

PROLOGO

Desde su inicio el humano intelectual ha dedicado su tiempo a observar el mundo externo, en busca de su origen, de su razón de Ser y del objeto mismo de su existencia.

Sin embargo, dicha búsqueda ha sido sin la menor duda un rotundo fracaso. De aquello solo han quedado teorías y creencias a través del tiempo, nada tangible, nada que pueda probarse.

Como resultado de lo anterior confusión y desconcierto. Espiritualismo? Materialismo?. Que es real?, Que es cierto?. Simples formulismos ilusorios de la mente.

Lo más paradójico es que aunque el humano intelectual ha ilustrado y documentado el mundo externo, para su mente, con el fin de saberlo todo, lo único cierto es que desconoce todo acerca de sí mismo. Se acomoda a conceptos pasajeros y superficiales para dar una justificación a su existencia y en ello invierte todo el tiempo de la misma.

Enseñaron los griegos:

“Conócete a ti mismo y conocerás el Universo.”

La única forma real de conocer el universo es a través del conocimiento interior o de sí mismo, pues cada ser individualmente es en sí un universo a escala.

Si cada cual dedica tiempo en conocerse a sí mismo, por ley de correspondencia conocerá el Universo.



El objetivo de este folleto es entregar las herramientas, para que en forma practica, cada ser humano conozca su universo interior, liberando y despertando su **Conciencia**, mediante la eliminación de cada uno de los defectos psicológicos.

Somos títeres de cada defecto que se manifiesta, y peor aun, ignoramos que ignoramos. Somos esclavos e inconscientes, para colmo de males, hacemos alarde de lo conscientes que somos, de que somos libres, de que nadie nos manipula, cuando en verdad, todos nuestros defectos lo hacen.

Si realmente queremos llegar a tomar control de nosotros mismos, a ser realmente humanos, a conscientizarnos, a **Despertar**, debemos empezar por observar que cada uno de nuestros defectos hace con nosotros lo que le viene en gana, que lo ha hecho y lo seguirá haciendo, hasta que decidamos impedirselo,

hasta que procedamos a eliminarlos uno por uno. Para lograrlo, debemos desarrollar la vigilia o auto observación, descubriendo en cada momento, que defecto esta actuando, por qué lo hace y cómo lo hace y luego eliminarlo, con ayuda de una fuerza superior a la mente, nuestra **Madre Interior**, la única potencia capaz de desintegrarlos. Es indispensable realizar este trabajo en todo momento, y en todo lugar, ya sea, en el campo, en la ciudad, en el trabajo, en el estudio, en el hogar etc. Se hace necesario practicar esta enseñanza, para poder vivenciar y comprobar.

1. EL YO PSICOLÓGICO

1.1 El Yo psicológico

El cuerpo físico es una unidad completa y trabaja como un todo orgánico, a menos de estar enfermo, sin embargo, la vida interior del humanoide en modo alguno es una unidad psicológica. Ninguna persona es la misma en forma continua, realmente no se necesita ser muy sabio como para darse cuenta de los innumerables cambios y contradicciones de cada sujeto.

Ninguno de nosotros tiene un Yo verdadero, permanente, eterno, etc.

Tampoco tenemos en realidad, una verdadera y autentica Unidad de Ser, desafortunadamente, ni siquiera poseemos una legitima individualidad.

El Ego, El Yo, nunca es algo individual, unitario, unitotal. Obviamente el Yo es yoes.

Así como el agua se compone de muchas gotas, así como la llama se compone de muchas partículas ígneas, así **el Yo se compone de muchos yoes.**

Si pensamos en cada yo como una persona diferente, podemos aseverar en forma enfática lo siguiente: Dentro de cada persona que vive en el mundo, existen muchas personas.

Cada uno de estos yoes, cada una de estas personas, lucha por la supremacía, quiere ser exclusiva, controla nuestros pensamientos, nuestros sentimientos, nuestras acciones, reacciones y nuestras palabras, a través del Deseo, cada vez que puede, mientras otro lo desplaza.

Cada uno de nuestros defectos psicológicos esta personificado en tal o cual Yo. Aunque tuviéramos mil lenguas para hablar y paladar de acero, no alcanzaríamos a enumerar todos nuestros defectos cabalmente. En las distintas culturas que han habitado el planeta, los yoes, han recibido los nombres de: agregados psíquicos, pecados, tentaciones, errores, tinieblas, diablos rojos de set, etc.

