

Satya

Estoy a tu lado

*Dones de los Ángeles para transformar
tu vida con la fuerza del Amor*



Satya

Estoy a tu lado

*Dones de los Ángeles para transformar
tu vida con la fuerza del Amor*

Título: Estoy a tu lado

Autor: Satya

Primera edición: noviembre 2014

ISBN 978-1-326-43099-3

© Satya

Reservados todos los derechos

Grande Luz
Ángeles
Esencias de Luz

Gracias,

por estar a mi lado;
por la Luz y el Amor que me donáis;
por amarme, ayudarme, protegerme,
acompañándome;
por guiar mi Alma en el Camino
hacia la Luz;
por los milagros que hacéis por mí;
por todo lo que me enseñáis;
por todo lo que hacéis y creáis por mí;
por las ofrendas que me donáis;
por ofrecerme la posibilidad de colaborar
con Vosotros;
por la ‘inmensidad’ indescriptible;
por tenerme entre Vuestros brazos.

Sois para mí

*la Vida;
mi Meta,
mi Casa,
mi Escuela,
mi Familia,
mis Compañeros,
mis Amigos.*

*Estoy feliz y emocionada de caminar con Vosotros
en la Luz, en el Amor, apretando
vuestras manos, con la mirada hacia el
Cielo y sonriendo al Universo.*

Danzando extasiada canto a Vosotros:

*“Estoy enamorada de Vosotros,
enamorada llego a Vosotros.*

Os amo”.

Prólogo

Este es el 2º libro de una serie que recopila los muchos mensajes donados por los Ángeles a través de las canalizaciones.

Con Sus dulces y claras palabras, los Ángeles nos ayudan:

a sentirnos acompañados, amados y protegidos por Ellos;

a aprender a dialogar con Ellos y a sentirlos como grandes Amigos;

a descubrirnos a nosotros mismos y al Potencial Humano y Divino que existe en cada uno de nosotros, para vivirlo completamente y expresar toda nuestra Esencia;

a comprender los sentimientos, las emociones, que existen en el corazón, para lograr exteriorizarlas, o transformarlas, o desarmarlas y hacer que de esta manera el corazón sea más ligero y alegre;

a conocer el significado y el sentido de la vida para vivirla intensamente y para obtener lo mejor de cada cosa;

a amar a nosotros mismos, a los demás, a todo aquello que nos rodea, todas las Criaturas del Universo, visibles e invisibles;

a vivir serenamente todas las relaciones, amando con un Amor incondicionado, la compasión, el perdón y en libertad;

a donar con humildad y simplicidad y ayudar a quien encontramos en nuestro camino;

a donar todo lo que es necesario a nuestro cuerpo, al corazón, al Alma, para hacer que el cuerpo sea fuerte, el corazón satisfecho y el Alma libre;

a ser libres y dejar libres a los demás, para vivir en armonía y en paz.

Otros mensajes nos donan la concientización sobre la Evolución y Ascensión del Planeta Tierra, y sobre la transformación celular en el lugar.

Los mensajes han sido recopilados por temas, y subdivididos en más libros que pueden acompañar en un camino de crecimiento y de evolución.

Para facilitar esto, se ha decidido enumerar para cada libro los temas tratados en los mismos.

1º libro: - *Tu mano en la Mía* -

La ofrenda de los Arceles para vivir la vida en alegría.

Encuentro de dos Almas Luminosas

(Reconocerse como Almas libres, en camino hacia la Luz, y vivir el diseño del Alma)

*Quién es tu Ángel, cómo sentirlo, cómo vivir
la relación con Él*

Cómo dialogar con los Ángeles

Oración

Silencio - Meditación

La respiración

(Con la respiración podemos llevar hacia dentro de nosotros el Amor, la Luz, y todo aquello que necesitamos. Con ella podemos hacer fluir todo, fundirnos con el Universo, y encontrar la serenidad)

La Naturaleza: una casa, una escuela

(Descubrir la Naturaleza como lugar en donde renovar y reforzar el cuerpo, una fuente para alimentar y satisfacer el corazón, un medio para nutrir el Alma)

El Amor

(Vivir en libertad el Amor que une pero no ata, descubrir el Amor Nuevo, Amar todo y a todos)

La alegría y la sonrisa

(La alegría atrae, la sonrisa protege; con ambas podemos donar Amor y Luz)

El agradecimiento

(Con ella nos acordamos de todo lo que ya somos y tenemos, recuperamos aquello que es necesario para nosotros)

Reconocer quienes somos, reconocer la propia

Esencia

(Somos Hijos de la Luz, del Cielo, de la Tierra, somos una Ofrenda de Amor.

En cada uno de nosotros vive un niño, un Guerrero, un Viajero, un Alumno, un Maestro: reconociéndolos podemos dar a ellos el espacio necesario, y sabremos exteriorizarlos en las diferentes situaciones de la vida)

Exteriorizar nuestra Esencia

(Vivir lo Divino que existe en nosotros, manifestar nuestra Luz, donar Amor, nuestro 'Perfume', nuestros 'Colores')

2º libro: - *Estoy a tu lado* -

*El regalo de los Ángeles para transformar tu vida
con la fuerza del Amor*

La Reencarnación y las Vidas pasadas

(Los Ángeles definieron 'Vidas pasada' el conjunto de viajes hechos anteriormente y todo aquello que ellos hemos vivido. Podemos dejar fluir las Vidas pasadas espontáneamente, con serenidad, sin intentar conocer o recordar, con la seguridad que esta sucederá en el momento justo, cuando estemos preparados)

El Despertar del Alma

('Despertar' es el término con el cual se describe aquello que sucede cuando iniciamos a comprender que somos Almas libres y, por lo tanto, artífices de nuestra vida)

La Vida: sentido y finalidad

(La Vida que estamos viviendo es uno de los muchos viajes que nuestra Alma ha elegido para crecer, para evolucionar, para ser más luminosa.

Es un gran medio para una infinidad de objetivos. Día a día se descubren nuevos aspectos, se comprenden nuevos significados y propósitos)

La personalidad, el ego, el 'yo'

(Comprender nuestra personalidad para descubrir nuestra Esencia Luminosa.

Dejar de lado el ego y el 'yo' para dar espacio a la sabiduría del Alma, hacer resplandecer nuestra belleza y expresar nuestros talentos)

La Humildad y la Simplicidad

(Dirigirse con Humildad que da espacio al orgullo de nuestra 'grandeza'.

Vivir en la Simplicidad del corazón y del Alma)

Expresar el Poder del Ser y el Poder

del Alma

(El Poder del Ser, el Poder del Alma, es la fuerza interior que existe dentro de cada uno de nosotros.

Ello nos permite de vivir plenamente nuestra Esencia, a experimentar todos los sentimientos y las emociones, satisface el corazón y dona la fuerza de vivir todo)

Cómo relacionarse con el cuerpo

(Hacer que el cuerpo sea fuerte y luminoso para hacer que brillen todos sus 'colores'.

Descubrir su lenguaje para amarlo y crear en él las alquimias que deseamos)

Saber abandonarse

(El 'abandono' es un estado del corazón.

'Abandonarse' significa permitir que suceda aquello que nuestra Alma ha elegido, más allá de la realidad que nos circunda, y vivir con responsabilidad)

Cómo vivir la Vida, la cotidianidad, el trabajo

Enamorados de la Luz y del Amor

Elevados al Cielo

Los Ángeles como ejemplo

Ama toda la Creación

Habla con el mundo real invisible

Toma en tus brazos tu Niña interior

*Camina con entusiasmo, vive todo como un juego,
sonríe, canta, danza*

*Une responsabilidad y compromiso, a la intensidad
y a la sabiduría*

Vive 'tocando' el mundo

Unicidad e individualidad

Deseo de aislarse

Vive el presente

Cómo vivir las emociones

Qué hacer para aumentar el sentir

La importancia de las elecciones

La concepción

Libera los temores y las dudas

Comprender el significado del cansancio, de las dificultades, de los sufrimientos, y como superarlos

Cómo podéis vivir la cotidianidad, el trabajo, los momentos de vacación.

3º libro: - *Sanarse y ayudar a sanar* -

Los Ángeles indican el Camino hacia la sanación

Las 'Llaves de Luz'

Existen 'expresiones' indispensables para poder vivir serenamente, para manifestar nuestra Esencia Luminosa, para lograr la paz, para satisfacer el corazón para caminar por un Sendero de crecimiento.

Ellas abren 'puertas invisibles' que permiten al Alma de acceder a nuevas dimensiones, inimaginables, de indescriptible belleza y al mismo tiempo cierran las puertas a todo lo que crea dificultad y sufrimiento, a lo que impide recibir las ayudas de los Ángeles y Sus donaciones.

*Por ello, las podemos definir *Llaves de Luz*'*

Algunas de ellas son:

Observar el momento presente

Coraje

Claridad

Concientización

Responsabilidad

Integridad

Equilibrio

Fuerza

Afirmación

Candor

Sensibilidad

Ternura

Sosiego

Paciencia

Comasión

Aceptación y Respeto

Perdón

Humorismo

Autoestima

Motivación

Determinación y Prudencia

Disciplina y Constancia

Apertura y Pensamiento Positivo

Dejar el pasado y saber adaptarse

Vivir la soledad sin sentirse solo

Además de esto, existen otras ya introducidas en los libros anteriores o que serán introducidas en los próximos.

El camino hacia la sanación

Significado de las disonancias y del sufrimiento

Medio de sanación

El llamado del Alma y del corazón

El llamado del Alma para concluir, deshacer o sanar el
'Antiguo'

No expresión de la propia Esencia

Presencia de pensamientos y sentimientos no luminosos

Qué permite la sanación

Mayor serenidad y fluidez en las relaciones
interpersonales

Nuevos cambios - Vivir lo nuevo - Caminar el Camino
del corazón

Posibilidad de donar la verdadera ayuda

Posibilidad de entrar en el silencio total, en la meditación profunda

Comprender la Vida

Posibilidad de crear

*Descubrir el sanador que existe en nosotros
Cómo nuestro Sanador Interior puede actuar*

Sanar con las manos y con el corazón

Sanar con la Luz

Sanar con la Naturaleza

Las palabras - Los sonidos

Pensamiento Positivo y Visualización

Las lágrimas

La meditación

El Amor

Cómo elegir los medios y los métodos de sanación

Aceptarse a sí mismo y a los demás

Aceptar las disonancias y las dificultades

Agradecer

Observar el pasado para sanar, para comprender, perdonar, amar

Lo cotidiano como medio de sanación

Crear cambios

Actuar con intensidad

Pedir ayuda: por qué es necesario y cómo pedirla

La expresión del corazón

Compartir, donar, recibir

Embriagar la mente

Exteriorizar lo que llevamos dentro

Temor de abrir el corazón, de compartir

Temor del trabajo interior, de todo aquello que el crecimiento requiere

Temor a lo no comprensible, a lo no visible

Deshacer las dudas y las dificultades

Actuar para modificar, sanar y crear

Nuestras actitudes, las expresiones del rostro y del cuerpo, influyen nuestro estado de ánimo, pueden penalizar o ayudar a nuestros actos, modificar lo que nos rodea, influenciar las personas que están al lado nuestro.

Si no logramos exteriorizar aquello que está dentro de nosotros, aquello que deseamos expresar, aquello que consideramos justo, útil y bello para nosotros, podemos ayudarnos con la actuación.

Actuando se desarmen los bloqueos y las barreras que nos impedian todo esto, caen los velos que nos impedian la visión real de nosotros mismos, de nuestra vida, del mundo que nos rodea.

La actuación es por lo tanto un grandioso medio para comprender, descubrir, sanar, modificar y crear.

4º libro: - *Ayudar con*
la Luz y el Amor -

Descubrir con los Ángeles el Arte de ayudar

El arte de ayudar y donar

A quien puedes donar tú ayuda

La Naturaleza nos llama

Ejemplos sencillos

Colaborar con los Ángeles

¿Quieres colaborar Conmigo?

Ayudaré vuestras Almas a encontrarse

Puedes comportarte así

Escucha tu Alma

Cómo puedes prepararte

Cómo ayudar y donar

Donar, consagrarse, convertirse en una 'Ofrenda'

La alegría de donar

El privilegio de poder ayudar y donar

Saber discernir

Intuir las necesidades

Saber escuchar y responder

Guía a la lectura

Se utiliza el femenino porque los Ángeles se dirigen a ti como Almas Luminosas, a la parte femenina 'dulce y acogedora' que existe en cada uno de nosotros, más allá del cuerpo masculino o femenino que acompaña al Alma en este viaje.

Ha sido utilizada la letra mayúscula donde se ha querido destacar su valor intrínseco.

Los mensajes donados por los Ángeles tienen una estructura lingüística propia y emanan vibraciones que resuenan en el corazón y en el Alma.

He querido usar un seudónimo para que tú, Alma Luminosa, me puedas sentir y pensar solo como un Alma Luminosa como tú.

Introducción

Hola Alma Luminosa,

aquí estoy nuevamente contigo, como había prometido, para compartir otros mensajes que los Ángeles me han donado.

Estoy segura que ahora vives serenamente la presencia de tu Ángel junto a ti, y haces con Él muy bonitas conversaciones...

