

EL YO SUPERIOR

Cuando era un niño preguntaba como todos que más había después de la muerte o de esta vida, siempre mama me hablaba de un Dios y de unos ángeles que estarían siempre allí para ayudarnos e inspirarnos en momentos de necesidad y quizá en su poca idea sobre ese mundo tan grande de lo invisible a nuestros ojos me hacia ver con otros ojos que ya existirían otras formas de existencia que no vemos, pues como mucho me quede solo con la idea del ángel de la guarda. Y ciertamente ahora ya puedo creer que existen no solo alguien así sino todo un universo de seres y formas evolutivas que quizá nuestra mente no podría imaginar, hoy les comparto sobre lo que es El Yo Superior.

Este Yo Superior seria como una parte de Dios en nosotros. Dios es esa energía de fuerza o energía que moviliza todas las cosas o partes en este universo. Al empezar a hacer una experiencia de acercamiento a este Yo Superior creamos una mejor experiencia al vincularnos a muchas mas formas de resolver cada experiencia de nuestra vida y estas pueden incluir lo que necesitamos realizar, como propósito.

Todos tenemos fuerzas o facultades que son considerados poderes intuitivos que nos ayudan a guiarnos por la vida. Pero si podemos mencionar que personas tienen experiencias donde influenciaron y salvaron de vivir tragedias o evitar algo difícil. A veces estas vienen en forma de mensajes y pueden ser extremadamente sutiles o difíciles de discernir. Estos pueden variar desde una sensación intestinal diminuta hasta el conocimiento innato de que algo simplemente no se siente bien.

De hecho, te puedo decir que La intuición es como un músculo, cuanto más trabajes para desarrollarlo, más fuerte se volverá. Al principio te parecerá poco claro discernir entre lo que es un guía o no y en tu propia práctica o experiencia personal lograras afinar esta intuición a un punto de tener la confianza y la cercanía como si fuera un gran compañero.

¿Qué es el Yo Superior?

A nuestro Yo Superior algunos dicen es el Maestro interno en un plano superior y espiritual en donde nuestra consciencia vibra a una frecuencia y dimensión más elevada, esta puede ser la séptima dimensión.

Aquí a nuestro Yo Superior se le puede ver como una fuente, llena de sabiduría, es considerada como intuición para nosotros, el yo Superior es tu Yo Perfecto, esa imagen y semejanza del creador (Dios Supremo) que esta impresa dentro de nosotros mismos. Y está lleno de belleza, de sabiduría, de majestad, de un poder ilimitado que te permitirá alcanzar la conexión a tu camino a tu verdadera realización.

Tu Yo Superior sabe quién eres, te conoce a través de cada experiencia tuya, de cada vida, conoce el propósito espiritual que trajo tu alma para esta vida, manteniendo el

control porque te guía a través de todas las lecciones escogidas por el alma, siempre respeta el Libre Albedrío no lo altera en ninguna forma.

Reconoce y conoce todas las memorias guardadas en tu banco de datos o memoria akasica todos esos hologramas que están guardados en forma de memorias positivas y negativas en nuestra mente subconsciente. Las personas al meditar pueden entrar más fácilmente en contacto con esa conciencia interior.

Y aun así nuestro Yo Superior no siempre parece estar en la consciencia más alta, también puede bloquearse debido a que estamos muy conectados con todo lo que este mundo nos ancla de forma negativa; y esto hace parecer que la comunicación no sea directa y clara, por lo que es necesaria la el trabajo nuestro para la transmutación de esas formas densas inarmónicas, aunque siempre quiere comunicarse con nosotros y de hecho esta presente como una constante en nuestra vida.

A nosotros los humanos nos cuesta aprender que nuestra consciencia puede tener otras realidades energéticas de vibraciones muy diferentes a las que conocemos, como se nos hace difícil concebirlo y aceptarlo nuestras experiencias asemejan a que estamos separados de esta conciencia o también le damos una proyección mayormente humana para que se nos haga aceptable la percepción de esta realidad cuando lo empezamos a ver. Para Iniciar una comunicación con el Yo Superior empecemos por hablar algo tan sencillo como eso, y en la medida que desarrollemos más estrategia pondremos a disposición, tiempo, acción y deseos de estrechar esa relación.

