

17 Formas De **Saldar El Karma**



MANIFESTACIÓN MÍSTICA

El día de hoy estaré brindándote algunos de mis mejores métodos que me han funcionado para ir saldando el Karma, y que estoy seguro también te funcionarán.

Sin embargo, te advierto que aquí no encontraras nada relacionado a métodos rápidos, conjuros, trabajos mágicos o algo relacionado.

Lo que, si encontrarás, son soluciones prácticas, sencillas y que las puedes poner en acción hoy mismo.

Sigue leyendo para aprender las 17 formas para saldar el karma...

17 FORMAS DE SALDAR EL KARMA



1. Estar Dispuesto a Saldarlo



A muchos de nosotros se nos ha dicho que para poder meditar tenemos que concentrarnos en algo, un objeto, una imagen o lo que sea. Y esto es justo lo contrario a la meditación.

Lo primero que tenemos que saber es realmente que es la meditación. Ya que la concentración es un esfuerzo y la meditación es un soltar. Son justo los opuestos y querer meditar concentrándote, te hará que nunca puedas entrar en estado de meditación.

Es cierto que, una vez que has alcanzado un nivel óptimo de meditación, en tu vida diaria vas a poder concentrarte con mayor facilidad, pero esto es un resultado de estar practicando la meditación, ya que una buena concentración es resultado de una meditación profunda sostenida durante meses.

2. Poner Conciencia.

La conciencia a la que me refiero, no es a la que nos han enseñado toda la vida que es algo así como un 'juez' y que dicta 'Esto es bueno, y esto es malo debo arrepentirme'.

Sino que, la conciencia a la que debemos acudir, es aquella que observa sin emitir juicio alguno, sin clasificar las cosas como buenas o malas.



Al intentar observar las situaciones sin juicio alguno, es ahí cuando tenemos más oportunidades de ponernos en conexión con nuestro corazón. La conciencia, es aquello que observa nuestra vida sin filtros, sin poner las cosas a nuestro favor o en nuestra contra. Es una forma de sincerarnos a nosotros mismos.

Y una excelente forma de hacerlo, es estar alerta y poner atención a lo que nos va aconteciendo a diario en nuestro andar por la vida.

No importa si no tenemos un grado enorme de desarrollo de la conciencia. Mientras toda tu máxima capacidad, se te irán abriendo oportunidades para ir desarrollando aún mucho más. Pero la clave aquí es darlo todo.

3. Pedir Disculpas.



A veces, simplemente pedir disculpas a aquellas personas que tenemos cerca nos alivia muchos pendientes.

Siempre es bueno, de tanto en tanto, acercarnos a nuestros seres queridos y pedir disculpas por nuestro comportamiento cuando estamos en vibración baja. O si tenemos algún problema con alguien, es importante también pedir disculpas.

Más allá de si tuviste fuiste el responsable o no de la situación.

Ya que, tener enemigos allá afuera no es nada sabio.

Muchas veces, ese obstáculo y ese bloqueo nos impiden seguir avanzando y creciendo en la vida como nosotros quisiéramos.

Uno de estos días, revisa tu alrededor y donde sientas que sea necesario, pide disculpas.

4. Aceptar la Vida como se nos presente.

Cuantos sueños y metas tenemos... Muchos.

Aspiramos a todo y queremos vivirlo todo, sentirnos siempre vivos.

Y qué difícil es simplemente aceptar la vida tal como se nos va presentando, ya que hemos crecido con la idea que esto es algo negativo, que no es muy inteligente solo aceptar ya que es una actitud muy sumisa.



Que, por el contrario, debemos luchar por lo que queremos y echarle todas las ganas del mundo (¡Gracias motivadores y coachs, por hacerlo aún más difícil!)

Pero uno no llega con Dios siendo un conquistador, siendo un Atila el Huno.

En nuestro caso como hablamos del Karma, tenemos que aceptar lo que la vida nos presente.

Llámense dificultades, problemas, enfermedades, desamor, etc.

Cuando nos resistimos a esas situaciones que nadie quiere vivir, el problema empeora y se hace más grande y desafortunadamente, se nos pasa la idea que debemos luchar.

Pero ¿Alguna vez has intentado aceptar?

E inclusive mejor aún ¿Alguien nos enseña a aceptar?

