

5 de Septiembre 2021

Del Libro 9 de Kryon – **Nuevos Comienzos  
  
FUMAR**  
Querido Kryon: aparte de ser un riesgo para la salud, ¿fumar es también nocivo para el progreso espiritual?  
  
Tu hábito de fumar no es por sí mismo nocivo para el progreso espiritual.

Sin embargo, cualquier cosa que hagas voluntariamente para acortar tu expectativa de vida envía un mensaje a las células en tu cuerpo, así como a tus asistentes espirituales, de que no esperas vivir una vida plena.  
  
Eso le dice a tus células que no estás aquí para aprovechar plenamente los dones que se te otorgan. Lo mismo vale para quienes comen en exceso o dan voluntariamente a sus cuerpos físicos un desafío en otras áreas con cualquier otra clase de abuso de sustancias.  
  
Durante algún tiempo te hemos dicho que eres capaz de desechar los hábitos más serios sin el trauma que normalmente llevan asociado. Depende de ti, como ha sido siempre. Haz que los maestros vean esto… que ellos debieran ser un ejemplo para los otros en la medida que pueda lograrse.

Y así es.

~ Kryon

a través de Lee Carroll  
Traducción: M. Cristina Cáffaro

Actualización de Energía de Septiembre 2021  
por Lee Harris  
http://www.leeharrisenergy.com  
1 de **Septiembre** de 2021

**Transcripción y Traducción: Rosa García**Difusión: El Manantial del Caduceo  
**http://www.manantialcaduceo.com.ar/libros.htm**https://www.facebook.com/ManantialCaduceo   
Por el Canal "Despertando Conciencia" de TELEGRAM: https://t.me/joinchat/UBJK3YvzA2iGn37s  
**Ahora** **en MeWe** **www.mewe.com/i/elmanantialdelcaduceo**

Llevamos años diciendo que están sucediendo muchas cosas a la vez en el mundo, y todo a mayor velocidad que nunca. Puede parecernos abrumador y difícil de sobrellevar, sobre todo si somos más sensibles o nos sentimos más despiertos que antes. Estamos en el inicio de un despertar planetario, que no siempre tiene lugar de forma armónica, sino que muchas veces acontece mediante la devastación, el dolor o la conmoción.

Echaremos un vistazo a los temas de este mes teniendo en cuenta que podrían continuar hasta el final del año. Y estoy seguro de que, como de costumbre, cada uno estaremos en líneas de tiempo ligeramente diferentes, por lo que puede que algunos ya hayamos comenzado a sentirlos.

**Aceleración de la llegada de energías superiores**

 Esto significa que las energías superiores nos están llegando a mayor velocidad que nunca. Ya hablé de esto hace unos meses, y probablemente algunos ya estarán experimentándolo en sus vidas. La energía elevada puede adoptar formas distintas, pero la principal es la sanación rápida. Esto supone pasar por grandes cambios; cosas que tal vez antes nos hubieran llevado años, meses o semanas, ahora pueden darse de manera intensa y rápida en un día. Solemos pensar que algo “intenso” implica cierto nivel de sufrimiento o dolor, cuando en realidad, gracias a esta aceleración de energía es justamente al contrario.

 Muchos se maravillarán de lo velozmente que pueden cambiar viejas creencias y comprobarán que ya no están perpetuando antiguos patrones emocionales. Es un proceso rápido que obedece a un propósito superior. No se trata sólo de sanar en el presente. En realidad se trata de en quiénes nos estamos convirtiendo de cara al futuro, porque nuestra alma nos está enviando más poder para ser quienes vinimos a ser aquí. Puede parecer un proceso muy humano, por lo que si algunos días sientes que realmente te afecta, no te desanimes, porque forma parte de ese mismo proceso. Es entonces cuando puedes prestar atención a cómo equilibrarte de nuevo, cuidándote y comprendiendo la nueva velocidad de la energía.

 En mi caso, no supe reconocer la energía durante al menos la primera mitad de mi vida. Y me llevó mucho tiempo descubrir que si no reconozco lo que está pasando enérgicamente tampoco voy a poder actuar de forma adecuada, porque estaré encogido o retraído. Aunque creo que todos estamos viviendo momentos así estos días como reacción a las olas de shock o al dolor que estamos viendo en el mundo (tanto dolor y sufrimiento reales como “temidos”… Y hay una diferencia entre ambos). Dependiendo de cuales sean nuestras circunstancias y de dónde nos encontremos, podríamos experimentar cualquiera de los dos.

