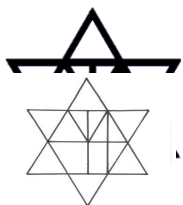


EL PRINCIPIO DE MENTALISMO

“EL TODO ES MENTE; EL UNIVERSO ES MENTAL”



Todo empieza en la cabeza, como tú piensas así eres, todo lo que desees será si tu lo quieres, empieza en un idea que va adquiriendo forma por la fuerza del amor que le pones hasta materializarse, por eso es muy importante lo que piensas. Los pensamientos adquieren forma, “son cosas”, en lo exterior se manifestarán como salud, bienestar, trabajo, optimismo, felicidad ó enfermedad, malestar, obstáculos, pesimismo, tristeza, desgracia, según sean esos pensamientos positivos o negativos; es decir, el único culpable de lo que te sucede eres tú, salvo en los casos en los cuales ya intervienen otros factores que pueden ser sociales, políticos, religiosos, sucesos que escapan a tu control y decisión. En general tú eres el causante de todo lo que te acontece, depende del ambiente mental que creaste y que vives.



MISION RAHMA

ARTICULOS RAHMA

Este principio podemos aplicarlo en Rahma a la capacidad que, Dios ha puesto en el hombre de “CREAR LO QUE CREE”. Podemos crear mentalmente situaciones positivas o negativas, pudiendo protegernos de estos últimos con un cambio de actitud y un fortalecimiento de nuestra fe. Es importante, no olvidarnos, de envolvernos y envolver, a nuestras reuniones en luz y energía positiva, pues en un simple deseo, utilizando la imaginación creativa “CUPULA DE LUZ DE PROTECCIÓN”, evitamos la acechanza de entidades negativas. Y asimismo estaremos aplicando, cada vez que hacemos la cadena de sanación e irradiación al planeta.

Los Guías de Misión nos dicen, que el primer principio consiste en que UNO PUEDE CREAR LO QUE CREE..... Si orientan su mente con una actitud positiva hacia la consecución de cualquier realización. ESTA LLEGARA A MATERIALIZARSE. Pero si por el contrario se dejan llevar por el pesimismo y la negatividad, todo a vuestro alrededor será reflejo de aquello.

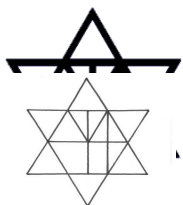
En este primer principio deben trabajar LA CONCENTRACIÓN, LA VOLUNTAD Y LA SABIDURÍA.

APLICACIONES DEL PRINCIPIO DE MENTALISMO

DIARIO DE CREENCIAS.

Necesitas un cuaderno en blanco, que dividirás en secciones de cuatro o cinco hojas cada una. En este cuaderno, registrarás las creencias que han regido tu vida hasta hoy. La primera sección tendrá como título: “Mis propias creencias”; la segunda, “Las creencias de mis Padres”; la tercera, “Las creencias de mis Familiares”, la cuarta “Las creencias de mis Profesores”, la quinta, “Las creencias de mis Amigos” la sexta, “Las creencias de mi Religión”, la séptima, “Las creencias de mi Sociedad” y demás.

En cada sección, deberás escribir lo que escuchabas decir a los demás acerca del amor, el dinero, la familia, la salud, la religión, el trabajo, las amistades, el sexo, los hombres, las mujeres, el éxito, el fracaso y además, cuáles eran los miedos de tus mayores, qué hacían cuando se enojaban, cuáles eran sus



MISION RAHMA

ARTICULOS RAHMA

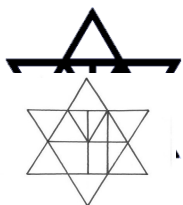
enfermedades más comunes (especialmente, las de tus padres), y cualquier otro recuerdo dominante que sirva para identificar una creencia.

