

Líderes Evolucionarios

Un proyecto de Líderes Evolucionarios:
Al servicio de la Evolución Consciente
Creado por Katherine Woodward Thomas
Editado por Vanessa D. Fisher
Diseñado por Sabiduría Evolutiva

Agradecimiento especial a:
Claire Zammit & Craig Hamilton
Kit Thomas & CircleOfWisdom.com
Michele Early
Susan Beggerow
Diane Williams
Deborah Moldow

Traducido al Español por:
Silvia y Jorge Patrono
De www.creandotuvida.com

Contenido

| | |
|---|----|
| Toolkit Para Evolucionarios | 1 |
| 1. Don Beck – Dinámica Espiral: Perspectiva Evolutiva Sobre el SER y el Mundo..... | 5 |
| 2. Michael Beckwith – La Mente del Principiante..... | 9 |
| 3. Jack Canfield – Activando la Ley de Atracción..... | 11 |
| 4. Scott Carlin – Entablando una Conversación Consciente..... | 14 |
| 5. Andrew Cohen - Alinearse con el Proceso Evolutivo..... | 16 |
| 6. Wendy Craig - Purcell – El Arte de hacer Preguntas | 19 |
| 7. Barbara Fields – Practicando la No-Violencia | 22 |
| 8. Ashok Gangadean – La Mente Holística Integral..... | 25 |
| 9. Craig Hamilton – La Evolución más allá del Ego..... | 27 |
| 10. Jean Houston – Convertirse en un Artista Social..... | 30 |
| 11. Barbara Marx Hubbard – Comunión Evolutiva..... | 33 |
| 12. Judy Martin – Elevando la Conciencia Exaltando el Espíritu Humano en el Trabajo..... | 37 |
| 13. Fred Matser – Trabajando con nuestras Emociones y Miedos... | 41 |
| 14. Deborah Moldow – El proyecto de los Postes de la Paz: Acelerando la Evolución de la Humanidad | 44 |
| 15. James O'Dea – Expiación Creativa: Sanar Nuestras Heridas Sociales y Colectivas..... | 46 |

| | |
|--|----|
| 16. Ocean Robbins – Aceptando la Diversidad..... | 49 |
| 17. Peter Russell – Volviendo a la Quietud | 53 |
| 18. Elisabet Sahtouris – Seguir la Guía de la Naturaleza..... | 57 |
| 19. Lynne Twist – Encontrando Suficiencia en Nuestras Vidas | 59 |
| 20. Diane Williams – Liderazgo evolutivo: Estar al Servicio de la Evolución Consciente | 62 |
| 21. Katherine Woodward Thomas – Encontrando Nuestro Propósito de Vida..... | 65 |
| 22. Tom Zender – Llevar la Conciencia Espiritual al Lugar de Trabajo | 69 |

Un Kit de Herramientas para Evolucionarios

Esta caja de herramientas es una ofrenda de amor, concedida al servicio de acelerar el impulso evolutivo que existe dentro de todos nosotros. Contiene una serie de prácticas y puntos de vista ofrecidos por los miembros del grupo de Líderes Evolucionarios; un grupo de maestros, científicos, artistas y pensadores que están dedicados al servicio del surgimiento de una cosmovisión evolutiva, inspirando y fomentando el desarrollo necesario dentro de cada uno de nosotros, que nos empoderará para comenzar a co-crear un futuro mejor para todos.

Cada contribuyente ha elegido una práctica o una enseñanza que siente nos apoyará de la mejor manera para que nos embarquemos con valor y nobleza al papel de Líderes Evolucionarios, comprometiéndonos a la tarea de liderar el camino hacia niveles más altos de cuidado y bienestar en nuestras comunidades y en nuestro mundo. La evolución que la vida misma está buscando dar nacimiento a través de nosotros colectivamente en este momento crucial en la historia humana, no puede ocurrir a través de sólo unos pocos. Esto es algo que todos debemos asumir juntos, yendo con intención pura y la gran bondad del corazón.

Estamos encantados de que tú hayas elegido unirte a nosotros en nuestra postura hacia una evolución consciente, y te invitamos a utilizar esta caja de herramientas para iluminar tu camino cuando necesites orientación, inspiración y aliento. Cada vez que sientas la necesidad de estímulo en la perspectiva de cambio, una práctica que pueda centrar tus intenciones, o un poquito de sabiduría que te reconecte a las partes más fuertes de tu ser, puedes consultar este material. Como un amigo de confianza que

continuamente te lleva a alinearte con tu llamada más profunda y el mayor propósito, recuerda que estamos aquí contigo y por ti en la realización del mayor llamado de tu vida, al servicio para realizar la mayor llamada de todos nosotros.

Espiral Dinámico: Una Perspectiva Evolucionaria sobre el Ser y el Mundo



Don Beck

Existe una consciencia en aumento que dice que estos son tiempos únicos-que las tendencias globales como están ahora amenazan colisionar para producir una extrema incertidumbre para la humanidad. Don Beck ha dedicado su vida a enseñar el marco evolutivo de la Dinámica Espiral aplicándolo en zonas claves geopolíticas alrededor del mundo. Él cree que nosotros podemos llegar a ser diferentes personas- seres humanos que ya no sean reactivos, fragmentados o manejados por el miedo. Las siguientes herramientas prácticas — una obra escrita y un ejercicio musical — son ofrecidos por Don Beck y Jessica Roemischer, una pianista y pensadora del desarrollo que ha trabajado extensamente con Beck. Mientras lees el artículo a

continuación y escuchas la grabación musical, permite que estas herramientas despierten en ti un sentido nuevo y evolucionado de ti mismo y del mundo.

Practica #1: Introducción a las Dinámicas de Espiral

Para obtener una comprensión de la teoría de Dinámicas de espiral, descarga este artículo gratuito: "The Never-Ending Upward Quest: The Practical and Spiritual Wisdom of Spiral Dynamics" - una entrevista con el Dr. Don Beck por Jessica Roemischer, de la revista ¿Qué es la Iluminación?, Otoño/Invierno 2002 Enlace al artículo en ingles: <http://www.enlightennext.org/magazine/spiral/content/spiraldynamics.pdf>

Practica #2: Experimentando la Dinámica de Espiral a través de la Música

Una canción familiar puede inmediatamente evocar recuerdos de nuestro pasado, o invocar la sensación de una época histórica pasada. Don Beck a menudo utiliza música en sus prácticas para ilustrar los seis niveles de desarrollo con un código de seis colores, o sistemas de valores, que son la base de las Dinámicas de Espiral (Spiral Dynamics). Los seres humanos han evolucionado desde hace 100.000 años hasta el presente y la música tomó vida para expresar: el impulso primitivo para sobrevivir y procrear (BEIGE), la calidez de pertenecer a la tribu en medio de un mundo mágico (VIOLETA); el poder básico de la firmeza que conquista y domina (ROJO); la estabilidad que se experimenta a través de devoción religiosa y orgullo nacional (AZUL); la fuerza que insta a descubrir, elaborar estrategias e innovar (NARANJA); la felicidad que se encuentra al unirnos para ser una sola familia humana (VERDE).

Ejemplo: AZUL

"El Himno a la Batalla de la República" / "Padre Eterno, Fuerte para Salvar" (El himno de la Marina) (Howe/Steffe/Whiting) Solo de Piano por Jessica Roemischer.

"La Batalla Himno de la República" Letra
Mis ojos han visto la gloria de la llegada de Nuestro Señor;
Quien para nosotros se deshace de la furia de los pecados que nos acosan;
Y en cambio nos concede la luz que ilumina nuestro camino;
Su verdad es eterna. (For [Battle Hymn](#) and [Eternal Father](#) lyrics in entirety)

Ejercicio: Contemple una canción o pieza de música que tenga mucho sentido para usted. ¿Qué recuerdos evoca? ¿Puede recordar la letra? ¿Con que etapa de su vida la asocia? ¿En qué período cultural o histórico fue compuesta la canción o pieza compuesta? ¿Puede determinar qué Meme representa?

El Dr. Don Beck ha estado desarrollando, implementando y enseñando la teoría evolutiva de Espirales Dinámicos por más de tres décadas. Beck ha elaborado el trabajo de su mentor, Clare Graves, para desarrollar un modelo multidimensional para comprender la transformación evolutiva de los valores humanos y culturas. Como cofundador del Centro Nacional de Valores en Denton, Texas (National Values Center in Denton, Texas) y Director General de Spiral Dynamics Group, Inc. (CEO of the Spiral Dynamics Group, Inc.), Beck está empleando el modelo de Spiral Dynamics para efectuar cambios de sistemas de gran escala en y entre los diversos sectores y sociedades del mundo. Él es el autor de *Spiral Dynamics: Mastering Values, Leadership & Change*, escrito con Christopher Cowan en 1996.

Para más información, visite:

<http://www.spiraldynamics.net/>

<http://www.humanemergence.org/>

Jessica Roemischer es una pianista pionera, educadora y pensadora del desarrollo, cuyas metodologías únicas, incluyendo la música, están liberando al espíritu humano. Ella cree que el efecto integrador de la música es vital en medio de los complejos desafíos de nuestros tiempos. En una amplia variedad de presentaciones, conferencias, talleres, consultas y lecciones-- Roemischer está compartiendo el poder catalítico de la música con individuos y grupos a lo largo de los Estados Unidos e internacionalmente. Su experiencia incluye la escritura y la fotografía. Ella fue editora principal de ¿Qué es la Iluminación? revista desde 2002-7.

Para más información, visite:

www.pianobeautiful.com

http://www.youtube.com/jessicaroesmischer#p/u/43/c5N_i0z0Mdc

La Mente del Principiante



Michael Beckwith

No importa cuánto tiempo hemos estado recorriendo el camino de la metafísica, mística, o cosmología, descubriendo y practicando los penetrantes principios desde los cuales el universo y nosotros hemos salido, es de beneficio Supremo mantener la "mente de principiante" en todo momento en el camino. Cuando nos deshacemos de las antiguas ideas, percepciones y opiniones, creamos un espacio para lo nuevo. Esta frescura de conciencia en continua evolución cambiante en el orden de nuestros días, nos asegura que podemos seguir aprendiendo, que mantenemos nuestra mente abierta, humilde y flexible. Michael Beckwith nos ofrece el regalo de una herramienta, que no es necesariamente una herramienta, para guiarnos en nuestro camino espiritual.

Herramienta de Practica: cómo usar la herramienta que no es herramienta

“Los verdaderos practicantes espirituales están guiados por su práctica espiritual interior, dirigidos por su corazón viven de acuerdo a sus valores cotidianamente y mantienen la capacidad de aprender como lo hace un principiante, con receptividad y humildad, siempre disponible para nuevas visiones y revelaciones.” - Michael Bernard Beckwith

La mente del principiante es una herramienta aunque no lo parezca, ya que nos permite recibir continuamente una nueva y exquisita sabiduría y visión del mundo. La mente es una herramienta aunque no lo parezca, porque es nuestro estado más natural del ser y no requiere ninguna manipulación de nuestra parte para lograrlo.

