



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

Apdo. Correos 5195  
Louisville, KY 40255-0195

# L/L RESEARCH

www.llresearch.org

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

---

ACERCA DEL CONTENIDO DE ESTA TRANSCRIPCIÓN: Esta canalización telepática sintonizada se publicó originariamente como *La ley del Uno*, Libros I a V, por Don Elkins, James Allen McCarty y Carla L. Rueckert. Se facilita con la esperanza de que pueda serle útil. Al igual que las entidades de la Confederación siempre reiteran, le rogamos que aplique su juicio y su propio criterio al evaluar este material. Si algo le parece convincente, acéptelo; de lo contrario, descártelo, pues ni los miembros de la Confederación ni nosotros mismos deseáramos ser un escollo en el camino de nadie.

(Traducción al español realizada por Pilar Royo).

---

© 2011 L/L RESEARCH

## LA LEY DEL UNO, LIBRO V, FRAGMENTO 20

SESIÓN 34, 4 DE MARZO DE 1981

**Jim:** Debido al hecho de que el nivel de energía física de Carla estaba siempre muy bajo y constantemente debilitado a causa de la artritis y del padecimiento constante de dolor, tuvo que realizar ejercicio todos los días para mantener en forma de cada parte de su cuerpo. Habíamos descubierto que cuanto más distorsionada o baja estaba su energía, mayor necesidad tenía de ejercicio. Cuando su cuerpo se comportaba de manera prácticamente normal, el ejercicio podía reducirse hasta un nivel igualmente normal, que para Carla equivalía a alrededor de una hora diaria de marcha a paso rápido.

Cuando Don preguntó sobre una experiencia que había tenido en 1964, la especificidad de la respuesta quedó limitada por el deseo de Ra de mantener el libre albedrío de Don. La mayoría de acontecimientos de nuestra vida son un misterio en un grado u otro. Una manera de ver el proceso de evolución es considerarlo como el proceso de resolver los misterios que giran a nuestro alrededor. Todos los acontecimientos son ilusiones o misterios, porque cada uno de ellos representa al Creador bajo una apariencia u otra, que nos ofrece una oportunidad mayor o menor de encontrar amor, gozo, equilibrio y perfección en cada momento. Existe una fortaleza espiritual que proviene de descifrar tales misterios por uno mismo. No es siempre un buen servicio que los que están más entrenados digan a otro lo que todavía no es capaz de ver por sí mismo, pero que tiene la capacidad de aprender a ver. Por eso, con

frecuencia Ra invocaba la Ley del Libre Albedrío, conocida también como la Ley de la Confusión.

*Carla:* Cuando era niña, bailaba, nadaba y cabalgaba. Me encantaba el ejercicio, especialmente el rítmico. El ejercicio que necesité realizar principalmente en esta época, aunque fuera duro porque me sentía agotada, fue una experiencia dinamizadora. Don y Jim me ayudaron a recordar la necesidad de esos periodos de actividad, y Jim los facilitó al acompañarme. Siempre es más fácil hacer ese tipo de cosas con un compañero. Don no podía acompañarme en mis paseos, pues padecía de dolor en los pies surgido como consecuencia de su trabajo en climas tropicales, y cada paso que daba le resultaba doloroso. Sin embargo, de cuando en cuando observaba un nivel de fuerza brutal en él, poco menos que milagroso. Por ejemplo, en 1977 Don y yo fuimos a un encuentro de contacto mental organizado por Andrija Puharich. Reunidos allí había una variedad de psíquicos reconocidos, todos ellos mujeres, y otros seguidores de mediana edad, así como un número equivalente de jóvenes seguidores de Puharich que se habían identificado como Errantes. Estos jóvenes disfrutaban con el fútbol y jubaban entre las reuniones. Don se unió a ellos en su primer partido. Jugó realmente bien, impresionándome no solo a mí, sino también a los chicos. Finalmente, tuvieron que detener el juego, con caras congestionadas y jadeantes. Donald ni siquiera estaba respirando profundamente. Ni que decir tiene que los jóvenes adoraron inmediatamente a Don, pero nunca le hicieron jugar de nuevo.

### Sesión 34, 4 de marzo de 1981

**Interrogador:** El instrumento quisiera saber si dos periodos breves de ejercicio al día serían mejor que uno más largo.

**Ra:** Soy Ra. No es correcto. La configuración adecuada para el ejercicio del complejo físico durante el periodo de tres meses en que el instrumento es vulnerable a la intensificación de las distorsiones de dicho complejo, requiere reforzarlo. Esto puede considerarse adecuadamente como un periodo principal de ejercicio, seguido al final de vuestro ciclo diurno, antes de la meditación de la noche, por un periodo de ejercicio de duración aproximada a la mitad del primero. Esto será considerado fatigoso para el instrumento. No obstante, tendrá el efecto de reforzar el complejo físico y de disminuir su debilidad, por lo que le será útil.

**Interrogador:** ¿Es posible que me digáis lo que experimenté alrededor del año 1964, creo, durante una meditación, en la que percibí lo que yo consideré una densidad diferente y un planeta diferente, y parecía experimentar que me desplazaba hacia ese planeta? ¿Es posible que me digáis de qué experiencia se trataba?

**Ra:** Soy Ra. Observamos cierto perjuicio en la revelación completa, debido a la posibilidad de transgresión. Nos contentamos con sugerir que esta entidad, aunque no está preparada para someterse al proceso de regresión hipnótica provocada por terceros, tiene la capacidad necesaria para comprender su estado de ser. ✨