Básicamente, tendrás que anotar todas las ideas sin juzgar si las creencias fueron positivas o negativas para ti. Este ejercicio no se hace en un solo día porque la mente te irá informando gradualmente de aquello que necesites recordar. En muchos casos, encontrarás ideas totalmente absurdas, pero en otros, no. Debes hacer un relevamiento total de aquellas ideas para saber con cuáles te has identificado. Descubrirás que la mayoría de las veces estás actuando según los mandatos recibidos y no de acuerdo con tu propia voluntad. Más adelante aprenderás a reemplazar eficazmente lo que no deseas y a programar tu propia vida. Recuerda que vivimos en un Universo Mental, en el cual todo lo que llegues a creer se manifestará como tu propia realidad.

LA ELECCIÓN DE NUEVAS CREENCIAS.

Nuestro poder de acción radica siempre en la mente consciente. De acuerdo con esto, a partir de ahora debemos abandonar la idea de que somos víctimas de nuestro destino y tenemos que empezar a aceptar que todo lo que nos ocurre lo estamos eligiendo, de alguna manera. Muchas de estas elecciones se dan en tan sólo fracciones de segundo y se depositan en nuestra mente inconsciente, donde germinan y luego se manifiestan. Por ejemplo: al visitar a un pariente enfermo, es probable que llegues a pensar: “Esto podría ocurrirme a mí”. En ese instante, se produjo el “contagio”, ese pensamiento se deposita en tu mente como una semilla. De ahí en adelante, cuanto más pienses en la posibilidad de enfermarte, más estarás “regando” la semilla que finalmente dará su fruto, o sea, la enfermedad.

Así es como funciona todo el Universo. Vivimos en un Universo que siempre dice “sí” a todo lo que elegimos creer. La mayoría de nuestras creencias se han ido formando a través del tiempo, de acuerdo con la familia, cultura, sociedad, religión y las instituciones de educación a las que asistimos. Muchas de nuestras ideas ni siquiera son nuestras, sino que han sido impuestas por nuestros mayores a lo largo de nuestra crianza. Es importante saber que todo



MISION RAHMA

ARTICULOS RAHMA

aquello que ya está depositado en nuestra mente inconsciente se puede remover.

Podemos crear nuevos pensamientos, aceptar nuevas ideas y diseñar un porvenir mucho más conveniente y favorable. En ello reside la importancia de conocer los principios universales. Este conocimiento te dará la habilidad de crear el destino feliz que anhelas aunque tu pasado no lo haya sido. Y lo bueno no termina allí: existe un principio universal que enseña que “Las leyes superiores se impone sobre las inferiores”. Esto significa que en la medida en que mejores tu vida personal, mejorarás la vida de todos los que te rodean. Curando tus propias heridas, se curarán las de los demás.

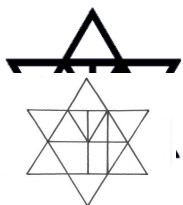
Mucha gente cree que sería más feliz si tuviera una pareja mejor, más dinero, más poder o más salud. Ellos creen que algo de afuera tendría que cambiar para poder estar mejor; sin embargo, el proceso es al revés. Cambiando nuestros pensamientos y mejorando nuestra propia energía es como mejora nuestra vida.

RENUNCIO Y ACEPTO.

Debes hacer una lista por escrito de todas las situaciones que ya no quieras vivir en el futuro. Coloca como título “Renuncio a” y luego detalla los problemas, pensamientos, miedos, enfermedades, obstáculos, y demás que estás dispuesto a liberarte. Puedes renunciar, por ejemplo, a la pobreza, la soledad, las limitaciones económicas, los conflictos afectivos o familiares, la insatisfacción laboral, la enfermedad que nos agobia, etc.

Cuando la lista esté completa, vas a proceder a quemarla en algún lugar seguro hasta que quede reducida a cenizas. A través de este acto simbólico, devolverás al Universo aquello que ya no quieres vivir más. Es importante deshacerse completamente de las cenizas.

A continuación, vas a redactar una segunda lista que comience con el título “Acepto”. En ella vas a escribir los siete objetivos o deseos que quieras ver concretados dentro de un año. Trata de ser específico; anota todos los detalles



MISION RAHMA

ARTICULOS RAHMA

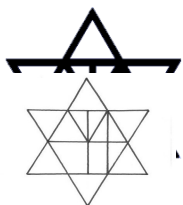
que sean importantes para ti, No es conveniente mostrar a otros tus objetivos, es solo para ti.

