



L/L Research es filial de Rock  
Creek Research & Development  
Laboratories, Inc.

Apdo. Correos 5195  
Louisville, KY 40255-0195

# L/L RESEARCH

[www.llresearch.org](http://www.llresearch.org)

Rock Creek es una sociedad sin  
ánimo de lucro dedicada al  
descubrimiento e intercambio de  
información que pueda ayudar a  
la evolución espiritual de la  
humanidad.

---

ACERCA DEL CONTENIDO DE ESTA TRANSCRIPCIÓN: Esta canalización telepática ha sido extraída de las transcripciones de las reuniones semanales de estudio y meditación de Rock Creek Research & Development Laboratories y L/L Research. Se facilita con la esperanza de que pueda serle útil. Al igual que las entidades de la Confederación siempre reiteran, le rogamos que aplique su juicio y su propio criterio al evaluar este material. Si algo le parece convincente, acéptelo; de lo contrario, descártelo, pues ni los miembros de la Confederación ni nosotros mismos desearíamos ser un escollo en el camino de nadie.

(Traducción al español realizada por Angelo Zucco).

---

© 2010 L/L RESEARCH

## MEDITACIÓN ESPECIAL

SEPTIEMBRE 22, 2009

**Jim:** La pregunta de J esta noche es: “¿Cómo puedo entrar en contacto con mi yo superior y obtener orientación diaria de él con tal claridad que podría identificar claramente que estoy recibiendo guía de mi yo superior y no de mi imaginación o de cualquier otra fuente? ¿Qué principios espirituales puedo utilizar para ayudarme a recibir orientación?”

*(Carla canalizando)*

Somos aquellos conocidos para ustedes como Q'uo. Saludos en el amor y en la luz del único Creador infinito, en cuyo servicio venimos a ustedes esta noche. Es un privilegio y un placer ser llamados a vuestro círculo de búsqueda. Estamos encantados de compartir con ustedes nuestros humildes pensamientos en relación con el tema de recibir información de vuestro sistema de guía.

Sin embargo, antes que comencemos, como siempre pediríamos a todos los que escuchen o lean estas palabras que usen su discriminación y discernimiento al elegir cuáles, de los pensamientos que compartimos, retener. Sigan la resonancia en aquello que se dice. Si los pensamientos son resonantes para ustedes, consérvenlos por todos los medios y trabajen con ellos como les sea útil. Si no resuenan para usted, pedimos que los deje atrás. De esta manera podemos estar seguros que no hemos quebrantado vuestro libre albedrío o la santidad de vuestro proceso espiritual. Les agradecemos por esta consideración.

El tema de recibir buena información desde el propio sistema de guía es un buen tema para pensar y buscar porque la calidad de aquello que se le brinda desde su propio sistema de guía es muy alta. Tener este sistema de guía es el obsequio del individuo para sí mismo. Cada entidad existe simultáneamente en tercera densidad, como una criatura de carne y hueso, y como ese cuerpo energético que es el individuo dentro de tiempo/espacio [en medio-de-sexta densidad]. Estos dos están inexorablemente unidos. Esta entidad energética es un ciudadano de la eternidad y habita en tiempo infinito.

La base del sistema de guía de cada buscador es su propio yo superior, aquel yo quién, a mediados-de-sexta densidad, ha experimentado todo lo que desea. Cuando esa entidad se da cuenta absolutamente de que ya no deseará o buscará satisfacer deseos, sino en cambio se vuelve hacia la llamada del Creador infinito para reunirse con Él plenamente, se vuelve por última vez a lo que usted vería como el pasado y crea una forma de pensamiento que contiene toda la cosecha de aquello que ha aprendido a lo largo de todas sus encarnaciones en todas las densidades hasta la sexta.

Esta forma de pensamiento la deja con la entidad en desarrollo donde sea que esté, en la encarnación que esté experimentando, de tal manera que en cualquier momento puede llamar a su más alto y mejor yo y pedirle cómo evaluar cosas o cualquier otro consejo que considere necesario.

