3 - Ejercicio de Autoestima  
Canalización de Kryon por Lee Carroll – Madres de las Estrellas por Amber Wolf

Berkeley Springs, W.Va. 3 de mayo de 2020

<www.kryon.com>

Pueden escuchar la canalización con traducción al español en   
<https://audios.kryonespanol.com/berkeley_3_ejercicio_autoestima_mayo_3_2020.mp3>

*N.T.: Kryon enseña una meditación, como ejercicio de autoestima, y dice que no hace esto habitualmente, pero que lo va a hacer más seguido (¡Bienvenido!)*

<http://audio.kryon.com/en/Berk-SUN-1(Self%20Worth%20exercise).mp3>

*Amber Wolf*:

Queridas brillantes: nos presentamos en esta reunión y agradecemos a Mele´ha por ser nuestra voz hoy. Sabemos que ella lo sabe, pero les diremos a ustedes que nunca estamos lejos. Decimos que nos presentamos porque estamos justo afuera del Círculo Sagrado dondequiera que estén ustedes, entonces sus cuerpos físicos no están en contacto ahora mismo, o tal vez uno o dos. Nosotros estamos en contacto con todos ustedes, Y ese contacto es un camino que va más allá de lo físico, que va más profundamente, e incluso a lo que ustedes llamarían lo espiritual. Va a un lugar de su energía de la fuente original, y a ese tiempo en que estaban con nosotros por primera vez y estaban recién aprendiendo qué es ser un humano divino. Solo aprendiendo, paso a paso, en esa vida larga en Lemuria, para que pudieran volver a despertar hoy, cuando hay ciencia y espiritualidad, cuando verdaderamente tienen lo mejor de ambos mundos en su consciencia de hoy.

Hoy les pedimos una cosa: les pedimos que se den a sí mismos una oportunidad de arreglar sus moléculas, de arreglar su pensamiento, para actuar como la torre receptora, como la torre difusora y receptora de información. De modo que cuando oigan la verdad y ella resuena con ustedes, digan “Sí” y al oírla algo dentro de ustedes cambia y le dice “Sí” a vivir esa verdad. Es por eso que están aquí; no hay otra razón. Para volver. Bienvenidos de regreso. ¿Por qué venir a este planeta? ¿Por qué venir ahora? Les decimos, amadas y brillantes: vienen como sanadoras, como maestras, como sacerdotisas, como científicas. Vienen como aquellas que cambian el campo del planeta. Sí, cambian el campo magnético del planeta, por supuesto. Y cambian el campo de consciencia, cada vez que una de ustedes tiene una luz encendiéndose adentro, hace una onda hacia el mundo, y esas luces titilando, encendiendo, viéndose unas a otras, alineándose con el cambio de consciencia, diciendo "sí" juntas, crean unidad en su consciencia, es por eso que vinieron. No hay otra razón.

De modo que aquí están, estrellas hermosas, hijas de las nuestras. Aquí están, acudiendo, diciendo “sí”, descubriendo que resonamos con ustedes en su despertar, y celebramos esto, ¡celebramos esto! Tomen una respiración con nosotros; celebren la ascensión de la humanidad con nosotros. Y por favor, recuerden siempre que nunca estamos lejos de ustedes.

Y ahora damos un paso atrás en esta reunión. No nos apartamos lejos. Solo pedimos que recuerden quiénes son, por qué están aquí, y que la información sagrada está disponible ahora para ustedes. Damos un paso atrás y pedimos a Kryon que entre con su mensaje de honor y amor.

*Lee Carroll*:

Saludos, queridos, Yo Soy Kryon del Servicio Magnético.

Otra vez les digo que no es un secreto lo que está sucediendo aquí en este planeta; no está oculto para el Espíritu; no estamos del otro lado del velo celebrando con otros ángeles en una tierra que ustedes no comprenden. La Tierra, la humanidad y la consciencia, están aliadas con lo que está del otro lado del velo, eso que es la creación misma. Ustedes no tienen idea de la alianza que su fuerza de vida tiene con otros en esta galaxia. Muchos están concientes de ustedes, de una manera buena, benévola, de una manera enriquecedora. Quiero hablar de eso, solo un poquito. Hoy haré un ejercicio con algunos de ustedes, los que quieran participar.