PEREZA

Yo cómodo, yo dejado,
yo desaseado,
yo flojo, yo desaliñado,
yo negligente, yo feble,
yo tedioso, yo laxo,
yo descuidado,



yo inconsciente, yo aburrido, yo desganado, yo dependiente, yo cobarde, yo confiado, yo conforme, yo retardado, yo resignado, yo endeble, yo decaído, yo miedoso, yo despreocupado, yo pusilánime, yo dormilón, yo tímido, yo apocado, yo irresoluto, yo incumplido, yo mala voluntad, yo distraído, yo tonto, yo reposo, yo holgazán, yo vago, yo inútil, yo mentiroso, yo ocioso, yo vicioso, yo evasivo, yo descanso, yo optimista, yo pesimista, yo distracción, yo recreo, yo facilista, yo retraído, yo andrajoso, yo desalentado, yo desobediente. Etc. Etc. Etc...



CODICIA

Yo usurero, yo acaudalado, yo especulador, yo embaucador, yo ladrón, yo apostador (casinos, rifas, carreras, bingos, chance, loterías, etc.), yo concursante, yo estafador, yo pudiente, yo tramposo, yo derrochador, yo miserable, yo propietario, yo prestamista, yo avaro, yo egoísta, yo pirata, yo reducidor,

yo del crédito, yo del poder, yo del éxito, yo secuestro, yo millonario, yo descuento, yo monopolio, yo comerciante, yo cobro, yo oportunista, yo prepotente, yo poderoso, yo atracador, yo limosnero, yo anhelo, yo pertenencia, yo del dinero plástico (tarjetas de crédito), yo posesión, yo propina, yo generoso, yo invito, yo afortunado, yo aficionado, yo corrupto.Etc. Etc. Etc.....

LUJURIA

Yo morbosos, yo vulgar, yo placer, yo lascivo, yo aventuras amorosas, yo prostitución, yo adultero, yo exhibicionista, yo tocón, yo striptease, yo insinuante, yo seductor, yo amante, yo erótico, yo tiendas sex, yo amigo, yo novio, yo manoseo, yo acariciador, yo beso, yo coqueto, yo provocador, yo amor platónico, yo aberrado sexual, yo pornografía (revistas x, cine x, paginas web x, etc.) yo acosador sexual, yo sádico, yo violador, yo masoquista, yo mirón, yo obsceno, yo líneas calientes, yo chistes verdes, yo palabras de doble sentido, yo fiestero, yo travestí, yo nudista, yo zoofilico, yo pedofilico, yo necrofilico, yo gerontofilico, yo incesto, yo proxeneta, yo selector, yo homosexual, yo lesbiana, yo de los bares, yo rumbero, yo alcoholico, yo drogadicto, yo fumador, yo baile sensual, yo música pesada, yo de los tatuajes, yo de los piercing. Etc. Etc. Etc....





ORGULLO

Yo vanidoso, yo de la moda, yo prepotente, yo adulator, yo escandaloso, yo ultimo modelo, yo campeón, yo de los trajes, yo famoso yo líder, yo de los modales, yo profesional (Técnico

Abogado, Medico, Ingeniero, Licenciado, Optómetra, Contador, etc.), yo rebelde social, yo ególatra, yo sabiondo, yo de la apariencia, yo perfeccionista, yo exhibicionista, yo petulante, yo jactancioso, yo pedante, yo engreído, yo me responsabilizo, yo auto considerado, yo salas de belleza, yo cirugía plástica, yo liposucción, yo coleccionista, yo árbol genealógico, yo de caballos de paso, yo de animales de raza, yo de los autos, yo tecnológico. Etc.

Etc. Etc.....

IRA

Yo soberbio, yo irritado, yo impaciente, yo violento, yo ofendo, yo hiero, yo mal genio, yo agresivo, yo golpeo, yo grosero, yo mala cara, yo

puntapiés, yo de la guerra, yo gritón, yo altanero, yo respondón, yo alego, yo amenaza, yo enemigo, yo odio, yo blasfemo, yo rencoroso, yo vengativo, yo armado, yo terrorista, yo rebelde, yo reniego, yo



homicida, yo asesino, yo ofuscado, yo maldigo, yo manoteo. Etc. Etc. Etc.....

GULA

Yo glotón, yo insaciable, yo bebedor, yo derrochador, yo noctámbulo, yo gotereo, yo quiero más, yo golosinas, yo comidas rápidas, yo trágico, yo cómico, yo atragantado, yo



como rápido, yo bulimia, yo anorexia, yo escéptico, yo fanático, yo alegre, yo triste, yo miserable, yo tirano, yo sumiso, yo optimista, yo pesimista, yo justifico, yo condeno, yo dudo, yo creo, yo ilusionado, yo desilusionado, yo confiado, yo desconfiado, yo simpático, yo antipático, yo reprimido, yo liberal, yo amigo, yo enemigo, yo hiperactivo, yo inactivo, yo fascinado, yo aburrido, yo tierno, yo agresivo. Etc. Etc. Etc...