Michael Beckwith es el fundador del centro espiritual e internacional Agape y cofundador de la Asociación para el Pensamiento Global, una organización dedicada a la cura y la transformación planetaria. Michael es el creador del Proceso de la Visión de la Vida (Life Visioning Process), el cual él enseña en todo el país junto con meditación, la oración científica y los beneficios espirituales del servicio desinteresado. Sus libros incluyen: Inspiraciones del Corazón, Banquete de Cuarenta Días de Ayuno Mental y un Manifiesto de Paz.

Para más información, visite:

www.agapelive.com

Activando La Ley de Atracción



Jack Canfield

La Ley de Atracción está basada en el principio que dice que todo lo que pensamos, en lo que nos enfocamos, fantaseamos, hablamos y sentimos intensamente, es lo que vamos a atraer en nuestras vidas. Nuestros pensamientos y nuestros sentimientos funcionan como vibraciones energéticas que crean un campo magnético y logran atraer hacia nosotros las cosas a las que les prestamos más atención.

Herramienta de Práctica: La práctica de tres pasos de Jack Canfield

El ejercicio de tres etapas creado por Jack Canfield nos ofrece una manera de poner en práctica el inmenso poder de la Ley de Atracción para nuestro beneficio y para beneficio del mundo entero, para que podamos transformarnos en creadores de nuestra vida y de un futuro colectivo de una manera intencional y consciente.

1) PEDIR

Determina que es lo que verdaderamente quieres en la vida, aclarando y nombrando tus metas y tus deseos, tanto para ti como para nuestro mundo.

- Escribe metas específicas y medibles, además de cuando querrías alcanzar cada meta.
- Una vez que hayas aclarado tus metas, practica enfocarte durante el día constantemente a conseguir estas metas. Enfócate en el resultado que deseas ver, en vez de enfocarte en lo que no quieres. Recuerda que magnificamos en nuestras vidas aquello donde ponemos nuestra atención, así que pon tu foco en aquello que deseas crear.

2) CREER

No tengas ninguna duda de que el Universo te apoya totalmente para que obtengas tus metas.

- Manténte enfocado en tus pensamientos y emociones, sosteniendo una creencia positiva.
- Borra toda auto duda. Actúa esperando lo positivo.
- Toma acciones en tu vida basadas en la creencia firme como una roca de que realizarás tus metas.
- Confía en tu intuición y actúa basándote en tus inspiraciones y deseos internos.

Consejo para la práctica: Es muy importante que tomes acciones reales y observables hacia tu meta y no que simplemente pienses

que las cosas se presentan a tu puerta como por milagro. Son tus pensamientos y sentimientos combinados con tus acciones los que al final manifestarán los resultados deseados.

3) RECIBIR

Conviértete en la vibración y magnetismo de lo que deseas atraer y recibir del Universo.

- Construye tu campo de atracción creando afirmaciones que “afirmen” como te sentirás cuando logres tu propósito.
- Por cada afirmación también practica una visualización del resultado deseado.
- Practica apreciación, gratitud, alegría y abundancia todos los días!

Consejo para la práctica: para acrecentar el poder de tus afirmaciones y visualizaciones, te recomiendo que practiques estas herramientas como si ya hubieses alcanzado tus metas. Enfócate en el resultado deseado, toma acción y el Universo se encargará del resto.

Jack Canfield se graduó en Harvard y es el creador de la serie “Chocolate Caliente para el Alma” que ha vendido más de 125 millones de copias en 47 idiomas. También es el autor de: *The Success Principles: How to Get from Where You Are to Where You Want to Be* y de *Key to Living the Law of Attraction: A Simple Guide to Creating the Life of Your Dreams*.

Uno de los maestros en el film “El Secreto”, se lo conoce afectivamente como el “Coach Numero 1 del Éxito en América”.

Jack es un experto en enseñar como actuar al máximo de las posibilidades a individuos, hombres de negocios, corporaciones y líderes sin fines de lucro, entrenadores y educadores. Por más de 40 años ha ayudado a cientos de miles de individuos a alcanzar sus sueños.

Para más información,
www.JackCanfield.com
www.BreakthroughToSuccess.com

Entablando Una Conversación Consciente



Scott Carlin

En el mundo convulsionado de hoy en día, junto a las nuevas herramientas, aparatos y programas que hacen la comunicación más rápida, más corta y más efímera, podemos fácilmente perder contacto con la riqueza de conectarnos en conversaciones conscientes con nuestros compañeros de trabajo, nuestra familia, nuestra pareja y nuestros amigos. Nos hemos acostumbrado a ser superficiales en nuestras interacciones diarias mientras

corremos hacia la próxima cosa importante en nuestra lista de COSAS QUE DEBEMOS HACER.

Reducir la marcha y mantener conversaciones centradas en el corazón con alguien a quien amamos o incluso con un extraño, es una práctica nutritiva maravillosa que nos ayuda a alinearnos con nuestros más profundos deseos de intimidad y conexión. Scott Carlin nos ofrece algunos consejos para convertir cualquier conversación en una interacción significativa y auténtica.

Práctica de esta Herramienta: Las claves para entablar una conversación consciente

Estar totalmente Presente en el Momento

- Desconectarse para conectarse (eso significa apagar internamente y externamente todo lo que tenga el potencial de llevar tu atención a otro lado)
- Escucha con tu corazón "saliendo de tu mente", permitiendo la experiencia del corazón.
- Disfruta el momento mientras dure, sintonizando tu conciencia al hecho de que este es un momento único y efímero de conexión que sólo ocurrirá una vez y está ocurriendo ahora mismo.

Establece una Intención Clara

- Determina una intención que te permita aplicar una mayor conciencia y un propósito para tu conversación. Por ejemplo, puedes establecer la intención de estar plenamente presente y ampliar tu campo de amor y apoyo

hacia la otra persona durante el tiempo que estén conversando juntos.

- Exprésate auténticamente y con vulnerabilidad y estate abierto a la posibilidad de que algo cambie dentro tuyo a través de esta interacción centrada en el corazón.

Escucha y observa con entusiasmo

- Siempre pon atención cuando alguien entabla contigo una conversación consciente, toma nota del amor, presencia y la profundidad que le están ofreciendo y ábrete para recibirlos.
- Para un gran ejemplo sobre conversación en el presente y centrada en el corazón, te invito a observar a Bill Moyers, a quien considero un maestro de la conversación consciente. Puedes ver horas sobre Bill Moyers en: <http://www.pbs.org/moyers/journal/archives/archives.php> del mismo modo, puedes ver a Norman Seeff en: <http://www.normanseeff.com>

Scott Carlin tiene más de 25 años de experiencia en empresas de medios de comunicación. Durante los últimos siete años, Scott ha sido Presidente de Domestic Television Distribution para HBO, una división que se construyó en el año 2002. Un reconocido líder en la televisión, ha sido responsable de contratos millonarios sin precedentes para The Sopranos, Sex & the City, Band of Brothers, The Wire y muchos otros programas de HBO. Ha ocupado altos cargos en Warner Bros. Television, Lorimar-Telepictures y Telepictures. Se graduó en el 2007 con un Masters en Psicología Espiritual en la Universidad de Santa Mónica, Scott

se encuentra inmerso en la zona emergente de medios de comunicación transformacional y recientemente lanzó su nueva compañía, *Soul-Centered Media*. También es co-productor ejecutivo del nuevo talk show de Rosie O'Donnell que se está preparando para lanzar en el 2011.

Alineándose con el Proceso Evolutivo



Andrew Cohen

La práctica espiritual más importante para alguien que aspira a ser Líder Evolucionario es la reflexión profunda y constante de lo que significa la evolución. Esto es algo en lo que el maestro espiritual Andrew Cohen piensa cada día, y él nos alienta a que nosotros hagamos lo mismo, que nos preguntemos: ¿qué es la evolución? Cohen dice: “Esta sola reflexión, cuando se toma en serio, es siempre nueva; siempre fascinante; una fuente de inspiración infinita”.

Andrew ofrece una meditación para guiarnos al comenzar a considerar la posibilidad de nuestra relación con el proceso evolutivo. Él nos anima a pensar en las profundas implicaciones

de la evolución — no sólo como una teoría científica o una idea atractiva, sino como el contexto real de la vida que estamos viviendo en estos momentos.

Herramienta para la Práctica: Meditando sobre la Evolución

La evolución es un proceso cósmico que nos hace viajar a un punto determinado a través del tiempo. Nosotros somos parte de ese proceso.

Esta es una realización enorme y hasta podría llegar a ser una realidad que transformara nuestra vida, pero al mismo tiempo algo que es difícil de entender a nivel profundo. El proceso responsable por nuestra creación está en continuo movimiento, mientras que nosotros generalmente sólo vemos el mundo a nuestro alrededor como algo estático. Pero no es así. El mundo va dirigiéndose hacia algún lugar determinado. Nosotros mismos vamos con rumbo hacia un destino. Despertar a esta verdad sobre la manifestación, cambia la forma en que vemos al mundo y nuestro lugar en él. Lo más importante en este proceso de despertar es que empezamos a descubrir el poder que tenemos el poder de cambiar la dirección del proceso que nos ha creado. Al darnos cuenta de esta realidad también nos damos cuenta de la razón de nuestra existencia: ser héroes espirituales, lo que significa que tenemos responsabilidad sobre nuestro futuro.

Para aprender más sobre nuestro papel único en la evolución consciente, ver este corto video guiado por Andrew Cohen: [¿Qué es la evolución?](#) También pueden leer dos ensayos que Andrew escribió para su revista EnlightenNext sobre el proceso evolutivo, que además inspirará su contemplación:

<http://www.enlightennext.org/magazine/j29/unbelievers.asp>

<http://www.enlightennext.org/magazine/j42/awakening-to-evolution.asp>

Andrew Cohen es un maestro espiritual, filósofo cultural, fundador de EnlightenNext global sin fines de lucro y su revista premiada EnlightenNext. Durante los últimos 24 años, Cohen ha estado viajando por el mundo dando conferencias públicas y retiros intensivos. A través de sus diálogos con líderes filósofos, científicos y místicos, a él se conoce como una de las voces que define la nueva espiritualidad evolutiva. Es autor de siete libros, incluyendo "La iluminación es un secreto" y "Vivir la iluminación".
Para más información, visite www.andrewcohen.org.

El Arte de Hacer Preguntas



Wendy Craig Purcell

Estamos viviendo tiempos extraordinarios - con desafíos y también con oportunidades. Es esencial bajar la velocidad y crear espacios en nuestras vidas para contactarnos con nuestra sabiduría más profunda, si queremos encontrar soluciones creativas a los inmensos problemas que tenemos ahora ante nosotros, tanto individualmente como a nivel global. Wendy Craig-Purcell ofrece herramientas para formular preguntas que pueden despertar el corazón y abrir la mente a nuevas ideas emergentes que tienen el poder para acelerar nuestra propia evolución consciente, a través de la práctica de escuchar profundamente a nuestro interior.

Herramienta de Práctica: Hacer las Preguntas Correctas

Mientras que la auto exploración le resulta fácil a algunos, puede ser una tarea intimidante para aquellos que naturalmente son menos introspectivos. Aprender a formular las preguntas puede ser una de las maneras más simples para acceder a la más profunda sabiduría de nuestros corazones e invitar la orientación divina a nuestras vidas. Las preguntas son como canales a través de los cuales circulan nuestras energías mentales, emocionales y creativas, y formular la pregunta correcta puede crear una puerta íntima hacia nuestra propia transformación personal y colectiva. La calidad de las respuestas que recibimos están directamente relacionadas a la calidad de nuestras preguntas y el momento en que se han formulado, por lo tanto, tenemos que aprender a hacer las preguntas adecuadas que traerán a las respuestas más sinceras del universo.