Caminando con los Ángeles, se comprende cuánto las palabras apenas pueden expresar lo que hay en el corazón, y se ama cada vez más el lenguaje del Alma, hecho de silencios, emociones intensas, sensaciones profundas, e íntima comprensión.

Pero siempre es agradable y dulce hablar en voz alta con el propio Ángel, y es particularmente útil a nosotros mismos.

A menudo, esto nos ayuda a sentirlo más cerca, a percibirlo al lado nuestro, nos tranquiliza que en ese momento Él está allí solo para nosotros, sólo para escucharnos.

Esto siempre crea grandes oportunidades para nosotros, permite a los Ángeles de actuar totalmente, de traernos todo lo que nos es necesario.

Es así que alejamos más fácilmente nuestra mente y podemos escuchar sólo la voz del Alma.

Cuándo diálogo con mi Ángel, con mis Ángeles, me siento a una niña pequeña pequeña, que abre su corazoncito a los Amigos Especiales que todo lo saben, que me comprenden en todo, que todo aceptan de mí, y no reprochan nunca mis faltas.

Los Ángeles nos conocen totalmente, y conocen, mucho más que nosotros, nuestros pensamientos, deseos, necesidades, nuestro interior, pero siempre nos invitan a pedir, para permitir a Ellos de donar aún más, de actuar aún más por nosotros.

Esto, para respetar totalmente nuestra libertad en todo, incluso en el pedir, en el recibir Sus ayudas.

Tengo continuas confirmaciones que realmente eso ocurre.

He experimentado muchas veces cuánto estos diálogos, en voz alta, crean alquimias en mí y a mí alrededor.

Se sabe que el sonido de las palabras crea en el Universo, en el corazón y en el cuerpo.

Por lo tanto, 'Viva las conversaciones con los Ángeles'.

Y ahora, junto a nuestros Ángeles, iniciamos a descubrir las Vidas pasadas y este viaje.

Con Ellos cerca, aprendemos a vivir la Vida como niños alegres.

I

La Reencarnación

y el Antiguo

*“No mires que delante de ti:
el tiempo no existe...”*

Para Nosotros sólo cuentan las etapas, las conquistas”

Comentario

Querida Alma, la vida que ahora estamos viviendo, sobre el planeta Tierra, es uno de los muchos viajes que el Alma elige para aprender, para evolucionar, para ayudar.

Por lo tanto, ya hemos hecho otros antes de este.

La vida es una sola. La muerte permite al Alma de detenerse entre un viaje y otro, para luego retomar el camino.

El conjunto de los viajes realizados anteriormente, y lo que en ellos hemos vivido, es definido por los Ángeles como 'Vidas pasadas'.

La primera vez que alguien me ha hablado de vidas pasadas, de Reencarnación, he rechazado totalmente esta hipótesis.

En aquel tiempo, incluso siendo muy joven, había ya conocido mucho el sufrimiento, encontrado muchas dificultades, y me asustaba la idea que en esta vida pudieran seguir viniendo...

Sentía a menudo hablar de este argumento en los diferentes seminarios y cursos que frecuentaba para el aprendizaje sobre técnicas de sanación.

He notado cuanto pudiera ser peligroso para nuestro ego conocer quiénes habíamos sido en otras vidas o qué cosas habíamos hecho, porque, extrañamente, muchos contaban con orgullo de haber sido grandes personajes y de haber hecho cosas excepcionales. No he sentido a nadie contar sobre vidas simples y humildes.

Esto ha aumentado mi rechazo hacia la Reencarnación.

Pero durante el aprendizaje y la experimentación de las diferentes técnicas de sanación, yo misma he revivido hechos, emociones, sensaciones, atribuibles a otras vidas.

He comprendido por lo tanto, cuánto, en algunos casos, puede ser de ayuda recordar lo que ha dado origen a ciertos comportamientos, disturbios, y a otras cosas incomprensibles o inexplicables.

Estos recuerdos surgían espontáneamente, aunque una parte de mí siguiera rechazando esta teoría, incluso habiendo reconocido su utilidad.

Los Ángeles me han ayudado a comprender la espontaneidad de todo esto, y comportarme con aceptación, desapego, sencillez y humildad.

Con Ellos he aprendido a dejar emerger el Antiguo con serenidad, sin intentar conocer o recordar, con la certeza que, como siempre, cada cosa ocurre en el momento justo para mí, para mi historia personal.

“... Recuerda que las Vidas pasadas emergen para ayudarte a ser nueva, y que el lugar dónde todo se reúne es el corazón.

El Antiguo se puede unir sólo a lo Nuevo en el corazón.

Mucho la Naturaleza puede enseñarte y puede ayudarte a descubrir las Vidas pasadas, porque la Naturaleza enseña la unión, la fusión.

Sumérgete en la Naturaleza y aquellas Vidas pasadas que allí están encerradas te ayudará a recordar aquellas Vidas pasadas que has vivido.

Camina descalza sobre la tierra: esto te ayudará a recordar cuánto tiempo has caminado descalza sobre la tierra; permanece junto al fuego: esto te ayudará a recordar cuánto con el fuego has vivido. Y hace así con todo.

Tu cuerpo, a contacto con el agua, con la tierra, te ayudará a recordar cuánto has vivido con el agua, con la tierra. Y esto ocurrirá con los sonidos, los perfumes, y con todo lo que te rodea.

Es así que emergerán los colores y los perfumes de tu Esencia que ya has expresado en las Vidas pasadas, y que hora podrás donar de nuevo.

Y si no recuerdas Vidas pasadas iguales, sonríe, porque existen Vidas pasadas de diferentes lugares, pueden existir Vidas pasadas de diferentes mundos.

Y estos recordarás sólo si será necesario, y cuando te será de ayuda.’

Pregunta:

¿Cómo puedo redescubrir las Vidas pasadas?

Respuesta:

“Si quieres puedes hacer este juego Conmigo.

Lleva tus manos al corazón, mira el Cielo sonriendo, escucha tu corazón, sus vibraciones y di:

– *Ahora quiero redescubrir mis flores Antiguas* – .

Sigue sonriendo al Cielo, y luego deja todo ocurrir, con la certeza que, a su tiempo, todo descubrirás, todo volverás a vivir.

Vive serena tu cotidianidad, permaneciendo atenta a quien encuentras, a quien reencuentras, a las palabras que sientes susurrar alrededor de ti, dónde tu mirada se posa, porque todo a diario podrá hablarte de eso Antiguo tuyo.

El Alma lleva consigo todas las Vidas pasadas vividas, eso Antiguo que muchas veces está cubierto por el polvo de la vida, pero cuando el Alma decide de traerlo a la Luz, este polvo se va, en los modos que permiten al Alma un dulce despertar.

En algunos casos el despertar es fuerte e inmediato, porque Nosotros con un soplo quitamos todo el polvo. Pero esto ocurre sólo cuando el Alma está realmente preparada.

PídeMe de soplar sobre tu polvo, y con alegría esto haré, para que tú puedas reconocer tus flores, tus colores antiguos.”

Pregunta:

Tengo un gran deseo de conocer mis vidas pasadas.

Respuesta:

“Recuerda que el pasado, cualquiera que éste sea, no te pertenece más, justamente porque ya es pasado.

Puede suceder que regreses a los lugares donde ya has vivido, que reencuentres quién contigo ha caminado alguna vez, y que recuerdes aquello Antiguo vivido juntos, o que sucedió en ese lugar.

De esto sencillamente alégrate y no te detengas, porque ya no podrá repetirse.

Cada lugar que te ha recibido, te ha dado lo que tenía que darte en ese momento. Regresando a ese lugar, no puedes recibir nada más que una ilusión de la mente que quiere conocer, que quiere recordar.

Cada estación te ha dado sus frutos. Vive ahora esta estación y disfruta los frutos que esta estación está donándote.

Si recordar, revivir, es necesario, es útil, para la comprensión del Sendero que estás recorriendo, cuando estarás lista eso ocurrirá. Muchas veces esto no es necesario, y entonces déjalo ir.

Recuerda que revivir aquello que ya no eres o lo que no te pertenece más, también puede llevarte vibraciones que no te ayudarán en el crecimiento, o te harán ralentar, o te crearán sufrimientos inútiles, ilusiones peligrosas.

Por esto debes de ser prudente, no insistas en querer conocer tus Vidas pasadas.

Si no estás lista para recordarlo, si esto no es necesario para tu crecimiento, para ese momento que estás viviendo, e insistas, recordarás o revivirás sólo construcciones de tu mente e de otras mentes.

No olvides que la Luz está delante de ti, nunca detrás.”

Pregunta:

Me gustaría saber quién era yo.

Respuesta:

“Las vidas son muchísimas, porque pueden servir muchos viajes para superar o para comprender una sola cosa.

Muchas vidas te han conducido a esta, te han preparado para esta, y numerosas han sido las experiencias, las cosas vividas, las cosas hechas, las cosas padecidas.

Observa tu vida: ha estado llena de situaciones, de experiencias que te han forjado, que te han ayudado a evolucionar, y muchas de ellas han sido dolorosas, difíciles.

He aquí porque, si no existe necesidad para sanar o para comprender, Nosotros bien poco hablamos de las vidas pasadas. Muchas veces estos conocimientos, alimentan sólo la mente, no nutren cierto el corazón, todo lo contrario, a menudo lo sobrecargan.

Si a veces intentamos recordar y comprender aquello Antiguo, es porque ello es útil para vivir ese momento, para reconocer algo que debe ser sanado, o transformado, o de nuevo expresado.

Y si fuera necesario, también sin que tú Me lo pidas, te llevaré a recordar aquello que es bueno para ti.

Para ti ahora es importante redescubrir tu Luz, tus colores, tus perfumes, y mirar hacia adelante para ver el sol y olvidar la noche.”

Pregunta:

Tengo el deseo de reconocer mis capacidades, pero al mismo tiempo les temo.

Respuesta:

“Para reconocerlas, es necesario ante todo una decisión serena, sin ningún temor.

Se puede temer de reconocer el propio tesoro, porque se teme tener que decir de ser ricos, y por lo tanto de tener que donar luego lo que se posee. Pero esto no sucede, porque se es libres de hacerlo o no.

A veces se teme de reconocer las propias capacidades, porque en el Antiguo, expresándolo, se han conocido dolores, dificultades, sufrimientos, amarguras, y se teme inconscientemente de revivir esto, si se manifiestan los propios talentos.

Acepta con serenidad estos temores y dónalos a Mí.

Y si los deseas, busca con humildad tus tesoros, despiertan tus capacidades, sin querer conocer el Antiguo.

Luego, humildemente actúa, humildemente dona.

Si eliges reconocer tus capacidades, elige primero de abandonar estos temores donándolos a Mí, y luego observa a tu alrededor para recibir las señales de quien eres, de lo que sabes expresar, de lo que puedes donar.

Cuando sientas un temor incomprensible, di:

– Las raíces de este temor pueden estar en el Antiguo que es bueno para mí no recordar, pero ahora no tengo nada que temer –.

De esta manera, poco a poco, dejarás ir todos los temores, y tu Luz resplandecerá totalmente, en todas partes.

Acepta tus temores también pensando que es mejor la humildad que a veces limita una expresión, que la arrogancia de una expresión excesiva, por haber caído en el ego, en el orgullo”

Pregunta:

¿Qué puede ayudarme a expresar mis capacidades?

Respuesta:

“Ante todo la acción.

Actuando, descubrirás todo lo que ahora puedes expresar.

Más actúas y más surgirá el Antiguo que has llevado contigo, los colores, las cualidades, las capacidades que posees.

Con intensidad actúa en todas las formas, para despertar, para reconocer tu Esencia.

El continuo actuar en una inmensa humildad, te hará expresar todos tus talentos, donar tus perfumes, tus colores.

Permanece atenta a expresar todas tus capacidades, tu Esencia, sólo con el corazón, con el Amor, con la Luz, sólo para seguir tu Alma, para ayudar.

Y has siempre todo con alegría, ligereza, jovialidad, en total simplicidad, con gran humildad.”

Pregunta:

¿Tengo capacidades antiguas que expresar en esta vida?

Respuesta:

“Si tu Alma ha elegido de expresarlas también en esta vida, si expresas tu Esencia, si te comportas con humildad, si vives en el abandono, una a una ellas se despertarán en ti.

Cuando abres el corazón, Yo puedo abrir la puerta que mantiene oculta estas cualidades y capacidades, puedo llevarte a situaciones y encuentros que te harán recordar, recontactar el Antiguo y crecer.

Observa si en ti existen resistencias, temores, y luego siéntete una niña tomada de la mano por Mí, totalmente protegida y amada.”

Pregunta:

Muchas veces veo colores dentro de mí y quisiera transferirlos sobre un papel...

Respuesta:

“Junto a Mí como una niña, con las manos, juega con los colores, y crea con ellos colores nuevos. Así puedes recordar los colores antiguos y sentir que en ti existen colores nuevos que descubrir juntos.”

Pregunta:

¿Cómo puedo comprender si lo que siento en algunos momentos es algo de mis Vidas pasadas?

Respuesta:

“En el Camino del Alma no siempre todo puedes comprender, pero todo puedes sentir en el corazón.