ENVIDIA



Es el sufrimiento, por el bien ajeno o deseo de algo que no se posee

Yo envidio la suerte de Juan, yo envidio la belleza de Natalia, yo envidio la posición social de Pastrana, yo envidio el auto de Pedro, yo envidio la sapiencia de Einstein etc. yo calumnio, yo critico, yo juzgo, yo compito, yo imito, yo copio, yo admiro, yo traidor, yo inconforme, yo celoso. Etc. Etc. Etc...

Cuando uno de verdad quiere conocerse a si mismo, debe **auto-observarse** y tratar de conocer los diferentes yoes que están en nuestro interior.

Si alguno de nuestros lectores no comprende todavía esta Doctrina de muchos yoes, se debe exclusivamente a la falta de practica en materia de auto-observación.

El Ego, el Yo aunque continúa más allá del sepulcro, tiene sin embargo principio y fin.

El Ser, el Íntimo, la Conciencia no tuvo principio, no tendrá fin. El es lo que es, lo que siempre ha sido y lo que siempre será.

El 3% de nuestra Conciencia es libre e inatrapable, mientras que el 97% restante se encuentra atrapado dentro de cada uno de los yoes que en su conjunto constituyen el Yo psicológico.

Cualquier yo desintegrado, libera determinado porcentaje de Conciencia. A mayor cantidad de yoes desintegrados mayor es el porcentaje de nuestra Conciencia.

El Yo continúa después de la muerte, y retorna a este valle de lágrimas para repetir acontecimientos, satisfacer pasiones y pagar las consecuencias de nuestras malas obras (karma). Nuestra vida presente es la causa de nuestra vida futura; nuestra futura vida tendrá por causa nuestra vida actual, con todos sus errores y miserias. Continuar es aplazar el error y el

dolor, nosotros debemos morir de instante en instante para no continuar: es mejor **SER** que continuar.

El Yo es el origen del error y de su consecuencia que es el dolor y el sufrimiento, mientras exista el Yo, existirá el dolor y el error. Nacer es dolor, morir es dolor, vivir es dolor, dolor en la niñez, la adolescencia, la juventud, la madurez, la vejez; todo en este mundo es dolor. Cuando dejamos de existir en todos los niveles de la mente, desaparece el dolor.

Solo dejaremos de existir radicalmente, disolviendo el Yo psicológico.

1.2 Las enfermedades psicosomáticas

Uno de los problemas más grandes de la humanidad son las enfermedades psicosomáticas, debido al terrible daño que producen en la salud.

El término psicosomático, se desprende de los vocablos griegos **psique** (alma, energía, interior) y **soma** (cuerpo, materia, exterior).

Dichas enfermedades son un conjunto de alteraciones físicas o externas que tienen origen en nuestro interior; Todos los defectos psicológicos o yoes se reflejan en nuestro cuerpo, afectando todos sus órganos y funciones, en otras palabras, los yoes enferman el cuerpo; Como se desconoce el origen real de estas enfermedades las personas buscan solución mediante la medicina (tradicional, homeopática, bioenergética, acupuntura, etc.) y la formulación o consumo de fármacos. Cuando en

realidad podemos deshacernos de sus síntomas y efectos, mediante la eliminación total de los elementos infrahumanos que conforman el Yo psicológico

Estas enfermedades alteran el funcionamiento normal del organismo y sistemas: nervioso, digestivo, respiratorio, circulatorio, endocrino, urinario, sexual, óseo y muscular; ocasionando en ellos, todo tipo de desordenes y dolencias.

El miedo contrae la musculatura respiratoria, especialmente la del plexo solar, formando una coraza muscular que restringe el libre flujo del aire, esto, bloquea la respiración y reduce la entrada de oxígeno en los pulmones. Las células sin oxígeno no pueden hacer el metabolismo, esto ocasiona una serie de enfermedades físicas, como bronquitis, asma, dismenorrea, estreñimiento, hernia de hiato, flatulencia, mala digestión, cefaleas y trastornos cardiovasculares, cansancio, estado hipotónico y depresivo, quistes en los ovarios y cáncer de matriz, de colon y de estómago, entre otros. La tensión y el nerviosismo insensibilizan las glándulas que producen los jugos gástricos que ayudan a la digestión, causando úlceras estomacales.

La preocupación ocasiona tensión en los músculos del cuello, cerrando las arterias, lo cual impide que llegue suficiente sangre al cerebro; Esta reacción produce dolor de cabeza y desmayos.