1) ¿Qué sabemos a ciencia cierta?

Con el fin de crecer espiritualmente, es importante tener en claro lo que ya sabemos. La pregunta "¿Qué sé con certeza?" no tiene la intención de confirmar lo que sabemos como un

hecho, sino a abrirnos a lo que sabemos en lo más profundo de nuestro ser. En parte vivir una vida espiritual es comprender lo que sabemos y creemos más profundamente para poder vivir de acuerdo a esos principios.

2) ¿Es fe o miedo lo que guía mi decisión?

Una de las maneras más profundas para vivir una vida más espiritual es examinar las motivaciones detrás de nuestras acciones. Para muchos de nosotros, nuestra principal motivación es el miedo. Mientras que el miedo, sin duda, alienta la acción, no favorece a la acción consciente. El miedo promueve decisiones impulsivas. La fe, por otra parte, manifiesta decisiones tomadas desde un estado superior de conciencia, después de haber pensado profundamente.

3) ¿Qué está Dios preparando para mí?

Todos estamos aquí por nombramiento divino. Todos tenemos un propósito divino que cumplir. Uno de los objetivos finales de crecimiento espiritual es identificar la naturaleza de nuestro propósito y, a continuación, vivirlo. El universo nos está preparando para cumplir con el propósito que uno y sólo uno puede llevar a cabo. Hay algo más grande para lo que estás siendo llamado a hacer. Yo no puedo decirte lo que es; sólo tu voz interior puede decírtelo; pero tienes que estar abierto y tienes que estar prestando atención.

Para aprender más sobre estas preguntas de cambio de perspectiva que pueden ofrecer las llaves que abran la sabiduría secreta que se aloja dentro tuyo, visita:

http://TheUnityCenter.net/mp3/M_WCP200801.mp3 y escucha una meditación gratuita guiada por Wendy. Para profundizar más, visita: www.wendycraigpurcell.com y obtén una descarga gratuita

del primer capítulo del libro de Wendy, ***Pregúntate: preguntas para abrir el corazón, expandir la mente y despertar el alma.***

Wendy Craig-Purcell es escritora, oradora, locutora de radio, líder espiritual, activista por la paz del mundo, profesora del Nuevo Pensamiento y guía evolutiva. Graduada en la escuela Unity School of Christianity, Craig Purcell se convirtió en una de las ministros ordenadas más jóvenes a la edad de 23 años. Treinta años más tarde, ella es líder espiritual, fundadora y Directora Ejecutiva del Unity Center (Founder and CEO of The Unity Center) ha sido una participante activa en la Asociación de Nuevo Pensamiento Global (Association of Global New Thought AGNT) por más de 10 años y actualmente se desempeña como su Vicepresidente.

Para más información, visite:

<http://www.wendycraigpurcell.com>

www.theunitycenter.net

Practicando la No Violencia



Bárbara Fields

Como la familia humana que conformamos, nos damos cuenta que cualquier tipo de violencia ya no puede ser tolerada como una solución a los problemas que enfrentamos. Las acciones y reacciones violentas no son más que las cicatrices de nuestras heridas sociales, educativas y económicas: las voces de una cultura espiritualmente inarticulada. Por lo tanto, la práctica de la no violencia se inicia cuando tomamos el compromiso de nunca usar la violencia como medio para resolver nuestros conflictos. El momento ha llegado a nosotros para que colectivamente, como una comunidad global, nos comprometamos a usar estrategias y soluciones no violentas. Tenemos que actuar de acuerdo a los principios de la no violencia como si nuestras vidas y las de nuestros hijos, dependieran de ello. Barbara Fields se ofrece a sí misma como un valioso recurso rico en asistirnos a cultivar vidas de no violencia e integridad espiritual para el futuro.

La Temporada para la No Violencia (The Season for Nonviolence), una campaña nacional de educación de 64 días, con medios de comunicación y campañas de base, dedicada a demostrar el poder curativo y transformador de estrategias no violentas, es un evento anual que se lleva a cabo desde el 30 de enero al 4 de abril, ofreciendo una variedad de herramientas para ayudar a darle poder a nuestras vidas y nuestras comunidades. Inspirada en el 50 y 30 aniversario de Mahatma Gandhi y el Dr. Martin Luther King Jr., este evento internacional honra la visión de ellos de un mundo no violento posible.

Todos podemos participar en la "Temporada de Gandhi-King para la no-violencia" ("Gandhi-King Season for Nonviolence") mediante la aplicación de nuestros esfuerzos y recursos para apoyar el espectro de la base de proyectos y programas que actualmente son llevados a cabo por individuos y organizaciones de todo el mundo que trabajan para un mundo más pacífico para todos nosotros.

Para ver un vídeo de introducción a la Temporada para la No Violencia (Season for Nonviolence) , producido por la Asociación Nuevo Pensamiento Global (Global New Thought), visita: <http://www.box.net/shared/7bidmrsjh9/1/20899044/225483950>

Como resultado de una década de acción estratégica, la temporada Gandhi-King para la No Violencia (Season for Nonviolence), ha ayudado a lanzar un nuevo modelo de paz, basado en la autoridad local espiritual, provocando una fusión de nuevas comunidades e iniciativas. "S.P.A.N. el Próximo Decenio" ("S.P.A.N. the Next Decade") celebra las cuatro "estaciones" todos los años; los grupos pueden optar por participar en cada estación, o una estación específica, o concentrarse en una temporada como un tema para su trabajo permanente.

Para encontrar herramientas para TODAS las Estaciones para la Paz y la No Violencia (Seasons for Peace and Nonviolence), visita: <http://www.agnt.org/span.htm>

Para acceder a meditaciones y citas visita La Mandala Viviente de la Paz (Living Peace Mandala): <http://www.agnt.org/snv2010/livingpeace.html>

La Dr. Barbara Fields es la Directora Ejecutiva de la Asociación Nuevo Pensamiento Global (Director of The Association for Global New Thought). Ella es cofundadora y directora del proyecto de Gandhi-King-Chávez para la No Violencia (Project Director for The Gandhi-King-Chavez Season for Nonviolence), así como directora de programación del Parlamento de las Religiones del Mundo en Chicago (program Director of Parliament of the World's Religions). Barbara es la co-fundadora y directora del proyecto de los Diálogos de síntesis con su Santidad, el Dalai Lama (Dialogues with His Holiness) y forma parte del consejo de

Acción en la Tierra (EarthAction), la Fundación para la Evolución Consciente y la Junta de amigos de la Capilla Internacional de Martin Luther King. (Martin Luther King International Chapel Board of Friends.)

Para obtener más información visite:

<http://www.agnt.org>

La Mente Holística Integral



Ashok Gangadean

Quizás el paso más fundamental para cambiar nuestro mundo de la violencia, la fragmentación y la ignorancia hacia uno de compasión consciente, amor y una fluida relación con el espacio sagrado, comienza con una actualización vital en nuestra tecnología de la mente en co-diseñar nuestro mundo, la cultura, la experiencia y las realidades vivientes. Si aspiramos a ser líderes evolutivos, debemos empezar a reconocer nuestro propio procesamiento mental y estados de conciencia y apreciar la unión a cómo nos conducen a diferentes modos de cómo construir el

mundo y operar en él. Una vez que aprendamos a cómo distinguir el complejo diseño de nuestra propia mente basada en el ego, estaremos en mejores condiciones para movernos de la identificación con nuestra propia separación basada en el ego, hacia una perspectiva de dialogo integral y holística en el mundo. Ashok Gangadean ofrece instrucción basada en la riqueza de la sabiduría global de nuestros Ancianos Evolucionarios sobre cómo todos podemos empezar a reorientar nuestras vidas y nuestras acciones en una vida de unión con nuestra mente holística integral. Este cambio evolutivo en la conciencia es la clave para nuestro florecimiento individual y colectivo.

Herramienta de Práctica: Utilización de tecnologías de la Mente

<http://www.youtube.com/watch?v=YYu1Pd4z-j8>

Ashok Gangadean es Profesor de Filosofía en la Universidad de Haverford, donde ha enseñado durante los últimos cuarenta y dos años. Es director-fundador del Instituto de Diálogo Global que ha desarrollado métodos eficaces de diálogo profundo para la renovación de la vida cultural. Ashok es también Co-Convenor de la Comisión Mundial sobre Conciencia Global y Espiritualidad que reúne líderes y dirigentes del mundo en profundo diálogo para ayudar a articular la sabiduría, visión y valores globales para hacer frente a las más acuciantes preocupaciones y crisis de escala mundial. También es Co-Presidente del Consejo Mundial de Sabiduría (Co-Chair of the World Wisdom Council). Su más reciente libro- *Meditaciones de la Primera Filosofía Global: Búsqueda de la Gramática de los Logos (Meditations of Global First Philosophy: Quest for the Missing Grammar of Logos)* apareció el otoño pasado (SUNY Press) e introduce nuevas dimensiones de la Razón Integral.

Para más información, visita:
www.AwakeningMind.org

Evolución más allá del Ego



Craig Hamilton

Si estamos verdaderamente comprometidos para la evolución de la conciencia y la cultura, tenemos que encontrar una manera de ir más allá de los confines de la división del ego. La única manera que vamos a encontrar la motivación, la inspiración y la capacidad para cumplir una tarea tan radical es si nos alineamos nosotros mismos y todos los aspectos de nuestra experiencia, con la fuerza del impulso evolutivo, el cual por sí mismo nos permite romper nuestro condicionamiento egóico profundamente arraigado. Craig Hamilton ofrece una serie de reflexiones y prácticas esenciales para ayudar nuestra alineación con el impulso evolutivo, para que podamos convertirnos en verdaderos ciudadanos del cosmos, capaces de servir el proceso evolutivo al más alto nivel.

Herramienta de práctica: ¿Es Mi vida Realmente Mía? Aceptando la verdad de nuestra interrelación

Todos hemos escuchado que estamos interconectados. Las antiguas escrituras místicas y las ciencias de avanzada de hoy en día testifican la realidad que, en forma visible e invisible, estamos todos conectados en una vasta red de interrelación. Sin embargo, a pesar de que la mayoría de nosotros diría que creemos que todos estamos conectados, ¿cuán profundamente hemos permitido que esta verdad impacte nuestra relación como seres vivos?