Y más que nunca no siempre puedes comprender tus Vidas pasadas.

Cuando dentro de ti sientas algo que se mueve, esto puede ser algo que estás contactando, o que estás lista para sanar, disolver, modificar. Puede ser una flor del Pasado que aflora y se abre. Puede ser que en ese momento, Yo estoy obrando en ti alquimias.

Puedes percibir algo que sientes de haber ya conocido: esto puede ser algo Antiguo que emerge del corazón, algo Nuevo que vibra en el Alma, y que ella ya conoce.

Puedes vivir algo tan intenso que tu mente tratará de reprimir, minimizar, o dar de ello una explicación no real.

He aquí porque la mente debe ser adormecida con los perfumes de la Naturaleza, con todos los perfumes de tu Esencia.

Con estos perfumes embriaga tu Ser, toma distancia del corazón para ver dentro del corazón qué está emergiendo, pero sin darle un nombre.

Si sientes en el corazón alegría por redescubrir quién eres, de expresar tu Esencia, no te interesa saber si lo que ves, sientes, es aquello Antiguo o es aquello Nuevo, sencillamente te alegras por ello.

Lo que cuenta es sentir, ver, redescubrir, percibir, porque esto lleva a la alegría, al entusiasmo, naturalmente sólo si se vive en la simplicidad, en la humildad, en la alegría por ser nueva.”

Pregunta:

En aquel lugar, con aquella persona, he tenido emociones muy fuertes, jamás antes sentidas, y tengo la sensación de algo ya vivido.

¿Quizás sea algo Antiguo? ¿Cómo tengo que comportarme ahora con esta persona?

Respuesta:

“Los Antiguos vividos, las experiencias hechas, están en la memoria del Alma.

Por ello, tanto debe ser aceptado y escuchado con atención, de manera que no quede nada no hecho que se pudiera hacer, de no superado que se pudiera superar. Otras cosas sólo deben ser aceptadas con sencillez y serenidad.

Pueden existir encuentros ocasionales, emociones relacionadas con un lugar, que quedan limitadas a ese momento, a ese lugar. Si no recuerdas nada, acepta y alégrate por lo que de bonito has vivido, y luego deja todo ir, deja todo correr.

Otras veces, con alguien, puedes percibir un Amor intenso, muy diferente al Amor conocido. Puede ser un Amor Antiguo que ha sido traído del pasado.

Puede existir un reconocimiento de Almas, aunque conscientemente no se recuerde nada.

Son las Almas que se reencuentran y se reconocen, conocen el sentido de ese encuentro.

Por lo tanto, no temas estos encuentros, no temas estas emociones intensas, y no te aferres a ellas.

Deja espacio a todas las sensaciones, a todas las emociones, pidiéndome de ayudarte a vivir aquello que en ese momento es bueno que tú vivas, para cumplir aquello tu Alma ha elegido.

Así puedo ayudarte a completar, a desarmar, a sanar, aquello que grandes amores pudieron haber creado en otras vidas.

Puedo ayudarte a disolver aquello que necesita disolverse, sin recordar, o recordando poco, para que tú puedas más fácilmente volver a sentir ese gran Amor Antiguo, para recrear ahora grandes amores, hasta alcanzar la capacidad de vivir el verdadero Amor, ese Amor que ama todo y a todos de la misma manera.

Dona tanto Amor, acepta en tu corazón todo, y de tu corazón todo deja ir.

No temas de recordar o reconocer Antiguos amores.

Permanece unida a Nosotros en la Luz, deja que sea tú Alma a guiarte, no tu mente, no tus necesidades.

Viviendo las emociones de esta manera, con el corazón cándido, expresarás el Amor que en ese momento entre dos ‘Corazones’ puede existir.

Así puedes sentir que el recuerdo del Antiguo resurge, no para revivirlo, sino para ayudarte a vivir el Amor Nuevo”

Pregunta:

¿Ha existido un vínculo entre la persona que he encontrado y yo?

Respuesta:

“No un vínculo, sino una unión de Luz.

Y las uniones de Luz son muy intensas, porque ser unidos en el Viaje, en la Luz, crea una unión más fuerte de aquella que puede existir en las relaciones que ahora conoces.

Caminando en la Luz, donando Amor, descubrirás un Amor más intenso de ese que una madre o un padre siente por su propio hijo, que un hijo siente hacia sus padres, que existe entre hermanos y hermanas, entre amigos, entre enamorados.

En las Vidas pasadas pudieron haber existido amores muy intensos por estas uniones en la Luz, por haber caminado juntos por Senderos luminosos.

Son amores profundos, intensos, porque son de unión, no de vínculos.

Y así comprenderás cuánto el Amor verdadero une, pero jamás ata”

Pregunta:

¿Con una persona siento dificultades sin que exista de ello el motivo, puede ser esto también algo de las Vidas pasadas?

Respuesta:

“Sí. Las Almas eligen de reencontrarse incluso para cerrar aquello Antiguo vivido juntos y que no ha sido concluido.

Si observas la persona con el que tienes dificultades, como un Alma que puede ayudarte a crecer, ya no verás su rostro, y la sentirás como un medio para tu crecimiento.

Así sabrás amarla yendo más allá de todo, y quizás, juntos, podréis descubrir un Amor nuevo.

Esto ocurre cuando dos ‘Corazones’ se unen viéndose como Almas en camino, más allá del tipo de relación que existe ya entre ellas.

Cuando vives esta situación, sé feliz, porque tienes una gran posibilidad de dar grandes pasos y realizar rápidas transformaciones.

Compórtate con ella siempre con Amor y en tu corazón di:

– Te agradezco porque me das la posibilidad de crecer, de modificar, de concluir el Antiguo o de sanar –.

Si sientes esta persona preparada para escucharte, si elige de hacerlo, puedes compartir el tu sentir y tu decisión de superar juntos todo, como Almas, sin prejuicios, sin que nada turbe el corazón.

Si también ella elegirá esto, no sólo superaréis las dificultades, descubriréis un Amor nuevo.

Ésta es una gran oportunidad, si la vives con la conciencia de estar en viaje, dónde todo has elegido, y dónde todo puede ser un medio de crecimiento.

Pero respeta también quién tú crees que te crea dificultades y no está preparado para compartir contigo solo como un Alma, o no elige de comportarse sólo como un Alma.

No puedes conocer su historia, sus pasos, sus elecciones.

Sé igualmente feliz por tener la oportunidad de expresar compasión, de abrirte a un Amor sin pretensiones, de haber tenido la posibilidad de llevar Luz a aquello Antiguo, y de transformarlo.

Y digo: también a quién crees que te crea dificultades, porque, en realidad, no es esta persona quien crea estas dificultades, más bien es aquello que ha quedado inconcluso, o tal vez sea tú comportamiento que lo está creando.”

Pregunta:

A veces me parece de percibir que algunas dificultades más pertenecen a las Vidas pasadas, pero tengo temor de afrontarlas.

Respuesta:

“Puedes superar este temor pensando que, resolviendo aquello Antiguo que ha creado o que crea dificultades, podrá emerger algo Antiguo muy luminoso, podrás permitir a alguna otra cosa Vieja de volver, de volver a brillar, y darás espacio al Amor Nuevo.

Para superar tu temor, puedes hacer Conmigo este juego.

Enciendes una vela blanca, lleva tus manos junto a la llama, y dí:

– Mis manos protegerán siempre ésta llama –.

Y luego escucha el calor que aquella vela, por cuánto pequeña, provoca, dona.

En ese calor siente el calor que la Luz siempre te donará, el calor de Mi Amor que siempre te envolverá.”

Pregunta:

Después de haber concluido aquella situación perteneciente a mi pasado, sentí una libertad nueva.

Respuesta:

“Desarmando, concluyendo el pasado, Me has permitido de concluir y de desarmar también aquello Antiguo del que no eras consciente.

Y es como si se hubiera desatado un hilo.

No te preguntes ahora qué hilo era, a quién o a qué te tenía atada. Simplemente expresa alegría y gratitud por esto.

Cuando sientes un vínculo con algo o con alguien, un vínculo que limita la libertad del Alma, que reprime tu expresión, ten siempre el coraje para desarmarlo, y, si es necesario, también de cortarlo como ese hilo has hecho ahora, porque a menudo, detrás se esconde algo Antiguo que desarmar o concluir.

He aquí porque, después de una claridad, un dejar ir, uno desapegarse, aunque doloroso, sientes una nueva libertad, una nueva expresión, y puedes sentirte totalmente nueva.

Y a medida que desarmas, sanas, te sentirás cada vez más libre, porque conocerás la libertad del corazón, del Alma.

Permanece atenta a las pequeñas cosas que opacan tu serenidad, que limitan incluso en pequeña parte la libertad de tu expresión.

Velas como nudos que juntos podemos desarmar fácilmente, con Amor. Así Me permitirás de desarmar aquello que detrás se esconde, porque tú no puedes desarmar el Antiguo que no conoces y que está bien que tú no conozcas.

Es así que te sentirás nueva y serás libre.”

Pregunta:

¿Por qué es bueno que no conozca ahora aquello Antiguo mío?

Respuesta:

“Para evitar lo que podría crearte sufrimientos inútiles, o poner en el pasado la atención que ahora es necesaria en el presente, y por otros motivos que comprenderás más adelante.

Recuerda que cuando en el corazón sientes de repente grandes dolores inexplicables, ellos pueden venir de aquello Antiguo que has padecido y que hora puedes sanar, pero también de algo Antiguo en que has hecho padecer y que hora puedes solucionar. Y recordar esto, puede crear nuevas dificultades, nuevos sufrimientos que tu Alma no ha elegido.

Permanece por lo tanto abandonada y serena.

Tu Alma no ha elegido al azar las dificultades, los obstáculos, los desafíos. Las ha elegido para conocer o aprender nuevas lecciones, para crecer, para sanar, modificar y concluir algo del Antiguo, para prepararte a lo Nuevo.

Pensando a esto, sé misericordiosa con todos, contigo misma.

Acepta con Amor tus dificultades y las ajenas.

Ten paciencia contigo misma y con los demás.”

Pregunta:

¿En el futuro podré conocer algo del Antiguo mío?

Respuesta:

“Sí, pero sólo si será necesario, si será útil para ti.

El Antiguo te llevará a conocer para crear comprensiones sobre sensaciones, sobre intuiciones, que tu mente podría interpretar de manera muy diversa a la realidad.

Si será necesario para hacer conclusiones, para permitir sanaciones.

Tanto de aquello Antiguo te llevaré, como puertas, para acceder a nuevas elevaciones.

Pero tú debes de mantener la mirada hacia adelante, en la Luz, ábrete a lo Nuevo, te alégrate por lo Nuevo que te volverás, por lo Nuevo que te espera.”

Pregunta:

¿Puedo saber cuál es mi deuda Kármica? ¿Qué debo reparar en esta vida?

Respuesta:

“Recuerda que el Alma elige un viaje para aprender, para elevarse, por lo tanto no pienses de tener deudas que saldar, o cosas que reparar.

Estos viajes son escuelas, y en ninguna escuela se va para pagar, todo lo contrario, se va para conocer, aprender, experimentar.

También la transformación o la conclusión del Antiguo, son siempre lecciones nuevas.

He aquí porque los viajes deben ser vividos en alegría y lo que en ellos ocurra, debe ser vivido como una ofrenda que el Alma ha elegido para crecer, para evolucionar.”

Comentario

Doy las gracias a mis Ángeles por haberme ayudado a vivir simplemente una cosa tan grande con aquello Antiguo lo es.

Ello encierra una infinidad de emociones, sentimientos, deseos, oportunidades. Puede ser un gran medio de sanación, un medio para solucionar temáticas que influyen nuestros comportamientos.

Pero también puede ser fuente de riesgos, si nos acercamos con la mente, con el ego.

Mucho he olvidado mi infancia, indudablemente por los grandes sufrimientos que he vivido desde pequeña.

Mucho he olvidado de lo que he vivido en esta vida, por los grandes dolores que la han acompañado.

Bien poco sé de mis Vidas pasadas.

A pesar de esto, no he preguntado nunca a mis Ángeles algo sobre mi pasado o sobre mis Vidas pasadas, y no lo preguntaré, porque siento y sé que está bien así.

Muchas veces he experimentado que cuando es necesario, recuerdo aquello que tengo que recordar, o emerge algo de las Vidas pasadas.

Y cuando esto ocurre, lo consagro enseguida a los Ángeles, para que sea sólo un medio de para desarmar, sanar, concluir y una ayuda para mi crecimiento.

Y ahora sonrío a mi rechazo inicial sobre las Vidas pasadas.

He constatado cuánto, si no se cree en la Reencarnación, sería imposible comprender el viaje del Alma, sus elecciones, y asumirse por lo tanto la responsabilidad de la propia vida.

Sería mucho más fácil esconderse detrás de la palabra destino, para no tomar las decisiones y las acciones menos simples,

menos fáciles de vivir, pero necesarias para cambiar la realidad que no nos gusta.

Sería más cómodo culpabilizar a los otros por los acontecimientos desagradables que nos ocurren, de las sensaciones, de las emociones que vivimos.

Si con coraje e integridad se observa la vida, se tiene confirmación que vivir padeciendo situaciones, acontecimientos, trae muchos sufrimientos que se pueden evitar, nos hace sentir impotentes, encarcelados.