Este yo superior es acompañado por al menos tres entidades angelicales. Este instrumento denomina [a dos de] estas entidades angelicales el Espíritu Santo en sus aspectos masculino y femenino. Otros consideran que estas entidades angelicales son gurús o literalmente ángeles. Algunas entidades que buscan servir a la luz congregan a su alrededor hasta una docena de presencias angelicales o más, todas las cuales desean apoyar y alentar aquel servicio a la luz que ha tomado el buscador dentro de encarnación.

Este servicio no es necesariamente un servicio externo. Son muchos los que crean dentro de sí mismos aquel portal que mantiene un espacio donde la luz puede pasar desde aquellos dominios de amor puro dentro de tercera densidad. Este es un gran servicio en sí mismo y puede ser ofrecido por un buscador en la condición de vida que sea.

El principio espiritual involucrado al buscar la propia guía es aquel que puede ser llamado fe. La fe a menudo es malentendida entre sus gentes porque confunden la fe con creencia. Creencia es siempre creencia en algo; tal vez un credo o un sistema de doctrinas que forman un sistema dogmático. Un creyente cree en puntos específicos o habla a un credo específico.

La fe, por otro lado, no tiene contenido. No contiene conocimiento. Es una actitud. Es la actitud que sabe más allá de la duda, sin importar las circunstancias, de que todo está bien. Y la entidad que está viviendo una vida en la fe no puede ser desanimada por la circunstancia. La fe es una actitud que asume que el Creador infinito, el yo superior, y aquel individuo que planificó esta encarnación antes de tomar la carne, han proporcionado oportunidades amplias para el aprendizaje y para el servicio.

En ocasiones en el aprendizaje está involucrado el sufrimiento. A veces hay pesar y dolor. Sin embargo alguien que vive una vida en la fe sabe que todo lo que está sucediendo es perfecto. Es precisamente lo que se necesita para avanzar espiritualmente y para servir. En consecuencia, tal entidad coopera y armoniza con las circunstancias y permite que la creatividad y la imaginación jueguen un papel en el flujo de los eventos.

La fe no reconoce puertas cerradas. La fe tolera, pacientemente, confiadamente y con infinita dedicación. Porque vendrán aquellas indicaciones, indicios e información del espíritu que iluminará la situación en el momento presente. Y esta fe es la que

le servirá bien, mi hermano, cuando aprenda a escuchar y a comunicarse con su sistema de guía.

No existe tal cosa como ser capaz de saber, sin la menor duda en lo absoluto, que se está comunicando con su guía. Existe una razón para este desconocimiento. A cada entidad dentro de tercera densidad se le brinda absoluto libre albedrío para elegir aquellas cosas que desea. Y aquello que desea le será dado. En esta atmósfera de libre albedrío, no es deseable desde el punto de vista del crecimiento espiritual que exista alguna forma de examinar y probar eventos o influencias espirituales.

En lugar de tales medios objetivos de determinar la validez de las experiencias metafísicas, se le da al buscador la habilidad de disponer intenciones, tales como hablar con su sistema de guía. Una vez que esta intención ha sido dispuesta cuidadosa y profundamente de tal manera que el individuo escucha al yo a un nivel profundo, sólo es necesario proceder a tener una conversación de tipo continua con su guía.

Este instrumento se comunica con su yo superior usando una computadora. Ella tipea sus preguntas y luego permite que su mente se llene con un pensamiento. Aquel pensamiento viene y ella lo tipea en el computador. Si desea comunicarse más, tipea otra pregunta y luego otra vez espera un pensamiento. Cuando viene, ella tipea sin cuestionarlo, juzgarlo, o analizarlo de ninguna manera.

Es un procedimiento simple, mi hermano, y es un sistema protegido en el que su sistema de guía habita dentro de su aura protegida. Esta comunicación no puede ser desestabilizada por un ataque psíquico. Su misma simplicidad sin embargo, frustra y confunde a la mente intelectual. Si a la mente intelectual se le permite trabajar, inmediatamente comenzará a preguntar, “¿Cómo sé que este pensamiento no es mi pensamiento? ¿Cómo sé que estoy recibiendo guía de un sistema legítimo de guía?”.

Mi hermano, nunca sabrá de aquella forma objetiva de comprobación, hasta que llegue el día en que sus científicos sean capaces de crear instrumentación para rastrear este tipo de vibración sutil. Para el momento en que se haga, mi hermano, usted estará ya sea en cuarta densidad o la densidad de la que proviene, habiendo concluido su servicio y su aprendizaje sobre el Planeta Tierra.