Sin embargo, esta energía acelerada de elevación también puede hacernos sentir más presentes y vivos. La paradoja para muchos sensitivos es que pueden estar sintiendo empatía y ofreciendo apoyo a grupos o a personas que puedan necesitar su ayuda en este momento, y al mismo tiempo sentirse más vivos y más presentes que nunca.

 Esta aceleración de energía continuará hasta finales de año. Podríamos sentir por momentos un estado de presencia profunda, dichosa y conectada, y otros días una energía sanadora rápida que podría atraparnos e invadirnos. Pero luego, cuando salgamos al otro lado, notaremos que parte de nuestra densidad, de nuestras creencias más pesadas y de nuestra relación con el sufrimiento ha cambiado. Eso no nos vuelve indiferentes al sufrimiento de los demás, pero seremos de más utilidad para ellos que si estuviéramos atrapados la mayor parte del tiempo en ese mismo dolor.

**Liberar nuestros sentimientos (en lugar de convertirlos en una historia)**

 Es más fácil decirlo que hacerlo, ¿verdad? Porque somos humanos. Pero basta con reconocer que los sentimientos son emociones y que necesitan pasar a través de nosotros porque, de lo contrario, se estancan. Y cuando nuestros sentimientos se estancan, tendemos a llevarlos a la mente y a imaginarnos historias. Por ejemplo, si sentimos desesperación por cuestiones colectivas que estamos viendo en el mundo… es sólo desesperación. Tenemos que reconocerla y sentirla como desesperación para poder liberarla.

Solemos liberar fragmentos de emociones a través de historias densamente tejidas. Entonces, nos contamos historias unos a otros sobre algo terrible que nos ha pasado o que está pasando. Sin embargo, la forma más rápida de cambiar esa historia y de estar presentes en ella es sintiendo realmente nuestra desesperación.

Sé que muchos no desean volver a sentir emociones dolorosas, pero es justamente esa actitud la que nos mantiene anclados en un estado de desesperación con las historias que nos contamos en nuestra mente sobre lo que está pasando, o sobre lo que va a suceder en el futuro. En realidad, en este periodo todos necesitamos llorar o sentir desesperación durante unos minutos u unas horas como máximo, no durante semanas, porque entonces nos quedaríamos estancados en esas historias y en el ciclo emocional.

 Conviene que estemos abiertos a encontrar nuevas modalidades de sanación. Si hasta ahora algo funcionaba para nosotros y ha dejado de hacerlo (yoga, trabajar con la respiración, cualquiera de las artes espirituales o curativas que brindan paz), no conviene que nos resignamos a no hacer nada. En este momento todos estamos siendo empujados hacia lo nuevo, porque es un tiempo nuevo. La energía es muy diferente a como era incluso hace tres años. Por eso, si te sientes estancado o la historia de la desesperación se ha convertido en tu vida, tienes que encontrar nuevas modalidades de sanación. Quizá necesites encontrar un terapeuta o una técnica que te ayude a desenterrar y a sacar esa emoción. Porque si no lo haces, no podrás aprovechar las energías superiores que ahora hay a nuestra disposición.

 Esencialmente, nos están llegando porque hay una guerra energética en la Tierra entre lo que algunos llamarían luz y oscuridad, entre vibraciones más bajas y otras más elevadas. Lo elevado está  entrando, pero la narrativa colectiva quiere que nos centremos en lo denso. Incluso si no ves las noticias porque sientes que no resuenas con ellas, no puedes evitar hablar con otras personas que sí lo hacen. Y entonces el virus del miedo se propaga rápidamente entre nosotros y a través de nosotros. Lo que tu cuerpo irradie va a ser muy importante. Lo que está sucediendo en el planeta no es solo una historia que estamos viendo o experimentando: también nos estamos sanando a través de ella.

 Por lo tanto, sean cuales sean tus opiniones o tus creencias personales sobre lo que estás viendo, presta atención a lo que está sucediendo en tu mente y en tu corazón, porque tendremos que liberar muchas cosas en esas áreas. No debemos aferrarnos a ellas, ni defendernos de ellas, ni pelear con nadie a causa de ellas… aunque será algo que veremos a menudo, porque mucha gente no está sintiendo lo que necesita sentir. En lugar de sentir sus emociones, están sepultados bajo una historia, como nos ha ocurrido a todos en algún momento. Por eso no se trata de culpar ni de juzgar a esas personas preguntándonos por qué no despiertan (sobre todo si estás molesto por lo poco despierto que te parece el mundo en este momento). Es importante que recuperes tu poder y que dejes de observar lo que está sucediendo fuera para, literalmente, ser el cambio que deseas ver en el mundo.