Las escuelas a las que asistimos, nos enseñan a luchar por la vida, sino seremos un fracaso, sin embargo, es una idea muy drástica.

Personalmente te puedo confirmar que muchas veces las cosas se dan mejor en la vida cuando simplemente aceptamos.

Y mira que yo no tengo maestría en aceptación, sigo revelándome a muchas cosas, pero después cuando me calmo siempre es la mejor decisión aceptar.

¿Cómo aceptas la vida?

Siendo sinceros, la verdad es difícil, porque tenemos ese chip instalado de luchar, pero es válido ir comenzando a desprogramarnos. Valido y sabio.

La próxima vez que tengas una situación difícil, o que no quieras vivir recuerda ¿Tengo total conocimiento y conciencia para saber porque sucede esto?

Muchas veces, se nos escapan datos e inclusive estamos muy desconectados de la energía, de la naturaleza y de muchos otros elementos, que nos hacen no comprender realmente la vida.

Por ello Sócrates decía 'Solo se, que no se nada'.

Es una forma de decir no me preguntes, porque todavía necesito aprender, aun no estoy hecho. Y esta actitud de humildad, hace que de forma natural y gradual todo se vaya resolviendo a tu favor.

Así que, primer paso aceptemos como se vengán las cosas aunque nos enojemos.

Segundo paso, relájate y espera a que se vayan presentando las situaciones.

5. Elevar la Vibración.



La vibración es aquello que define tu calidad de vida.

Si vibramos bajo, atraeremos situaciones y personas en la misma vibración. Siempre viviremos en problemas, preocupados, las cosas serán difíciles, más propenso a enfermarte y bueno, en una palabra, la vida será una desgracia. Que es lo que, por falta de sabiduría, vivimos muchos de nosotros.

Y si vibramos alto, atraemos otro tipo de vida. Amigos de calidad, las situaciones son más sencillas, vives tranquilo y en paz, te sientes bien contigo mismo, gozas de excelente salud y la vida es toda una bendición. Así de simple. La vibración, define qué tipo de vida vives. No es cuestión de suerte, destino o lo que Dios manda.

Es real, que hay situaciones que no podemos controlar, pero al final quien tiene la última palabra de cómo vas a vivir dichas situaciones eres tú.

La vibración es tu cumulo de energía el cual está integrado por todas aquellas experiencias y situaciones de tu vida diaria.

Es como nuestra credencial de lector, pero energética.

Y esta la llevamos a todos lados, no hay forma de deshacerte de tu vibración.

Las buenas noticias, es que la vibración cambia. No es como esa idea que tenemos que el aura es de un color y ya ahí quedaste.

Y aunque están conectadas ambas, la vibración es algo que se cambia según tu estado interno. Por ello, si trabajas en tu interior la vibración va cambiando.

El tipo de vibración es una responsabilidad individual, no es algo externo que alguien te imponga.

Es real que el exterior puede precipitar que vibres bajo o alto.

No te daré instrucciones para bajar la vibración, puesto que esa no es mi intención y creo es más que evidente como hacerlo.

Pero, si te puedo decir cuál es la actividad #1 para elevar la vibración, y es la actividad siguiente.

6. Meditar Diariamente.

Meditar es la actividad #1 para elevar la vibración.

Y recomendaría que la hicieras un habito diario como lavarte los dientes.

Al comienzo puede ser algo difícil, porque no estamos acostumbrados a apagar los sentidos e ir hacia dentro de nosotros.



Algunos otros no les gusta, o les da miedo ver todo oscuro.

Pero la vida interna, es más real que la externa. Y no solo eso, siempre he dicho, si no meditas: te oxidas.

Suena a broma, pero es real. Uno se oxida, se llena de ideas tan de la Matrix, tan cuadradas y nos hacemos tan chatos que creemos que esta vida que nos imponen es todo lo que hay.

Y de pronto te solidificas más y más, y felicidades ya eres un prototipo humano de 3 dimensiones.

Pero si buscas experimentar con la meditación y nunca lo has hecho o ya lo has hecho, pero se te puede dificultar en algunas ocasiones, yo te recomiendo algo muy simple.

Es simple, porque en realidad no hay mucho por hacer, pero es difícil para muchos de nosotros ya que no estamos acostumbrados a no hacer nada.