ANULAR EL PENSAMIENTO NEGATIVO.

Un ejercicio muy sencillo para anular el pensamiento negativo es utilizar la palabra “CANCELADO”. Cada vez que algo no deseable venga a tu mente, deberás pronunciar esa palabra como dando una orden, repitiéndola por lo menos tres veces seguidas. Lo puedes hacer tanto verbal como mentalmente pero, cualquiera sea la forma, deberás hacerlo con entusiasmo y firmeza. De esta manera, el pensamiento negativo no se repite ni se adhiere a tu conciencia. La mente subconsciente toma la palabra “CANCELADO” como una orden y la ejecuta, interrumpiendo la manifestación de lo negativo.

Además, es importante afirmar a continuación lo opuesto. Por ejemplo, si viene a tu mente el pensamiento de que podrías contraer una enfermedad, deberás repetir inmediatamente “CANCELADO” tres veces, como si estuvieras tachando ese pensamiento. Pero a la mente no le es suficiente con saber lo que no quieres, también debes decirle cuál es tu verdadero deseo. Inmediatamente después de cancelar lo negativo, tienes que revertir el pensamiento y reemplazarlo por otro más positivo que ocupe su lugar. Volviendo al ejemplo del miedo a la enfermedad, después de cancelar esa idea, es importante que afirmes en tiempo presente: “Siempre tengo buena salud”. De esta manera, se comienza a revertir el proceso del pensamiento. Veamos otro ejemplo: es probable que venga a tu mente el siguiente pensamiento: “No me va a alcanzar el dinero para pagar mis cuentas”. En este caso, repetirás “CANCELADO” tres veces y luego: “Tengo suficiente dinero para vivir cómodamente” o “El dinero viene fácilmente a mí cuando lo necesito”.

Cuando se hace una afirmación para revertir algo, se deberá evitar utilizar el vocablo “no”. El “no” produce el efecto inverso al que se desea. Por tal motivo, la gente que dice “No voy a fumar más” termina fumando el doble, o quien afirma “No quiero pensar más en mi ex pareja” no puede quitársela de su mente ni un solo instante.



MISION RAHMA

ARTICULOS RAHMA

También es importante “CANCELAR” los pensamientos ajenos. Aunque uno quizá se sienta muy cómodo y feliz con su propia vida, se encuentra a diario con personas que tienden a tirar su optimismo abajo con opiniones tales como: “La economía del país es un desastre”, “No hay dinero”, “La vida en esta ciudad es cada vez más peligrosa”, “Ya no se puede confiar en nadie”, y además. Cada vez que nos enfrentamos a una persona que opina algo negativo y no queremos que su opinión ingrese en nuestra conciencia, debemos “CANCELARLO”. Es mejor si podemos hacerlo verbalmente; de lo contrario, lo haremos mentalmente. De cualquiera de las dos maneras, nos aseguramos de no aceptar el pensamiento negativo.

Debemos repetir esto con lo que escuchamos por radio, vemos en televisión o leemos en diarios y revistas. De acuerdo con el principio de mentalismo, todo lo que elegimos pensar y creer es lo que se va a manifestar en nuestra vida; por lo tanto, debemos ser extremadamente cuidadosos respecto de lo que aceptamos como una creencia y, por ello, es importante seleccionar muy bien las fuentes de información.

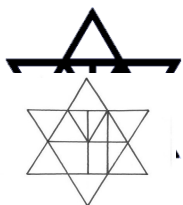
Para hacer que el efecto “CANCELADO” sea más poderoso, puedes imaginarte que tachas el pensamiento negativo dibujando una cruz blanca sobre él, como si hicieras una “X” en tu mente. De esta manera, visualizas la prohibición de que se vuelva a repetir el pensamiento.

FORMAS DE PROGRAMAR LA MENTE.

Básicamente, existen tres formas de programar la mente: a través de la palabra, la imagen y la sensación. Para lograr la manifestación de un deseo es necesario utilizarlas a las tres: se debe pronunciar con palabras lo que se quiere; se debe visualizar el resultado y, finalmente, se debe sentir lo que se siente al haber logrado el deseo.