¿Por qué encarnamos en la tierra?

Cuando has logrado desarrollar estos aspectos, dedícate al crecimiento espiritual interno para que puedas transformar la visión de tu mundo, en aprender a ver la vida como si fuera una gran escuela donde tienes muchos aprendizajes y de cada uno de ellos iras desarrollando más conciencia. Siempre te llevara a hacer cambios e ir perdonando y perdonándote de cada vivencia, aunque muchas veces no comprendas por que ocurren, pues justamente estos seres son los que te acercan a tu verdadero sendero de vida, donde lograras tu vida a plenitud.

Es bueno que sepas que todas las situaciones, vivencias con personas, te ayudan a crecer, son otras almas que tú mismo has escogido para aprender, cuando suceda algo por muy doloroso que sea, pregúntate qué tengo que aprender de esto. Y aunque no tengas en el ahora una respuesta lógica y racional, la sanación se está dando y puedes confiar en ello aun si saber cómo lo resolverás.

Nuestros ojos físicos no ven esta realidad. Tu Yo Superior es simplemente la parte de ti que no ves. Se puede usar el término “superior” en el sentido de que es mayor, pero en ningún caso hay que pensar que es mejor. Es una parte de ti igual que la que sí ves.

¿Por Qué un Yo Superior?

Eres un Ser Divino, créelo, siéntelo, vívelo y hazlo tu realidad, aunque nunca te lo hayas permitido creer y busca todas las respuestas desde tu interior, no las busques fuera. Cuando tú experimentes esa Nueva Consciencia, verás como tu Yo Superior se vuelve muy evidente en tu vida y confirmarás que siempre ha estado contigo.

Un aspecto importante del Yo Superior es que no es algo que exista siempre como tal. No siempre hay una parte de nosotros que no vemos.

Tu y yo existimos desde siempre de muchas formas de experimentar la existencia, pero siempre es la misma energía, así como la ciencia ya ha comprobado, en este universo todo es energía, y la energía no se crea ni se destruye, solo se transforma, así nosotros nos vamos transformándonos.

Así que tú no te creaste nunca ni desaparecerás nunca, solo te vas transformando. Lo que llamamos “nacimiento” y “muerte” son solo transformaciones, no el principio ni el final de la vida. Existimos desde antes y existiremos después.

El Yo Superior se comunica a través de nosotros en muchos niveles. No tiene límites, excepto las que tú le pongas, pero una vez que la comunicación con tu Yo Superior esté establecido, todo cambia en tu vida ya no hay más necesidad de un Maestro Externo, nos daremos cuenta que estamos completos para recorrer nuestro camino.

Pues bien, en este “antes” de venir a la Tierra y encarnar no tenemos Yo Superior tal y como lo hemos definido aquí. El Yo Superior sigue existiendo, por supuesto, pero no tiene sentido llamarlo así, porque no lo percibimos como algo separado, somos parte esa conciencia.

Cuando no estamos en la Tierra, somos plenamente conscientes de todo nuestro ser: todas nuestras emociones, nuestros pensamientos y nuestros recuerdos. Podríamos decir que cuando no estamos en la Tierra nosotros y nuestro Yo Superior nos unimos, aunque sería más correcto decir simplemente que nos percibimos a nosotros mismos como una unidad completa.

Una pregunta que puede surgir aquí es: ¿y por qué cuando venimos a la Tierra esto no es así? ¿Por qué cuando venimos a este planeta perdemos la visión de una parte de nosotros y la sentimos como algo separado?

Estas experiencias llegan como un protocolo de vida donde ocurrirán experiencias que aquí llamaremos buenas o malas para desarrollar una conciencia más grande sobre como evolucionar y es así que vivimos diferentes, emociones, creencias, percepciones, necesidades, satisfacciones etc, todas con sentido o propósito de crecer y estar mas conscientes de lo que es la expansión dentro de nosotros.

¿Conectar con el Yo Superior?

Puedes empezar simplemente llamándole con un nombre amigable y cálido para ti o puedes hacer meditaciones para pedir una forma de comunicación que mayormente se harán a través de sincronicidades o a través de los sueños.

