



101 Caminos hacia la Paz

por David R Hawkins Seminario Paz 8 de Agosto de 2009

1. Deja de intentar cambiar y controlar a los demás. La fuente de felicidad está únicamente en tu interior. La Paz ha de ser una decisión que construyes. Puede existir en medio de la guerra, la devastación y la catástrofe.

2. Deja de querer 'vengarte'.

3. Deja de querer estar en lo "correcto" y hacer que los demás estén "equivocados"

4. Practica el discernimiento en lugar del prejuicio (el prejuicio dice, "Ellos deben ser diferentes"; el discernimiento ve la esencia y la verdad de una persona, pero sin juicio).

5. Se modesto en las opiniones.

6. Perfectas habilidades diplomacias y gentileza.

7. Se amable y considerado.

(Yo era del club probablemente más exclusivo de todos los ricos y poderosos de Nueva York. Todos eran amables. Estaban solícitos por el bienestar físico y psicológico. "Aquí, ¿puedo conseguirle algo de beber?" La Divinidad es una cualidad de la conciencia, no de la personalidad, la edad, el sexo. Es la Divinidad quien te pregunta, "¿Qué te gustaría tomar?" Se amable. Ese es tu Dios-naturaleza.)

8. Mantén la serenidad como objetivo.

9. Está bien estar "equivocado" o indecisos.

10. Calibra las opciones, ser flexible.

11. No es necesario tener una opinión sobre todo.

12. Evita las demostraciones de paz.

13. Recuerde que Sócrates era bajito y feo.
 14. Valora la sabiduría por encima de ser "correcto"
 15. Busca el consejo del sabio (todo el mundo debería tener un psicoterapeuta).
 16. Date cuenta de que influyes en los demás por lo que eres, no por lo que haces (la mejor cosa que puedes hacer por el mundo es sentarte y callarte! Solo el tener buenos pensamientos es diferente)
 17. Evita el activismos y la pedantería.
 18. Agradece tus bienes (el bien más importante es el interés espiritual).
 19. La humanidad ha sobrevivido millones de años sin tu ayuda.
 20. Se tu mismo tu mejor amigo.
 21. Ten cuidado con los bien intencionados (que quieren el control por "tu propio bien", por supuesto!)
 22. Lee Do- Gooders (los bien- intencionados) de Mona Charen.
 23. Deja que los demás ganen.
 24. Ten cuidado con las consecuencias no deseadas.
 25. El niño inocente está presente en todo el mundo
 26. Reza para ver las cosas de manera diferente -replantea / recontextualiza.
 27. Acepta que la mayoría de las personas poseen una conciencia basada en el ego. (baja tus expectativas - Ellos aparentan solo para sobrevivir).
- (Acontecimiento psíquico interior: un día caminando por el bosque, vi una visión del sufrimiento de toda la humanidad a través del tiempo, como un manto tirado. Cambié de ser muy religioso, incluso hiper- religioso, a convertirme en ateo y después agnóstico. No me di cuenta de que lo que me fue revelado no era la Divinidad, sino el ego. Llevó 20 años darme cuenta de este error.)
28. "No juzgues para no ser juzgado" (si pudieran hacer o ser mejores ,lo haría).
 29. Todos los puntos de vista son arbitrarios.
 30. Renueva los pensamientos, agradeciendo.

31. La mente es un "ello", no un "tú" (las conversaciones mentales a todas horas, eso es el ego. El Espíritu no habla.)
32. Críticos los hay a montones.
33. Revisa "Delirios Populares Extraordinarios" y "la Locura de las Masas" de Mackay. (El último delirio está calentando la tierra)
34. Mantén el sentido del humor: el gas del ganado (metano) frente al gas de 70 millones de bisontes como causa del calentamiento de la tierra ... Si fuera verdad, la tierra hubiera sido una bola de fuego con muchos bisontes dando vueltas!
35. Todo el mundo asume que ellos tienen razón y los demás están equivocados (Oso Yogui- "Tengo muchos conflictos, pero equivocarme no es uno de ellos!")
36. Trata de comprender a los demás en lugar de cambiarlos.
37. Sirve a Dios en lugar de al yo- narcisista.
38. Trata de participar en lugar de dominar.
39. Está bien equivocarse.
40. Evita el conflicto por la superioridad moral.
41. Ayuda a los demás a encontrar el bien en sí mismos.
42. Cede a "lo que es" frente a "lo que debería ser".
43. Está bien simplemente "ser" en lugar de "hacer" o "tener".
44. Entregar tu voluntad a Dios.
45. Lo pasado, pasado.
46. Si no tienes nada bueno que decir sobre una persona, entonces no digas nada en absoluto.
47. Date cuenta de que la humanidad ha estado en guerra el 93% de su historia registrada. "la fiesta de guisantes" es poco probable.
48. Aceptación: "por lo que eres".
49. Fatalismo, lo que será, será - influencias kármicas.
50. Desarrollar un carácter pacífico. Se consciente del poder de la Naturaleza (la naturaleza ama).