1.- LA PALABRA.

En la Biblia se encuentran ejemplos de cómo Dios creó la realidad a través del uso de su palabra. El dijo: “Hágase la luz”, y se hizo la luz. En el orden



MISION RAHMA

ARTICULOS RAHMA

humano, todo lo que nosotros pronunciamos, tiende a materializarse. En metafísica, la palabra hablada se puede utilizar para hacer:

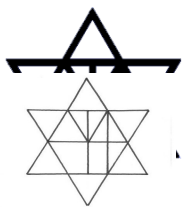
a) Afirmaciones.- Una afirmación es una oración hecha en el tiempo presente y de manera positiva, en la cual se describe aquello que se desea hacer realidad. La afirmación se utiliza para sembrar una idea nueva en nuestra conciencia. El primer paso es poner la idea en palabras y, luego repetirla constantemente hasta familiarizarse con ella. Para que sean realmente efectivas, se deben repetir con entusiasmo y convicción.

Es probable que la primera reacción frente a una afirmación sea desalentadora. Por ejemplo, una persona ha vivido en la pobreza y desea cambiar su situación económica; para ello, comienza a repetir lo siguiente: “Mis ingresos aumentan día a día; el dinero viene fácilmente hacia mí; soy rico”. Lo primero que realiza la mente al recibir estas nuevas ideas es informar acerca de todo lo que existe en contra de ello. En este ejemplo, es probable que la mente le recuerde a la persona que “no tiene la suficiente preparación”, “no habla inglés”, “no tiene suerte”, “los ricos no son buenos ni van al cielo” y demás.

Esas ideas fueron recogidas por la conciencia de la persona a lo largo de su historia, lo que no significa que sean válidas como verdaderas. La persona misma ha elegido creer en ellas.

Es conveniente no pelear con nuestro pensamiento, sino agradecerle por recordarnos nuestra antigua creencia y, luego, informarle lo que elegimos pensar desde ahora.

Debido a la gran importancia que tiene la palabra hablada, a partir de ahora deberás chequear todo lo que pronuncias. Una manera de utilizar negativamente la palabra es a través de la queja. Es conveniente evitar enredarse en conversaciones vanas, chismes, o quejas acerca de la situación política, económica o social del país, de alguna otra persona o de uno mismo. Cuando una persona se queja mucho de algo, hace que ese problema se agrande y se manifieste con más fuerzas. Por ejemplo, cuando una mujer se



MISION RAHMA

ARTICULOS RAHMA

queja de los defectos de su marido y se lo cuenta a su vecina, a su madre, a sus hijos o a sus amigas, lo único que logra es que su marido le muestre aun más esos defectos.

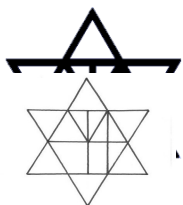
b) Decretos.- se llama decreto a una afirmación que se realiza una sola vez y en forma rotunda. A diferencia de las afirmaciones, el decreto se hace utilizando una idea que ya está firmemente arraigada en nuestra conciencia; además, tiene una gran carga emocional y un nivel muy alto de fe. El decreto es rotundo y no da lugar a ningún tipo de dudas.

Frente a un problema determinado, se puede decretar: “La solución más perfecta y armoniosa para este problema se manifiesta ahora mismo”. Luego se agradece y no se habla más del asunto. Uno debe confiar plenamente en que el Universo manifestara la solución más adecuada. A diferencia de una persona común, uno no “le pide” las cosas a Dios, sino que las afirma y las acepta en su conciencia. Uno sabe que Dios, como Padre Perfecto, nos otorga absolutamente todo lo que deseamos y nuestra única tarea es aceptarlo.

2.- LA IMAGEN.

Si una persona no puede llegar a ver o visualizar aquello que desea, entonces eso nunca se manifestara. Para materializar un deseo, se debe utilizar todo el poder imaginativo a fin de concebirlo en la mente con todos sus detalles. Deben visualizarse la forma, el color, la textura y todos los detalles que hacen a la imagen del deseo realizado.