Entonces, su objetivo requiere ser constante y perseverar, teniendo conversaciones, si es posible, diariamente, llevando un registro, ya sea en el computador o escribiendo a mano. Gradualmente acumulará una cantidad suficiente de material con el fin de tener la habilidad de revisar las experiencias recopiladas en esta conversación cuando continúe. Mientras más continúe con esta disciplina, más densos serán los patrones de congruencia y armonización que comenzará a ver. Gradualmente comenzará a ganar confianza en esta fuente de inteligencia, no debido a una prueba objetiva sino a causa de una mayor cantidad de sincronismo y coincidencia de una naturaleza espiritual interesante que comenzará a crecer alrededor de esta conversación.

Eventualmente llegará a confiar en esta fuente de inspiración e información, porque le habrá sido muy útil durante un período de tiempo y porque habrá llegado a existir una cierta energía que usted podrá asociar con esta conversación que no llega en ningún otro momento.

Simpatizamos con la frustración que siente al no poder tener certeza intelectual de la validez de este método para recibir orientación. Sin embargo, no es útil espiritualmente experimentar aquel modelo donde uno compra consejo como si fuera un producto que puede comprar en una tienda. Para usted es mucho más útil habitar dentro de su humanidad en desconocimiento, mientras se dedica a una vida en la fe.

Usted habita como un ser humano en tercera densidad en un mundo de hechos y números y pesos y medidas, y a menudo, mi hermano, ellos no dicen la verdad aún cuando son hechos. Inversamente, en el mundo del espíritu usted habita en un territorio de misterio y paradoja, sin embargo aquella información que es capaz de obtener a través de su conversación protegida, sagrada, se convierte en aquella realidad substancial que para usted se vuelve más real que los hechos y los números, pesos y medidas de tercera-densidad, la realidad de espacio/tiempo.

Lo aplaudimos, mi hermano, por buscar orientación de esta manera. Sabemos que se lanzará al aire, como es la manera de la fe, y que encontrará base firme en aquel aire cuando se permita a sí mismo permanecer vacío, de tal manera que pueda ser llenado con aquellos obsequios del espíritu que son suyos.

Mi hermano, una vida en la fe se sostiene mejor ingresando en el silencio a diario, en la forma que usted lo desee. Dentro de ese silencio está toda la información que necesita. Sin embargo no se ofrece en palabras, o incluso conceptos. Fluye, más bien, en corrientes de silencio hacia lo más profundo de su corazón, para alojarse ahí con seguridad y burbujear dentro de la vida diaria en sueños y visiones y aquellos sentimientos que son más típicos de un conocimiento gnóstico que de uno intelectual<sup>1</sup>.

¿Podemos preguntar si hay una continuación a esta pregunta antes que tomemos otras preguntas? Somos aquellos de Q'uo.

**Jim:** (*En el teléfono*); ¿Quisiera realizar una de sus otras preguntas de continuación?

**J:** La pregunta de continuación es, "Hace unos meses comencé a escribir cada mañana y cada noche todas las cosas que agradezco. ¿Qué le parece esto? ¿Es útil? ¿Hay manera de mejorarlo? ¿Qué principios espirituales me ayudarían a pensar en la situación?"

Somos aquellos de Q'uo y estamos al tanto de su pregunta, mi hermano. La gratitud es de hecho un principio espiritual, mi hermano. La energía de la gratitud contiene un mundo de sabiduría y compasión. Porque uno es gratificado no sólo por las, así llamadas, cosas buenas, no sólo por los días soleados, sino también los días lluviosos, los días de tormenta, el tsunami. No importa qué clima, todas son ocasiones para la gratitud. En consecuencia, esta es una práctica de un orden de excelencia muy alto y lo alabamos, mi hermano, por trabajar con este principio en humildad y alegría.

Existe una simplicidad en el camino espiritual que confunde la mente intelectual. Todo lo que ocurre es aquello que viene ante el individuo con el fin de que él pueda practicar responder con vibraciones tan cercanas como sea humanamente posible a las vibraciones del único Creador infinito, el cual es amor incondicional. En consecuencia, la respuesta para alguien que está vibrando a su más elevado y mejor nivel siempre será amor.