Si nos fijamos profundamente en lo que revela esta verdad, llegamos a un notable descubrimiento, que nuestra vida no es realmente nuestra. En todo lo hacemos, estamos afectando la totalidad, y por lo tanto, debemos ser responsables de esa totalidad en cada elección que hacemos. Considerando que una vez pensamos que "poseíamos" nuestra vida y que podíamos hacer con ella lo que nos complaciese, ahora despertamos a la realidad de que nuestra vida en realidad pertenece a un proceso de desarrollo mayor del que somos parte. Todo lo que hacemos, incluso nuestra relación con nuestros pensamientos y sentimientos, afecta a ese proceso más amplio. Y como tal, ya no podemos permitirnos la ilusión de que existen actos privados. Si nos fijamos en esta visión dentro de un contexto evolutivo, nos damos cuenta de que, de hecho, tenemos una obligación muy específica. Cada elección importante que tomamos está contribuyendo o no, a la evolución de la totalidad. Y si no está contribuyendo, lo más probable es que esté haciendo más lenta nuestra evolución colectiva. Por lo tanto, para ser fiel al reconocimiento de la interrelación, debemos comprometernos cada momento de nuestra vida a impulsar el proceso evolutivo, sabiendo que la totalidad de la humanidad, la vida y la conciencia cuenta con nosotros. Pregúntate: "¿Es mi vida realmente mía?"

Para aprender más sobre las consecuencias de nuestra interrelación y explorar otros cambios centrales que nos puedan propulsar a una vida con un compromiso sincero con el proceso evolucionario, visita:

<http://beyondego.integralenlightenment.com> y escucha el audio gratuito de Craig: La llave para evolucionar más allá del ego: cómo hacer el cambio que cambia todo (***The Key to Evolving Beyond Ego: How to Make the Change that Changes Everything.***)

Craig Hamilton es un pionero en el campo emergente de la espiritualidad evolutiva. En sus escritos inspiradores, charlas y enseñanzas, él nos llama a despertar más allá de los confines del ego y a dedicar nuestras vidas a la evolución de su propia conciencia. Como fundador y fuerte guía de la Ilustración Integral (Integral Enlightenment), Craig ofrece orientación espiritual y enseñanzas a una creciente comunidad internacional de estudiantes en 30 países de todo el mundo. A través de su Academia para Evolucionarios (Academy for Evolutionaries) en el internet, enseña una serie de telecursos empíricos que guían a los participantes a través de un proceso de despertar espiritual hacia una "relación evolutiva hacia la vida".

Para más información, visite:

www.IntegralEnlightenment.com
www.AcademyForEvolutionaries.com

Convertirnos en un Artista Social



Jean de Houston

La Dra. Jean Houston estudió a 55 de las personas más creativas de Norte América y encontró que todos ellos tenían algo en común, lo que causó que se destacaran de la persona común. La investigación de Jean muestra el hecho de que los genios creativos utilizan múltiples capacidades al mismo tiempo; es decir, "cocinan con más hornallas " que el resto de nosotros. Piensan en imágenes y fotos, además de con palabras. Procesan la información con todos sus sentidos y todo el cuerpo. La gran noticia es que todos nosotros tenemos esta capacidad de genio creativo dentro de nosotros. Jean nos ofrece una guía práctica para ayudarnos a comenzar a conectarnos con nuestros cuerpos y sensaciones con el fin de liberar nuestras propias potencialidades creativas latentes en nosotros y lanzarlas al mundo.

Herramienta de práctica: Manifiesta tu Sueño

1) Piensa acerca de un proyecto que deseas crear en un tiempo relativamente corto, por ejemplo dentro de un año. Ahora pon ese proyecto a un costado de tu mente

2) A continuación, haz esta serie de visualizaciones:

- Observa y visualiza un amanecer
- Observa y visualiza una puesta de sol
- Observa y visualiza la cara de un buen amigo
- Observa y visualiza una gran tormenta de nieve
- Observa y visualiza un lago calmo
- Ahora, observa y visualiza tu proyecto. Realmente ve sus colores y forma. ¿Cómo se ve tu proyecto cuando esté realizado? Visualiza eso.

3) A continuación, sigue esta serie de sonidos

- Escucha a un tren pasar
- Escucha el sonido de la lluvia en el techo
- Escucha el canto de niño
- Escucha el mar saliendo golpeando la orilla
- Ahora, escucha tu proyecto, como avanza y toma vida.
- Escuchar cómo suena tu proyecto, sea lo que fuere que significa eso para ti.

4) A continuación, imagina los siguientes gustos

- El sabor de una manzana crujiente
- El sabor de una porción de pizza caliente
- El sabor de una brizna de hierba
- El sabor de una tostada con mantequilla caliente
- El sabor de un pastel con mousse de chocolate de menta y crema

- Ahora, saborea la fiesta que vas a tener en la celebración por completar tu proyecto.

5) A continuación, imagina esta serie de aromas

- El aroma de un jardín
- El aroma de una rosa
- El aroma de un restaurante italiano
- El aroma de la tierra después de la lluvia
- El aroma del pan recién horneado
- El aroma de café recién preparado
- Ahora huele los maravillosos aromas alrededor de tu proyecto sea lo que fuere que ello significa para ti.

6) Ahora siente las siguientes sensaciones

- Toca un chal de cachemir
- Hunde tus manos en barro tibio
- Siente tus manos mientras haces una bola de nieve sin guantes
- Hunde tus manos en un barril con papas fritas y rompe todas las que puedas
- Acaricia la piel de bebés
- Ahora toca tu proyecto. ¿Cómo se siente? ¿Estás tocando lápices y plumas? ¿Dándole la mano a alguien? Sea lo que sea, toca tu proyecto.

7) Mantén las sensaciones e imágenes de tu proyecto dentro tuyo. Mantente en contacto con las imágenes, aromas, sabores y sentimientos de tu proyecto. Permanece dentro de tu proyecto y pon música que te permita bailar con esas imágenes y sensaciones a través de tu cuerpo.

8) Trae alegría y abundancia a tu práctica y te sorprenderás de lo que la vida te presenta para apoyar la manifestación de tus sueños.

La práctica de la alegría y el agradecimiento junto con estas visualizaciones te pone en un estado de receptividad, compasión creativa y coraje para hacer que las cosas funcionen.

Dr. Jean Houston es una erudita, filósofa e investigadora de las capacidades humanas y una de las principales pensadoras visionarias de nuestro tiempo. Ella es una de las fundadoras principales del Movimiento de Potencial Humano (Human Potential Movement) y da conferencias y seminarios con líderes sociales, instituciones educativas y organizaciones empresariales en todo el mundo. Jean es la fundadora y maestra principal desde 1982 de la Escuela de Misterio (Mystery School), una escuela de desarrollo humano, un programa cross cultural , de estudios míticos y espirituales, dedicado a la enseñanza de la historia, filosofía, la Nueva Física, psicología, antropología, mito y las muchas dimensiones del potencial humano. Ella es también una prolífica escritora y autora de 26 libros, incluyendo “Una Pasión por lo Posible” (*A Passion for the Possible*), “Busqueda por la Amada Fuerza de la Vida” (*Search for the Beloved and Life Force*.)

Para más información, visita
www.jeanhouston.org

Comunión Evolucionaria



Barbara Marx Hubbard

Comunión Evolucionaria es una forma de experimentar el impulso de la evolución a través de nuestra conexión y compromiso con otros que tienen el mismo deseo de cambio personal y colectivo. Con este compromiso compartido podemos entrar en este círculo de co-creación alineado con nuestro más profundo propósito, y juntos despertar y abrir nuestros ojos colectivamente para ver la “Luz” que todos tenemos adentro nuestro. Barbara Marx Hubbard nos ofrece una práctica inspiradora para ayudarnos a alinearnos con las más grandes posibilidades de nuestra emergencia que significa rendirnos a una evolución colectiva imperativa.

Herramienta de práctica: Entrando en la Historia Sagrada de Nuestro Nacimiento como una Humanidad Universal

- Reunirse preferentemente con dos o más personas, aunque esta práctica se puede hacer también solo. Use el diagrama de la Rueda Espiral de Comunión como guía.

- Sienta que está en el Campo de todas las Posibilidades, en el origen de la Creación.
 - Sienta el Centro del Espiral corriendo a través suyo, emergiendo desde Energía, Materia, Tierra, Vida, Vida Animal, y Vida Humana y luego entrando usted mismo dentro de la espiral como el próximo paso de evolución consciente.
 - Póngase en el centro de la Rueda de Co-Creación.
 - Sienta el centro del espiral pasando a través de su corazón como su motivador más profundo para evolucionar.
 - Únase a otros que hagan lo mismo, Centro con Centro, Corazón con Corazón, compartiendo la Comunión Global de las Almas Pioneras, el Centro del espiral que está dentro de todos nosotros.
 - Mientras el mundo emerge y se forma dentro suyo a través de innovaciones en cada campo y función, encuentre en si mismo sus propios talentos en donde pueda expresar la más profunda alegría por medio de su más profundo potencial creativo y de su contribución.
 - Siéntase que es un miembro del cuerpo planetario, que despierta en su potencial de creación de vida continua en un universo de billones de planetas.
 - Pregunte a sí mismo y a sus amigos: “Que está emergiendo de adentro mío hoy?”
 - Comparta la revelación de su cambio con otros.
-

Barbara Marx Hubbard es una autora, futurista y visionaria que ha sido una voz líder del cambio innovador en el mundo por los últimos 45 años. Además de su propia Fundación para la Evolución Consciente, ella ha co-fundado muchas organizaciones importantes incluyendo: La Sociedad del Futuro del Mundo (The World Future Society), La Fundación por el Futuro (The Foundation for the Future), y La Asociación para un Nuevo Pensamiento Global (The Association for Global New Thought). Como productora y narradora de la premiada serie documental, La Humanidad Ascende: Una Nueva Forma de Vivir Juntos, (Humanity Ascending: A New Way Through Together), y a través de sus libros, programas educativos y colaboraciones con otros líderes y organizaciones progresistas, Barbara continúa buscando respuestas a los temas que hoy más nos presionan.

Para más información, visita
www.BarbaraMarxHubbard.com

Exaltando el Espíritu Humano en el Trabajo y los Negocios



Judy Martin

Estamos viviendo en una época de cambio radical. En nuestro mundo con un ritmo del pasado, a menudo luchamos para encontrar una conciencia social colectiva que pueda guiar nuestro trabajo y nuestra vida. Estamos siendo llamados a una gran transformación en la forma en que trabajamos, vivimos y hacemos negocios, y comienza con nosotros como individuos dedicándonos a hacer un trabajo espiritual desde nuestro interior e impregnar todos los ámbitos de nuestras vidas con los más altos valores humanos. Judy Martin ofrece una guía práctica para ayudarnos a iniciar un enfoque más evolutivo a la manera en que hacemos negocios y que nos ayude a todos a hacer que nuestro trabajo esté menos basado en el todo poderoso dólar y más relacionado a la búsqueda y expresión de nuestra vocación más profunda.