La ira: es una reacción o manifestación externa impulsiva, que se origina en el interior de la persona, por múltiples causas, entre las que se encuentran: la frustración, la auto consideración, el amor propio (herido), el odio, etc. Este defecto psicológico genera úlceras estomacales, alta tensión arterial, dolores de cabeza, erupciones en la piel, disminución del apetito, insomnio, vejez prematura, además, causa la destrucción de hogares, perdida de buenos empleos, rechazo de familiares y amistades, y en casos extremos, la ira nos conlleva al homicidio.

Otras enfermedades psicosomáticas son: migrañas, artritis, dermatitis, alergias, problemas coronarios, sinusitis, complicaciones de visión, de audición, conjuntivitis, catarro común, úlceras, agresividad, ansiedad, angustia, estrés, molestias articulares y de columna, hipocondriasis, jaqueca etc.

Los desordenes sexuales: favorecen la transmisión y el contagio de enfermedades incurables como el sida y la hepatitis B, además las enfermedades venéreas (sífilis, herpes, gonococo, piorrea etc.) Ya conocidas por la humanidad.

Algunos vicios como los del alcohol, tabaquismo, y drogadicción, atacan en forma directa el organismo, introduciéndole sustancias tóxicas (cocaína, bazuco, heroína, nicotina, alquitrán, THC, opio, LSD, alcohol, etc.), que este no puede asimilar. Debido a esto, se

producen: hipertensión, cirrosis, cáncer pulmonar, contracción de arterias, pérdida acelerada de sales minerales, cansancio, fatiga, amnesia, destrucción de neuronas, ceguera etc.

Esta pues demostrado que los defectos psicológicos (yoes) son la causa de la muerte física y las malas relaciones con nuestro cuerpo físico, con las demás personas, y con lo que es más importante: lo Real, lo Verdadero, lo Objetivo, lo Eterno, **EL SER**.

Si queremos eliminar el origen real de las enfermedades, de la vejez y la muerte, debemos desintegrar el Yo en todas sus manifestaciones.

“Con la Muerte se mata a la muerte por toda una eternidad”

1.3 Los Detalles

Los detalles son las múltiples manifestaciones de nuestros defectos psicológicos (yoes), durante el diario vivir; Cada yo, se apodera de la máquina humana, controlando sus funciones correspondientes: pensamientos, sentimientos, palabras, acciones, y creaciones, a través del Deseo.

Cada vez que un detalle toma control, roba y desequilibra nuestra energía, alimentándose y fortaleciéndose de ella. Al agotarnos energéticamente se originan toda clase de enfermedades, cansancio, envejecimiento y hasta la misma muerte.

Para llegar a lo grande necesitamos empezar por lo pequeño: primero se necesita debilitar los defectos(yoes), quitándole todas sus manifestaciones diminutas o detalles, para luego enfrentarnos directamente a ellos; hay que empezar por lo pequeño para llegar a lo grande...

Ejemplos.

Para eliminar el yo del alcohol, que es lo grande, debemos buscar sus detalles, que podrían ser los siguientes: me tomo una cerveza para calmar la sed, me tomo un trago por que estoy cumpliendo años, Comparto unas copas en tertulia con mis amigos, Me embriago porque perdió mi equipo favorito, o porque me dejo un ser amado, o porque quizás murió un familiar, etc. etc. etc.

Para eliminar el yo vanidoso, que es lo grande, debemos buscar sus detalles, que podrían ser los siguientes: me miro frecuente en los espejos o reflejo de los vidrios, visto a la moda, pienso que la liposucción mejora mi nivel social y eleva mi autoestima, cuido mis ademanes y costumbres sociales, utilizo accesorios para adornar mi cuerpo, me preocupa estar despeinado, busco que me admiren por mi cuerpo, ropa, títulos o forma de expresarme etc. etc. etc.

Los detalles se expresan permanentemente durante el diario vivir, originando en nosotros fascinación, hipnotismo, alterando y durmiendo nuestra Conciencia; Por lo tanto, es necesario empezar a eliminarlos desde ahora, aquí y ahora. Si anhelamos **Despertar** y aumentar el porcentaje de Conciencia debemos utilizar la **muerte en marcha**.

2. LA MUERTE EN MARCHA

La muerte en marcha es la herramienta para disolver el Yo de instante en instante, descubriendo y eliminando sus distintas manifestaciones (detalles), liberando la Conciencia atrapada.

En la muerte en marcha se hace necesario aplicar activamente, la Auto-observación, la Transformación de Impresiones y la Eliminación.

Con la auto-observación se descubre el Yo, de instante en instante, en cada una de nuestras funciones.

Con la transformación de impresiones, se procesa la información externa, que ingresa a nuestro interior, a través de los 5 sentidos físicos: vista, oído, tacto, olfato y gusto.

Y con la eliminación, se desintegra el yo totalmente, liberando el porcentaje de Conciencia que tenía atrapado.