Y así podemos decir que es más difícil vivir como víctimas que como artífices.

Ciertamente, vivir actuando la parte de la víctima, trae ventajas, pero estas no son nada, junto a las inmensas alegrías que nos traen las conquistas hechas, los cambios creados.

Impagable es la felicidad de sentirse un Alma libre, que ha elegido libremente este Viaje, que libremente puede incluso modificar el programa en cada momento.

Vivir el presente, sin prestar atención al pasado, a las Vidas pasadas, al futuro, requiere una gran fuerza, coraje, continua atención.

Es fácil regresar al pasado o dejar espacio a temores por el futuro, porque muchas son las cosas, las situaciones que nos llevan a hacer esto.

Es necesario un equilibrio no simple entre el abandonarse, el aceptar los acontecimientos, y el actuar asumiéndose la responsabilidad total de la propia vida.

Este equilibrio es una conquista que requiere mucho, pero nos dona luego mucho más. Mantener la mirada solo en el presente, dona la ligereza que nos hace vivir plenamente la vida, nos hace apreciar de ello cada cosa. Hace vivir intensamente todo, y permite recibir de ello toda la Esencia.

Nos convertimos así en niños alegres, en Almas libres.

Resumen de expresiones sugeridas

por los *Ángeles*

– Ahora quiero redescubrir mis flores Viejas –.

– Las raíces de este temor pueden estar en las Vidas pasadas que es bueno para mí no recordar, pero ahora no tengo nada que temer –.

– Te estoy agradecida, porque me has dado la posibilidad de crecer, de transformar, de cerrar aquello Antiguo o de sanar –

– Mis manos protegerán siempre ésta llama –.

II

El Despertar del Alma

Comentario

Alma Luminosa, la palabra 'Despertar' es el término con el que se describe aquello ocurre cuando iniciamos a comprender que somos Almas en camino, que como Almas hemos elegido todo lo que vivimos, que somos Almas libres, y, por lo tanto, artífices de nuestra vida.

Son tan libres, que podemos completar o no el diseño hecho por nuestra Alma antes de reencarnarse en esta vida; también podemos modificarlo, o ampliarlo.

Estas conciencias nos llevan a cambios radicales, tanto dentro de nosotros como alrededor de nosotros.

Sentimos derrumbarse aquellos muros de protección que hemos erigido para sobrevivir. Vemos desaparecer las seguridades que habíamos creado, o que creímos tales, porque descubrimos que son ilusiones.

Se vuelve natural poner en tela de juicio lo conocido, lo aprendido, aquello en que creímos, las cosas que creímos indispensables.

Tenemos la sensación de 'despertarnos' de un sueño profundo, sentimos que hay cosas que recordar, intuimos que hay mucho por descubrir.

Todo alrededor nuestro no es más como antes, y percibimos que existe otra realidad además de la que vemos.

El Despertar siempre es un huracán: hace que se derrumben muchas cosas, perturba, y, en un principio, crea confusión, vuelve inciertos nuestros pasos.

Puede ocurrir lentamente o rápidamente, porque cada uno tiene su historia, su programa.

Somos libres de permitir que el Despertar ocurra con los tiempos que elegimos, y, también, de seguir durmiendo...

Despertarse es como limpiar una casa que está cerrada desde hace mucho tiempo, con tanto polvo por todas partes.

Para limpiar bien es necesario mover lo que está adentro, tomar en mano cada cosa, y, a veces, incluso, llevar todo fuera de las habitaciones.

En ese momento existe mucha confusión, el polvo que vuela a menudo opaca todo, y vuelve pesada la respiración.

A menudo uno quisiera cerrar los ojos, o dejar ese lugar, o pedir a otros de hacer ese trabajo por nosotros.

Pero si resistimos y completamos la limpieza, luego podemos gozar de la casa, descubrimos aquellos objetos bellísimos que el polvo había cubierto. Algunos de estos objetos se vuelven muy útiles, otros indispensables para nuestra nueva vida.

Nuevos colores, nuevos perfumes, nuevas sensaciones, nuevas emociones, nos donan un bienestar nuevo, nos hacen sentir cómodos en aquella casa antes nos parecía desconocida.

Puede ser bastante diferente a la casa anterior, pero sólo allí nos sentimos realmente en casa, entre objetos aparentemente nuevos, pero que sentimos de haber ya conocido, amado, usado, y que nos pertenecen.

Oímos la alegría de ser nosotros mismos, de iniciar un bonito viaje para descubrir nuestra Esencia, alcanzar nuestra meta.

Pregunta:

Me siento trastornada, confusa, y vivo sensaciones opuestas...

Respuesta:

“No temas el momento que estás viviendo. Tú sabes que estoy a tu lado y te ayudaré en todo, amándote tiernamente.

El Despertar es como abrir una puerta y salir al aire libre: uno se siente atraído por los rayos del sol que nos invitan a salir, y de esta manera salimos de todo lo que antes podía parecer seguridad, protección.

Pero cuando caminamos al aire libre, es inevitable que lleguen lluvias y vientos. Son lluvias de limpieza, de transformación, son vientos que quitan todo lo que cubre la Esencia, reprime la luminosidad del Alma, impide la libertad.

Cualquier persona que elija un Camino de crecimiento, en el Despertar encuentra estos vientos, estas lluvias, que se alternan con momentos de gran sol, pero el viajante sabe que son importantes, y, poco a poco, aprender a amar a todos por igual. Y digo ‘poco a poco’, porque nadie quisiera encontrar los vientos y las lluvias cuando ha elegido el sol y la tibieza de sus rayos.

No temas, estaré siempre cerca con mucho Amor, te donaré el calor que necesitas, y todo lo que te es necesario para el camino.

PídeMe de ayudarte diciendo en voz alta:

– Ayúdame a vivir este momento donde los vientos me sacuden, las lluvias me mojan, donde siento frío. Sé que son necesarios, pero les temo, y temo perderme –.

Y siente que comprendo tu temor.

También pueden llegar las nieblas densas dónde podemos perdernos, en ese momento sientes Mis manos que aprietan fuerte las tuyas, Mi corazón que late junto a ti. No temas nada, Conmigo cerca, no te perderás, y Yo te calentaré.

Contigo todo viviré, en todo te ayudaré.

Y cuando vuelva el sol y volverá la serenidad, quiérela con toda la intensidad, goza de sol con todo el Amor, la gratitud, alégrate por todo y gozas de todo.

En el mismo momento prepárate, permaneciendo serena, a otras lluvias, vientos, nieblas, que podrían llegar: forman parte de la aventura, de vivir al aire libre, siempre en camino.

Quien vientos ya ha encontrado, muchas lluvias ha vivido, pueden ayudarte a comprender que todo forma parte de la aventura, y que merece la pena hacerlo, porque es siendo libres, que encontramos las verdaderas alegrías, las verdaderas fuentes que calman la sed, confortan, renuevan.

Siempre en el camino puedes encontrar quien esto haya vivido, haya experimentado, quién en esto puede ayudarte.

Aprieta Mi mano, aprieta la mano de quien está a tu lado, de quien encuentras, de quien conoce todo esto, porque ya ha caminado con vientos, lluvias y nieblas, pero no se ha perdido, ni se ha detenido, y ahora puede alentarte, compartiendo contigo las alegrías nuevas que ha conocido.

Acepta aquella parte de sufrimiento que cada despertar lleva, y trata de no soltar nunca Mi mano, las otras manos.

Escucha Mi reafirmación, las seguridades y los estímulos amorosos de quien todo ya ha vivido antes, escucha el llamado del Alma.

Luego, pasan los vientos, pasan las lluvias, desaparece la niebla y vuelve el sol, esto es inevitable.

En un día de lluvia no puedes ver el sol y del sol sentir su calor. Acepta la lluvia y el viento, con la certeza de que el sol volverá pronto.

Protégete bajo Mis alas, protégete bajo las alas de quién puede calentarte, tranquilizarte y hablarte de Amor.

Incluso actuando con responsabilidad, viviendo como una guerrera que todo sabe afrontar, sientes de ser también una niña que necesita de estas alas, de este calor, de este Amor.

Así sabrás luchar como una guerrera, difundir Luz, ser responsable de tu vida, pero también sabrás, aún más, pedir Amor, protección, contención, comprensión.

Siéntete una guerrera, siéntete una niña: dónde hay que luchar, lucha como una guerrera.

Luego, regresa como una niña que se deja abrazar, mimar, querer, porque es así que, el día después, podrás ser de nuevo una guerrera.

Es así que, luego, sabrás ayudar, alentar, otros ‘Corazones’.

Deja que las cosas ocurran, vive abandonada, incluso sintiéndote artífice de todo: eres artífice de tu libertad, de tu paz, de tu felicidad.”

Pregunta:

Siento que este Despertar es tormentoso...

Respuesta:

“Con alegría y Amor estoy a tu lado en éste despertar.

Es un Despertar en un mundo mágico, que ningún sueño puede hacer intuir, ni siquiera una parte.

Compórtate como si ello fuera un juego que hora no conoces, porque realmente es un juego, y tiene que seguir siendo un juego, un juego hecho Conmigo, para vivir en alegría, con ligereza.

Si lo así lo vivirás, estate segura que te llevará la alegría que estás buscando, la paz que deseas, la fuerza necesaria para vivir todo.”

Pregunta:

¿Por qué desde cuando he comenzado el Camino del crecimiento, en algunos momentos me siento confundida y perdida?

Respuesta:

“Porque cuando se entra realmente dentro uno mismo, en el propio corazón, es inevitable sentirse en confusión, sentir de perder los puntos de referencia.

Lo que estás haciendo es en efecto esto: dejar lo conocido, poner en tela de juicio lo aprendido, dejar ir la personalidad creada en este viaje, sacar todo para descubrir tu Esencia, liberar tu perfume, y permitir a tu flor de florecer libre.

Pero mientras quitas no ves nada que construir, nada desde donde agarrarte, y esto crea las sensaciones que estás viviendo. El Despertar es el momento más difícil para cada ‘Corazón’, para cada Alma, que ha elegido de caminar en la Luz.

Es necesaria mucha fuerza para continuar el Camino.

Es requerida la Esencia del guerrero que no teme a nada, la fuerza del guerrero que va adelante incluso estando cansado, el gran credo del guerrero que está seguro de vencer también cuando se siente perdido y debilitado.

Es conquistar una Alta Cumbre, redescubrir la propia Esencia, hacer el viaje hacia uno mismo. Y esto no con la mente, no con las palabras, sino con todo nuestro Ser.

Comprenderás más adelante, cuántos se ilusionan de vivir esto porque hacen muchas cosas, pero en realidad permanecen siempre distantes de sí mismos, porque lo hacen con la mente o no viven lo aprendido con el corazón.

Continúa tu Camino con serenidad, consciente de la gran fuerza, del gran coraje que tienes navegando tu interior, viviendo tu despertar con todo tu Ser.

DaMe siempre tu mano, pídeMe ayuda en todo, debes de estar segura que de esta manera, no podrás perderte nunca, que llegarás a tu meta.”

Pregunta:

He conocido muchas cosas nuevas, he vivido emociones nuevas, ahora siento como de haber vuelto a casa. Tengo mucha alegría en el corazón y quiero continuar mi Camino, pero también siento el deseo de descansar...

Y no sé cómo relacionarme con mi familia que, no siempre, acepta todo lo que estoy eligiendo vivir.

Respuesta:

“Con Amor te recibo, como una hija que ha ido errado por el mundo durante mucho tiempo, y ahora entre Mis brazos puede descansar.

ImaginaMe y siénteme así: que te recibo, sonriendo, alegre, diciéndote que eres muy inteligente porque has sabido hallar tú Casa después de equivocarte tanto.

Ahora, entre Mis brazos puedes dejarte ir, puedes dejarte alimentar por Mí. Yo velaré por ti, te protegeré, cuidaré de ti.

He aquí que luego, alimentada, con la sed calmada, descansada, confortada, cuidada, amada, te despertarás nueva, con un resplandor nuevo, con una seguridad nueva, y, sobre todo, con una gran alegría nueva, nunca antes conocida.

Es la alegría de quien se ha despertado y ha reconocido su verdadera Casa.

Es la alegría de quien puede resplandecer en el mundo, puede ir serena por el mundo, sabiendo que por la tarde volverá a su Casa.

Es la alegría de quien también puede ir hacia la confusión, en el polvo de las calles del mundo, pero luego puede volver a Casa y renovarse nuevamente.

Has comprendido que no te detendrás más, que continuarás tu viaje.

Sientes que hora tu viaje estará lleno de Luz, de alegría, de Amor, porque has llegado a un punto donde puede detenerse el aprendizaje en el dolor del no conocimiento, de la inconsciencia, e iniciar los aprendizajes en alegría, en Amor, y vivir con conciencia y libertad.

Ahora permítete este momento de descanso para renovarte. Abandonados entre Mis brazos, para sentir Mi Amor,

saboreando luego las alegrías de poder continuar tu viaje en la Luz, en el Amor, en la alegría.