Almacenar para sí mismo las energías de acción de gracias y la gratitud, crean para el individuo una sintonización del instrumento que es su naturaleza

<sup>1</sup> El conocimiento gnóstico viene de la aprensión directa de la verdad y de la propia intuición, mientras que el conocimiento intelectual viene a través del aprendizaje de hechos y el arreglarlos en orden lógico.

más profunda, de tal manera que sea cada vez más capaz de hacer sonar las melodías del espíritu que fluyen a través de su instrumento de viento cuando respira, cuando habla, cuando piensa, y cuando actúa. Esta actitud de acción de gracias y gratitud crea una energía siempre edificante, que lleva al buscador cada vez más dentro de los dominios de la verdad, aquella verdad que no puede ser pronunciada pero que puede sentirse.

No sabríamos cómo aconsejarle, mi hermano, cómo mejorar esta práctica. Sin embargo, como ya ha iniciado la práctica de registrar aquellas cosas por las cuales está agradecido, y como está buscando comenzar diligentemente y continuar una conversación con su sistema de guía, sentimos que si hay refinamientos o adiciones a tal práctica, la forma en que debe alterarla fluirá orgánicamente dentro de usted, en quietud y confianza.

Usted es como el árbol que está plantado cerca del agua. Cuando sus raíces beban el infinito amor y luz del único Creador infinito, y cuando el sol de su vuelco al espíritu le permita prosperar y florecer, primero con el capullo, luego la flor, luego la hoja y finalmente el fruto. ¿Quién sabe cuándo cambiarán sus estaciones y cómo las experimentará? Lo que es seguro es que al establecer estas prácticas, se está abriendo al máximo a sí mismo a aquellos recursos que le ofrecerá el camino por delante, paso a paso, nunca llegando, nunca evitando, pero siempre caminando con fé.

Está dicho en vuestros libros sagrados, “En la quietud y en la confianza está vuestra fortaleza”<sup>2</sup>. Así es, mi hermano, el camino de aquellos cuyos pies están puestos en la Senda del Rey<sup>3</sup>.

¿Podemos preguntar si hay otra pregunta en este momento? Somos aquellos de Q’uo.

**J:** La próxima pregunta es, “¿Cuál es el propósito de soñar y el beneficio de soñar lúcidamente?”

Somos aquellos de Q’uo, y estamos al tanto de su pregunta, mi hermano. Las energías del amor y de la

luz que hemos discutido previamente, que son enriquecidas en el silencio, son energías de una naturaleza muy profunda, que se comunican con las raíces de su conciencia, aquella conciencia que comparte con todo lo que existe. Dentro de esta conciencia radican las energías que son como ríos, lagos y océanos. De esta manera usted las capta con sus emociones. Cuando transcurre su día, si siente poca emoción, entonces no afecta o llama a estas aguas que fluyen profundamente hacia el interior de la mente consciente.

Sin embargo, mi hermano, es raro que haya un día en el que no existan aquellas respuestas emocionales al catalizador que alcancen una intensidad que llame a aquellas aguas arquetípicas en las raíces de la mente. Las respuestas a esas emociones y eventos que se sienten y se ven en vuestro día, se acumulan, hasta que dentro de su hora de sueño, existe esa respuesta desde lo profundo de su ser que se denomina sueño.

[Los sueños] son regalos del espíritu. Cuando las emociones de uno están borrosas, los sueños también pueden ser borrosos y superficiales. Sin embargo, cuando uno está en un sendero espiritual y ha desarrollado prácticas como las que usted ha desarrollado, los eventos de cada día tienen una tendencia a volverse más lúcidos y a llegarle con una energía emocional refinada de tal manera que los mensajes dentro de los sueños pueden burbujear de una forma más clara y lúcida en su mente consciente.

A menudo existe el intento dentro de los sueños de que el individuo se vuelva más equilibrado con aquello que está distorsionado ya sea por placer o por amargura. Las imágenes que se ven dentro de los sueños a menudo le brindan claves acerca de la verdadera naturaleza de la experiencia percibida o la naturaleza más profunda de aquella experiencia que tiene muchas capas, algunas de las cuales puede no haber visto.