2.1 Auto-observación

Para descubrir en acción los múltiples elementos del Yo psicológico (detalles), es necesario el sentido de la auto-observación. Este sentido nos permite observar, de instante en instante, las funciones de nuestra maquina humana: pensar, sentir, hacer (hablar, actuar, omitir), desear y crear, que están controladas permanentemente por el Yo pluralizado.

Cuando nos auto-observamos, descubrimos en acción cada uno de los detalles, que alteran y duermen nuestra Conciencia.

En la auto-observación debe darse un estado llamado **desdoblamiento psicológico**, en el cual tendremos en cuenta dos aspectos: el observador y el observado. Quien es el observador y quien es el observado? El observador es la Conciencia y el observado es el yo.

Si tal división no se produjera, es obvio que nunca daríamos un paso adelante en el camino del Auto-conocimiento.

La atención dinámica proviene realmente del lado observante, mientras los pensamientos, las emociones, deseos, palabras, obras y omisiones, pertenecen al lado observado.

El sentido de la auto-observación se encuentra atrofiado en la humanidad, pero con la práctica continua, se desarrolla progresivamente.

La Crítica

La vida práctica es una escuela maravillosa; En la inter-relación podemos descubrir esos yoes que en nuestro interior cargamos.

Necesitamos conocernos a sí mismos antes de poder conocer a los demás. Es urgente aprender a ver el punto de vista ajeno. **Si nos ponemos en el lugar de los demás, descubrimos que los defectos psicológicos que a otros endilgamos, los tenemos muy sobrados en nuestro interior.**

La antipatía mecánica hacia otra persona que por vez primera conocemos, indica que no sabemos ponernos en el lugar del prójimo, que no amamos al prójimo, que tenemos la Conciencia demasiado dormida.

Nos cae muy antipática determinada persona? , por qué motivo? , tal vez bebe? Observémonos...estamos seguros de nuestra virtud? Estamos seguros de no cargar en nuestro interior el yo de la embriaguez? Mejor sería que al ver un borracho haciendo payasadas dijéramos: 'este soy yo, que payasadas estoy haciendo'.... Etc.Etc. Etc...

2.2 Transformación de Impresiones

El ser humano recibe 3 clases de alimentos: comida, aire e impresiones, que le proporcionan energía. De estos alimentos el más importante tiene lugar en las impresiones, puesto que las recibimos de instante en

instante. Las impresiones se reciben a través de los sentidos de percepción externa, y son de 5 tipos:



Vista: ingresan impresiones a nuestro interior a través del sentido de la vista: cuando leemos un libro, una valla, un aviso, ojeamos una revista, miramos un desfile, vemos televisión, cine, imágenes, colores, objetos, lugares, personas, símbolos, figuras. Etc. Etc. Etc.....

Tacto: Ingresan impresiones a nuestro interior a través del sentido del tacto: cuando nos dan un beso, cuando bailamos, cuando nos sostienen la mano, cuando nos abrazan, cuando sentimos formas, texturas, humedad, temperatura, dureza, suavidad. Etc. Etc. Etc.....



Gusto: ingresan impresiones a nuestro interior a través del sentido del gusto. Al degustar una comida, al ingerir un licor, o probar distintos sabores: dulces, salados, ácidos, amargos, insípidos, etc.

Hay que diferenciar el **gusto** como impresión, descrita en líneas anteriores, y el gusto como una reacción emocional de agrado, frente a una circunstancia específica, que no pertenece a la categoría de impresión. Por ejemplo, me gusta el color de sus ojos, me gusta viajar en barco, Fernando tiene buen gusto al vestir, etc.

Oído: Ingresan impresiones a nuestro interior a través del sentido del oído: al escuchar música (clásica, sentimental,ailable, etc.), cuando nos proponen algo, cuando hay variados sonidos, ruido, voces, conversaciones, Etc. Etc. Etc....



Olfato: Ingresan impresiones a nuestro interior a través del sentido del olfato: cuando sentimos el olor a pan caliente, cuando algo esta putrefacto, o cuando hay, esencias, aromas naturales o químicas, perfumes, comidas. Etc. Etc. Etc.....

Lamentablemente las impresiones que recibimos del exterior, no son transformadas, debido a que no existe un elemento transformador; En consecuencia, caen bajo los condicionamientos del Yo psicológico, produciendo reacciones de tipo mecánico, ante los distintos eventos y circunstancias de la vida.

Además, dichas impresiones alimentan y crean nuevos yoes o defectos psicológicos. La Conciencia es el elemento transformador, que se encarga de digerir las impresiones mediante la auto-observación plena, obteniendo de ellas sabiduría y comprensión. Toda impresión sin transformar, produce la reacción de un yo. Este pone en actividad una función de la maquina humana, y se enlaza con otros afines a el.