Has llegado a un umbral y sin darte cuenta, los has ya pasado. Es natural por lo tanto, que todo lo que exista detrás de este umbral, quedará fuera de tu Casa, de tu vida, porque cerrarás una puerta para poder respirar el aire nuevo, de una Casa nueva.

Vive esto, y visualízate justo allí: más allá del umbral.

Ésta que has pasado es una puerta que se cierra de prisa, porque todo lo que existe detrás, ha tenido su tiempo, te ha dado la riqueza que te tuvo que dar, te ha ayudado como tu Alma había elegido.

No sentirás la fatiga de cerrar esta puerta, y sentirás la alegría de continuar más allá del umbral, porque no te sentirás en una casa nueva, sino en tu Casa, porque todo has ya conocido de esta Casa.

Si tomarás en mano los objetos, al principio pueden parecerte nuevos, pero en realidad los has ya tomado en mano, los has ya usado, y por lo tanto, ya no los sentirás nuevos.

Y, aun siendo al inicio de tu despertar, por lo tanto una alumna en una escuela nueva, ya puedes ayudar otras Almas a despertarse.

En esta escuela existe un grande crecimiento e infinitas oportunidades de evolución para uno mismo, y también uno mismo se convierte en medios para muchas Almas.

La propia familia pertenece a las muchas Almas que se ha elegido ayudar, de despertar.

Siempre existe un cambio entre Alma y Alma, porque cada Alma en todo caso algo da, empuja a un algo, es un medio para algo.

Es natural, por lo tanto, sentirte muy diferente cuando estás entre Almas que has elegido ayudar.

Es como ser una maestra que entra en una escuela para enseñar: se sentirá un poco sola, un poco diferente, porque es mucha la distancia de los niños a los que está enseñando.

Sólo cuando encuentra otra maestra, siente algo en común, siente algo que puede permitirle de abrir el corazón, de poder ser comprendida, ayudada, contenida. Pero luego, cuando vuelva al aula con sus alumnos, de nuevo se sentirá un poco sola.

Siempre encontrarás a otros enseñantes que, como tú, tienen sus aulas, sus alumnos, y que, como tú, han conocido esta soledad, esta diversidad, pero han comprendido que esta ha sido elegida por el Alma para ayudar otras Almas a despertarse.

Puedes ver tu familia como muchas Almas que has elegido despertar, para los cuales eres una oportunidad hacia el despertar, pero que, no reconociéndote como su maestra, no quieren comportarse contigo como alumnos.

No dejes que esto te toque, da con humildad tu Luz, aquello conocido.

Siente a tu familia, una de las muchas aulas tuyas, y no observes si lo que das es aceptado o no.

Puede ser que con el tiempo, lo que no es aceptado ahora lo será, o en sus corazones cuánto das es aceptado, pero no te lo demuestran, ni tanto menos te dan las gracias por ello. Puede ser que todo lo que ahora das, creará frutos para otros viajes.

Siempre podrá ocurrir esto con las Almas que ayudarás.

Algunas podrán reconocerte como una despertadora, quererte y estar agradecidas por esto y por cuánto tú a ellas donas.

Otras Almas te volverán la espalda y se alejarán de ti sintiéndote un peligro, porque, incluso habiendo elegido el Despertar, en ese momento eligen seguir durmiendo, y tu música no permitiría hacerlo.

A menudo aquello que buscabas en tu familia y de ella no has recibido, lo recibirás de otras Almas que encontrarás en tu camino.

Naturalmente quedan las heridas por aquello que no recibido, por sanar, por cerrar, pero podrás recibir mucho más de otras Almas que serán para ti padres, hermanos, hermanas, compañeros.

Y tan luego, sentirás gratitud hacia tu familia de origen, porque, comprenderás que, no ofreciéndote eso que precisabas, te ha empujado a buscar una familia mucho más grande, a sentir el Universo tú Casa, tu familia, porque es esto que sentirás.

A menudo en la propia familia sucede esto.

Otras veces no es así, porque hay otras motivaciones, otras elecciones del Alma, otras lecciones, otras evoluciones.”

Comentario

También para mí el Despertar ha sido muy tormentoso, muy intenso y largo, tan largo que todavía no me siento un Alma 'despierta'...

A menudo en esta nueva 'Casa' he limpiado a fondo, he reordenado con cuidado cada cosa y todo con mucho esfuerzo, con gran empeño y mucha voluntad.

Y en cuanto me sentaba para disfrutar todo, he aquí que un 'ráfaga de viento' abría la puerta y volaba por el aire todo, de nuevo entraba el polvo en todas partes, creando así bastante desorden y la necesidad de volver a hacer todo.

Y esto no ha ocurrido sólo a mí.

Son estos los momentos en que se piensas que cada esfuerzo, cada fatiga, no valga nada, que, quizás, al final, se está peor que antes.

Pero una voz dentro de nuestro corazón nos recuerda que antes del Despertar, para superar las dificultades, tomábamos 'tranquilizantes', de diferentes tipos, en modos diferentes.

Antes no vivíamos plenamente la vida, porque no observábamos con la conciencia todo lo que en ella ocurría, no gozábamos de muchas cosas, porque nos pasaban inobservadas.

Antes no vivíamos totalmente nuestras potencialidades, no expresábamos nuestras emociones, como luego hemos aprendido a hacer.

Ahora soy muy feliz por todo lo que he hecho de no simple, de no fácil, para continuar mi Despertar, porque las conciencias

del Alma han quitado cada posibilidad de temores, de angustias, de desesperación.

Con ellas ha aumentado las alegrías por aprender cómo vivir plenamente la vida.

Ahora siento que todo lo que ocurre, dentro y fuera de mí, son grandes ocasiones de crecimiento, de Despertar, que me ayudan a conocer la verdadera realidad, el significado de cada cosa.

Esto me lleva a amar al sol, a la lluvia, al viento, al mar calmo y a las olas altas, porque ahora mi casa es el Universo y todo lo que en él existe es bueno para mí, todo lo que en él ocurre es justo para mí, para mi Alma.

Y sonrío a las ráfagas de viento que llegan, porque he experimentado que ellas traen lo nuevo, crean lo nuevo, y lo nuevo siempre es maravilloso, si también yo me convierto en nueva, junto a aquello nuevo.

Resumen de expresiones sugeridas

Por los *Ángeles*

*– Ayúdame a vivir este momento donde los vientos me sacuden,
las lluvias me mojan, donde siento frío. Sé que son
necesarios, pero les temo, y temo perderme –.*

III

La Vida: sentido y finalidad

Comentario

Alma Luminosa, no es fácil dar una definición única de la Vida.

La comprensión de su sentido más profundo, su finalidad, ocurre viviéndola, y, por lo tanto, no acaba nunca.

A medida que despertamos, crecemos, experimentamos, descubrimos nuevos aspectos de la vida, entendemos nuevos significados, nuevas finalidades.

Y la comprensión aumenta continuando el Camino.

(La Vida es el viaje que nuestra Alma ha elegido para crecer, para evolucionar, para ser más luminosa.

Es un gran medio para una infinidad de objetivos.

Es una oportunidad para muchas cosas, entre ellas la maravillosa posibilidad de donar Amor y Luz.

Al inicio de mi Camino del crecimiento, estaba ansiosa por conocer cuál era la tarea que tenía que desarrollar, qué es lo que mi Alma había elegido hacer y vivir en este viaje, cuál era la meta que tenía que alcanzar.

Bien pronto he dejado el deseo de conocer todo esto, porque he comprendido que lo importante no es conocer, sino aprender a vivir la vida en Amor, en la Luz, en la alegría, y hacer todo para donar Amor, Luz, alegría.

Como mis Ángeles me han enseñado, me siento siempre en la escuela y veo todo lo que vivo, como una lección continua, incesante.

Sé que estoy viviendo una bonita aventura llena de imprevistos y sorpresas, y trato de vivirla como debe ser vivida cada aventura: con el entusiasmo de lo nuevo, con la capacidad de

sonreír a cada cosa que ocurre, agradecida por todo lo que tengo, que recibo, que vivo, en la certeza total que todo puede hacerme crecer, puede ayudar a mi Alma a evolucionar.

Como una niña, trato de vivir la vida como un juego que continua a cambiar, sabiendo que pueden cambiar incluso los compañeros de juego.

Esta manera de comportarme ha sido determinante, porque así doy espacio a mi Niña interior, que sabe convertir todo en juego, también la escuela...

Pregunta:

¿Me ayudas a ver la Vida como un juego?

Respuesta:

“Con una pelota coloreada, luminosa, vengo junto a ti, para que Conmigo tú puedas jugar y conocer cada vez más los colores de la Vida.

Toma entre tus manos Mi pelota coloreada y juega.

El juego será siempre una posibilidad de crecimiento, porque cada vez más comprenderás que la Vida no es más que un juego, un juego que el Alma ha elegido de jugar con Nosotros, para ser más bonita, más luminosa, para evolucionar.

Por ello, juega a más no poder.

Cuando sucede algo que no te da alegría, o te quita la alegría, la paz, sonríe, y di:

– También esto es un juego, tanto vale sonreír y jugar – .

Cuando tu mente te lleva a recordar un pasado y sus dificultades, o te crea temores por el futuro, o te hace llevar la mirada a lo que tendrás que hacer o vivir, dile a ella:

– Vamos, juguemos, no te detengas allí, también éstos son juegos que mi Alma ha elegido, son juegos que forman parte del gran juego de la Vida, del juego del Alma – .

Así ayudarás a tu corazón a sentir que la Vida es simplemente un juego, y que Yo siempre estoy allí, listo para jugar junto a ti. Cuando la mente te susurra que lo que estás viviendo es una cosa seria o triste, es una cosa importante, dile a ella:

– Mi Ángel está esperándome para jugar junto a mí – .

Y he aquí que en el corazón sentirás de nuevo las ganas de jugar Conmigo.

Y puedes hacer realmente este juego Conmigo: imagina de tener entre tus manos una pelota y de jugar Conmigo.

Puedes hacerlo todas las veces que quieras, sobre todo cuando sientas que la mente quiere crearte obstáculos, dificultades, para vivir como todo un juego.

Recuerda que la Vida es un juego para el Alma elevar, iluminar, que la mente no puede comprender, y, por ello, ella siempre te recordará el pasado o te llevará al futuro.

En cada cosa que haces, en cada cosa que vives, usa esta expresión:

– Estoy jugando para mi Alma, esto lo estoy viviendo para mi Alma, y por lo tanto, lo vivo como un juego, en ligereza – .

Y puedes ayudarte en esto, llevando realmente en tu casa una pelota coloreada y sobre de ella escribir:

– La Vida es solo un bonito juego – .

Esto para que cada vez que entras en tu casa, o cuando estás en tu casa, tú puedas leer y recordar esto, y entonces sonreír.

Con Amor te empujo a jugar, porque este es un entrenamiento para poder vivir todo y ver todo como un juego.

De esta manera, te entrenas para saber luego jugar a la Vida, para saber luego vivir toda la Vida como un grande juego y nada más.

Y sentirás que la cotidianidad es un conjunto de juegos diferentes y que puedes jugar con ellos.

Comparte siempre todo lo que existe en tu corazón, pero al final di:

– En todo caso también esto es un juego para mi Alma elevar, iluminar – .

Esto te ayudará mucho en todo, porque así sabrás jugar cada vez más a la Vida, sabrás ver cada vez más toda tu cotidianidad, sólo como un juego, y, por lo tanto, estar serena. A la mañana, cuando te despiertes, llámaMe, y sonriendo diMe:

– Ahora voy a jugar para mi Alma, para alegrar mi corazón. Acompáñame porque quiero jugar Contigo – .

Y he aquí que Me sentirás cada vez más como de un compañero de juegos, y será bonito jugar juntos todo el día. Sentirás el entusiasmo por descubrir juegos nuevos, no conociendo hasta la noche a qué juego jugaremos.

Y en todo lo que vivirás, podrás decir:

– También esto es un bonito juego, también esto forma parte del juego de la Vida – .

Así la cotidianidad será mucho más ligera y no jamás sobrecargará tu corazón.

Si las emociones, las expresiones, verás como parte de un juego, jamás te entristecerás.

Incluso jugando crece, y el Alma ha elegido un gran juego que se llama ‘Vida’, ha elegido de hacer un gran viaje, jugando.

Y jugando, aprenderás, crecerás, en alegría.

Sólo la mente ha elegido de transformar todo en un ‘no juego’.

Si este viaje ves y sientes como un juego, todo será mucho más fácil, y sobre todo te alegrarás por ser una niña que puede jugar con el juego más bonito, aquello que al Alma hace elevar.

Y si así te comportas, Me sentirás mucho más, me verás jugar contigo, y descubrirás cuánto juegos te traigo, para que tú puedas jugar, crecer, evolucionar.”

Pregunta:

¿Cómo puedo sentir entusiasmo por vivir?

Respuesta:

“Recordando que la Vida es una bonita aventura.

Cuando la vivas de esta manera, comprenderás que hermosa es la aventura, justamente porque es una aventura.

En la aventura nada se conoce antes, nada es ya programado, nada es seguro. Esto sucede incluso si el Alma conoce ya el camino y todo lo que vivirás en esta aventura, porque ella ha elegido todo.

Cuando vivas la Vida como una aventura, sabrás vivir en la lluvia, en el viento, en el sol, con la misma alegría, porque en todo caso todo forma parte de la aventura.