El llevar un diario de los sueños, entonces, es una manera de recibir inteligencia en relación con aquellos asuntos que son el maíz para su molienda como buscador espiritual. Tal práctica constituye un recurso genuino para el buscador.

La virtud de soñar lúcidamente, donde uno se vuelve consciente de que está soñando, es la misma virtud de quién se vuelve consciente dentro del sueño de una vida despierto de que él es un verdadero testigo y de que tiene la capacidad de formar sus propias respuestas. Cuando uno es capaz, digamos, de mover

<sup>2</sup> *Sagrada Biblia*, Isaías 30:15: “Porque así ha dicho Dios el Señor, El Sagrado de Israel; En retorno y descanso sereis salvos; en la quietud y en la confianza estará vuestra fortaleza”.

<sup>3</sup> Esta frase se ve en varias canciones populares actualmente, pero aquel al cual se refiere el instrumento es el himno escrito por E. A. Cummins en 1922. El primer verso de este himno es, «No sé dónde me llevará el camino que sigo día a día, sólo sé que camino la Senda del Rey».

un brazo dentro del personaje del sueño que lo representa a uno mismo, o es capaz, de alguna manera, de ingresar en el sueño como si fuera una visión despierto, aquella lucidez agudiza la habilidad de captar y retener los infinitos detalles de los conceptos que se formulan dentro del sueño.

Existe una responsabilidad sacerdotal que acompaña el soñar lúcidamente. Aquello que uno es capaz de comprender, luego uno es responsable de usarlo. Como este instrumento diría, en el soñar lúcidamente es más importante “predicar con el ejemplo” del sueño.

Agradecemos a aquel conocido como J por esta pregunta, porque enfocarse en los sueños y brindarles honor y respeto inevitablemente ofrecerá una mejora de esta actividad como un recurso espiritual.

Somos aquellos de Q’uo y preguntaríamos si hay otra pregunta en este momento.

**Jim:** *(Al teléfono)* ¿A cuál quisiera ir ahora?

**J:** La próxima es, “¿Podría aconsejarme sobre experiencias fuera-del-cuerpo y cómo tener una, y si son seguras?”

*(Termina lado uno de la cinta)*

*(Carla canalizando)*

Somos aquellos de Q’uo, y estamos al tanto de su pregunta, mi hermano. Para cada entidad, la respuesta a la pregunta si “¿Son seguras las experiencias fuera-del-cuerpo?”, es diferente. De hecho, para una entidad en encarnación la respuesta sería variable. Para ser conservadores, responderíamos diciendo que moverse fuera del cuerpo sólo es seguro cuando es una experiencia aprendida y ese aprendizaje toma lugar en un grupo donde hay entidades de mayor categoría que tengan experiencia en colaborar con aquellos que están viajando fuera-del-cuerpo y que saben de formas de rodear tales actividades con protección.

Puede decirse que somos conservadores al ofrecer esta opinión, porque en muchos casos existe una inocencia al moverse fuera del cuerpo. Aunque en algunos casos, aquella inocencia puede ser interrumpida de forma grosera, porque este es un universo atestado, mi hermano, y cuando uno está buscando la luz con todo su corazón y su alma y su mente y fuerza, uno se para cerca de la luz. Y cuando uno se para cerca de la luz porque su intención es

servir y buscar la luz, esa luz causa que la entidad proyecte una sombra que ven entidades de servicio-a-sí-mismas que son aficionadas a distraer e incluso destruir entidades que están fuera del cuerpo.

Es como si uno estuviera dando una caminata en una vecindad que tiene una alta tasa de criminalidad y violencia, o en una zona de guerra. Tal vez sea capaz de moverse hasta los lugares más distantes que desee visitar y regresar a casa a su cuerpo sin incidente. Sin embargo, también es posible que pueda ser atacado y luego encontraría difícil regresar a su cuerpo físico. En consecuencia, sugeriríamos que se dedique a este interés contactando una fuente con conocimiento y experiencia confiable, tal como el Instituto Monroe<sup>4</sup>. Tomamos esta información de la memoria de este instrumento.