Por ejemplo, el aroma del pan recién salido del horno, una impresión olfativa, produce la reacción de un yo que desea comer, se enlaza con otro yo que desea ahorrar dinero, se preocupa y planea su presupuesto, y enseguida con otro yo, que desea llevar un detalle para un ser querido.

2.4 Eliminación



La mente puede justificar o condenar un yo o defecto, también especular o ponerle un nombre, pero no tiene la capacidad de eliminarlo.

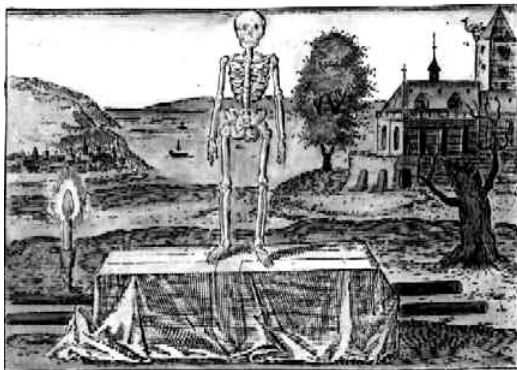
La Conciencia es la manifestación de Dios dentro de cada Ser: como sabiduría es nuestro Padre, y como amor es nuestra Madre (Isis, Virgen

Maria, Kundalini, Tonantzin, Stella Maris, Cibeles, etc.). Naturalmente cada quien posee en el interior su **Padre** y **Madre** particulares.

Ella es una parte de la Conciencia libre, con la función de desintegrar totalmente cada uno de nuestros yoes.

Luego de haber observado previamente y descubierto cualquier defecto o yo, que perturbe nuestro interior, vamos a proceder a invocar a dicha fuerza Superior, rogándole que nos elimine determinado yo, que se nos manifieste en determinado instante:

“Madre, elimina este defecto”



A lo largo del día se nos van a manifestar muchísimos yoes; en la mañana habrá uno que nos dirá que sigamos durmiendo, otro en la tarde querrá discutir con alguien por cualquier motivo, otro en la noche que preferirá referirse en forma injusta de otra persona,

otro nos hará desear a la pareja del vecino(a), otro nos llevará a fumar, otro a tomar y así todo el día.

Este proceso es lo que se llama **Muerte en Marcha**, y consiste en estar vigilando de segundo en segundo lo que estoy pensando, sintiendo, deseando, diciendo y haciendo, y de forma inmediata le voy a pedir a mi **Madre Interior**, que elimine el defecto que he descubierto, y de esta forma, voy rescatando poco a poco toda la Conciencia, que se encuentra atrapada en el Yo psicológico.

Es indispensable tener en cuenta lo siguiente:

Cada vez que se manifieste un determinado defecto en nosotros, **sin razonamientos de ninguna clase y en forma inmediata**, debemos recurrir a nuestra **Madre Interior** y suplicarle por ese defecto que nos causa daño y nos consume energía; así se le resta alimento al yo, y poco a poco se le va debilitando hasta ser eliminado.

El poder eléctrico destructor de nuestra Madre Interior no tiene comparación con el poder negativo del yo, puesto que ELLA es mucho más rápida, como el rayo que reduce a polvareda cósmica cualquier defecto que previamente hayamos descubierto.

Pero es indispensable llamarla en el preciso instante en que se manifieste el defecto, ya sea verbal o mentalmente, y orarle a Ella con nuestras propias palabras:

“Madre, elimina este defecto”

Ella se llama **MADRE DIVINA**, y se le suplica la eliminación del yo de nuestro interior.

El yo se manifiesta en desventaja frente a el poder eléctrico de Kundalini (Madre Divina), ella es 300.000 veces más rápida que cualquier yo o defecto.

3. SEXOLOGÍA

El Sexo en sí, es el centro de gravedad de todas las actividades humanas. Alrededor del sexo giran todos los aspectos sociales de la vida: en un baile, en una fiesta, en un café etc.

Desde siempre el sexo ha sido estudiado por los sabios con propósitos trascendentales.

La ciencia ha investigado y descubierto que las hormonas sexuales enriquecen el torrente sanguíneo, de igual manera, que las generadas en las distintas glándulas endocrinas, formando pequeños micro-laboratorios, que desaparecen dolencias y enfermedades.

Desafortunadamente, abunda mucho la pornografía, que desvía al sexo hacia actividades meramente sensuales.



Hay 3 clases de sexualidad:

Suprasexo

Sexo Normal

Infrasexo

El Infrasexo: es la esfera donde encontramos aquellos que se entregan de lleno a la lujuria, sin control alguno, cayendo en adulterios, lesbianismo, homosexualismo, masturbación, sexo oral, sexo anal, zoofilia, orgías, pedrerismo, violación, pornografía, lascivia (lujuria mental), prostitución, y demás vicios psicosexuales.