Quiero regresar a esta idea de quién podrían ser ustedes realmente. Es tan triste, si quieren llamarlo así, desilusionante, tal vez, ver tantos de ustedes allí afuera, tantos de ustedes con una baja autoestima, cuando son las almas antiguas del planeta, son las que tienen una sabiduría que despierta, un akash que despierta, y sin embargo hay tanta ansiedad, tanto miedo. Esto es lo que sucede cuando no hay realmente una confianza en sí mismos respecto a quiénes son.

Déjenme dejar clara otra vez la discusión de quiénes son. No llegaron aquí simplemente como seres biológicos por accidente, a través de sus padres. No es eso quiénes son. Piensen cuán lejos quieren retroceder en la historia esotérica y divina de su alma. Según cuán lejos quieran llegar, vayamos un pequeño tramo a ese viento del nacimiento cuando se eligió su género – por ustedes – y sus padres fueron elegidos, por ustedes, y su sociedad elegida por ustedes. ¿Sabían eso? ¿Sabían que las almas suelen hacer un acuerdo para estar juntas por siglos? Reencarnan unas con otras en ciertas sociedades y con ciertos lenguajes, una y otra vez, para aprender todas las lecciones unos de otros, ¿sabían eso?, entonces cada uno tiene la oportunidad para ser el otro. ¿Sabían eso? Entrelazados; esta es la palabra llamada karma, que hace mucho tiempo era una energía de aprendizaje, y en esta nueva energía cuando yo llegué les dije que uno de los atributos de un alma evolucionada es que no lo tiene que tener más. Han aprendido lo suficiente, y ahora hay programas diferentes, de modo que dejen caer el karma. Y eso es para todos ustedes, que están ahora sentados pensando, “Bueno, eso es quien yo soy, eso es el karma, y eso es lo que pasó, y eso es lo que pensé.” Tonterías. Eso es lo que les enseñaron. Vayan a su Innato y pregunten, ¿Quién soy? Y el Innato no va a mentir; el Innato les va a dar una palabra que algunos de ustedes están bloqueando, y la palabra es “magnífico”, ¡y eso es quiénes son! Pero no se sienten así, ¿verdad? Algunos de ustedes sí, la mayoría no.

Eres un hijo, más que de este Universo, eres un hijo de la Creación. Hay multiversos. La Fuente Creadora no tiene tiempo; el tiempo está en un círculo, no hay comienzo, no hay final. Piensen en eso. No pueden decir cuán antiguo es Dios; eso es risible. Sí pueden decir cuán larga es una cuerda, porque eso es lineal. Pero cuando se trata de cosas multidimensionales, no comprensibles, espirituales, ¡y la parte de ustedes que es tan magnífica va más allá de cualquier cosa que puedan resolver! ¡No la pueden entender! Eso es un bloqueo, ¿sabían eso? Hay muchos intelectuales, seres humanos que quieren ser espirituales pero no pueden atravesar el bloqueo de querer entenderlo. Dicen: “¡Quiero creer! ¡Pero dime cómo funciona!” Y no podemos, porque no sería comprensible; lo creas o no, intelectual, hay un techo para tu pensamiento y tu lógica y tu entendimiento, lo creas o no. Lo hay.