Es tan simple como ponerte en una posición cómoda, cierras tus ojos y enfocas tu atención en tu respiración. Siempre inhalando y exhalando por la nariz.



Si se presentan pensamientos, solo déjalos estar por ahí jugando, no les hagas tanto caso, obsérvalos como si fueran los de alguien más.

Y si quieres mejorar aún más la meditación que te explique, utiliza antifaz y tapa oídos.

Te recomiendo empezar con 15 minutos al día, el tiempo ideal es de 30 minutos diarios (incluyendo fines de semana y días festivos)

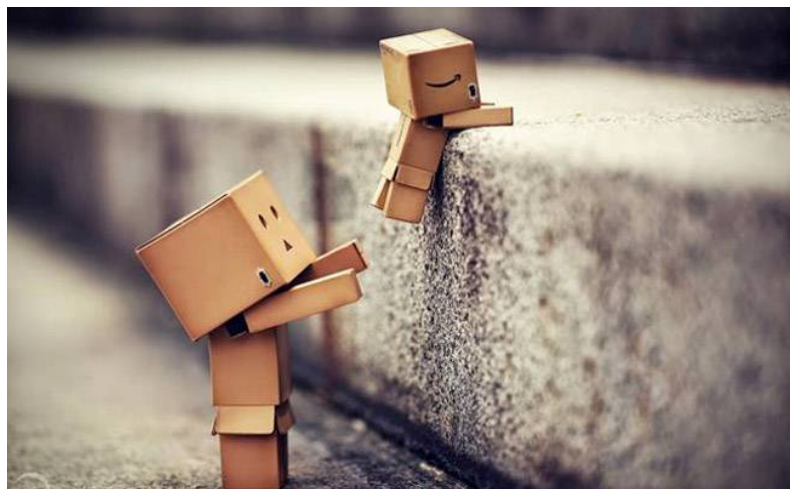
¿Por qué a diario? Pues es muy simple. Así como nos bañamos, comemos y cepillamos los dientes a diario, también tenemos que hacer meditación diaria para mantenernos en una elevada vibración.

Ahora, si se te dificulta esta meditación, porque no hay nada que hacer y prefieres seguir instrucciones, entonces te recomiendo empezar por meditaciones guiadas, las cuales podrás encontrar en Youtube.

Ya cuando te sientas a gusto de ir adentro, puedes iniciarte en la práctica de meditación que te recomendé.

Medita a diario y veras como gradualmente tu vibración empieza a elevarse y la vida te lo ira confirmando.

7. Ayudar A Los Demás.



Cuando este dentro de tus posibilidades, ayuda a los demás.

Pero una ayuda sincera, no solo esa ayuda para que otros se enteren que estas ayudando, inclusive si es en el anonimato mucho mejor.

Tu ayuda puede consistir en algo que sepas hacer.

Por ejemplo, si tienes alguna habilidad ya desarrollada y alguien necesita de tu colaboración, no dudes en hacerlo.

O en la vida diaria, presta atención a las oportunidades que tienes de ayudar a algún amigo, ser cercano o algún familiar.

Siempre la intención de ayudar, es con el propósito de ir haciendo méritos (dharma) el cual nos ayude a ir saldando nuestro Karma.

La ayuda, no tiene que ser una donación ni nada de eso, sino aquello que tengas a tu alcance y tu corazón te diga hacerlo.

8. Dejar de Tomarte la Vida Tan Enserio.

La seriedad en si misma enferma.

Y es real.

Cada vez que una persona se pone seria, le cambia la mirada, sus acciones son distintas y siempre está a la defensiva o a la expectativa de que paso siguiente realizar.



Sospecha y duda de todo, sin contar que suele pasarse la vida frustrando queriendo alcanzar las metas.

Esto no es vida.

La vida es todo lo contrario, la vida es juego, sorpresa, magia y muchas otras cosas.

Es todo aquello que te hace sentirte vivo, no muerto.

Y la verdad, la vida aquí en la Tierra se había planeado para venir a aprender. Era algo así como una plataforma de aprendizaje, sin embargo, con el paso de los siglos se convirtió en un hospital.

Ahora es un leprosario, ojalá y volvamos a hospital pronto.

