

Catástrofes

(Cuando te conmueven una catástrofe o un grave accidente y la suerte de las personas y eventualmente de los animales y de la naturaleza en alguna parte del mundo)

1. **La situación:** En (lugar).....ha ocurrido una catástrofe (tsunami, terremoto, ciclón, lluvias torrenciales, erupción volcánica, accidente de avión, central nuclear, etc.)

Descríbela, así como las circunstancias de la población:

.....

.....

.....

2. **Mis sentimientos:** Cuando vi el reportaje en los medios de comunicación sentí (*marca tantas casillas como corresponda*):

- Miedo Tristeza Compasión Horror Amor Confusión
- Insensibilidad Impotencia Ganas de contribuir Desamparo
- Que no somos nada Empatía

3. **Mis pensamientos:** Cuando veo, o he visto, las escenas día tras otro, he pensado:

- ¿Por qué estas cosas ocurren a la gente que ya tiene tan poco?
- ¿Por qué no hubo aviso?
- Es terrible. ¿Cómo Dios permite esto? ¿Cómo se puede llamar a esto *perfecto*?
- ¿Quiénes son los culpables?
- Quisiera ayudarles de alguna manera pero lo único que puedo hacer es donar dinero.
- Hasta ahora nunca me había sentido tan conmovido/a por gente desconocida como lo estoy por esta gente.
- Es la primera vez que conecto con tanto sufrimiento aunque esto ocurra cada día en muchas partes del mundo. ¿Por qué esta ocasión significa más que las otras? ¿Por qué me siento indiferente por el sufrimiento de millones de personas?
- Me maravilla la rapidez con que la gente ha respondido sin tener en cuenta los costes ni la política. Es fantástico.
- No puedo evitar pensar que hay una gran enseñanza espiritual en esto para la humanidad.
- Es curioso como los animales no encerrados ni atados lo adivinaron y se pusieron a salvo.
- Si es cierto que creo mi realidad ¿habré participado en la creación de este suceso?
-
-
-

4. **Replantear:** Recordemos que para transformar la energía de una forma drástica basta con una pizca de disposición por nuestra parte a considerar la posibilidad de que todo lo que ocurre tiene un propósito en términos espirituales y por el crecimiento de nuestra alma. Para la presente plantilla, nos limitaremos a afirmar lo siguiente (*marca las casillas que quieras*):

- Estoy dispuesto/a a considerar que la catástrofe quizá represente la emergencia a la superficie de nuestra sombra colectiva.
- Estoy dispuesto/a a considerar que sanar mi/nuestra sombra significa amarla tal como es.
- Estoy dispuesto/a a considerar que la catástrofe quizá sea una *llamada al despertar* por parte de la Inteligencia universal que nos exhorta a elevar nuestro nivel de consciencia y a conectar con nuestro ser verdadero.
- Estoy dispuesto/a a perdonarme por ser indiferente al sufrimiento de millones de personas en otros lugares del mundo.
- Estoy dispuesto/a AHORA a perdonarme totalmente por todo lo que he hecho, todo lo que soy o he sido, que parece ser inferior a la perfección de nuestra fuente y me doy cuenta que todo está divinamente guiado. Doy las gracias a la catástrofe por llevarme a la percepción de mi propia sombra que ahora me doy cuenta es perfecta y que amo y acepto incondicionalmente.
- Estoy dispuesto/a AHORA a perdonar a toda la humanidad por todo lo que hemos hecho, todo lo que somos o hemos sido, que parece ser inferior a la perfección de nuestra fuente y me doy cuenta que todo está divinamente guiado. Doy las gracias a la catástrofe por llevarnos a percibir nuestra sombra colectiva que ahora me doy cuenta es perfecta y que amo y acepto incondicionalmente en nombre de toda la humanidad.
- Gracias a la catástrofe he visto y experimentado la capacidad de la humanidad para SER amor y descanso en el conocimiento que esta es la verdad acerca de nosotros y que cuando manifestamos algo diferente del amor no somos nosotros mismos.
- Ahora elijo mantener mi corazón abierto y procurar seguir abierto a la posibilidad de que somos divinamente guiados y que todo está divinamente en orden.

5. **Integración:** Para anclar en el plano celular mi nueva percepción de la perfección en las cosas tal como son, inspiro profunda y lentamente tres veces.

Mi firma:

INVOCACIÓN DEL PERDÓN RADICAL

Permanezcamos todos en el conocimiento y descanso que todas las cosas están ahora, siempre han estado y siempre estarán en divino orden y que se despliegan de acuerdo con un plan divino.

Entreguémonos de verdad a esa verdad, la entendamos o no.

Pidamos conscientemente apoyo para sentir nuestra conexión con la parte divina de nuestro ser, con todos y con todo para que podamos en verdad decir y sentir que

SOMOS UNO.

Original en inglés *Tsunami* ©Colin Tipping
Traducción y adaptación ©Dolores Lucía Colón