Herramienta de práctica: Redefinición del Éxito, Serenidad & significado en el Trabajo y la Vida

1. Éxito

Lo que la sociedad considera éxito puede que no resuene con tu propia idea de éxito. Puedes redefinir el éxito alineando TUS valores con TU pasión para crear la imagen de TU verdadera vocación. Al alinearte con tu vocación más profunda y tu derecho a un medio de subsistencia, también, naturalmente, contribuirás a una atmósfera de negocios colectivos más consciente para todos.

a. Evalúa tus valores

Haz dos columnas en una hoja de papel. En la columna uno, escribe una lista con tus valores más importantes. En la segunda columna, escribe una lista de las actividades que te ofrecen la mayor alegría en el trabajo y en la vida. ¿Dónde se unen tus valores básicos y pasiones en tu trabajo actual o en tu negocio?

b. Diario sobre tu pasión

Escribe acerca de lo que podría significar para ti ganar dinero haciendo lo que te apasiona. ¿Cómo se vería? ¿Qué significaría para tu carrera, tu familia y tus metas personales? ¿Has alcanzado la carrera de tus sueños? ¿Existen causas filantrópicas a las que te gustaría que tu trabajo esté asociado?

c. Explorar tu propia “marca” (brand) de creatividad

¿En qué se diferencia tu trabajo del de otros en tu campo laboral? Identifica los factores únicos que encarnan la esencia de

tu trabajo y quién eres. Crea tu narrativa personal alrededor de tus talentos, valores básicos y pasiones. Esta historia puede ser la base de tu modelo personal de éxito.

II. Serenidad

Nuestra naturaleza invencible como seres humanos nos permite no sólo sobrevivir el agotamiento en nuestro mundo de 24 horas al día 7 veces a la semana, sino que también nos permite desarrollarnos y prosperar. Mediante el cultivo de resiliencia, podemos despertar nuestras propias habilidades únicas de recuperación, navegar por la sobre carga de información y fomentar las innovaciones de evolución consciente en el lugar de trabajo.

a. Diseña tu propio programa para cultivar la resiliencia

Piensa acerca de lo que te lleva a un lugar de calma y tomarte un tiempo de descanso en el día para bajar la velocidad de la mente y recargarte tanto sea meditando, jugando al tenis o leyendo. A menudo del silencio nace nuestra creatividad y vitalidad más profunda. Esa pausa en tu día podría ser el catalizador necesario para una gran idea.

b. Tomar un descanso para meditar en el trabajo

No puedes controlar a aquellos que te rodean, puede supervisar sólo tu propio comportamiento y emociones. Cuando te encuentras tranquilamente trabajando desde un espacio de claridad, tus intenciones te guiarán mejor hacia una jornada de trabajo más productiva y de mejor comunicación con los colegas y clientes. La meditación ofrece una gran herramienta para traer estas cualidades en tu vida y trabajo.

c. Crea tus puntos de referencia personales

La mayoría de nosotros sufrimos de una sobrecarga sensorial. Evalúa toda la información que recibes. ¿Qué diarios, sitios en la Web y programas de televisión miras diariamente? Ten cuidado con información agregada. Establece límites de tiempo en el Internet, en llamadas telefónicas y supervisa tu correo electrónico con menos frecuencia. Esto da espacio para una mejor retención y tiempo para la contemplación.

III. Importancia

Aceptar una causa que es más grande que ti alimenta el cambio interno, crea una comunidad y aclara tu intención personal porque estás trabajando conscientemente hacia un propósito mayor. Esto no significa necesariamente cambiar de puestos de trabajo o carreras, pero tal vez sí identificar los elementos de importancia en tu propio trabajo.

a. Apoya una causa en el trabajo o en los negocios

Cuando apoyas una causa que está alineada con tus valores, esa intención alimenta la alegría en el trabajo individual. Esto permite un cambio en tus propias ideas, que a su vez afectan la conciencia colectiva en torno a una causa en particular.

b. Invierte tiempo en tu comunidad

No tienes que unirte a una organización nacional para dar. Investiga las necesidades inmediatas en tu propia comunidad. ¿Qué habilidad personal puedes contribuir a tu vecindario?

c. Crea relaciones sostenibles

Cuando una organización o un grupo de personas afines tienen un propósito establecido en común, crean unión y comparten objetivos. Las relaciones que se mantienen dentro y fuera del trabajo suelen basarse en un propósito en común y pueden conducir a abordar cuestiones más amplias.

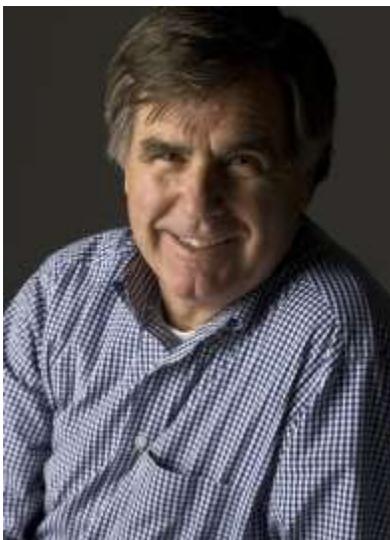
Judy Martin es un periodista galardonada con el premio Emmy, oradora y experta de la vida laboral, que trabaja con personas para alinear sus valores a su mensaje de negocio, manejar la sobrecarga de información y cultivar la capacidad de recuperación en sus vidas. Ella es la fundadora de WorkLifeNation.com y se la ha escuchado en muchas estaciones de radio y canales de televisión. Ella también forma parte de la Fundación de Fuente de Sinergia (*Source of Synergy Foundation*).

Para más información, visita:

www.WorkLifeNation.com

www.JudyMartinSpeaks.com

Trabajando con nuestras Emociones y Miedos



Fred Matser

Si podemos comprender las cuestiones que se encuentran detrás de nuestras emociones, entonces, podremos empezar a disolver los bloques que ellas crean en nosotros. Primero necesitamos estar más conscientes y tolerantes de las propias emociones. En lugar de suprimirlas o negarlas, como dice Deepak Chopra, "Tenemos que hacernos amigos de nuestras sombras". Luego, explorando los temores subyacentes, podemos, a la luz de una mayor conciencia, expresar gratitud por cómo nos han servido todo este tiempo. A continuación, podemos dejarlos ir, ya que no son más necesarios y podemos sustituirlos con pensamientos o comportamientos que proceden de este nuevo nivel de conciencia. Fred Matser nos ofrece una práctica para trabajar con emociones difíciles y temores a medida que van surgiendo.

Herramienta de práctica: Cómo trabajar con las emociones y los miedos

- 1) Primero reconocemos y aceptamos nuestra emoción/miedo y la traemos a nuestra plena conciencia, en vez de negarla.
- 2) A continuación, intentamos desentrañar el tipo de emoción/miedo ya que a menudo oculta su verdadera naturaleza. Al contrario de cuando abrimos un regalo, podemos arrancar la emoción y arrojar luz sobre los principales temas subyacentes.
- 3) Al iluminar la emoción -prestamos atención — para que se revele el tema subyacente detrás de la emoción/miedo, y comienza a perder su potencia y a disolverse.
- 4) Después de un tiempo (puede ser casi al instante o puede ser más tarde), la emoción/miedo se disuelve completamente. Entonces podemos expresar gratitud por el aprendizaje, le decimos adiós y por fin ser libre nos liberamos de esa emoción.

5) Si se desea, a continuación, podemos usar una afirmación para tomar el lugar de la emoción/miedo.

* Por ejemplo, si soltamos la ira o los celos acerca de algo/alguien, podríamos decir "Ahora que mi ira/celos se han disuelto, me permito irradiar paz, calma y amor". O, si hemos soltado el temor de tener que hablar en público, podríamos decir, "Ahora que mi temor de hablar en público se ha disuelto, me nutro de la alegría de compartir información con otros." Liberarnos de nuestras ataduras a miedos o emociones puede, en mi opinión, crear una mayor claridad en nuestros pensamientos y sentimientos. Esto puede preparar el terreno para unir al corazón y la mente a medida que aprendemos a valorar a ambos. Para examinar esta posibilidad aún más, necesitamos mirar cómo valoramos nuestros pensamientos, intelecto y sentimientos.

Fred Matser es un humanitario y filántropo. Fue Director General (CEO) de uno de las más grandes empresas de bienes raíces y de desarrollo de proyectos en los Países Bajos en los años 80. Desde entonces se ha dedicado a iniciar y co-crear numerosas fundaciones inspiradoras e influyentes además de proyectos alrededor del mundo en los campos de atención de la salud, medio ambiente, conservación, la paz y transformación global. Fred ha recibido varios premios por su labor humanitaria, incluyendo el primer premio internacional Caring Award y el premio Van Emden Award. Es autor de "Redescubra Su Corazón: 7 claves para una transformación personal y planetaria". (*Rediscover Your Heart: 7 Keys to Personal and Planetary Transformation*)

El proyecto de Postes de la Paz: Acelerando la Evolución de la Humanidad



Deborah Moldow

El Poste de la Paz es un símbolo internacionalmente reconocido sobre la esperanza y los sueños de todas las personas con respecto a la paz mundial. Cada Poste de la Paz proclama la oración “Que la paz prevalezca en la tierra” en un idioma diferente en cada uno de sus cuatro o seis lados. Hasta la fecha, más de 200,000 postes de paz se han dedicado como monumentos a la paz en 180 países. Deborah Moldow ofrece orientación para plantar un poste de la paz en tu propia comunidad, como una contribución a la evolución colectiva de la humanidad hacia una cultura global de la paz.

Herramienta de práctica: Sembrar un Poste de la Paz

Tú, tu ciudad, tu escuela, tu organización, tu negocio o tu lugar de culto es invitado a plantar un Poste de la Paz para afirmar tu

compromiso para lograr la paz mundial a través de la paz interior. Cuando plantas un Poste de la Paz en tu comunidad, te vinculas con personas de todos los credos y nacionalidades que han sembrado Postes de la Paz con el mismo espíritu de paz. El Poste de la Paz puede ser comprado o hecho a mano localmente, mostrando las lenguas que sean significativas para ti. Cada Poste de la Paz debe darse en una ceremonia que puede conmemorar una ocasión especial, como la fundación de tu organización o en el Día Internacional de la Paz , celebrado anualmente el 21 de septiembre. Las oraciones ofrecidas al Poste de la Paz en su entrega ayudará a activar la red de los Postes de la Paz de todo el mundo– como agujas de acupuntura sanando el planeta.

Plantar un Poste de Paz:

- acerca a la gente
- alienta a que se digan oraciones por la paz
- aumenta la conciencia de paz
- ayuda a sanar un sitio de discordia
- une a la humanidad a una red en todo el mundo
- ¡lleva a la humanidad a un paso más cerca de la paz en la Tierra!

Para obtener más información sobre cómo puede crear o comprar un Poste de Paz visite:

<http://www.peacepoleproject.org>

Deborah Moldow es la representante ante las Naciones Unidas de la Sociedad de Oraciones por la Paz Mundial (World Peace

Prayer Society). En las Naciones Unidas, Deborah presidió el Values Caucus (La convención sobre los Valores) durante cinco años y ahora co-preside el Día Internacional de la Paz Comité NOG, sirve en la mesa de la Comisión de las Organizaciones Religiosas no Gubernamentales NGO y facilita el círculo de cooperación de la Iniciativa de las Religiones Unidas en las Naciones Unidas. La Rev. Deborah es una ministro Interfaith y su extensa labor con la iniciativa de las Religiones Unidas incluye sus servicios como un miembro elegido y Vicepresidente del Consejo Global de URI. Ella también sirve como Miembro de la Junta y Tesorera de la Fundación de de la Fuente de Sinergia.

Para más información, visite:

www.revdeborah.com

Expiación Creativa: La Curación de nuestras Heridas Sociales y Colectivas



James O'Dea

Es a través de la expiación que soltamos la culpabilidad, la vergüenza, el pesar, el estar anestesiados u otras energías espiritualmente limitantes.