**Basta con un 30% para crear una energía dominante**

 Mis guías aseguran basta con que sólo el 30% de las personas despierten lo suficiente; ni siquiera es necesario que tengan convicciones sólidas sobre lo que estamos viendo, pero sí que, al menos, lo cuestionen. Nuestro cuestionamiento es muy importante ahora. Cualquier punto de vista o sesgo que no permita el cuestionamiento ni el debate proviene de una frecuencia muy baja. Y tenemos que ser conscientes de eso. Lo verás a tu alrededor, lo verás en las historias, en las noticias, verás a otras personas repitiendo este patrón como loros, incluso es posible que veas a la gente pelearse o que tú mismo desees discutir con alguien al respecto.

Retrocede y pregúntate: "¿Qué emoción debo soltar en esta situación?" Porque no podemos seguir avanzando y convertirnos en más de lo que somos sin dejar de lado algunas de las viejas emociones que crearon en nuestra psique cuentos muy arraigados.

Al margen de nuestras creencias espirituales, todos somos a la vez humanos y somos almas. Y ahora se está produciendo un enorme cambio humano que nos está sacudiendo a todos. Nosotros también pasaremos por ese proceso de liberación. Por eso digo que busques nuevas modalidades de sanación. No siempre tiene que tratarse de un terapeuta o de una técnica en concreto. Podría ser tan simple como darte cuenta de que te gusta bailar en casa por las mañanas, y de que pierde energía cuando dejas de hacerlo. Pero reconoce que si sueles sentirte deprimido necesitas nuevas formas de salir de ahí.

 Y sé amable contigo mismo, porque son procesos intensos. Los días en que nos estamos sanando o nos sentimos estancados son difíciles. Así que sé amable contigo, pero descubre qué necesitas hacer para que tu energía cambie. Porque ahora cambiar nuestra energía conlleva un poco más esfuerzo que hace dos o tres años pero, si lo hacemos, nos veremos recompensados.

**Los intuitivos** **están cambiando su forma de percibir**

 Como he dicho otras veces, antes quizá teníamos un presentimiento extraño sobre la semana siguiente y eso podía significar que X, Y o Z iba a pasar. Mis guías afirman que ahora podemos tener entre un 30 y un 40% de precisión en comparación a como intuíamos ese tipo de cosas en el pasado. Estás percibiendo la energía correctamente. Tal vez intuyas que una energía sísmica se activará en el planeta en unos días, pero no dejes que tu mente determine de qué forma va a hacerlo, porque va a ser diferente a como era antes. Nos están llegando inmensas olas de energía, tan rápido que apenas tienen tiempo de tomar forma en tercera dimensión. A eso me refiero cuando digo que la energía se está acelerando. Nuestra antigua manera de rastrear la energía y de saber cómo van a salir las cosas ya no funciona, lo que contribuye a la desorientación y la confusión que todos sentimos (junto con todos los cambios que se están produciendo en la Tierra).

 Es importante entender esto, porque a veces nuestro miedo o nuestra ansiedad pueden llevarnos a que nos contemos historias sobre lo que va a suceder. Y sabemos que cuando entramos en la ansiedad o en el miedo al futuro nos alejamos de nuestros verdaderos sentidos y de nuestra intuición, y nuestra cabeza empieza dar vueltas. Por eso estos dos últimos años también han sido tumultuosos, ya que el miedo nos ha tentado más que nunca. Por ese motivo, tenemos que esforzarnos por ser conscientes de que a otras personas también les está pasando. Así que sintonízate con lo que sientes que es verdad, pero presta atención a la vez a lo que realmente está sucediendo.

 Veo que muchos están asustados por cosas que dicen otras personas, y no hay nada de malo en escuchar a alguien con quien te sientes en sintonía. Aunque veía que ellos no estaban del todo en sintonía con lo que esa persona había dicho… pero lo dijo tal manera que activó su miedo. Después no han podido sacárselo de la cabeza y ahora no saben discernir con claridad qué es cierto para ellos y qué no. Cada ser humano es único. Sí, estamos conectados, pero todos experimentamos las cosas de manera ligeramente diferente y así debe ser.

 Por eso, no es momento de ceder nuestro poder en modo alguno. Este periodo nos invita a abrazar nuestro poder y nuestra soberanía en todas las áreas. Incluso no hacerlo con  alguien como yo, por ejemplo. Cuando alguien nos habla de energía conviene que tomemos las partes que resuenan con nosotros y que descartemos las demás.