Y para ir sanando, ríe de forma humorística. No en forma sarcástica, ni en burla de otros, ese tipo de humor te densifica y baja la vibración.

Empieza por reírte de ti mismo (si puedes). Y de tus errores. Es un excelente ejercicio.

Si la vida la dejas de ver tan seria dejas de generar más Karma y lo vas saldando.

Y muy importante, el camino del avance y crecimiento espiritual no es serio.

Se ha dicho que es importante el tomarnos esto en serio, que hay que hacer ciertos rituales, tradiciones, respetar fechas.... Y bueno muchas cosas más.

Pero al final, aunque nos vistamos de blanco eso no nos va quitar nuestro Karma. Las formas pasan a un segundo o tercer plano.

Lo que importa es el fondo.

Y todo camino que realmente es espiritual, es alegre y divertido.

Claro que hay cosas importantes a tratar, pero aun así, por más importantes que sean, jamás llegaran a una seriedad como si algo pecaminoso hubieses hecho.

Sino, observa la naturaleza. Nunca he conocido a un pájaro serio o un árbol que no se mueva con la brisa del aire.

Solo nosotros los humanos, nos hemos hecho serios, como si algo estuviéramos haciendo mal.

Mira, él te enseñará más sobre la risa:



9. Realizar Limpieza Interior.



Importante punto: limpieza del interior.

Para ser mejores personas, no se trata de acumular nuevas habilidades y más conocimiento.

El primer paso es limpiar tu interior. Imagina que tu cuarto lo tienes hecho un desastre, te piden limpiarlo y solo pones un poco de perfume.

Mala idea ¿no?

Bueno, lo mismo sucede cuando no queremos limpiarnos, pero si queremos seguir agregando nuevas habilidades y aprendizajes. Solo pondrás perfume a tu interior, pero la contaminación sigue ahí.

Puede sonar muy duro, pero es más duro vivir en la mentira y nunca enterarnos.

Limpieza interior consiste en comenzar a identificar todos y cada uno de los egos (falsas personalidades) que habitan en tu interior y que tienen el poder de ti.

Es importante ir haciendo esa limpieza interior, ya que, sin ella, solamente seguiremos engañándonos a nosotros mismos.

Puede ser difícil y doloroso, porque no hay quien nos enseñe a eliminar a los egos, de hecho vivimos en una sociedad donde debemos tenerlos y hay que defenderlos.

¿Y cómo se hace entonces?

Has un listado, de todas las cosas negativas que tienes: miedos, fobias, avaricia, codicia, etc etc.

Cuando surjan esas partes negativas de ti, lo que harás será primero que nada no actuar estando en ese estado, simplemente observar.

En el momento que surja el miedo, el enojo o cualquier otro aspecto negativo, solo observa como si todo eso fuera de alguien más. No actúes estando en este estado de ebriedad interna.

Poco a poco y gradualmente veras que esa energía comienza a disiparse. No digo que es algo de 5 minutos, pero si dejas de darle fuerza a eso, ira debilitándose.

La no identificación con lo negativo es el primer paso y muy fundamental.

Es un camino que lleva su tiempo, pero tiene excelentes resultados, yo lo he hecho y lo recomiendo hacer.

Este pequeño video instructivo, te enseñara exactamente un sencillo método para no identificarte con toda la parte negativa que habita en nuestros interiores.



10. Pedir Ayuda y Guía A Nuestros Seres de Luz.

Si has llegado hasta este punto y te interesa saldar tu Karma ten por seguro que un ser de luz te está cuidando y protegiendo.

¿Por qué?

Muy sencillo, cuando uno cuenta con la protección de forma natural es atraído hacia estos temas tan importantes que desafortunadamente no se nos enseñan en todos lados.

Así que, siéntete afortunado. Los seres de luz están al pendiente de ti.

No importa si no sabes su nombre, ni como es. Lo importante es en primera instancia estar conscientes de su existencia.

Y su servicio es brindar ayuda, guía y orientación a todas aquellas almas que quieran crecer y avanzar internamente.



Solo bajo esas circunstancias ellos deciden acompañarte. Por el contrario, si decides vivir tu vida tal cual la ha dictado el hombre, ellos prefieren tomar distancia.