A través de la expiación nos convertimos en uno con la creatividad única que reside dentro de cada uno de nosotros, que es capaz de resolver problemas aparentemente insolubles manifestando enfoques y soluciones más evolucionados. La expiación es un medio poderoso para experimentar la unidad, la integridad y la conciencia superior. James O'Dea ofrece un proceso de cinco pasos que nos permite trabajar con la práctica de expiación creativa como un medio de sanación y transformar nuestras heridas sociales y colectivas.

Herramienta de práctica: Práctica Social Sanadora

1) Identificar una herida

Identifica una herida en el cuerpo social que profundamente llame tu atención de una manera especial. Podría ser la intolerancia racial, un sistema penitenciario punitivo, devastación ecológica/contaminación, la inequidad de género, injusticia económica, fanatismo religioso o la pobreza extrema entre otros.

2) Intima con esta herida social

¿Qué alimenta la herida que has elegido? ¿Qué la obstruye de ser sanada? ¿Qué verdades han sido negadas o bloqueadas y necesitan salir a la superficie para que esta herida cure?

3) Explora tu conexión personal con esta herida

Examina tu relación personal y única con esta herida social en particular. Experimenta tu respuesta en el corazón, así como en la cabeza. Observa si su relación con esta herida es a través de

una participación activa o una participación indirecta o de un choque. ¿Tu relación hacia esta herida es pasiva? ¿Ignoras, niegas o sientes que no tienes la voluntad suficiente para abordar este asunto?

4) Comienza paso a paso a tomar acción en relación a esta herida.

Aléjate de las preocupaciones de esta herida yendo hacia una intención enfocada y comprometida. No te sobre comprometas inmediatamente. Comienza de manera simple. Escribe una carta, arma un grupo de debate o encuentra una comunidad de personas que estén trabajando sobre ese tema. Si intentas hacer esto solo/a, será más difícil de sostener tu esfuerzo.

5) Evolucionar tu Naturaleza Espiritual a través de su Relación con esa Herida

Busca formas de expresar tu naturaleza espiritual, tu profunda identidad y la creatividad única en tus acciones. Convoca a tu imaginación de manera tal que te movilice en un compromiso energético real en la sanación de esta herida que vive en el cuerpo social. Cree que una poderosa sanación es posible y que la transformación social puede ocurrir. Obsérvate a ti mismo trabajando en la línea evolutiva; dando origen a nuevas formas y a una conciencia superior.

James O'Dea es, actualmente, co-director del “Proyecto de la Sanación Social” (The Social Healing Project), financiado por la Fundación de Kalliopeia y es miembro del Instituto de Ciencias Noéticas (The Institute of Noetic Sciences). Fue Director Ejecutivo de la Fundación de la Seva y el director de Amnistía

Internacional de la oficina de Washington (Washington Office Director of Amnesty International). Él está comprometido al diálogo como una práctica y participa de diálogos en el Instituto de posgrado de SEED (SEED Graduate Institute). Contribuye también hablando sobre sistemas de pensamiento y en la formación de políticas con DC basado en Sistema de Iniciativas Globales (DC based Global Systems Initiatives). James es el autor de “Estrés Creativo: un camino para la evolución de las almas a través de una sacudida personal y planetaria”. (*Creative Stress: A Path For Evolving Souls Living Through Personal and Planetary Upheaval*).

Para más información, visite:
www.jamesodea.com

Incluyendo la Diversidad



Ocean Robbins

A menudo, nos rodeamos de personas que son como nosotros. La idea de juntarnos con personas que son diferentes a veces puede sentirse temerosa o desestabilizadora. Incluso con todas

las conversaciones sobre la gloria de la diversidad e incluso con todas las formas en que la segregación ha sido rechazada hasta el punto de convertirse en una mala palabra, la mayoría de nosotros se siente más seguro y más confiado con personas que son como nosotros. La pregunta es: ¿cómo definimos "nosotros"? ¿Heredaremos sin examinar las divisiones convencionales de raza, clase, género y perspectiva política? ¿O permitiremos nuestra definición de "nosotros" que crezca más ampliamente?

Ocean Robbins nos ofrece las herramientas que necesitamos para apoyar nuestros esfuerzos de trabajar hacia una alianza global que abarque una inclusión radical de la diversidad y la diferencia.

Herramienta de práctica:

Reflexionar sobre nuestra relación a lo diferente

Extraído de “El Poder de la Sociedad” (***The Power of Partnership***)

Vivimos en un mundo con profundas brechas en el acceso a recursos, oportunidades y libertad. El nuestro es un mundo con profundas divisiones en el tema de raza, clase, poder, nacionalidad y religión. ¿Cómo vivimos en el contexto de estas realidades? ¿Cómo nos afectan como individuos? Tenemos que responder a la dinámica social y política en las que vivimos y a menudo es a través de compartir nuestras historias y creando conexiones con personas que son diferentes a nosotros, que podemos empezar a comprender nuestro propio camino en una nueva luz. Al mismo tiempo, siempre debemos recordar que somos parte de sistemas mayores e instituciones de poder que nos afectan en formas que no siempre nos damos cuenta.

Cuanto más aprendía sobre las realidades de la opresión y la injusticia, más confundido me sentía con respecto a mi contribución al mundo. Sabía que tenía regalos para compartir con el mundo. Desde la edad de diez años, mi oración diaria de San Francisco era: "Señor, hazme un instrumento de tu paz." Sin duda mi deseo de educar a mis compañeros y colegas sobre el medio ambiente e inspirarlos a marcar la diferencia con su vida fue una encarnación de esta oración. Pero el camino en el que me encontraba lentamente comenzaba a enseñarme a que hay un mundo de diferencia entre ser un instrumento de paz y estar en una cruzada para enseñar al mundo. Una vez pensé que debe haber algún mensaje universal que, si todo el mundo lo escuchara, transformaría a la humanidad. Pero con el tiempo, empecé a escuchar-y aprender.

¿La pregunta para mí se convirtió en cómo se puede aprender a escuchar a los demás con un corazón y mente abiertos, aún cuando lo que escucho desafía algunas de las principales creencias y suposiciones en que mi realidad está construida? A menudo cuando encuentro una persona con un punto de vista diferente al mío, mi primera reacción es el miedo. Como la mayoría de los seres humanos, sospecho, tengo una tendencia a temer lo que no entiendo, ya sea un ruido extraño a la noche o un sistema de creencias que es desconocido para mí. He descubierto que muchos de mis prejuicios hacia otras personas provienen de un deseo auto protector, a no ser juzgado duramente por ellos. Una vez que tengo la sensación de que a otros no les gusta o me juzgan negativamente, soy propenso a distanciarme o separarme de ellos para que sus sentimientos no me lleguen a mí.

Puedo mantener una relación superficial agradable exteriormente, pero no estoy realmente dispuesto a una verdadera interacción porque estoy en el modo de vida de auto protección. Por otra parte, gente que yo pienso que me quiere o respeta se ubican automáticamente en mi lado bueno. Yo tiendo

a considerarlos como individuos altamente inteligentes con buen juicio y buenos instintos sobre las personas.

A mi amiga Lynne Twist le gusta decir, "Lo que apreciamos, aprecia." Si le damos más fuerza a lo que nos enfocamos a través del poder de nuestra propia atención, interactuar con otras personas desde el miedo probablemente nos conducirá a más desconfianza. Asimismo, interactuar con personas desde un lugar de apertura y curiosidad muy posiblemente abriría la puerta para que surja algo real y positivo.

En estos momentos que vivimos, dolorosos y hermosos a la vez, donde la verdad de nuestra interconectividad global ya no puede ser más negada, no va a haber tarea más importante que aprender a trabajar con la diversidad y la diferencia. A medida que nos encontramos con el poder de participar de las diferencias y abrazamos las verdades de nuestras diversas comunidades, también llegamos a conocernos más profundamente y descubrir una nueva relación con nuestros talentos y necesidades. Nosotros no sólo nos convertimos en seres más completos, sino que también hacemos más de nuestra parte para dar nuestro talento al mundo. De hecho, cada vez que desafiamos viejos patrones de separación y miedo y hacemos el trabajo para construir relaciones con otros sobre diferencias, lo hacemos en nombre del surgimiento de nuestros potenciales más altos para posteriormente servir a la evolución imperativa que ahora se enfrenta a la humanidad en su totalidad.

Para formar tu propio entendimiento sobre diversidad y explorar herramientas que te ayuden a trabajar mejor con la "diversidad" en tu comunidad, descarga en forma gratuita el libro de Ocean "El poder de la Sociedad" ("Power of Partnership") en: http://www.fetzer.org/resources/resource-detail/?resource_id=51

Ocean Robbins es el fundador y codirector de Sí! — "Los Jóvenes Líderes se conectan, inspiran y colaboran," (YES! — "Young Leaders Connect, Inspire and Collaborate,") fundada por Ocean Robbins en 1990, a los 16 años. Ocean ha hablado en persona a más de 200.000 personas y facilitado docenas de encuentros de jóvenes dirigentes de más de 65 países. Él ha servido como miembro de la junta de Amigos de la Tierra, Salva la Tierra Internacional, Centro Omni (Friends of the Earth, EarthSave International, Omni Center), y muchas otras organizaciones. Ocean es el autor "Elecciones para Nuestro Futuro" (*Choices for Our Future*) y "El Poder de la Colaboración" (*The Power of Partnership*)

Para más información, visite:

www.oceanrobbins.com

www.yesworld.org

Meditación: Volver a la Quietud



Peter Russell

La meditación no es tratar de ir a algún lugar, tampoco se trata de generar algún exaltado estado espiritual al que nos podemos aferrar. Más bien, todo lo contrario, la mediación es aprender continuamente el arte de dejar ir/soltar/desprenderse. Cuando dejarnos ir a nuestros pensamientos, nuestros temores sobre el pasado y nuestras fantasías sobre el futuro, nos encontramos siempre ante una conexión con nuestra propia naturaleza atemporal y eterna, que nos permite romper nuestra fijación con el ego y abrir nuestros corazones y mentes al descubrimiento de nuevas posibilidades creativas de nuestras vidas. Peter Russell nos brinda las herramientas y la disposición mental necesaria para acceder a nuestra naturaleza más profunda y practicar el arte de dejar ir/soltar/desprenderse en nuestras vidas.

Herramienta de práctica: Una meditación sobre el arte de desapegarnos de las cosas

Además de nuestro carácter, nuestra personalidad, nuestras costumbres, nuestras creencias, los errores que hemos cometido, las esperanzas que tenemos y todas las otras cosas que van hacia nuestra sensación de ser un individuo, existe una dimensión de nuestra identidad que nosotros no podemos describir tan fácilmente. Se trata del "YO" quien es el que experimenta, el prerrequisito previo de cualquier experiencia. Para conocer más directamente a este ser trascendental — y por lo tanto acercarnos a la verdad subyacente de nuestra existencia- hay un objetivo común con diversas técnicas de meditación. Su objetivo es poner fin a la actividad mental y así llegar a lo que las enseñanzas Hindúes describen como Samadhi — el estado de la “mente quieta”.