En esta esfera el ser humano se degenera psicológicamente (se crean nuevos yoes o defectos) y físicamente (se atrofian e inutilizan las áreas del cerebro).

El Sexo Normal: es la actividad sexual conducente a la reproducción de la especie (hijos), viviendo de acuerdo a los intereses de la Naturaleza.

El Suprasexo: es el camino de la transformación trascendental y de la regeneración, dado **entre hombre y mujer**, con vínculos de amor, fidelidad y castidad.

En el mundo hay muchas ideologías, creencias y cada cual es libre de creer, pero la **única** fuerza que tiene autoridad para transformarnos, fue la que nos creó, la que nos puso sobre el tapete de la existencia, es decir, la **Energía Creadora Sexual**.

En el suprasexo, **jamás hay pérdida de dicha energía, durante la unión sexual**, esta se transmuta (transforma) para crear los cuerpos existenciales del Ser:

Cuerpo causal	(6dim)
Cuerpo mental	(5+dim)
Cuerpo astral	(5dim)
Cuerpo vital	(4dim)
Cuerpo físico	(3dim)

Que nos permiten tener manifestación real en las dimensiones superiores del Universo.

En la suprasexualidad se obtiene vitalidad física, se ponen en actividad las distintas áreas del cerebro, se reciben capacidades y facultades extraordinarias...

En el suprasexo es necesario 3 cosas:

1. **AMOR:** El anhelo trascendental, sin goce animal.
2. **CASTIDAD:** No derramar la Energía Creadora Sexual, es decir NO FORNICAR, durante la práctica sexual y bajo ninguna circunstancia.
3. **FIDELIDAD:** En pensamientos y en obras, es decir NO ADULTERAR, conservando una pareja estable y única. Y además no llegar a ningún tipo de práctica infrasexual

“Nunca lograremos el suprasexo, si no valoramos y conservamos nuestra riqueza interior:

La Energía Creadora Sexual, que es la materia prima para llegar a la AUTO-REALIZACIÓN INTIMA DEL SER”

-La **muerte en marcha** nos garantiza purificar y ahorrar nuestra Energía Creadora Sexual, equilibrando la maquina humana.-

4. EL DESDOBLAMIENTO ASTRAL

Nuestra Conciencia duerme, en el transcurso de la vida diaria y cuando nuestro cuerpo físico descansa, debido a esto, nunca logramos ver la realidad de los fenómenos que componen el Universo.

En este estado, ignoramos quienes somos, con quienes estamos, en que lugar nos hallamos, y que estamos haciendo.

En el proceso del sueño, nuestra Conciencia recibe una serie de experiencias fuera del cuerpo físico, por tal razón aparecemos en lugares distintos o lejanos, vemos personas desconocidas, o que murieron hace algún tiempo, situaciones extrañas, seres prodigiosos etc... Sin embargo nunca observamos dicho fenómeno con la intención de descubrir su origen y su explicación.

El desdoblamiento astral, es lo que comúnmente llamamos soñar, y consiste en la separación del cuerpo físico y del cuerpo astral.

Mientras el cuerpo físico descansa en 3ª dimensión, nuestro cuerpo astral se desprende, para servirnos de vehículo en 5ª dimensión, la Eternidad; donde no existe el peso, ni el tiempo, ni la distancia.

El cuerpo astral, nos permite movernos a grandes velocidades y nos capacita para investigar el Universo, conocer los misterios de la vida y de la muerte, entrar en contacto con nuestra Madre Interior, los Ángeles, Jerarquías Divinas, etc. podemos indagar nuestras existencias anteriores (retrospección), conocer nuestro planeta, hablar con los maestros de la fraternidad blanca, y hacer comprobaciones, etc.



A continuación se darán los pasos para la práctica del desdoblamiento astral consciente:

1. Lugar apropiado: alcoba o pieza para las prácticas.
2. Petición de asistencia al Padre y Madre Internos (se debe hacer la voluntad de Ellos).
3. Objetivo: fijarse un propósito o una meta, para investigar en el plano astral.
4. Relajación: distensionar y soltar todos los nervios músculos, tendones etc., del cuerpo físico además quietar nuestra mente y emoción.
5. Mantralización:

Un mantram es una palabra mágica, que pone en vibración el cuerpo astral, permitiéndonos salir conscientemente del cuerpo físico, y regresar a él con plena voluntad. Cada mantram debe vocalizarse en forma suave, alargando su sonido 3 0 5 veces verbalmente, y luego se repite mentalmente en forma continua.