A medida que la evolución, - como dijo mi socio – empieza a cambiar porque ustedes la están cambiando, ese techo empieza a levantarse; ese techo es lo que ustedes son capaces de comprender, entender. Allí es cuando los inventos empiezan a llegar también. Ustedes son mucho más que lo que piensan. Pero, allí sentados, quiero que sepan que eligieron ser ustedes; incluso tenían una idea de cuál podría ser su nombre. Algunos dirán: “Aquí es donde me pierdes, Kryon, porque yo nunca, jamás hubiera elegido esos padres.” (*se ríe*) ¡Algunos de ustedes lo saben! “¡Nunca hubiera elegido esta familia! Sabes, Kryon, si realmente eres inteligente, sabes que esa familia no quiere ser parte de mí hoy.” Oh, lo sabemos. También sabemos que es por eso que la elegiste. Hay lecciones a aprender de ellos; no solamente de ti. Si entras en esa familia, que no creería nunca en lo que crees, y plantas semillas, ellos verían quién eres y qué haces, y aunque hoy podrían rechazarte, eso se pega en el akash de ellos, querido. ¿Sabías que plantas semillas? ¿Sabías que las almas antiguas plantan semillas? Puede que tengas amigos que dijeron adiós o te rechazaron, puede que la familia te haga tal rechazo, a algunos les pasa, a otros no, pero algunos de ustedes saben que son la oveja negra de la familia. Y les digo que al crecer, hasta el momento que decidiste irte, estuviste plantando semillas de compasión, bondad, en el akash, y ya sea que despierten en ellos hoy o en la próxima vez, no se trata de tu pensamiento, no es para que tú lo sepas. Eres un hermoso campesino, o un jardinero, dejando hermosas semillas en lugares que nunca jamás pensarías que puedan crecer; y lo harán. Ese eres tú. Y va más allá de eso; lo que piensas. Hay algunos – algunos – que verán este programa hoy y dirán “Oh, me encanta ese pensamiento, pero ¿sabes?, es solo charla. Me gustaría que fuera un asunto operativo; me gustaría creerlo”. Y allí está la palabra: creer.

Hemos hablado antes de un muro, un muro de creencia. Ustedes van a él, con todo lo que saben y todo lo que son, y quieren creer, y sin embargo no pueden pasar del muro. Porque el muro empieza a volverse un muro multidimensional y ustedes quieren atravesarlo hacia ese paradigma en que les gustarían los cambios, y donde empezarían a pensar mejor de sí mismos. Querrían ir a un lugar donde se despierten felices, ¿qué les parece eso? Ustedes saben a quién le hablo; yo sé quién está mirando. Les gustaría despertar un poco más felices, pero no pueden. Porque van a un lugar y simplemente se detienen. De modo que lo que quiero hacer ahora mismo es un ejercicio para cualquiera que desee participar. Rara vez hacemos esto; vamos a hacerlo más.

Quiero que disuelvan ese muro y comprendan que creer no es solamente una palabra, sino un tema operativo. Es decir: viene con la acción, acción compasiva; pueden moverse a través de ese muro. Pero para hacerlo, van a tener que encontrarse con la familia, para que los ayuden a disolver el miedo, para ayudar a disolver la ansiedad, el “pobre de mí”, tal vez; la depresión, tal vez; porque lo que está pasando ahora puede que ya hayan estado allí antes. No importa. Ahora están allí.

Todos los que están escuchando y mirando están invitados a venir a un viaje con su mente, pero más aún. Si pudieran sacar fuera de sí mismos esa cosa que desearían ser, eso es una visualización. Eso sería una persona magnífica, feliz, contenta, en este planeta. No importa qué suceda, tendrá una reacción que no será dramática, sino una que dice “Esto, o algo mejor. Yo pasaré por estas cosas con facilidad y gracia.” Para tener una reacción así, para ser alguien equilibrado todos los días, quiero que sostengan esa visión para sí mismos por un momento, porque esa es la verdadera visión.

Para que esto funcione, debes estar sentado, y estar tan quieto y silencioso como puedas. Con tus manos y tus pies a los costados, sin cruzarlos, y estar en la mayor quietud que puedas. Ya dije eso, pero me refiero a la mente quieta, sin pensar en lo que va a pasar después, ni que está sucediendo, ni qué anda mal con este planeta, ni qué anda mal contigo. Vas a tener que ir a cero por un momento, solo por un momento. Y para que puedas ayudar a eso, quiero que visualices lo que eres y lo que quieres ser y quién verdaderamente eres justo frente a ti. Visualízalo de cualquier manera que desees, “esto es todo lo que quiero”. Y no pongas allí riquezas, querido ser humano; pon sabiduría, y compasión, y nutrición, y amor, porque todas esas cosas que crees que necesitas, ya sea el amor de otra persona o si es riqueza, ¡eso viene con ese paquete! ¡Vendrá con el paquete!