Tu conciencia sigue activa. Estás aun despierto. Tú, el que experimenta, sigues existiendo. Simplemente no estás perdido en tus pensamientos. Estás libre para conocer quien realmente es. Aquí yace tu verdadera identidad. Tu SER es conocido por lo que es; el individuo auto existente, la esencia de la conciencia.

Tal conocimiento no viene como una idea o un entendimiento, ya que ello haría del sujeto de la experiencia un objeto de la experiencia. Además, la mente en quietud es una mente que no se mueve por ideas o entendimientos — por lo menos, no como normalmente lo imaginamos. Este conocimiento proviene de una familiaridad directa. Uno simplemente es. Uno no es cualquier cosa; no hay sustancia o forma en nuestro ser. Pero su realidad es absolutamente clara— y es innegable. Es esta trascendencia del ego y el recuerdo de nuestra subyacente naturaleza que le da valor a la meditación. Aquí se encuentra la seguridad, la identidad y la paz que hemos estado buscando todo el tiempo. Aquí se encuentra la plenitud que hemos estado anhelando. Y con este sabor de verdad interior, volvemos al mundo un poco menos pegados a él.

Ningún momento de trascendencia aislado puede que nos ilumine para siempre. Nuestro condicionamiento es tan profundo y la atracción al mundo es tan fuerte que no pasa mucho tiempo para que una vez más nos encontremos envueltos en las maquinaciones de la mente-ego y una vez más empezamos a buscar fuentes externas de realización. Pero un poco de gusto queda, y nuestro apego al mundo puede que no sea tan fuerte como lo fue anteriormente. Y quizás después de otro intento en saborear la quietud interior, el apego sea un poco menos fuerte. Es por eso que por lo general se recomienda la práctica regular

de la meditación — una dosis diaria de hipnosis — un recordarnos a diario de nosotros mismos en nuestro estado no condicionado.

Para practicar entrar más profundamente a una conexión con tu propia naturaleza esencial, visita:

<http://www.peterrussell.com/Meditation/Meditations.php>

y escucha una meditación guiada de diez minutos del CD de Peter, el Arte de Soltar (*Art of Letting Go*)

Peter Russell es autor y maestro que integra a entendimientos orientales y occidentales de la mente, explora su relevancia para el mundo de hoy y para la humanidad del futuro. Tiene títulos en física teórica, psicología experimental e informática y ha estudiado extensivamente meditación y filosofía Oriental durante su estancia en la India. Fue una de las primeras personas en introducir seminarios del potencial humano en el ámbito corporativo y durante veinte años trabajó con grandes corporaciones. Sus libros incluyen “El Cerebro Global” (*The Global Brain*), *Despertar a Tiempo (Waking Up in Time)*, y recientemente “De la Ciencia a Dios” (*From Science to God*).

Para más información, visite:

www.peterrussell.com

Siguiendo la Guía de la Naturaleza



Elisabet Sahtouris

Los Antiguos Griegos tenían la intención de que la ciencia fuera el estudio de la Naturaleza como un medio para encontrar orientación para los asuntos humanos. Sin embargo, mientras que los seres humanos han observado durante mucho tiempo a la naturaleza como fuente de inspiración en la construcción de nuestras tecnologías — tejer como arañas, volar como las aves, computando información como cerebros, y ahora desarrollando materiales y construcciones basado en el nanoworld o mundo infinitamente pequeño — no hemos todavía basado nuestra economía en un estudio de la naturaleza, ni tomado en cuenta cómo cada especie que se sostiene así misma tiene que seguir la curva de aprendizaje de la naturaleza, desde la competencia hostil hacia la cooperación comunal adulta. Elisabet Sahtouris nos ofrece una orientación para poder vivir mejor conforme con la sabiduría de la naturaleza imitando a ecosistemas maduros y prósperos.

Herramientas de práctica: Escuchar la orientación la naturaleza

Las metáforas mecánicas y modelos que han servido a la ciencia occidental durante tanto tiempo, y que se han aplicado a cada organización social desde el Gobierno a los negocios, la educación, la producción de alimentos y la atención de la salud — todo visto como una maquinaria social —ahora están exigiendo nuevas metáforas y modelos derivados desde el propio proceso de la vida.

Necesitamos las artes para inspirar y reflejar este proceso maduro y vivo, ya que el proceso humano evolutivo debe ser tanto inspirado y reflejado en la danza, la pintura, la música, el teatro, la poesía, las historias, las películas, la fotografía y otras artes para darle impulso, comunidad, espíritu, corazón... en pocas palabras, ¡vida!, y tenemos que empezar a experimentar este surgimiento humano como una familia global (global y a la vez local). Y es la Naturaleza, en todas sus fascinantes complejidades creativas y oportunidades infinitas para la edificación y la educación, la que puede mostrarnos el camino!

Para aprender más acerca de cómo la naturaleza puede ofrecernos orientación para la creación de un futuro más sostenible para nuestro mundo, visite:

http://www.youtube.com/watch?v=j_immL2m1tg y siga los enlaces a una entrevista de tres partes con Elisabet Sahtouris en YouTube.

Dr. Elisabet Sahtouris es bióloga de la evolución, futurista, autor y conferencista. Tiene un post-doctorado en el Museo Americano de Historia Natural (American Museum of Natural History),

enseñó en el MIT y la Universidad de Massachusetts, contribuyó a la serie de televisión NOVA-Horizon, es miembro de la Academia Mundial de Negocios (World Business Academy) y miembro del Consejo Mundial de la Sabiduría. Es la autora de “Danza de la Tierra: Sistemas Vivos en Evolución” (*Earth Dance: Living Systems in Evolution*); *Un paseo a través del tiempo: De polvo de estrellas a nosotros (A Walk Through Time: From Stardust to Us)*; y *Biología Revisada* con Willis Harman.

Para obtener más información:

www.sahtouris.com

Encontrar la Abundancia en Nuestras Vidas



Lynne Twist

Muchos de nosotros, tal vez la mayoría, vivimos dentro de conversaciones con nuestro interior, perpetuas, que están incrustadas en las condiciones de escasez o la sensación de no tener suficiente. Nos despertamos en la mañana sintiendo que no dormimos lo suficiente y terminamos nuestro día sintiendo que no hicimos lo suficiente antes de irnos a la cama. No podemos permitirnos tener suficiente, nosotros no hacemos suficiente actividad física ni mediar lo suficiente — no disfrutamos de la vida

lo suficiente. Lynne Twist ofrece las siguientes prácticas durante el día y la noche como una forma para empezar a tener acceso a lo que ella llama la sorprendente verdad de nuestra suficiencia radical — que tenemos lo suficiente, hacemos lo suficiente y somos suficiente tal como somos. Al despertar a esta verdad en nuestras propias vidas, estamos facultados para dar luz a un mundo que refleja abundancia y provee a todos los seres vivos.

Práctica Nocturna

Antes de irse a dormir, en vez de lamentarse sobre lo que usted no hizo, recuerde los logros de su día y anote tres cosas por las que se siente más agradecido.

- Crear un "Diario de Gratitud Diaria" ("Daily Gratitude Journal") y anotar lo más destacado de la jornada. Esto podría incluir intenciones importantes o compromisos que se ha movido hacia adelante, o simplemente lo que estás apreciando sinceramente sobre la bendición de tu vida. Puedes observar situaciones en donde tu vida es suficiente o es perfecta tal como es, o escribir reflexiones sobre cómo tu vida se está transformando simplemente manteniendo el agradecimiento, apreciación y la abundancia como los temas centrales en tu vida.

- Una vez que hayas escrito esto, comprométete a dormir y entrar a un "dulce territorio de silencio," como Ángeles Arrien dice, para renovarse y rejuvenecer por la mañana. Cada noche, indique su clara intención de "re-proveerse" preparándose para el próximo día (no importa a qué hora vaya a la cama).

Práctica durante el día

Acostúmbrese a decirle a alguien lo que usted aprecia de ellos tan a menudo como pueda.

- Las apreciaciones pueden ser sobre cosas sencillas. Por ejemplo, puede decirle a alguien como le gusta el sonido de su voz, o cuan agradecido está de su ayuda o información, o podría reconocer la alegría con que la mujer de la lavandería le saluda al llegar. Esta práctica de simple apreciación de los demás nutre su experiencia, trabaja y transforma mágicamente su propio mundo de maneras significativas. Tendrás el poder para ver, prestar atención y reconocer la abundancia y la recompensa que te rodea cada día de tu vida.
-

Lynne Twist es una activista global, organizadora de donaciones, conferencista, consultora y escritora. Ha pasado más de tres décadas trabajando en posiciones de liderazgo con muchas iniciativas globales alrededor del mundo. Lynne es la autora del libro ampliamente aclamado “EL Alma del Dinero” (The Soul of Money) y fundó el Instituto El Alma del Dinero para expresar su compromiso de potenciar a las personas en la búsqueda de la paz y la abundancia en su relación con el dinero y la vida.

Para obtener más información
www.soulofmoney.org

Liderazgo Evolucionario: Estar al servicio de la Evolución Consciente



Diane Williams

Estar al servicio de la Evolución Consciente significa simplemente que tenemos que, tanto individual como colectivamente, asumir la responsabilidad de nuestro futuro destino trascendiendo las limitaciones de nuestro pasado. Nos desafía a dar un salto evolutivo hacia nuestra próxima etapa de la existencia humana. Y para ser dirigido por el camino hacia este salto colectivo, debemos verdaderamente comprender el concepto de sinergia — que el todo siempre es mayor que la suma de sus partes. Mientras que los esfuerzos colectivos pueden llevar mucho tiempo y energía, el resultado final es usualmente mucho más poderoso que si uno hubiese actuado solo. Liderazgo Evolucionario trata sobre comprometerse con otros para facilitar juntos el nacimiento de un salto evolutivo en la conciencia para el beneficio de la totalidad. Si podemos decir "sí"

a eso y sumergirnos nosotros mismos en un campo colectivo de potencial evolutivo donde todo es posible, entonces estaremos al servicio de la evolución consciente.

Herramienta de Práctica: Herramientas y Perspectivas que cada líder evolucionario necesita

1) Creer en la posibilidades infinitas

Para convertirnos en un evolucionario con nuestros pensamientos, necesitamos creer que “más” es posible para nosotros y para nuestro mundo de lo que existe actualmente. Se trata de avanzar y activar no sólo nuestro propio potencial más alto, sino también dar un paso más allá, a una zona emergente donde la verdadera evolución colectiva pueda tener lugar.

2) Comprometerse a una práctica

Comprometerse a una práctica espiritual como la meditación, nos permite acceder a un lugar más allá del espacio y tiempo y nos ofrece acceso a una fuente infinita que puede dirigir nuestro camino a través de la vida.

3) Encontrar Comunidades

Participar en una Comunidad Consciente es una gran oportunidad para empezar a pensar y actuar desde "nosotros" en lugar de desde "Yo". Una vez que estamos en una comunidad, necesitamos cultivar la capacidad para escuchar lo que está deseando emerger de la energía colectiva y, a continuación, actuar con ese impulso.