Nuevamente, sentimos que tal interés debiera seguirse con aquel sentimiento orgánico de resonancia. Si es una actividad resonante para usted, entonces lo alentamos a seguirla, pero no por sí mismo.

¿Podemos preguntar si hay una consulta final en este momento?

**Jim:** *(Al teléfono)* ¿Tiene una pregunta final?

**J:** La pregunta final es, “¿Cómo puede ayudar la visualización a crear cosas en mi vida y tiene algunas recomendaciones para mejorar esta actividad?”

Somos el principio de Q’uo, y estamos al tanto de su pregunta. Esta consulta sobre la visualización es una pregunta delicada, mi hermano, porque es posible visualizar y desear muchas cosas. Y es legítimo desear cualquier cosa en absoluto y visualizarla con el fin de traerla a su experiencia. Y funcionará si desea usar el poder de la visualización de esta manera. Simplemente tiene que identificar con precisión qué es lo que desea y luego pasar un tiempo contemplando entrañablemente aquel objeto de deseo.

Sin embargo, es posible desear las cosas de la Tierra de las que se puede hablar y enumerar. También es posible desear aquellas cosas que son del mundo de los cielos, digamos, tales como desear hacer la voluntad del único Creador infinito, desear ver el amor de cada momento, desear ver al Creador en los ojos de todos aquellos con quienes se encuentre, y

<sup>4</sup> El sitio web del instituto Monroe es [www.monroeinstitute.org](http://www.monroeinstitute.org).

desear dedicar su vida al servicio en el amor y en la luz del único Creador.

El deseo de estas cosas y la visualización de ellas es igualmente poderoso, sin embargo no atrae hacia usted esto o aquello; más bien, atrae hacia usted aquella resonancia interior que usted puede asociar con el único Creador infinito...

Debemos hacer una pausa mientras este instrumento nuevamente puede ingresar en su sintonía original, porque el aparato telefónico y el auricular que estaba usando dejaron de funcionar<sup>5</sup>. Este instrumento ha encontrado otro aparato, por así decirlo, con el cual puede continuar transmitiendo pensamientos que deseamos compartir. Y mientras hablamos a través de este instrumento estamos reestableciendo la sintonía, de tal manera que podamos continuar contestando esta pregunta sobre visualización.

Mi hermano, recomendaríamos que sea cuidadoso y precavido al visualizar cualquier cosa que sea un objeto. Más bien lo alentaremos a crear visualizaciones en relación con sus deseos más elevados y profundos de servir, pidiendo simplemente ser un instrumento que el Creador pueda ejecutar de acuerdo a Su deseo, de tal manera que usted pueda inspirarse y ser una criatura que vibre con el amor y la luz del único Creador infinito.

Si usted desea y visualiza esto, entonces aquello que necesite para su aprendizaje y para su servicio vendrá a usted sin necesidad de alcanzarlo, sin preocupación o inquietud, y encontrará que su vida se desarrolla de una manera mucho más gratificante y, como este instrumento diría, sorprendente, que cualquier visualización que pudiera elegir.

Sin embargo, diríamos que hay visualizaciones para el bien de la humanidad, tales como paz sobre la Tierra, paz en los corazones de la humanidad, amor en los corazones de la humanidad, y tales consideraciones como esta, que son las consideraciones adecuadas para aquellos que trabajarían en conciencia. Estas visualizaciones en nombre de la tribu de la humanidad son de hecho benditas.

---

<sup>5</sup> El auricular del teléfono del instrumento, que hace posible que una persona asista a una sesión por teléfono y escuchar lo que se canaliza, eligió justo el momento de esta sesión para fallar. El instrumento manipuló el teléfono para hacerlo funcionar pero falló. Entonces Jim le pasó otro teléfono portátil, el que ella sostuvo con la mano durante el resto de la sesión. Ella recuperó su sintonía rápidamente.

Encontramos que las energías de este instrumento y este grupo comienzan a disminuir, así que en este momento, de mala gana debemos admitir, nos iremos de este instrumento y este grupo, dejando a cada uno en el amor y en la luz del único Creador infinito. Somos conocidos para ustedes como el principio de Q'uo. Adonai. Adonai vasu. ❄