Mantram **Faraón**: este se pronuncia de la siguiente manera

FFFFFFFFFFFFFFFFFAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAA
RRRRRRRRRRRRRRRAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAA
OOOOOOOOOOOOONNNNNNNNNNNNNNNNNNNNN

Mantram **Laras**: este se pronuncia de la siguiente manera

LLLLLLLLLLLLLLLLLLLLAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAA
RRRRRRRRRRRRRAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAAA
SSSSSSSSSSSSSSSSSSSSSSSSSSSS (como un silbido)

Cuando presente algunos de los síntomas:

Sensación de flotar, mareo, sensación de giros, vibración corporal, pesadez, imágenes ensoñativas..., debe levantarse suavemente, y saltar en forma inmediata con el deseo de flotar.

7. Comprobación: Si al saltar, flotamos, obviamente, estamos en cuerpo astral, y nos hemos desdoblado. Pero si al saltar caemos pesadamente sobre el piso, estaremos en cuerpo físico, y debemos repetir el proceso desde el paso 3, hasta que se produzca el desdoblamiento.

8. Vivencia: Al vernos flotando, debemos pedirle a nuestra Madre Divina, en forma inmediata que nos lleve al lugar, que nos fijamos como objetivo, o con el ser, que planeamos interactuar, y Ella nos llevara a la velocidad del pensamiento.

Otra forma para despertar Conciencia en la quinta dimensión o plano astral:

Cada vez que estemos por la calle, en el trabajo, en el estudio, caminado, en el supermercado, al cruzar la calle, etc, debemos hacer un alto y preguntarnos en donde estoy, en que dimensión me encuentro, a la vez que se da un saltito con la intención de quedar flotando; si al dar el saltito caemos pesadamente es

por que continuamos en el físico, si quedamos flotando es por que estamos en el astral.

Tan pronto nos demos cuenta que estamos flotando así sea un poco, debemos pedir a nuestra **Madre Divina**, que nos lleve al lugar que queremos ir.

Debemos practicar constantemente el Desdoblamiento Astral, ya que es la herramienta mas importante para investigar.

-**La Muerte en Marcha**, de momento en momento, es otra forma de despertar Conciencia en las dimensiones superiores.-

CONCLUSIÓN FINAL

Como conclusión, **la Muerte en Marcha** es la base fundamental de todo el trabajo interior.

A continuación se expone un ejemplo práctico, que ilustrara el trabajo de la muerte en marcha.

Un joven es invitado a una fiesta:

El yo que se alegra por la invitación.

Un yo piensa en el regalo.

El yo que piensa constantemente en la fiesta.

Un yo piensa en la disculpa para ausentarse.

Otro yo quiere prevenir y lleva preservativos.

DISTRIBUCIÓN GRATUITA. 30 www.conozcaseasimismo.com

El yo que quiere llevar amiguitas.
Un yo imagina el licor que van a dar en la fiesta.
Otro yo se preocupa por la comida en la fiesta.
Otro yo planea llevar una botella de licor.
Otro yo que quiere fumar.
Un yo piensa en invitar a sus amigos.
Otro yo le dice que no se olvide de las mujeres.
Un yo planea a que amigas invitar.
Un yo dice que ojala las amigas sean accesibles.
Otro yo dice que para que llevar amigas si en la fiesta van a llegar más mujeres.
Un yo quiere conquistar en la fiesta.
Un yo le dice que se luzca en el baile.
Otro yo le sugiere determinada música para bailar.
El yo que quiere conocer otras chicas.
El yo que quiere amacizar al bailar.
El yo de los chistes se prepara.
Un yo quiere lucir ropa nueva.
Otro yo quiere estar muy simpático en la fiesta.
El yo que selecciona con quienes quiere bailar.
El yo insinuante se adiestra.
Un yo de los modales quiere exhibirse.
El yo que quiere observar las payasadas de sus amigos.
El yo mentiroso espera el momento preciso para coquetear.
Un yo que le gusta las mujeres de edad.
Otro yo se va por las jovencitas.
El yo indiscreto que no falta en las fiestas.
El yo que con el trago lo vuelve valiente.

Un yo mirón de cuerpos, no descansa.
El yo que quiere embriagar a la pareja del amigo.
El yo que quiere sexo.
El yo alcohólico se torna mas fuerte.
El yo petulante se muestra.
El yo que no le gusta que le lleven la contraria.
El yo desarreglado se exhibe.
Otro yo no puede controlar las palabras.
El yo que no se puede sostener en equilibrio.
El yo que le dice que se vaya para la casa. Etc.

Pasa ese día y recuerda el mal ejemplo que dejo en esa fiesta, y lo desagradable de la resaca.

A cada uno de los detalles, se le va pidiendo muerte, en el mismo instante en que se manifiesta:

“MADRE ELIMINA ESTE YO”

Fin.