientras otras se sienten totalmente falsas? Bienvenidos a levantar la cortina del escenario del Mago de Oz a medida que encontramos realmente lo que es cierto y lo que es una ilusión, quién es confiable y quién es realmente un actor en el gran escenario global.

Sí, todo se ve un poco desordenado, pero a la vez comienza a verse un orden. Es similar a lo que sucede cuando limpiamos una habitación en la casa, ésta está desordenada durante el proceso, sin embargo comienzan a verse puntos de limpieza y de orden a medida que sacamos todo lo viejo, limpiamos y nos preparamos para colocar lo nuevo.

¿Cómo se están sintiendo?

© Dana Mrkich 2018 Se permite compartir este artículo gratuitamente siempre que se acredite la autora y se incluya la URL [www.danamrkich.com](http://www.danamrkich.com/)

**El material traducido al español de Dana Mrkich se encuentra a su disposición en archivo Word en el sitio creado para ella en**[**http://www.manantialcaduceo.com.ar/libros.htm**](http://www.manantialcaduceo.com.ar/libros.htm)

El Manantial del Caduceo agradece a las personas que comparten y distribuyen estos mensajes tal cual se publican, con todos *los créditos* correspondientes, pues así reflejan su propia transparencia al difundir la luz. Lamentablemente, otras personas no actúan *de esa manera* y modifican o eliminan los créditos, impidiendo así que sus propios lectores tengan acceso a los sitios donde podrían encontrar mayor información. *Vale la pena* recordar que *todos los* *sitios individuales* que hospeda El Manantial del Caduceo han sido autorizados por los respectivos canalizadores/autores y contienen todo el material con sus traducciones autorizadas.

Estamos en una nueva energía, creando un mundo nuevo. Seamos conscientes de nuestras elecciones. ¿Queremos seguir creando competencias y desazón? ¿O preferimos la colaboración e integridad? Por favor, honremos la labor de cada persona que hace su parte para que nos lleguen estos mensajes, respetando la totalidad de los créditos. Gracias.