4) Cultivar la habilidad de entrega en todas las áreas de la vida

Esto incluye:

- Entregarse al Impulso Evolucionario y permitirle que nos guíe en el camino.
- Entregarse a las Leyes Universales concientizando sobre el hecho de que siempre estamos conectados al “todo”, todo lo que existió y todo lo que existirá. Debido a que existen leyes que rigen el universo, tenemos que tomar conciencia de cómo nosotros, como seres conscientes, establecemos estas leyes y las ponemos en movimiento creativamente a través de nuestros pensamientos, acciones, intenciones, creencias y oraciones.
- Entregarnos a nuestra intuición más profunda y a los signos y sincronicidades que emergen para guiar nuestra vida diaria.
- Entregarnos a nuestro Auténtico Ser, porque tenemos que ir más allá del ego si queremos verdaderamente evolucionar y estar a total servicio de la evolución consciente.

Diane Williams es la Fundadora y Presidente de la Fundación “Fuente de la Sinergia”. Ella sirvió como primer Presidente (Chairperson) del NGO Comité sobre Espiritualidad, Valores y Asuntos Globales (CSVGCONY) en las Naciones Unidas, Nueva York. También trabajó como Co-Presidente y Co-fundadora de este Comité en las Naciones Unidas en Ginebra, donde fue originado. Diane fue la co-creadora del Sitio Sagrado (Sacred Place) en la Cumbre Mundial de las Naciones Unidas sobre el Desarrollo Sostenible (Sustainable Development), así como también una de las Co-Fundadoras de la Coalición para Una Voz (Coalition for One Voice). Ella también sirve en una serie de

Consejos Globales de la Comisión Mundial sobre Conciencia y Espiritualidad Global (Global Councils of the World Commission on Global Consciousness and Spirituality).

Para obtener más información

www.sourceofsynergyfoundation.org

www.csvgc-ny.org

Encontrar nuestro Propósito en la Vida



Katherine Woodward Thomas

Cuando maduramos más allá de las preguntas centradas en uno mismo, "¿Qué quiero de la vida?" y evolucionamos hacia una perspectiva más centrada en el cosmos, preguntamos, ¿"Qué quiere la vida de mí?" no se tarda mucho hasta que comenzamos a recibir respuestas. El impulso creativo de la vida ya no nos está susurrando amablemente en nuestros momentos tranquilos y contemplativos. Más bien, estalla, hablándonos fuerte y claro, sonando como un sonajero en nuestra mente, golpeando nuestro plexo solar y demandando que comencemos a organizar nuestras vidas en torno a realizar nuestros mayores potenciales y hacer nuestras mayores contribuciones en servicio a algo más

grande que nuestra propia vida. Katherine Woodward Thomas ofrece una práctica y un audio de reflexión sobre cómo podemos empezar a entrar a una alineación más profunda con el objetivo superior de nuestras vidas y con el fin de realizar nuestras mayores contribuciones.

Herramienta de práctica: Jugando el juego más grande que se te pueda ocurrir

A menudo, como no podemos ver cómo algo podría llegar a buen término, o porque pensamos que no tenemos suficiente tiempo, dinero o apoyo para producir aquello que sentimos como un llamado, cerramos las energías creativas de la vida que están tratando de dar a luz algo nuevo en el mundo a través de nuestra vida. Al hacerlo, dejamos de ser socios con la vida, y experimentamos una pérdida de vitalidad, inspiración y creatividad.

Muchos de nosotros hemos estado viviendo vidas demasiado pequeñas, y nos hemos estado organizando alrededor del cumplimiento de nuestra propia felicidad personal, dormidos a un contexto más amplio, exhortando a nuestras vidas. Sin embargo, hasta que no empezamos a vivir alineados a las grandes posibilidades de nuestras vidas y nos comprometamos plenamente a hacer nuestras mayores contribuciones en servicio del florecimiento pleno de todo, nos sentiremos sin propósito y quizás incluso suframos sentimientos crónicos de depresión y ansiedad.

Sin embargo, al entregarnos plenamente para asociarnos y co-crear con una fuerza y un campo de vida superior a nosotros mismos, ofreciéndonos para comenzar a dar a luz los potenciales no manifestados de la vida en el mundo de la manifestación, de repente aparece una vitalidad radical y de elevación en el campo. Una vez creímos que el mejor juego que nosotros podríamos jugar era un desafío demasiado grande y muy difícil, pero de repente empezamos a comprender que lo

contrario es lo cierto. Para paso a paso entrar en el compromiso de sacar lo mejor que tenemos para ofrecer en servicio de un bien mayor, comenzamos a jugar el juego que la vida misma está jugando—el traer los mayores niveles de bondad, atención, creatividad y bienestar a nuestras vidas y a nuestro mundo! Al hacerlo, nos proveemos nosotros de una cantidad ilimitada de apoyo y suministro en la creación de todo lo que afirme la vida, mejore la vida y expanda la vida. No podemos pretender que tomar el compromiso de hacer realidad nuestro más alto potencial y hacer nuestra mayor contribución es solo una opción personal. No es así. En la medida en que usted y yo no estemos realizando nuestras más elevadas potencialidades individuales no estaremos tampoco colectivamente realizando las potenciales superiores de la sociedad humana. Nuestra llamada a despertar se puede escuchar ahora en voz alta y clara. ¡La oímos, la entendemos y estamos respondiendo! Muchos de nosotros estamos reorganizando nuestras vidas enteras para alinearnos con la intención de evolucionar conscientemente y comenzar a co-crear aquello que es lo más cierto, lo más noble, lo más solidario y lo más significativo para nuestro mundo.

Práctica:

La siguiente práctica pretende apoyarlo a que descubra el propósito de su vida. Permítase entrar a un espacio más profundo y amplio, extendiendo energía hacia la tierra y saliendo de los límites de su habitación. Suavemente entre en un estado de profunda audición y profunda receptividad. Ríndase a una unión con una fuerza y un campo de vida superior al suyo. Permítase sentirse plenamente apoyado y contenido por este campo benevolente de la vida. Comience a notar sus deseos más profundos, todo lo que usted anhela experimentar y expresar en la vida. Acepte que “La VIDA” lo está apoyando mientras lo conecta con lo que anhela crear y contribuir.

Hágase las siguientes preguntas, permitiéndose sentir plenamente lo que evocan dentro de usted:

¿Qué es lo que más profundamente deseo experimentar en la vida?

¿Qué es lo que más profundamente deseo expresar en la vida?

¿Qué es lo que deseo más profundamente crear en la vida?

¿Qué es lo que más profundamente deseo contribuir a la vida?

Cuando esté listo, puede abrir los ojos y comenzar a escribir todo lo que desea experimentar, expresar, crear y contribuir en su vida, reconociendo que las energías co-creativas de la vida lo están llamando y apoyando para que empiece a actuar sobre sus deseos más profundo.

(Nota: la enseñanza y el ejercicio anterior fue co-creado con la maestra y socia Claire Zammit, y es parte de la enseñanzas del "Poder Femenino" co-creada por Katherine & Claire.)

Declaración de Poder:

"He venido aquí para tener un impacto en el mundo y tengo todo lo que necesito en este mismo momento para comenzar a organizar mi vida para realizar mi mayor contribución".

Para profundizar sobre el mayor propósito de su propia vida, [Haga clic aquí](#) y escuche un audio de 10 minutos dirigido por Katherine Woodward Tomás llamado "Realizando Nuestras Mayores Contribuciones".

Katherine Woodward Thomas es la autora del bestseller superventas "The One". Ella es psicoterapeuta, co-creadora y co-líder, además de maestra asociada junto a Claire Zammit, de los cursos transformadores "Poder Femenino y la Comunidad Global del Poder Femenino". Ella también es co-creadora/ co-presentadora de la aclamada tele serie Mujeres al borde de la

Evolución, que reúne a miles de mujeres semanalmente para emprender una investigación sobre el papel de la mujer en la co-creación del futuro de nuestro mundo y con algunas de las luminarias femeninas más preeminentes del mundo, pensadoras, científicas, artistas y agentes de cambio. Katherine actualmente está co-escribiendo el próximo libro, Poder Femenino: despertar a la fuerza creativa de la vida.

Para obtener más información visite:

<http://www.FemininePower.com>

Llevar la Conciencia Espiritual al Lugar de Trabajo.



Tom Zender

La espiritualidad es uno de los mayores recursos sin explotar en el mundo de los negocios. De acuerdo a Tom Zender, del mismo modo que ocurre con la separación de la Iglesia y el Estado, nuestra cultura vive bajo una separación tácita entre Dios y el Trabajo, impidiéndonos utilizar al máximo la riqueza de la

espiritualidad en nuestro entorno laboral y el trabajo de la vida diaria.

Pero una revolución ya está en marcha, las viejas formas de operación de negocios basadas en ganancias y devolución, dan paso a emergentes de entornos creativos y de colaboración basados en el avance de toda la humanidad hacia una causa común. Tom Zender ofrece seis herramientas simples que pueden elevar la conciencia de cualquier entorno de negocio y nos ayuda a mantener nuestro conocimiento espiritual a través de estos tiempos que cambian rápidamente. Herramienta de práctica: Prácticas para fomentar la conciencia espiritual en el lugar de trabajo

1) Rezo

La oración puede hacerse ya sea individualmente o en grupos con los compañeros de trabajo. Es una excelente manera de llevar la intención de colectiva y el enfoque a su jornada de trabajo.

2) Meditación Silenciosa

La meditación ha demostrado ser una de las mayores maneras de reducir el estrés y aumentar la productividad, una ventaja en cualquier entorno laboral.

3) Lectura

Traer la lectura de libros espirituales al trabajo es una de las mejores maneras de mantenerse en contacto con palabras de sabiduría y de inspiración durante el día.

4) Journal

Tener un journal o cuaderno con anotaciones personales en el trabajo, es una gran herramienta para reflexionar sobre uno mismo y nos permite un momento para desacelerarnos y conectarnos con nuestro ser más profundo.

5) Educación Espiritual

Además de asistir a las instituciones espirituales o religiosas formales, tomar cursos prácticos y seminarios con líderes y escritores inspiracionales puede ser una excelente manera de revitalizarse uno mismo para el trabajo.

6) Dar

Una de las prácticas más poderosas que cualquier individuo o empresa puede realizar es devolver al mundo exterior. Las empresas pueden devolver ya sea a través de dinero, bienes y productos, u oportunidades a sus empleados para realizar tareas voluntarias en la comunidad.

Tom Zender es Presidente Emérito de la Unidad, un movimiento espiritual trans-denominacional para elevar la conciencia para una vida pacífica. También ha ocupado puestos de dirección en General Electric, Honeywell y ITT, y fue vicepresidente superior de empresas tales como NYSE y el NASDAQ. Tom forma parte del consejo sin fines de lucro de la Asociación para un Nuevo Pensamiento Global y ha estado en el consejo sin fines de lucro el Foro para Directores Corporativos y la Universidad de Ottawa. Tom escribe y habla sobre la importancia de elevar la conciencia corporativa para la integridad de los negocios, el comercio consciente y la paz económica. Tom es autor de “Dios Va al Trabajo”.

Para obtener más información visite:

www.tomzender.com

El Toolkit de los Líderes Evolucionarios ha sido traducido al Español por Silvia y Jorge Patrono, creadores del sitio de internet

www.creandotuvida.com

www.youtube.com/creandotuvida

<http://www.ustream.tv/channel/creando-tu-vida>