

# MISIÓN RAHMA

## “SOL EN LA TIERRA”

### EL PODER DE LA MENTE (Grupo de Practicas para Niños)

#### (Práctica: Pensar en un limón)

Siéntate cómodamente. Afloja la ropa que te apriete y olvida tus preocupaciones. Respira hondo y relájate. Piensa en un limón. Ahora ves su **color amarillo** y su textura. Notas al **tacto** la forma de su piel y la forma de sus extremos, así como la sensación de su peso. Con un afilado cuchillo lo cortas por la mitad.

Notas el **olor fuerte y penetrante** que te trae recuerdos; aprietas una mitad y ves las gotas de zumo que salen despedidas. Disfrutas del **olor**. Después, lo acercas a tu boca y pasas la lengua por la parte recién cortada. Te das cuenta del **sabor ácido** y potente de la fruta. Observa cuanta saliva has producido.

Esto es una pequeña prueba al alcance de cualquiera para observar el poder de la mente sobre el cuerpo.

Es necesario saber que existe una fuerza inmensamente superior a la electricidad y a la dinamita: esa es la fuerza del pensamiento.

Cuando piensas en algún amigo, o en un miembro de la familia, etc., empiezas a emitir ondas mentales. Estas ondas son como las de las emisoras de radio. Estas ondas viajan a través del espacio y llegan a la mente de aquella persona en la cual estamos pensando.

Tenemos que saber que así como el hombre tiene mente, así también todo el Universo tiene mente. Existe la mente humana y la mente cósmica.



El Arquitecto que va a edificar una casa, lo primero que hace es el proyecto mental. La construye en la mente, la proyecta en el plano, y por ultimo la cristaliza materialmente. Así toda cosa, toda edificación, existió primero en la mente. No puede existir nada en el mundo físico o material en que vivimos, sin antes haber existido en el mundo de la mente.

Recuerda que el mundo es un producto de la mente. Uno es lo que es por la mente. Tú puedes cambiarte totalmente haciendo uso de la fuerza del pensamiento.

El pobre es así porque quiere ser así, con la mente se sostiene pobre. El rico y poderoso es así porque con la mente se hizo así. Cada cual es lo que quiere ser con la fuerza de la mente. Cada cual proyecta en el mundo de la Mente Cósmica lo que es y lo que quiere ser. Los proyectos de la mente se materializan o cristalizan y entonces tenemos en la práctica nuestra vida rica o miserable, feliz o desgraciada.

Todo depende de la clase de proyecciones mentales que han cristalizado. Así como la nube se condensa en agua y el agua se condensa en hielo, así también la fuerza mental.

Primero nubes (proyectos), luego agua (circunstancias, desarrollo del proyecto), y por último el duro hielo (el proyecto convertido en hechos concretos).

Todo lo que a nosotros nos ocurre está en nuestra mente y se refleja hacia fuera porque están en la mente individual como creencias, opiniones firmes, establecidas como conceptos. Todo, todo esto está en la mente de cada quien. Debemos saber que podemos borrar todo lo que hemos pensado mal. Las cosas que te ocurren son buenas porque has pensado positivamente.

Todo pensamiento que va acompañado por un sentimiento, se manifiesta más rápidamente y con mayor fuerza. Jesús dijo: "Tal como piensa el hombre en su corazón, así es él".

Para poder elevarnos espiritualmente tenemos que elevar nuestros pensamientos que son la fuente y la materia creadora de todo lo creado, "así como piensas será el mundo que te rodee".

Si no crees poder salir de un pozo aunque este tenga mil salidas no podrás salir de él, porque lo primero es la voluntad, y la creencia de que puedes.

Cuando Dios creó el universo lo hizo a través del pensamiento creador, el mismo que poseemos nosotros pero con la certeza, la fe absoluta de que es así, sin nuestros miedos limitadores, dudas, y cuestionamientos de que es "realidad o verdad".

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