Así podrás gozar totalmente de la aventura, porque desde ese momento existirá solo el sol para calentarte, el viento tibio para acariciarte.

Con Amor te ayudaré a estar preparada para todo, para ser fuerte viviendo cada cosa con alegría.

Saborearás la quietud, el descanso, porque, incluso si el camino continuará, no será más tan difícil como ahora lo sientes.

Será un camino dulce, porque habrás comprendido que para saborear serenamente el descanso, la quietud, la paz, no se tiene que temer ni al caminar, ni a las tormentas ni a la confusión.

Es viviendo las tormentas, superando las dificultades que existen en cada aventura, que sabrás disfrutar de la paz como la disfruta el guerrero que ha ganado la batalla, y ya no temerá a

ninguna batalla, sabrás disfrutar del descanso como quién tanto ha caminado, tantas adversidad ha superado.

Si nada nuevo ocurre, ningún encuentro ocurre, permanece serena.

Cuando al día siguiente ocurre un encuentro particular o algo particular, sonriendo, con alegría, toma distancia de todo lo que en ese momento estás viviendo, para vivir todo como un gran medio para aprender, para crecer, para el Alma elevar.”

Pregunta:

¿Por qué es la Vida una escuela?

Respuesta:

“La Vida es una bonita escuela porque todo lo que vives te da la oportunidad de conocer, aprender y crecer.

Así la sentirás, si recibes cada día con alegría las enseñanzas que ese día te consagra, si vives todo lo que en ese día ocurre, como una lección que aprender, como una confirmación de lo que has aprendido, una oportunidad para experimentarlo.

Ésta es una escuela especial: se estudia para actuar, se actúa para aprender, se aprende para enseñar, se enseña para aprender.

Ninguna enseñanza puede ser más grande que la enseñanza de la experiencia, de lo vivido.

En esta escuela sólo lo que aprendes y experimentas, podrás luego realmente dar a conocer y enseñar.

Puedes compartir cuánto has vivido, puedes expresar la alegría por las victorias obtenidas, puedes compartir tus pasos: esto ya es enseñar.

Quien escucha tus palabras, mucho puede comprender de todo lo que has vivido, de cómo lo has vivido, y así puede elegir más conscientemente cómo comportarse en sus pasos, en sus acciones.

En esta escuela el aprendizaje y la enseñanza no terminan nunca, he aquí porque las pruebas, los desafíos, las situaciones, los acontecimientos, los encuentros, se suceden continuamente. Y superada una clase, estarás lista para otra.

Toma en mano tus libros y di:

– Simplemente en otra aula he entrado –

Y todo lo que luego allí tienes que vivir para aprender, Yo te lo llevaré.

Permanece siempre atenta, prudente, en todo lo que ocurre, dentro y alrededor de ti, y rápidamente pasarás de aula en aula. Mira delante de ti los libros de tu vida y siente que juntos los deshojaremos día tras día.

Ahora comprendes cuánto la cotidianidad debe ser mirada con atención y prudencia, porque es en la cotidianidad que, juntos, deshojamos los libros.

Compartir la cotidianidad, las sensaciones, las intuiciones, las dudas, las incertidumbres, las comprensiones, y todo lo que no comprendes, te llevará a encontrar siempre alguien que te ayudará a comprender, y a leer aquellas páginas que pudieran pasar inobservadas.

Al mismo tiempo podrás ayudar a alguien a deshojar sus libros, a observar con atención todo lo que vive.

Así, mientras como alumna aprendes, como maestra enseñas. Mientras como alumna aprendes a deshojar Conmigo tus libros, enseñarás a deshojar los propios libros.

Mientras como alumna aprenderás a leer todo lo que ocurre como una lección que aprender, enseñarás a leer toda la cotidianidad, la vida como lecciones que el Alma ha elegido para crecer, para evolucionar.”

Pregunta:

¿Cuál es la finalidad del viaje de la Vida?

Respuesta:

“No todo es igual para todos, porque cada uno tiene su propia historia.

Por lo tanto cada uno puede elegir una manera diferente de vivir y de hacer este viaje.

He aquí porque lo Antiguo quedará como algo que la mente no puede conocer completamente, y que sólo el corazón puede percibir.

Para alguien, esta vida, es incluso una oportunidad para cerrar algo que ha quedado abierto en otros viajes, para otros es una oportunidad para completar algo que ha iniciado en otros viajes, una oportunidad para sanar, una oportunidad para modificar, una oportunidad para desarmar.

Para todos es un medio para crecer y elevar el Alma.

Cada uno ha tenido y tiene una historia, cada uno ha tenido y tiene tareas, cada uno tendrá tareas, todos han elegido de actuar para el Alma, y seguirla.

Y el Alma ha elegido este viaje para elevarse, pero también para amar y ayudar.”

Pregunta:

¿Cuál es la finalidad de mi Vida?

Respuesta:

“Cuando el Alma elige de hacer un viaje, este es para evolucionar, para subir cada vez más hacia arriba: esta es la finalidad que os aúna.

Y ha sido tú Alma que ha elegido todo lo que estás viviendo, lo que has vivido.

Esto se olvida al principio del viaje, también porque el Alma ha elegido de vivir experiencias justamente en la inconsciencia, en el no conocimiento, para aprender y experimentar algo.

Cuando se comprende, no con la mente, sino con el corazón, paso a paso, día tras día, que todo forma parte del gran diseño que el Alma ya conoce y ha elegido vivir; cuando se tiene la certeza que todo lo que no llega es porque no es indispensable para el Alma; cuando se comprende que el Alma ha elegido muchos obstáculos para ser aún más bella, y ha tenido el coraje de superarlos, de afrontarlos, de transformarlos; cuando se comprende que estamos totalmente protegidos y que vivimos por lo tanto en el abandono, no se sufre más de manera

profunda, lacerante, ya no se vive la desesperación, la angustia, y todos los miedos desaparecen.

El no conocimiento, el no recordar, son decisiones del Alma, porque justamente el no conocimiento, el no recordar, han creado el sufrimiento, o han hecho vivir la experiencia, con el dolor que el Alma había elegido vivir, para crecer, para experimentar, para evolucionar.

Cuando llega el conocimiento, la conciencia, significa que ya se ha recorrido parte del Camino que el Alma había elegido cumplir para evolucionar.

Por lo tanto, todo lo que se vive con conciencia y los nuevos conocimientos, es para ser aún más luminosos.

La tarea es justamente la Vida, la finalidad es permitir al Alma de evolucionar, de crecer.

Cuándo encuentras a alguien que dice de tener una misión especial, una tarea especial, recuerda que en todo caso ese ‘Corazón’, ha elegido esa misión para que su propia Alma evolucione.

Todo lo que haces, también aquello que haces por los demás, es un medio de crecimiento para ti, es un medio de evolución para tu Alma.

Por lo tanto, todo lo que vives es ‘especial’.

Permanece serena, si has llegado a esta concientización, si a este nuevo conocimiento te has abierto, es porque hasta ahora has vivido tu meta, tu tarea.

Y la serenidad existe en el saber estar en el lugar correcto, en el momento justo, y en el hacer cuánto el Alma ha elegido.

Si tú no hubieras vivido el programa de tu Alma, no estarías aquí.

Y recuerda que para haber llegado a estos conocimientos, es porque en otras Vidas has ya caminado por Senderos luminosos.”

Comentario

Naturalmente compartir la propia vida, como los Ángeles nos exhortan a hacer, no significa sólo contar los pasos hechos, las conquistas y las victorias, sino compartir ante todo aquello que a menudo nosotros creemos fracasos, equivocaciones, derrotas, pasos no hechos.

Esto para ayudar nosotros mismos y los otros a comprender que todo lo que se vive es sólo un entrenamiento para luego actuar, es una lección para aprender, es experimentar para conocer, es aprender a aceptar con paciencia y compasión las caídas, las recaídas, los intentos en vano, manteniendo la calma, teniendo la mirada hacia la meta.

Esto también es una garantía para permanecer siempre humildes, para sentir de pasar de un aula de aprendizaje a un aula de pasantía, y otra vez, luego, en aulas nuevas.

Las aulas de pasantía son aquéllas donde llevamos a la práctica lo aprendido.

Éstas son las aulas más difíciles, son las aulas que solicitan más humildad, más paciencia, más constancia, más esfuerzo, más entrenamiento, atención continua, porque es allí que nosotros cancelamos nuestras costumbres, desarmamos toda nuestra personalidad, creada en el no conocimiento, por defensa, por protección, por reacción.

Sólo si, con paciencia, humildad y compasión, aceptamos todo de nosotros mismos, sabremos aceptar, con infinita paciencia y compasión, el todo de quien camina junto a nosotros, de quién nos extiende su mano para recibir una ayuda.

No conociendo nada de lo que su Alma ha elegido vivir, aprender, conquistar, donar, no podemos, conocer los tiempos requeridos, los medios necesarios.

Así nos convertimos en compañeros de Luz que todo iluminan, que miran sólo lo aprendido, lo conquistado, las victorias, los pasos hechos por los compañeros, para alegrarse y celebrar juntos.

Nos convertimos en viajeros humildes, afectuosos y pacientes, que saben acompañar y contener en la aventura de la Vida.

Nos convertimos en niños que juegan serenos y alegres el juego de la Vida, día tras día, sin pensar en el porvenir, sin recordar el pasado, abandonados en los brazos de los Ángeles.

Resumen de expresiones sugeridas

por los *Ángeles*

- También esto es un juego, tanto vale sonreír y jugar – .*
- Vamos, juguemos, no te detengas allí, también estos son juegos que mi Alma ha elegido, son juegos que forman parte del gran juego de la Vida, del juego del Alma – .*
- Mi Ángel está esperándome para jugar junto a mí – .*
- Estoy jugando para mi Alma, esto estoy viviendo para mi Alma, y por lo tanto, lo vivo como un juego, en ligereza – .*
- La Vida es solo un bonito juego – .*
- En todo caso también esto es un juego para mi Alma elevar, iluminar – .*
- Ahora voy a jugar para mi Alma, para alegrar mi corazón. Acompañame porque quiero jugar Contigo – .*
- También esto es un bonito juego, también esto forma parte del juego de la Vida – .*
- Simplemente en otra aula he entrado – .*

IV

La personalidad, el ego, el 'yo'

Comentario

Querida Alma Luminosa, comprender que hay cosas que modificar, que iluminar, partes de la personalidad que dejar ir, podría inducirte a pensar que algo de ti no está bien.

No es absolutamente así, tú eres ya bellísima porque eres un Destello Divino. Simplemente los Ángeles nos ayudan a comprender qué hacer para resplandecer en toda nuestra belleza, manifestar y vivir totalmente nuestra Esencia luminosa.

A menudo ésta está cubierta por nuestra personalidad, reprimida por nuestro ego.

Todo Nosotros somos Almas por lo tanto Destellos Divinos, en cuanto partes de la Gran Luz.

Cómo Almas, tenemos nuestra Esencia individual, resplandeciente, con todos los tesoros que hemos recogido de vida en vida, preciosa por toda la sabiduría y los talentos adquiridos en los viajes realizados.

Encarnándose sobre este planeta, casi siempre nuestra Alma elige de hacer este viaje sin darnos enseguida la conciencia de quiénes somos, y los conocimientos que luego descubrimos con el Despertar. Esto sucede, para poder vivir lo que hemos elegido de vivir, para aprender nuevas lecciones, para hacer nuevas conquistas, entre tantos límites.

Con el Despertar descubrimos que en realidad no existen límites, reconocemos el gran potencial del Alma que nos permite ir más allá de estos límites, que nos ayuda a vivir como Almas Luminosas.

Esto que aparentemente puede parecer un obstáculo, una dificultad, se convierte en una oportunidad de crecimiento, una posibilidad de evolución.

Y el obstáculo principal, la dificultad más grande de superar, somos justamente nosotros mismos, con nuestra personalidad, nuestro ego, y con nuestro 'yo' que quiere imponerse en todas partes...

La personalidad está conformada por el conjunto de nociones que hemos adquirido del mundo y en el mundo, desde el nacimiento, a menudo lejos de los conocimientos del Alma.

Comprende modos de comportamiento aprendidos en los años, técnicas de defensa, de protección, creadas sobre todo después de que hemos vivido traumas, conocido sufrimientos.

Con ellas creemos de evitar otros sufrimientos, de protegernos de todo, de todos, mientras, en realidad, impedimos a nuestro Niño interior de expresarse y de vivir espontáneamente, en la simplicidad, en libertad.

La personalidad crea artimañas, los llamados 'juegos', que usamos para tener determinadas personas cerca nuestro, para obtener lo que queremos, para crear ventajas.

También estos 'juegos', en realidad, impiden a nuestro Niño interior de vivir libres, de jugar, de ser alegres.

Sabemos muy bien lo fácil que es manipular y dejarse manipular con estas 'artimañas -juegos'.

En realidad, encadenamos y nos dejamos encadenar, por la posesividad, por las necesidades, por el miedo a quedar solos, por el temor a perder lo que tenemos, por no recibir todo lo que los otros nos podrían dar.

Muchos comportamientos nuestros están influenciados por las reacciones que tenemos hacia el ambiente en el que vivimos, las dificultades que encontramos.