Pregúntate: "¿Qué siento en mi cuerpo que es verdad para mí ahora mismo?" Se trata de saber qué es verdad para ti. Porque los seres humanos hemos vivido bajo un hechizo de condicionamientos que ahora se están resquebrajando de formas dramáticas, dolorosas e impactantes. Y esto nos está ayudando a recuperar parte de nuestro 'poder del alma'. Ese  es el motivo de que haya una batalla estos días: porque se acerca un momento en el cual puede llegarnos aún más poder de nuestra alma.

**El poder creador de las palabras y la guerra de palabras**

 Estamos en una guerra de palabras. Las palabras suelen ser nuestra forma de movemos en el mundo y de comunicarnos entre nosotros. Personalmente, cuando leo cualquier noticia me gustan los artículos "limpios", artículos que aportan información y que dan al lector la oportunidad de examinar algunas verdades para formarse una opinión sobre lo que le parece cierto. No me gustan los artículos que dicen cómo debo pensar o sentirme, porque me producen una distorsión y tan pronto los leo empiezan a hacerle cosas a mi energía.

 Estamos en una guerra de palabras en la cual se utilizan ciertas palabras para intentar separarnos. Y no podemos fingir que no está habiendo separación y división. Pero también más y más personas comienzan a despertar, a tomar conciencia de lo que son y lo que creen que es verdad, y a decir: "¡No!". A usar su poder para efectuar cambios en el planeta en los años venideros. Pero energéticamente estamos en un período difícil que no siempre es cómodo.

 Se están utilizando “palabras dirigidas” de baja energía que han sido diseñadas para desviar nuestro enfoque, nuestras emociones y nuestra atención en una determinada dirección.

Daré un ejemplo…hablemos de los Juegos Olímpicos. Digamos, "El corredor X perdió la carrera". Se trata de un hecho, el corredor no obtuvo la posición que quería y perdió la carrera. O podría decir: "El corredor X, que parecía exhausto y desmotivado, y que decepcionó a su país, no ganó la carrera.” Son dos formas muy diferentes de contar la misma historia. En la primera se nos muestra un hecho que se nos permite considerar. Y en la otra, se nos exhorta a pensar en el Concursante X de cierta manera. Hay una manipulación de nuestras emociones en ese relato y, si no estamos atentos, la asimilaremos y empezaremos a sentirla como algo que es verdad. Así funciona la guerra de las palabras.

 La mayoría de quienes leen esto probablemente ya están al tanto de que esto está ocurriendo. Pero, ¿por qué es importante ser aún más conscientes de ello hoy día y decir nuestra verdad cuando es apropiado? Porque otros en nuestro entorno podrían no ser tan conscientes de ello. Decimos nuestra verdad no con la intención de que la otra persona esté de acuerdo con nosotros... de hecho, esa sería la forma lo más débil de hacerlo. Pero decir nuestra verdad puede ser muy útil si explicamos por qué vemos algo desde otro punto de vista. “Respeto que lo veas así. Yo lo veo diferente y esto es lo que he investigado que me ayuda a respaldarlo".

 Entiendo que lo que estoy diciendo tal vez no te resulte atractivo. Pero el poder creativo de las palabras consiste en presentar nuestras palabras de una manera veraz, auténtica y vulnerable…y no manipuladora, controladora o en blanco y negro. La primera viene de la multidimensionalidad hacia la que nos dirigimos, la segunda, no.

Podrías decir algo que haga que la otra persona diga: "¡Ajá!", al igual que a lo largo de los años otras personas nos han ayudado a abrir la mente con información que desconocíamos. El poder de nuestras palabras nunca ha sido más importante. Y, ya que hay una guerra de palabras en curso, recomendaría decir nuestra verdad de la manera que nos parezca más conveniente en cada momento: "Ah, así es como puedo hablar de esto. Esto otro es conflictivo para esta persona, discutiríamos, y no quiero discutir. Así que no tenemos por qué hablar de eso".

 No se trata de crear división, sino quizás, de formar parte de ese 30% del que antes hablábamos. Se trata de nuestras palabras, de lo que compartimos, de lo que ofrecemos o incluso del amor que ofrecemos - tal vez no digas nada pero ofrezcas amor si ves que alguien está estresado o angustiado por lo que está pasando. Un abrazo, unas palabras o una mirada cariñosa y verás que comienza a calmarse.