Alongar la imaginación es un buen ejercicio mental. Imagínate por un momento lo máximo que podrías llegar a ser en esta vida. ¿Cuáles serían tus condiciones de vida, tus bienes, tu trabajo, tu vida amorosa y social? Imagínate cual sería la máxima alegría y el máximo triunfo para ti. No te limites al fantasear, no dejes que tus condiciones actuales formen una barrera. Juega con tu mente y piensa a lo grande. La imaginación por sí sola no produce resultados. A la imagen visualizada se le debe agregar el componente principal: la creencia de que es posible.



MISION RAHMA

ARTICULOS RAHMA

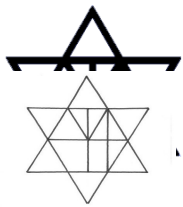
A las jóvenes que quieren casarse, se les debe preguntar si se imaginan su vida de casadas; si se ven a sí mismas teniendo hijos, durmiendo con su esposo, viviendo con él, y demás. Aquella que contesta que sí, que se ve en todas esas situaciones, es la que se casa. Por otra parte, aquella que tiene dificultad para verse a sí misma casada es porque no lo acepta en su conciencia; por lo tanto, no se casara. También puede ocurrir que esta última visualice escenas muy negativas acerca del matrimonio y, como consecuencia del miedo que esto le produce, no se case. En este caso, la persona teme sufrir y su mente, siempre aliada, la alejara de toda posibilidad de sufrimiento. Hasta que ella no visualice imágenes positivas y felices, las posibilidades de casarse serán muy escasas.

Vivimos en una sociedad bombardeada por diversas fuentes de imágenes: la prensa, la televisión, el cine, las propagandas en las calles, la información a través de Internet, y demás. Así aprendemos lo importante de vestir ciertas marcas, de consumir determinados productos, de lucir de determinada manera para ser aceptados socialmente. Todo este cúmulo de información publicitaria se asienta directamente en nuestra mente inconsciente y desde allí genera deseos.

Deberás seleccionar muy bien las fuentes de información visual que frecuentes desde hoy. Es conveniente que evites mirar noticiarios, especialmente temprano a la mañana o tarde a la noche, porque en esos horarios se absorben con más facilidad las imágenes que vemos. Si te dedicas a ver imágenes de violencia y tragedias, sin saberlo estarás creando lo mismo en tu vida personal.

3.- LA SENSACIÓN.

Es el paso más importante en el camino de la manifestación. Se debe utilizar la percepción de todos los sentidos para experimentar en el cuerpo aquella sensación que acompaña a la realización de la meta. Se debe escuchar, palpar, oler, ver, sentir el gusto, y vivenciar cualquier otra reacción corporal que se identifique con dicho logro. Al crear esta vibración, la manifestación se produce en firma instantánea.



MISION RAHMA

ARTICULOS RAHMA

ORACIÓN DEL DOCTOR BARNARD.

SI PIENSAS que estas vencido, vencido estas; Si piensas que no te atreves, no lo harás; Si piensas que te gustaría ganar pero que no puedes, no lo lograras; Si piensas que perderás, ya has perdido; Porque en el mundo encontraras que: “EL ÉXITO COMIENZA CON LA VOLUNTAD DEL HOMBRE”.

TODO está en el estado mental; Porque muchas carreras se han perdido antes de haberse corrido; Y muchos cobardes han fracasado antes de haber su trabajo empezado.

PIENSA en grande y tus hechos crecerán; Piensa en pequeño y quedaras atrás; Piensa que puedes y podrás; Todo está en el estado mental; Si piensas que estas aventajado, lo estas.

TIENES QUE PENSAR bien para elevarte; Tienes que estar seguro de ti mismo, antes de intentar ganar un premio; La batalla de la vida no siempre la gana el hombre más fuerte o el más ligero; Porque, tarde o temprano, el hombre que gana es aquel que “CREE PODER HACERLO”.

**“RAHMA ES AMAR, DIOS ES AMOR, CRISTO ES EL SEÑOR
Y LA MISIÓN ES POR LA HUMANIDAD”**