La personalidad es el conjunto de muchos 'ladrillos' con los que hemos construido, y seguimos construyendo, cosas, situaciones, que creemos seguridades para el presente, garantías para el futuro.

Sólo después de que las hemos dejado, comprendemos totalmente cuánto pueden ser prisiones.

Mucho de todo esto nos es enseñado, mucho lo aprendemos con lo que vivimos.

Mucho nos viene impuesto por la sociedad directamente o indirectamente, con ejemplos de vidas confortables, de líderes de éxito en los diferentes sectores económicos, políticos, científicos, de espectáculo, religiosos, etcétera

Nuestra mente nos hace de esta manera perseguir continuamente aquello que creemos necesario, indispensable, mientras que a menudo en realidad no lo es. La mente nos empuja a imitar modelos de vida y estos líderes, mientras nuestra Alma nos empuja a expresar nuestra Esencia, y a vivir como creemos correcto para nosotros.

Ésta es la mente limitada, condicionada por todo lo que ha aprendido, por todo lo que le ha sido inculcado, no ciertamente la mente entendida como capacidad de comprender, de descubrir, de intuir.

He aquí porque los Ángeles nos enseñan a aprender con el corazón, a sentir más que a entender, a alejar esta mente limitada para dar espacio al corazón, a la sabiduría del Alma.

Pregunta:

¿Me hablas de la personalidad?

Respuesta:

“Imagina un gran castillo con muchas habitaciones, con las puertas abiertas. Luego, visualízate dentro de este castillo, que vas de habitación a habitación.

Puedes comprender que, aunque te mueves de una habitación a la otra, en realidad este castillo te encarcela. Así es la personalidad.

Muchas personas se sienten libres por el hecho de poder hacer lo que quieren, de decir lo que desean, mientras que en realidad tienen muchas prisiones

Estos pueden ser los sentimientos, las necesidades, los deseos, los proyectos, las ilusiones y las construcciones hechas por la personalidad.

Escucha esta sensación de estar encarcelada allí, en este castillo, y harás de todo para salir de él.

No lo verás más como un bonito castillo, no lo sentirás más como un refugio, una protección, una seguridad, lo sentirás sólo como una prisión.

Sentirás que quieres ser libre para amar, para vivir realmente .”

Pregunta:

¿Estas habitaciones del castillo, son quizás todas las cosas que ahora creo importantes?

Respuesta:

“No siempre son estas y no sólo son estas.

La personalidad ha creado muchas otras habitaciones. Las habitaciones también son aquello que impide vivir ante todo la unión con el Universo, con todos y con Todo.

Lo que impide al Alma de ser libre, lo que impide de seguir ante todo al Alma.

Pero ahora no pienses y no digas:

–Está todo equivocado, no sé nada, o sé lo que está equivocado –.

Con serenidad puedes decir:

– Quizás algo, quizás todo, es una ilusión. Ahora libero mi Esencia, dejo libre mi Alma, sigue ante todo mi Alma –.

De esta manera descubrirás las habitaciones que ahora no conoces, saldrás del castillo, vivirás libre.”

Pregunta:

Cuando me dices de dejar ir mi personalidad, temo de deber comportarme como otra persona...

Respuesta:

“Cada uno es una flor con sus colores, con su perfume. Emanar el propio perfume no requiere palabras, acciones, simplemente se lo emana.

Nadie tiene que imitar a alguien, porque también esto sería un ilusionarse, un todavía crear paredes, simplemente cambiando tipo de ladrillos.

Cada uno emana su propia Esencia en todo lugar, con cualquier persona, ininterrumpidamente: ésta es la libertad.”

Pregunta:

Dejando ir mi personalidad, temo de perder mi individualidad.

Respuesta:

“Estos temores existen porque todavía tu Esencia está encarcelada.

En un Camino luminoso nunca se te pedirá de aceptar convicciones ajenas, sencillamente de difundir tu Esencia, de escuchar la voz de tu Alma, que no crea convicciones porque lo que el Alma dice, se siente, no es un algo de la mente.

Es aprender a sentir, a comprender, a aprehender, con el corazón libre, sanado, es dejar libre el Alma de expresarse, de vivir el viaje elegido.

No des espacio al temor de perder tu personalidad, dónalo a Mí. Siente que estás conquistando tu individualidad, manifestando tu Esencia, y alégrate por ello.

Cuando quitas una coraza, celebra, y sentirás que esta no te protegía, te impedía recibir y donar Luz y Amor.

Cuando quitas un vestido a la personalidad, celebra, y sentirás que este no te protegía solamente cubría tu Esencia.

Cuando veas caer el castillo creado por tu personalidad, celebra, y descubrirás que no era una seguridad, más bien una prisión.

Cree en todo esto intensamente, porque para quitar corazas, vestidos, para hacer que se derrumbe el propio castillo, es necesario un gran Credo y toda la intensidad en el actuar.

Esto porque sólo cuando estarás fuera del castillo, libre de todos los vestidos, de las corazas, saborearás la alegría de poder correr como una niña, libre por los prados, de sentir los rayos de la Luz, Amor en el corazón, la emoción del Alma libre.

Y recuerda que, si lo desearás, en todo te ayudaré, haremos todo juntos.”

Pregunta:

¿Qué se necesita para eliminar todo lo que mi 'yo' ha construido?

Respuesta:

“Es necesario un gran Credo, una elección profunda y tu fuerza.

Con Mi Amor te acompañaré en la búsqueda de tu Esencia, y te ayudaré a expresarla totalmente.

PídeMe de donarte Mi fuerza, para ser más fuerte mientras quitas aquello que cubría tu Esencia, para conquistar más de prisa tú Esencia.

En los momentos intensos, en las situaciones no simples, piensa que éstos podrían ser grandes ayudas que te estoy llevando para quitar todo mucho más de prisa.

También pueden ser pequeñas cosas, porque lo sutil de la personalidad forma parte de un invisible, y está formado por pequeñas cosas.

Cuando el ‘yo’ es rozado, o una pequeña parte de tu castillo es quitada, puedes sentir ese momento muy fuerte, pero después sentirás una gran alegría y estarás serena.

Permanece atenta a cada cosa, en cada momento, incluso dónde sientes que todo fluye.

Permanece atenta a cada situación, incluso aquellas donde no ves nada importante para tu Sendero, porque podría ser justamente en esos momentos, aquellas cosas, aquellas situaciones, que te permiten descubrir mucho, aprender y crecer de prisa.

PídeMe de ayudarte a estar atenta para divisar en cada cosa aquello que es necesario modificar, quitar, dejar ir, o que hay que reforzar.

El ‘yo’ también tiene a una gran sutileza. Haz de manera que descubrir estas sutilezas sea sólo un momento de alegría, porque descubriendo las sutilezas del yo, las puedes quitar, y, por lo tanto, puedes percibir la sutileza luminosa de tu Esencia, y de todo aquello que te rodea.

Cuando exista un instante de temor, en voz alta di:

– *Quien sabe cómo seré, cuan luminosa será mi Esencia, cuando todo habré iluminado* – .

He aquí que dentro de ti se moverá la niña a la que le gusta descubrir, aventurarse, y que te guiará hacia la meta, que te hará libre.

Pero, naturalmente, a estas preguntas que expresarás en esos momentos de temor, no le debes responder con tu mente, porque esto adormentaría a tu niña.

Reconoce tu 'yo' o las sutilezas de tu 'yo', con la alegría de haber logrado reconocerlo, desármalo en el Amor, con total compasión

Pregunta:

¿Sabré reconocer mis prisiones?

Respuesta:

“Con alegría te ayudaré en esto.

Todas las prisiones se pueden reconocer cuando existe la decisión de reconocerlas, la humildad de aceptarlas.

Una vez reconocidas, acuérdate de salir rápidamente de ella.

Cuando uno se encuentra dentro de una prisión, aunque la puerta se encuentre abierta, no significa que haya mucho tiempo para salir, porque puede ocurrir que en un instante la puerta se cierre.

Incluso salir es una decisión.

Sé humilde para reconocer tus prisiones, para salir rápidamente de ella, porque salir es siempre una decisión tuya, siempre será una decisión tuya.

Yo estaré del otro lado de la puerta, listo para abrazarte.”

Pregunta:

¿Cómo puedo modificar aquello que mi personalidad ha construido?

Respuesta:

“Imagina de tener delante de ti una construcción.

Visualízate junto a Mí cogiendo los ladrillos de esta construcción, uno a uno, visualiza Mis manos que transforman con la Luz estos ladrillos, para crear luego una nueva construcción.

Es un trabajo que ya has iniciado, inconscientemente, con el Despertar, he aquí porque no lo debes temer.

Es un trabajo que se puede transformar en un juego, de esta manera no te requerirá ningún esfuerzo, no te creará sobrecargas.

Cuando hayas acabado la nueva construcción, dentro de ti todo habrá florecido, será reforzado, y Yo sellaré el todo.

Sólo lo llamo trabajo para que tú puedas sentirlo como un empeño importante, un empeño que requiere tu presencia, la conciencia de estar allí, la atención en hacer todo.

A medida que harás todo esto, sentirás sólo la ligereza de una libertad nueva, la ligereza que acompaña la expresión de la Esencia, y lo sentirás un bonito juego.

No te digo de tirar aquello que pertenece a la construcción de tu personalidad, porque serán los mismos ladrillos que crearán un algo indestructible, después de que juntos los habremos transformado con la Luz, envueltos con el Amor.

Esto ocurre siempre en el Camino hacia el Despertar.

He aquí porque es indispensable saber tomar en mano las mismas perlas también cuando están cubiertas por el barro, no sólo por el polvo. Sólo cogiéndolas en mano se pueden limpiar, pueden formar luego parte de los propios tesoros, pueden ser donadas.

Quien no tiene el valor de hundir las manos en el barro, de tomar en mano las perlas, incluso si están sumergidas por muchas cosas, no puede luego hacerlas brillar, ni hacer brillar los propios tesoros, por lo tanto tampoco donarlos.

Cada vez que harás este juego visualízate así, imagina que cada ladrillo se pone luminoso para construir una construcción luminosa.

Así sabrás hacer brillar tus perlas.

Y no temerás de tomarlas en mano, incluso si no son resplandecientes.

Es así que ocurre la gran transformación que, luego, es sellada, y nada ni nadie puede hacerte volver como antes.

Quien no quiere mirar la propia construcción, aceptarla como algo que se ha elegido, o quizás traído por aquello Antiguo, no puede alegrarse luego, porque todo debe ser transformado, y, aunque si existirán partes que dejar ir, existirá siempre algo que va sencillamente iluminado, que se convierte, por lo tanto, una riqueza que donar.

Con humildad sabrás mirar cada parte de ti, con la conciencia necesaria, con el Amor necesario, sabrás quitar los ladrillos con la felicidad de tener la capacidad de transformarlos.

Este trabajo no acaba nunca, porque, cuando se cree de haber limpiado el castillo de la propia personalidad, se descubren los cimientos.

Sin embargo, poco a poco, te vuelves cada vez más fuerte, más alegre, cada vez más rica, porque basta con haber transformado un ladrillo para tener ya algo en las manos que donar.

Como no te has dado cuenta de aquello que has ya quitado, transformado, porque envuelta por la Luz, por Mi Amor, tampoco ahora te será un esfuerzo transformar conscientemente todo, porque en ti hay mucha fuerza, y Yo te donaré Mi fuerza, porque en ti hay mucha Luz, que, junto con Mi Luz, todo transformará.”

Pregunta:

¿Puede la personalidad crear dificultades también en las relaciones?

Respuesta:

“Ciertamente sí

La personalidad crea muchas dificultades en las relaciones.

Hasta que exista la personalidad, mucho es vivido con la mente, mucho es hecho por los propios deseos o necesidades, uno es empujado por los propios temores, difícilmente se aceptan las diversidades de los otros, no se deja a todos totalmente libres.

Cuando encuentras un ‘Corazón’, puedes ser atraída por una parte de su Esencia que puede despertar la misma parte que existe en ti, pero está cubierta por tu personalidad.

Presta mucha atención porque tú misma puedes manifestar esa Esencia, y puedes, con serenidad, ayudar a ese ‘Corazón’ a expresarla.

Pero no te alejes cuando encuentres un ‘Corazón’ que no te atrae, porque, quizás, puedes ayudarlo a extraer su Esencia

luminosa, quizás él, por cuánto te hace sentir, puede ser una ayuda para superar muchas cosas, vencer en muchas cosas.

También allí, es necesaria la serenidad, la sencillez, el candor, la dulzura, el Amor.

Y permanece atenta, vigilante, porque puede ocurrir que encuentras un corazón que no puede ayudarte en nada, que no ha elegido de expresar su Esencia, ni siquiera con tu ayuda, y que puede ser un peligro, porque podría opacar tu Luz, despertar una parte de tu personalidad que ya has dejado ir.

A veces son las partes de la propia personalidad que atraen situaciones o personas que pueden ser peligrosas.

He aquí porque, cuando manifestarás sólo tu Esencia, tu camino será alegre y seguro, y vivirás serenamente todas las relaciones.”

Pregunta:

Temo de quitar estas partes de mi personalidad, porque siento como si me desnudase...