51. Ve la belleza de todo lo que existe (una pulgada cúbica del Campo Infinito de la Conciencia es mayor que la masa total del universo entero).

52. Valora la quietud.

53. Abandónate a la voluntariedad, el silencio del niño interior.

54. Practica las virtudes.

55. Recuerda "Paz en la tierra, a los hombres de buena voluntad"

56. Esfuérzate por ser angelical frente a luciferino.

57. Practica el "No atraer, no repeler" –Buda.

58. Acepta los papeles sociales de los demás.

59. Estudia para entender a los demás.

60. La Experiencia Próxima a la Muerte es una de paz total.

61. Sólo el ego es vulnerable, el verdadero Ser es eterno.

Después de la comida: Regresamos a propósito tarde, por lo que no se sientan culpables por haber llegado tarde! Risas.

A una persona argumentativa que quiere debatir contigo, se le puede decir, "Tienes algo en la barbilla ¿Es el ketchup?

Mayonesa? Espinacas? Risas ...

Derrumba su opinión. Aprendí eso en boxeo.

62. Vive cada instante que es innatamente pacífico.

63. Sepárate del control; se el testigo-observador (no es un yo personal el testigo).

64. Práctica la meditación y la contemplación (el testigo-observador se volverá entonces dominante).

65. Diferencia lo que quieres de lo que necesitas.

66. "Lleva el mundo como una prenda suelta"

67. Diferencia apariencias de esencia.

68. Sé amable con toda la vida.

69. Ten animales domésticos y un pequeño jardín.

(Soy consciente de los árboles. No clavo el hacha en un árbol - ¿Crees que el árbol no se da cuenta de eso?

Verdadero en la prueba muscular: "Incluso un árbol es consciente de que eres un emisario de Dios. Toda la naturaleza sabe de la Divinidad de tu esencia y se inclina ante ella."

Amo todas las cosas porque su esencia es la Divinidad.

Al igual que al sapito. ¡A él le encanta ser un sapo! Brinca por el escenario como un sapito. Todo lo que existe es digno de reverencia.)

70. Disminuye las expectativas ante los demás (nadie será lo que tu quieras que sea).

71. La mente en tus propios asuntos.

72. Haz una lista de preocupaciones (y a continuación priorízalas - de esa forma, la mente se relaja).

73. Chocolate frente a vainilla, está implícita una elección.

74. Diferencia el punto de vista emocional frente a espiritual ("Bien, así es como me siento!" ¿A quién le importa?)

75. Utilizar la lógica en lugar de la emoción.

76. Pide un milagro.

77. Hoy es el mañana del ayer.

78. Habla de ello con un amigo.

79. Aceptar "el peor escenario que se de".

80. "Pensaré sobre ello mañana" (Lo que el viento se llevó).

81. La paz existe en medio de la guerra.

82. Las cosas podrían ser peores.

83. La vida es transitoria.

(La muerte- en la Infinita dimensión del tiempo, nos estamos yendo todos juntos. Algunos han ido delante para cogernos plaza de aparcamiento y poner un cartel que nos diga dónde ir. Risas ...)

84. Usted fue creado por Dios (Prueba muscular VERDADERO: "Todos nosotros fuimos creados por Dios." ¡Ha! ¡Y aquí pensaban que era un espermatozoide y un huevo!)

85. Deja de preocuparte por la dieta.

86. Dejar de tratar de ser feliz (¡Solo SE feliz!).

87. Deja de ser rico y famoso.

88. Recorre el laberinto.

(El efecto sobre la conciencia es el mismo si lo trazas con un lápiz.

Prueba muscular VERDADERO: "Esa es una verdad mística Nadie sabe la razón de ello"

"El padre aporta un profundo sentido de paz.

Como con el patrón de las cuentas del rosario y la oración.

VERDADERO en la prueba muscular: "Cada una de estas cosas trae la paz interior." No depende de la creencia o de ser Budista o Cristiano, cualquiera puede tener este resultado. Está más allá del sistema de creencias. Es un patrón geométrico – en matemáticas, el Toro.)

89. Haz el Rosario.

90. Haz girar la rueda de la oración.

91. Escribe un testamento.

92. Deja el seguro de vida.

(Tiene que ser realista sobre las cosas. Un testamento y un seguro significa que tu muerte beneficiará a alguien. Si no tienes parientes, puedes contratar una póliza de seguro y dejarlo a los gatitos y perritos de la Sociedad Protectora de Animales.)

93. Ver por TV canales de animales.

94. Olvida los rencores.

95. Deja de ser un adicto a la adrenalina.

96. Déjalo estar cuando sigas adelante.

97. Deja la codicia (gusanillo rapaz).

98. Invoca tu Buda-Naturaleza.

99. Vive en el espacio bajo de pensamientos.

100. Habla con cordura de ti mismo ante el espejo.

101. Habla de ello con tu terapeuta o psicólogo (Sonríe a Susan: ¡Yo tengo una gran esposa!)

¡ Os invitamos a todos a participar en el **Grupo de Estudio** de la obra del Dr. David R Hawkins en español
“Descubriendo la Luz” !