Quiero que eleves eso con el ojo de tu mente y lo sostengas frente a ti y digas: “Este es el grandioso que es parte de mí y de mi alma, que yo sé que soy y puedo ser, y no sé por qué estoy deprimido y otras cosas, pero ese es el que quiero ser, el que puedo ser, Kryon.” Y sí puedes, porque eso es lo central, y quiero que lo sostengas por un momento. Y ahora, ahora, vas a estar en silencio y en este lugar cero en que estás, y nada sucediendo a tu alrededor, por favor, quiero que invites a la familia. Oh, aquí se pone bueno (*se ríe*) porque lo vas a hacer de manera lineal. De pronto la habitación en que estás es como una caverna, es enorme, más allá de lo que puedes ver, y los vas a invitar a entrar uno a uno, y los vas a ver entrar. No reconocerás sus caras, tal vez; todavía no. Vendrán, entrarán en esta habitación, porque dijiste “Estoy aquí, estoy esperando, he ido a cero, ahora es mi oportunidad, dejé de lado mis miedos, mi ansiedad, solo por un momento, y estoy haciendo lo mejor que puedo. Entren, por favor, entren.” Y ellos entran en la habitación, y vienen en fila de a uno, y se ponen en filas sentados con las piernas cruzadas, frente a ti, cerca de ti. Y a medida que toman asiento, hay más y vienen más, y más, ¡hasta que la habitación está llena! Tan lejos como puedes ver, estas entidades viniendo de a una, y las miras tomando asiento y mirándote. (*suspira*) Ahora bien; cada uno de ellos va a hacer algo, una fila tras otra. Van a encender una vela. Quiero que prestes atención a esto. Encenderán una vela y la vela tiene tu nombre en ella. ¡La vela lleva tu nombre! Encienden esta, encienden esta, una fila tras otra, porque cada uno de ellos ¡te conoce! Y miran la vela porque eso eres tú, y tu nombre va allí, sobre su regazo. ¡Hay un entorno que te conoce! Y te ama, y te apoya. Y aquí está lo bueno: cuando terminamos esta meditación y vamos al descanso, esa habitación todavía existe – si tú lo deseas. Si quieres que exista. Si quieres que exista.

“Kryon, he intentado durante tanto tiempo ir más allá de algunas de estas cosas, de este miedo.” Ya estás más allá, ¡ahora mismo! Recuerda este punto en el tiempo. Hay un axioma que dice que una vez que vas a cierto lugar elevado, iluminado, ¡no puedes retroceder! Puedes simular que retrocedes, pero si lo haces, estás en negación. Porque una vez que estás allí, sabes cómo es, y estás allí. Lo sentirás; empezarás a estar un poco más alegre, un poco menos ansioso, y día a día te darás cuenta de que ellos todavía están allí sentados: “Todavía tienen mi nombre en sus velas, y las velas nunca se apagan”. Queridos, les prometo, en su último aliento los encontrarán a todos, y todavía tendrán las velas. Así es como funciona, ¡así funciona! Hay gran compasión y gran amor por ustedes, queridos. Nosotros no vamos a terminar la meditación; lo harán ustedes, cuando lo deseen.

Más que una meditación, allí hay una realidad que pueden capturar, y tener, y ser, que los lleve directamente fuera de ese lugar donde estaban, por el resto de su vida.

Yo no diría estas cosas si no fueran verdaderas. Soy Kryon, enamorado de la humanidad, enamorado de ustedes.

Y así es.

Kryon

© Lee Carroll <http://audio.kryon.com/en/Berk-SAT-2(Hidden%20Road).mp3>  
Traducción: M. Cristina Cáffaro  
<http://traduccionesparaelcamino.blogspot.com.ar/>  
Sitio autorizado de Kryon por Lee Carroll [www.manantialcaduceo.com.ar/libros.htm](http://www.manantialcaduceo.com.ar/libros.htm)

Pueden descargar todas las traducciones de las canalizaciones en archivo Word desde el sitio de Kryon <http://www.manantialcaduceo.com.ar/libros.htm>