Si lo más importante es la vida humana material, ellos prefieren simplemente buscar aquellas almas que si quieren algo más que solo una vida básica material.

Ya que tienes la confirmación de que ellos te ayudan y te guían, puedes pedirle ayuda y orientación para ir saldando tu Karma o puedes pedir que se te presenten los pendientes que tengas.

Claro, siempre te darán justo lo que puedas trabajar, nunca te darán de más..

11. Llevar un Registro Diario.



Es importante llevar un registro de tus actividades diarias y como te has sentido.

Escribe sobre cómo te has sentido, que te preocupa y todo sobre tu estado interior, para de esta forma llevar un registro e identificar aquellas cosas que se presentan de forma constante.

Con este ejercicio, incrementarás tu conciencia sobre cuáles son las situaciones detonantes que te hacen surgir los egos, así como también será mucho más simple para ti el darte cuenta sobre qué cosas hay que trabajar internamente.

Además de tus actividades diarias, es importante también llevar un registro de tus sueños.

Sin importar que tan extraños sean, ellos tienen muchas llaves que en ocasiones te pueden ser de gran ayuda para tu vida diaria.

Sé que puede ser algo tedioso escribirlo absolutamente todo, pero si tu compromiso es real y sincero, encontrarás esta actividad muy agradable. Puedes escribirlo a mano o en computadora, como más se te facilite.

12. Asistir a un grupo de Meditación.

Integrarte a un grupo de meditación el cual también trabaje aspectos internos, energéticos y demás es una excelente opción para ir saldando el Karma.

Intenta buscar alguno que sea de tu agrado, investiga que actividades se realizan y si te interesa alguno, intenta darte una vuelta y asistir a algunas clases.



El avanzar con un grupo de personas que intentan avanzar y crecer es muy útil para el avance de tu alma. Ya que facilita mucho más todo el avance.

Lo que puedes lograr en años individualmente, lo lograrías en meses al estar integrado en un grupo.

Sin tomar en cuenta, que para los seres de luz y maestros ascendidos es muy llamativo ver que un grupo de personas, se reúnan con la simple intención de mejorarse y crecer internamente.

13. Tener tu propio Guía / Maestro Espiritual.



Tener un guía espiritual cerca de tu vida es siempre una bendición.

Al igual que tener un grupo, contar con un guía o maestro espiritual que te pueda ir explicando las situaciones de la vida es un gran mérito.

Cuando hablamos de guía y maestro, no me refiero a una cuestión religiosa.

Sino más bien, al individuo que se dedica a trabajar internamente y que su búsqueda es sincera.

Uno como prospecto a avanzar espiritualmente, debe siempre observar algunos aspectos muy importantes antes de elegir a un guía o maestro.

Por ejemplo, intenta ver la calidad de vida que lleva.

¿Su vida es tranquila, en paz y en armonía o más bien lleva una vida desequilibrada a nivel emocional, físico o interno?

No es tanto los logros, los libros o los conocimientos que tenga el maestro.

Eso a nivel espiritual, no es lo más importante.

Lo importante es su estado interno, y la única forma de saberlo es conviviendo con la persona.

Allá afuera te encontraras decenas de personas que se llaman a sí mismas maestros, que todo el día hablan de luces, maestros, grandes enseñanzas.... Pero si su vida es un caos, es mejor pensarlo de nuevo antes de elegirlo como guía.

Es cierto que todos somos nuestros propios maestros.

Pero al comienzo y para avanzar un poco más rápido, es importante contar con la guía espiritual que, en definitiva, no es más que un hermano mayor que cuenta con un poco más de experiencia en estos temas.

No es que esté por encima de ti, solo tiene más tiempo experimentando y comprendiendo sobre las situaciones de la vida, de la energía y todo el mundo interior.

Eso es un guía y maestro.

14. Empieza por el Karma más cercano.

Este punto se conjuga muy bien con el #11.

Una vez teniendo ya conciencia de los aspectos negativos que hay que trabajar, se puede comenzar con ellos. Tan solo debes comenzar a trabajar en aquellos aspectos que veas muy frecuentemente en ti.