Y el motivo es que el Yo Superior tiene todas las respuestas a las preguntas que no conocemos. Cualquier duda que tengas sobre ti, tu Yo Superior la sabe: por qué estás aquí, quién eres realmente, cuáles son tus emociones y tus creencias más profundas, cómo está tu cuerpo en cada momento, etc. Tu Yo Superior es la parte de ti de la que no eres consciente, así que tiene toda la información sobre ti que tú no ves.

Todos tenemos un acceso a esas soluciones que mayormente intentamos resolver con nuestra mente racional, por eso estar conectados con el Yo Superior debe ser lo más natural en nosotros. Lo “extraño” debería ser lo contrario.

Y podemos recuperar este estado natural en cualquier momento.

Cómo Conectar con el Yo Superior

solo tenemos que explorar dentro de nosotros para descubrir las partes que ahora mismo no vemos. No hay que buscar nada fuera; todo está en nosotros.

Pero por muy simple que sea la idea principal, a la práctica nos cuesta. Y suele ir bien tener una serie de pasos más detallados.

Hazte tiempo para ti, no sólo un día, se perseverante. Un lugar tranquilo donde puedas estar solo y no ser molestado. No hagas nada, aunque esto es un poco incomodo y extraño al principio, insiste. Estas dando tiempo y espacio a tu voz interna, y a ti para aprender a sentirla. Llegará un día que la oirás, ya sea cuando estés en tu lugar tranquilo o durante el día y será exactamente lo que necesitas escuchar.

Se puede comunicar contigo con sincronías, experiencias que te ocurren de repente como por arte de magia. Puede ser que te hablen en sueños, antes de ir a dormir relaja tu cuerpo completamente, pregunta algo a tu Yo Superior y acuéstate. Recuerda lo que puedas de tus sueños y escríbelos en una libreta o diario que dejas en tu mesa de velador, al principio te costará, ten paciencia es cuestión de constancia.

Con la meditación, trabajas para silenciar y disciplinar tu mente. Si no estás acostumbrado a meditar puedes empezar con meditaciones guiadas, con el tiempo llegarás a hacerlo sólo. Lo importante es seguir el ritmo de la respiración.

Tener un diálogo interno regular con tu Yo Superior, puedes hacer esta práctica durante 21 días, decide estar en contacto con Él durante todo el día:

Háblale en tu propio lenguaje, puedes decirle: "Yo creo en ti, Yo sé que estás aquí, quiero conocerte y saber de ti. Empieza a guiar mi vida". Al principio puede ser que no conectes, pero sé persistente, habla como si lo hicieras con un amigo muy íntimo, pregunta cosas, comparte tus momentos de tristeza o alegrías, consulta sobre lo que no sabes cómo resolver, que miedos tienes, que decisión tomar, con el tiempo te llegarán esas anheladas respuestas. Sé paciente y persistente.

Esto tiene una gran utilidad práctica, porque puedes obtener información muy valiosa sobre tu vida.

Pero lo más importante es que poco a poco te irás acostumbrando a su presencia, y cada vez la sentirás con más claridad.

Y esto abre la puerta al paso final: ver que esa otra parte también eres tú.

No es algo externo.

Es una parte de ti.

Es la parte de ti que tanto has echado de menos. Es el vacío que sientes desde que naciste.

Ha estado contigo en todo momento.

Simplemente estaba esperando que la miraras

Finalmente

llegamos a comprender que “Tu mundo es tal como tú eres”, recuperemos el valor de la inocencia, vencemos los obstáculos que nos impiden el crecimiento espiritual y liberamos el cuerpo emocional, logrando así armonía, desarrollo personal a través de la intimidad, libertad total y la dicha de establecer vínculos espirituales.

Cada uno de nosotros está conectado con lo Divino, pero el humano está habituado a reacciones instintivas tal como el ego o mente consciente lo quiere, y eso implica sufrimientos, conflictos, pero si eliges despertar tu consciencia dormida analizando como reaccionas antes las situaciones y las energías que lo desencadenan, por creencias y emociones que hay detrás de ellas, puedo asegurarte que has iniciado subir la escalera de la evolución; no te critiques ni te castigues, acéptate, ámate, y perdónate.

Roberto Palomino C.

Coach Ontológico y Transpersonal e instructor de Bioenergía y Ciencias Metafísicas