Porque, como dicen mis guías, somos como radios y recibimos mucha información unos de otros. Me dieron el ejemplo de que, si estamos en un restaurante y un 30% de las personas en él están, digamos, despiertas, el otro 70% lo sentirá. Lo harán de la misma forma que podemos sentir cuándo en un restaurante hay una energía frenética, aunque no siempre tenga que ver con la gente, sino quizá con lo que ha sucedido en esa zona ese día. La energía habla y estamos aprendiendo a escucharla, a verla y a discernirla a un nivel completamente nuevo. Por eso este mensaje no sólo abarca este mes, sino también los próximos 6 meses. Es un proceso continuo, porque se avecina una nueva conciencia y cuanto más se extienda, más preparados estaremos para la transformación que está teniendo lugar en la Tierra… Aunque este momento nos parezca muy tenso.

 Mis guías también me dijeron: "No te desesperes porque la situación no vaya a cambiar de inmediato. Veréis más cosas que van a limitar la transformación del planeta. Pero habrá mucho apoyo. Apoyo interno y apoyo de vuestro entorno, y eso es a lo que debéis estar atentos".

 Podemos utilizar el poder de la palabra usando palabras “mágicas” para crear que anularán el efecto de esas otras palabras de una vibración más baja que estamos escuchando, absorbiendo y que nos están influyendo.

Pondré un ejemplo. Desde hace años, cada vez que soy duro conmigo mismo o me critico, reemplazo la frase que me viene a la mente por la frase opuesta. Si pienso: "No soy lo bastante bueno para hacer esto”, lo reemplazo por: "Voy a permitirme hacer esto y a reconocer que soy perfectamente capaz de hacerlo". Consiste en reemplazar la crítica por otra oración creativa más positiva. Sé que muchos realizan prácticas similares, pero ahora es importante que entendamos el poder creativo que tienen nuestras palabras.

Si se nos empuja a centrarnos continuamente en la fatalidad y la tristeza, y eso es todo lo que empezamos a ver o a pensar, contribuiremos a crearlo. En cambio, si podemos sostener el espacio para que posibilidades extraordinarias pueden surgir y cambiar la línea de tiempo que estamos experimentando actualmente, para nosotros y para el colectivo, entonces las cosas pueden cambiar.

 **La ira también puede ser un límite**

Nos han enseñado a tener miedo a la ira. Sé que algunos no la temen y me encantan esas personas, sobre todo cuando aprenden a conectar con el corazón y a usar esa ira a favor de la conciencia o de actos conscientes. La ira crea un perímetro a nuestro alrededor. Por eso, si sientes rabia en el cuerpo estos días y te resulta un poco extraño, no te preocupes. A menudo es la primera señal de que necesitamos trazar un límite con eso que se acerca a nosotros o que estamos sintiendo. Por eso la ira puede formar parte de la sanación. O tal vez tienes mucha ira que necesitas sacar y ahora puedes liberarla.

La pregunta que debemos hacernos es: "¿Cuándo mi rabia se convierte en un arma?" Por ejemplo, imaginemos que un amigo nos molesta y que nos sentimos enojados. Podemos parar y observar que, claramente, hay un problema de límites con este amigo que necesitamos explorar o incluso hablar  con él. O podemos simplemente sentirnos resentidos y preguntarnos cuándo podremos tomarnos la revancha. La ira es muy poderosa si no la convertimos en un arma, porque entonces sólo sirve para quedamos enganchados en una confrontación.

La ira que fomenta el activismo consciente es maravillosa, y puede que sea lo que te ha llevado a buscar una transformación más positiva e igualitaria en cualquier área. La ira como indicador de un límite necesario va a aparecer; no la temas ni te avergüences de ella. Nos han enseñado a temer el fuego como parte de nuestro condicionamiento negativo. Pero el fuego es un agente transformador increíble.

Vivo en California, por lo que entiendo cómo se sienten quienes han pasado por incendios en su zona. Pero el poder transformador del fuego es en realidad un poder espiritual. Así que no tengas miedo del fuego que tal vez atraviese tu cuerpo. Podría sea exactamente lo que necesitas para llegar a la siguiente acción, la siguiente decisión o dirección en tu vida.

 Gracias por sintonizarnos. Feliz mes y mucho amor para todos,

x Lee

(c) copyright 2021 - all rights reserved by Lee Harris Energy

**Las traducciones de los artículos de Lee Harris pueden ser descargados en archivo Word desde el sitio creado para el en http://www.manantialcaduceo.com.ar/lee\_harris/energias.html**

**Para recibir los mensajes en tu bandeja de correo suscríbete en http://www.egrupos.net/grupo/laeradelahora/alta**

**El Manantial del Caduceo en La Era del Ahora**

*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.*