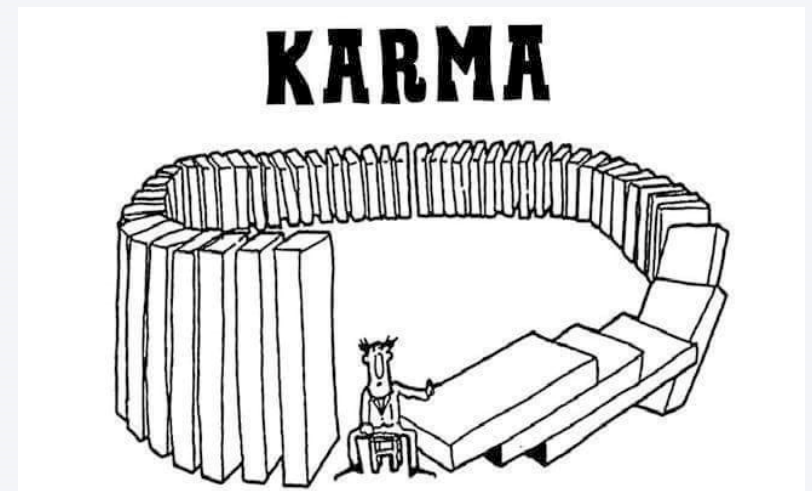
¿A menudo te enojas, deprimas, te haces la víctima? Cualquiera que sea la situación, pon atención cuando esos momentos lleguen.

Presta atención y en cuanto lleguen, observa.

No te identifiques con nada de eso, solo mira con atención y permítete sentir cualquier cosa que surja.

Si haces este ejercicio, muy lentamente todo eso va debilitarse y perder fuerza en ti.

De esta forma puedes comenzar con el Karma más cercano.



15. Brinda un servicio.



A veces solo pedimos y pedimos.

De niños a nuestros padres y de adultos a Dios.

Pero no dejamos de pedir y pedir. Y es bueno hacerlo.

Sin embargo, va ver un punto donde tenemos que dar.

Y de hecho, en eso se basa el amor. En dar.

Cualquier cosa que tengas simplemente bríndala, así sea que lo hagas de forma laboral, comercial, comunitaria, gratuita, etc.

El simple hecho de darte, te abre la oportunidad a generar merito, lo cual te permite ir saldando tu Karma. En eso se basa la ley del amor, en dar.

Como por ejemplo, en estos momentos doy esta información y conocimiento. No con un propósito comercial, sino simplemente para seguir generando mérito que me permita seguir avanzando, y claro limpiando mi Karma 😊 ya que uno no está libre de deudas.

16. Cuida tus intenciones.

Creo que este punto más que para saldar Karma, es más como para prevención.

Una forma sabia de no generar más Karma, es previniendo y para ello es importante cuidar las intenciones.

¿Qué es lo que realmente nos mueve internamente para hacer las cosas?

¿Son intenciones buenas y positivas o hay cierto propósito y plan egoísta detrás?

No importa si la forma es bella y hermosa, si tus intenciones son oscuras, generaras Karma. A corto y largo plazo.



17. Vidas Pasadas.



En muchas ocasiones nos ha tocado ver que hay quienes en su vida actual tienen todo en orden, no hay ningún problema y todo parece en paz, sin embargo, el Karma persiste.

Esto se debe a que muchas veces el Karma que atormenta a la persona no es de ésta vida presente, sino de vidas anteriores.

Y es aquí donde uno tiene que comenzar a trabajar en su subconsciente y en el interior.

Nosotros podemos ayudarte con este proceso de limpieza de karma de vidas pasadas, ya que contamos con un curso online donde te enseñaremos a acceder a la historia de tu alma, para poder sanar tu interior de bloqueos, fobias y todo el Karma que aún no hayas podido resolver.

Puedes acceder a este curso desde aquí: <http://www.manifestacionmistica.com/op/regresiones-vidas-pasadas/>

Ya verás cómo trabajar en el karma de tus vidas pasadas, va hacer una enorme diferencia.

Es Tu Turno.

Es momento de comenzar a poner en práctica todos estos tips y estrategias que acabas de leer.

Puedes empezar con algunas de ellas o enfocarte en alguna.

Si practicas a diario este listado, ten por seguro que iras saldando tu Karma.

¿Y cómo lo sabrás? Simple, tu vida se comenzará a simplificar más, las cosas se darán con mayor fluidez y la paz se irá incrementando en tu interior.