

Meditación Introspectiva: Aumentar la conciencia

Sumo Sacerdote HC 666

[Octubre 1, 2021](#)

En el sitio web de la Alegría de Satán, hay muchas meditaciones de poder. Las meditaciones de poder trabajan para incrementar tu poder personal, hacer avanzar tu alma, limpiarla y llevarte a un nivel superior de poder. Hay otras formas de meditación, que incrementan tu poder, incrementando tu conciencia y autoconciencia.

En efecto, así como otras meditaciones aumentan el poder puro del alma humana, estas meditaciones trabajan para rectificar el aspecto mental de un ser humano, para hacer la mente más eficiente. A través de esto, el rendimiento y la capacidad de utilizar la fuerza generada que genera la meditación, se hace más pronunciada.

Por esta razón, otro nivel de capas de meditación que no existía en la JoS, son las meditaciones de expansión de conciencia. Estas meditaciones trabajan para hacer lo que el título dice: expandir tu conciencia y tu mente.

Una forma básica de lograrlo es aumentando el autoconocimiento y la autocomprensión. Cuanto menos auto comprensión uno tiene, menos uno es capaz de saber lo que uno necesita hacer, donde uno necesita ir, o como uno tiene que responder a una situación que emerge en su vida en cualquier nivel.

Otro gran problema que todo Satanista Espiritual tiene que vencer, es el problema de la falta de conciencia. Muchas personas vagan por la vida completamente inconscientes, sin ninguna comprensión de sí mismos o de

la vida externa. Cuanto más se baja en la escalera de la comprensión, muchas personas se comportan de forma completamente inconsciente, esclavas de todos los caprichos y debilidades que se presentan debido a eso exactamente: falta de consciencia o de control.

La meditación que sigue, aunque parezca muy sencilla, es un bloque fundamental que puede hacer o deshacer toda tu vida. Mucha gente vive su vida en un modo amnésico, cuyo nivel más bajo es ser casi inconsciente de la propia existencia.

Mucha gente hace cosas como las que se aconsejan aquí en esta meditación de forma natural, y por eso mucha gente acaba aquí.

Los pensadores excesivos entran en esta categoría, pero también se incurre en este estado meditativo cuando uno se ha enfrentado a algo fuerte durante su día. Por ejemplo, una disputa o una discusión, y al irse a la cama no pueden dormir porque están pensando en lo que podrían haber dicho de otra manera y así sucesivamente.

Esta meditación era básica en los pitagóricos y en la mayoría de las escuelas antiguas. Produce el crecimiento de la mente y aumenta la conciencia del yo.

Básicamente, es la introspección consciente. Sin embargo, esta meditación que parece muy simple al principio, es tan simple como la persona que la hace: Con el mayor nivel de avance, la comprensión que surgirá de este «hábito» o meditación, será acumulativa.

Hay dos maneras sencillas de utilizar esta meditación en la rutina diaria. Uno de estos métodos es este, haciendo esto en la mañana y en la noche.

Meditación de Introspección:

Nivel: Principiante

Esta meditación es una meditación que ha sido formulada alrededor de las principales enseñanzas del Pitagorismo. Meditaciones similares han existido en todas las Escuelas Antiguas. Esta meditación era una meditación mental básica para construir los cimientos de los niveles posteriores de potenciación de la mente.

El objetivo de esta meditación es aumentar la conciencia, la comprensión y la memoria.

1. Cuando te despiertes por la mañana, salvo que te ahogues en el estado letárgico de haberte despertado, convoca tu poder mental concentrándote en cualquier cosa significativa que haya ocurrido durante el sueño. Intenta traer a la memoria imágenes o concéntrate en un sueño que hayas tenido durante unos minutos.
2. Después de salir del estado de sueño pesado, empiece a pensar vívidamente en cómo va a pasar el día, qué va a hacer, y esto sólo durante 1-2 minutos. Para ambos pasos es importante utilizar la visualización. Soñar despierto también puede ser suficiente. Es clave usar tu visualización.
3. Al final, intenta que tu mente reflexione sobre lo que acabas de hacer. Si, por ejemplo, has tenido un pensamiento de miedo, intenta que tu mente te muestre por qué ha sido así. Esto entrena a la mente para que aprenda a analizar sus propios sentimientos.

Después, empieza la mañana. La parte anterior es opcional. La parte de abajo, que tiene lugar por la noche, es la parte más importante de esta meditación y podrías hacer sólo ésta si tienes poco tiempo, a pesar de que la anterior sólo te lleve 2-3 minutos.

4. La parte más importante de esta meditación, comienza por la noche antes de acostarse. Efectivamente, lo que se supone que debes hacer es, mientras estás tumbado en la cama, intentar hacer una evaluación tranquila y positiva de lo que has hecho hoy. Qué comiste, a dónde fuiste, cómo aprovechaste el día.

5. Progresivamente, puedes incluir más preguntas de calidad como «¿cómo podría haber hecho mejor mi día de hoy?». Si te has enfadado o has discutido con alguien, puedes preguntarte «¿cómo podría haberme comportado de otra manera? ¿Por qué me he comportado así?»

6. Después de esto y sin relación con tu introspección, puedes combinarlas con afirmaciones positivas [O Autohipnosis Positiva]. Esto ayudará también a dormir profundamente.

7. El objetivo de esto es hacer que la mente comprenda el hábito de pensar, recordar, visualizar.

8. Para hacer esta meditación más avanzada, trae a tu mente los recuerdos de tu día, visualízalos y repásalos. Pueden ser cualquier recuerdo de tu día. Para aumentar la calidad de esta meditación, puedes añadir preguntas o afirmaciones constructivas y beneficiosas.

A medida que avances, intenta traer de vuelta a tu mente los recuerdos de tu día de la forma más vívida posible e incluir el mayor número de sentidos a tu memoria.

9. Lo anterior potencia todas las funciones de tu mente, incluyendo el recuerdo, la visualización y demás. A largo plazo, esto es necesario para meditaciones específicas de la categoría más avanzada de esta sección.

Dependiendo de las inclinaciones de cada uno, el contenido de esto puede cambiar y avanzar a la par que tú avanzas. Lo anterior sólo refleja la instrucción muy básica y el fundamento de esto para el uso diario fácil.

La importancia es enseñar a la mente a ser conscientemente consciente de tu vida, tu comportamiento, tu existencia. Esta meditación enseña a tu mente a observar tu propio proceso de pensamiento consciente.

La meditación del vacío [que puede ir unida a ésta] enseña a tu mente a dejar ir los pensamientos negativos o sin sentido, anulándolos. Ambas son importantes para tu vida.

A propósito, esta meditación imprimirá gradualmente en tu mente que tus pensamientos tienen que ser edificantes, positivos, tener significado y funcionar para ayudarte en tu vida o en el análisis de tu vida.

Por último, esta habilidad es de inmensa importancia y con un mayor enfoque, esto construirá una base para una mente más fuerte y más consciente, pero también mejores habilidades de visualización y habilidades de recordar información.