Web del Grupo

<http://descubriendolaluz.wix.com/david-r-hawkins>

En GOOGLE

http://groups.google.com/group/descubriendo-la-luz/sub?s=duqn_hQAAACQBLffynfv5Bx6iCNBWZJqRC1zALBlqM5zBP5AaUuqQw&src=email&hl=es

Perfil en FACEBOOK

http://www.facebook.com/descubriendolaluz.estudiantesdedavidrhawkins/friends?ft_ref=mni

El Poder Contra la Fuerza

<http://www.facebook.com/groups/elpoderContraLaFuerza/>

Canal YouTube.com

<http://www.youtube.com/user/DescubriendolaLuz?feature=mhee>

Página en Scribd.com <http://es.scribd.com/descubriendolaluzh>

Espacio Português- Español- English

<https://sites.google.com/site/livrosespirituais/>

Traducciones Amateur Realizadas por el Grupo de Estudio.

- “El Poder contra la Fuerza. Los Determinantes Ocultos del Comportamiento Humano” (2001 -1995 original). Versión en español de la Edición Oficial Revisada por el Autor publicada en Mayo de 2012.
- “El Ojo del Yo. Al cual nada le está oculto” (2006 -2001 original) Ediciones obelisco. Edición Revisada por el Grupo de Estudio de Noviembre de 2012.
- “Yo”: Realidad y Espiritualidad.
(Rev 2 Diciembre de 2011- 2003 original)
- “Trascendiendo los Niveles de Conciencia.
(Rev 2 Marzo 2012 – 2005 original)
- Por el Camino de Luz (365 Citas) - (Junio 2011 – Febrero 2011 original)
- Curación y Recuperación.
(Selección de Conferencias Holísticas; Preocupación, Miedo y Ansiedad; Perder Peso, Cáncer, La Muerte y el Morirse - 2009 original)
- 101 Caminos hacia la paz. Conclusiones del Seminario Paz.
(Julio 2011 –de 8 de Agosto 2009).
- 101 Caminos para el éxito por David R. Hawkins. Seminario en Long Beach, de 3 de Octubre de 2009.
- 101 Caminos hacia la Felicidad por David R Hawkins. Seminario Felicidad, Prescott 25 de abril de 2009.
- No-dualidad: Investigación de la Conciencia y la verdad del Buda.
- Conferencia “Amor” 17 de Septiembre de 2011 citas de la última conferencia pública del auto y video subtulado con sus últimas palabras a los estudiantes.
- La Verdad contra la Falsedad. Como Discernir la Diferencia. (Sección IV La Conciencia Elevada y la Verdad. Tablas de calibraciones. 2005 original)
- Descubrir la Presencia de Dios. Devoción a la No-Dualidad.
(Abril 2012 – 2006 original)
- Dejar ir: El camino de la Entrega. (Enero 2013- Noviembre 2012 original)

Todos estos libros y literatura en español citada en ellos se puede encontrar en las páginas del Grupo de Estudio.

Libros de David R Hawkins

Dissolving the ego, Realizing the Self. Citas del autor.
Along the path of Enlightenment. 365 citas del autor
Healing and Recovery
Reality, Spirituality and Modern Man
Discovery of the Presence of God: Devotional Nonduality
Transcending the Levels of Consciousness: The Stairway to Enlightenment
Truth vs. Falsehood: How to Tell the Difference
I. Reality and Subjectivity
The Eye of the I: From Which Nothing Is Hidden
Power vs. Force: The Hidden Determinants of Human Behavior
Dialogues on Consciousness and Spirituality
Qualitative and Quantitative Analysis and Calibration of the Levels of Human Consciousness
Orthomolecular Psychiatry (junto a Linus Pauling)
Letting Go: The Pathway of Surrender

David R Hawkins, 1927- 2012,

doctor en Medicina y Filosofía, fue director del Instituto para la Investigación Espiritual, S.A, y Fundador del Camino de la Devoción a la No-Dualidad. Está reconocido como investigador pionero en el campo de la conciencia, así como también lo está como autor, conferenciante, clínico, psiquiatra y científico. Ha servido como asesor a Católicos, Protestantes, y monasterios Budistas, apareció en importantes programas de televisión y radio, y dio conferencias en lugares tales como la Abadía de Westminster, el Fórum de Oxford, la Universidad de Notre Dame, y la Universidad de Harvard. Personas de todos los ámbitos de la vida y nacionalidades honran al Dr. Hawkins como un maestro de la conciencia avanzada, como ejemplo, recibió el título de “Destacado Maestro del Camino hacia la Iluminación”. Su vida está dedicada a la elevación de la humanidad.