Respuesta:

“Recuerda que Nosotros, por cada uno que tiene el coraje de desvestirse para expresar quién es, creamos vestidos que protegen más que las armaduras, más que los escudos, y que donan Nuestra protección total.

No temas, no sentirás frío, nada ocurrirá que podrá herirte.

Cree intensamente en esto y superarás este temor.

Vive serenamente con la alegría de poder por fin expresar quién eres, y resplandecerás en tu Esencia, no temerás ningún juicio, descubrirás cuanto es bonito vestir sólo Nuestras ropas.

DónaMe tu temor y escucha tu corazón.

Sentirás que no hay nada que temer, porque dejar ir la personalidad es conquistar la libertad, es recoger tanto, permite de resplandecer totalmente, y trae alegría.”

Pregunta:

He reconocido mi personalidad, la he aceptado y estoy tratando de dejarla ir, pero siento que detrás existe una sutileza que está creándome confusión.

Respuesta:

“DónaMe ésta confusión y pídeMe de ayudarte.

Recuerda que quien está seguro que su corazón está colmado de tesoros, no desea los tesoros de los otros, ciertamente no mira la forma, los colores, el brillo de los tesoros de los otros y tiene sólo un deseo: ayudar los otros a descubrir sus tesoros.

He aquí porque descubrir los propios tesoros hace nacer el deseo de amar, de ayudar.

Piensa en esto, y está segura que Conmigo cerca descubrirás estas sutilizas, serenamente las aceptarás, las transformarás, en la alegría, con Amor.

Ésta es una etapa que requiere mucha atención, un corazón cándido, y estar desapegados de todo.

Si has llegado a ésta etapa, estás aún más preparada para dejar ir todos los viejos conocimientos y conquistas, porque ahora comprendes que no te sirven más, y que han tenido su tiempo.

Con ésta conciencia, puedes dejar más tiempo y espacio a tu Niña interior, para que ella pueda jugar y ayudar otros ‘Corazones’ para dejar espacio y tiempo a sus Niños interiores.

Y las magias ocurren justo cuando todo lo sutil ha sido transformado, y la Niña que existe en ti tiene todo el espacio para salir con toda su belleza, para donar toda su sabiduría.

Recuerda que es esta Niña que fascinará, que te guiará hacia tu meta, alegrándose, jugando.

Descubre estas sutilezas con entusiasmo, y las transformarás alegrándote, cantando, porque sentirás que estás conquistando la libertad.

He aquí que estos pasos serán ligeros, no requerirán ningún esfuerzo, y los darás sólo en la dulzura, en la ternura, en la alegría. Crecerá de esta manera aún más el entusiasmo por continuar tu camino.

Descubrir esas sutilezas, desarmarlas y transformarlas, completa la obra de transformación, de sanación, de iluminación.

Piensa al campesino que prepara la tierra para las semillas, para las flores: cuando inicia necesita de una pala, de herramientas afiladas, revuelve la tierra, si hay malezas las quita, si hay piedras las extrae.

Luego, cuando todo está dispuesto, con sus manos el terreno ha preparado, mete nuevamente sus manos en la tierra, pero esta vez solo para dar lugar a las semillas, para allanar la tierra, de modo que la flor crezca con facilidad.

Quien ha cavado, arado, quitado, ha llegado hasta aquí, dónde ahora tú estás, y volver a meter las manos en la tierra no tiene que hacer pensar, o hacer temer de tener que hacer el mismo

esfuerzo, de tener que encontrar las mismas dificultades conocidas mientras se ha arado.

Ese tocar nuevamente la tierra será sólo dulce, creará sólo el placer que se siente en crear lugar para una flor, para que crezca fácilmente.

En esta etapa sirve mucha intuición, un sentir luminoso, limpio de otros sentimientos y sensaciones, y estar despegados de todo.”

Pregunta:

¿Puede la personalidad opacar mi sentir?

Respuesta:

“Naturalmente sí.

No es fácil tener el sentir, el intuir, reales.

Ellos requieren un corazón libre de todo.

Sólo si la personalidad se ha dormido, se ha dejado ir, se puede sentir la realidad, vivir la propia Esencia.

La personalidad puede opacar mucho la realidad y lleva a hacer creer de haber intuido justo, mientras que se está bien lejos de la realidad.

Teniendo el corazón siempre cándido, dando espacio al Niño interior, simple, alegre, caminando con humildad, se llega al sentir puro, a la intuición real.”

Comentario

Por experiencia directa e indirecta, he conocido muchas 'corazas' que nos metemos para defendernos, 'ropas' que vestimos para escondernos y cuánto a menudo intentamos esconder algo de nosotros detrás de los 'velos'.

Nos damos cuenta de todo esto, sólo a medida que los quitamos.

Así descubrimos cuánto todo esto, en lugar de refugiarnos, impide a los rayos del sol calentar nuestro corazón, en lugar de protegernos, nos impide recibir, donar.

Realmente somos constructores de 'muros', a veces también usamos el acero... Creemos que estas son seguridades inquebrantables, mientras que en realidad son prisiones que nos impiden caminar libres, que impiden a los otros de acercarse, de caminar junto a nosotros.

Durante el Camino del crecimiento, puede existir también el riesgo de reemplazar el 'yo' de nuestra personalidad por el 'yo' espiritual.

Ello puede llevarnos a sentirnos superiores a los otros por los conocimientos que hemos aprendido, puede hacernos sentir más evolucionados, puede hacernos creer de ser solo enseñantes y no más alumnos. Este 'yo' es mucho más peligroso de aquel que hemos dejado.

Aun me sorprende cuando me ocurre de ver hechos o situaciones que confirman cuan fuerte es la personalidad.

Pareciera desaparecer, en cambio siempre está al acecho, lista para salir cuando menos lo esperamos, cuando estamos seguros de la haberla dejado ir.

Más caminamos en la Luz, más es necesario estar atentos, vigilantes, a nuestra personalidad, a nuestro ego, y aún más a nuestra mente, porque también ella se vuelve más hábil y crea modos sutiles para imponerse.

Existe además el riesgo de servirse de los conocimientos del Camino del crecimiento para entrar en el interior de las personas que todavía no lo conocen, para aparecer lo que no se es, para circuir, para conseguir lo que se quiere.

Aquí nuestra responsabilidad es total, porque es abusar conscientemente de los conocimientos del Alma.

Pero si damos espacio a nuestro Niño interior, caminamos con humildad, ayudamos con sencillez y Amor, ningún riesgo existirá, porque los Niños son cándidos, simples, espontáneos, no escuchan la mente, dan espacio al corazón, y viven todo jugando.

No existirán riesgos si damos la mano a nuestros Ángeles y a Ellos les pedimos de ayudarnos a comprender cuándo y dónde damos espacio a la personalidad, al ego, al 'yo'.

No existirán riesgos si tenemos el corazón cándido, abierto al Amor, si dejamos libre nuestra Alma, si estamos dispuestos a todos los cambios necesarios para seguirla.

Si hacemos esto, nuestra personalidad no tendrá modo de volver, y nuestra Esencia florecerá, resplandecerá, emanará todo su perfume.

Así caminaremos serenos, viviremos en alegría, en paz.

Resumen de expresiones sugeridas

por los *Ángeles*

- *Quizás algo, quizás todo, es una ilusión. Ahora libero mi Esencia, dejo libre mi Alma, sigo ante todo Alma –.*
- *Quien sabe cómo seré, cuan luminosa será mi Esencia, cuando todo habré iluminado –.*

V

La Humildad y la Simplicidad

Comentario

Alma Luminosa, seguramente has ya tenido manera de constatar cuánto en el mundo la humildad y la Simplicidad no son siempre apreciadas, y pocas veces se les da el gran valor que en realidad tienen.

Frecuentemente se confunde humildad y Simplicidad con otras cosas totalmente diferentes.

A menudo se teme de vivirlas, aunque si en el corazón se aprecian, porque están muy lejos de lo que la sociedad considera importante, vital, de valor.

A veces, cuando las expresamos, alguien trata de abrumarnos, y así nos parece que, para sobrevivir y defendernos en el ambiente en que vivimos, no podemos expresarlas.

En parte todo esto es verdad, pero si tenemos el coraje de vivirlas serenamente, con la sonrisa, sin importarnos de las ventajas o de las desventajas, sólo con la alegría de poder vivir como creemos que justo para nosotros, se puede ser humildes siempre, con cualquier persona, se puede vivir simplemente en cualquier lugar. Esto porque la humildad no impide la dignidad y la Simplicidad está sobre todo en el corazón, en nuestro interior.

La verdadera Humildad, la verdadera Simplicidad, son grandes conquistas que requieren mucha fuerza. Son victorias sobre nuestro ego, sobre nuestra personalidad, que requieren gran voluntad, constancia, tenacidad y coraje.

La expresión de la Humildad y la Simplicidad requiere un equilibrio no fácil que alcanzar, si se elige de caminar en el mundo dejando libre nuestra Alma, respetando la libertad y las elecciones de los otros.

Mucho más simple sería vivir en la Simplicidad y en la Humildad, caminar por un Sendero de Luz, apartándonos del mundo.

Vivir en el mundo y dejar siempre libre nuestra Alma, requiere una elección continua, una atención constante, el valor de los guerreros, para dejar ir todo lo que aparentemente da ventajas, seguridades, prestigio y poder.

Pero la gran conquista es caminar libres por el mundo como Almas Luminosas, sólo siguiendo el llamado del Alma, sintiendo de no pertenecer a este mundo.

Pregunta:

¿Cómo puedo aprender la Humildad?

Respuesta:

“Siéntete una niña que todo tiene que aprender, sabiendo que para aprender es indispensable la Humildad de reconocer que no se sabe, sintiendo que existe siempre la necesidad de aprender.

La niña es simple y no se impone, mientras el ‘yo’ sí, y quiere siempre hablar...

Conmigo puedes aprender la Humildad que deseas, la Humildad necesaria para tu camino.

Siéntete solo una niña en la escuela, y, en cada cosa que hagas, puedes decir:

– Siento que ahora estoy aprendiendo cómo comportarme en esta cosa, en esta situación –.

Toda la vida es una gran escuela, dónde los conocimientos, aprendidos primero del mundo, ya no pueden tener espacio, porque todo el espacio es necesario para los conocimientos del Alma.

Cuando hables, compórtate como si estuvieras aprendiendo a hablar, así aprenderás el lenguaje de la Humildad, aprenderás a comunicar con la Humildad.

Cuando haces algo, siente que estás aprendiendo a hacer ese algo, así harás todo con Humildad.

Cuándo ayudes, siente que estás haciéndolo para aprender el arte del ayudar.

Cuándo dones, siente que estás entrenándote a donar para aprender el arte del donar.

Cuando recibes algo, siente que estás aprendiendo el arte del recibir.

Y tanto se donar como recibir, van siempre envueltos por la Humildad. Y así compórtate en todo y para todo.

Ahora comprendes que todo esto requerirá mucha atención y un gran empeño, pero te donará mucho.

La atención y el empeño tendrán que ser incesantes, en las pequeñas y grandes cosas. Así tu 'yo' no podrá tener siquiera un pequeño espacio.

Recuerda que la mente nunca podrá comprender como, cuando ofreces una ayuda, es quien recibe tu ayuda que está enseñándote al arte de ayudar, y debe ser visto por lo tanto como un enseñante que está enseñándote este arte. Pero tu corazón sí, y sentirá cuanto esto es real.

Y así es cuando donas: quien recibe está enseñándote al arte de donar.

Te repito, la mente no puede comprender todo esto, pero si te sientes una niña en una escuela especial, en una escuela de Luz, sentirás que es así.

Viviendo, recordando esto, estarás siempre agradecida a quien te permite de aprender todo esto, a quién, en realidad, es un medio para esto.

Y en todo, como siempre, Yo estaré allí, junto a ti, para ayudarte, para contenerte, con Mi Amor.

Observa cuánto el 'yo' es un castillo fortificado que parece inasible, pero cuánto en realidad es un castillo de papel que basta una gota de Luz, un soplo de viento de Luz, para que se derrumbe.

Ve de ello la ilusión, la fragilidad. Observa dónde ello lleva, cuánto crea dolores, cuánto vuelve todas las situaciones difíciles, incluso las más simples.

Y luego observa la Esencia del niño, cuánto él crea siempre ocasiones para jugar, cuando todas las situaciones vives como si fueran un juego.

Siente cuánto expresar el niño nos hace libres, nos hace aprender realmente lo que cuenta, nos hace vivir como realmente la vida debe ser vivida.

Y el niño todo hace simplemente, con Humildad.

Esta Simplicidad, esta Humildad, te llevará a irradiar Luz, a vivir en alegría, en paz.”

Pregunta:

No me es simple comprender cuando tengo que aceptar una cosa con Humildad, o luchar con orgullo.

Respuesta:

“Ahora une, en tu corazón, el significado de la palabra ‘luchar’ al significado de la palabra ‘rendirse’.

No digo que unas estas palabras, porque quedarían tales, digo une en tu corazón su significado que comprende la acción y la totalidad de la expresión.

Quizás sean necesarias muchas batallas, sobre todo para desarmar el ‘yo’, la personalidad, que opacan el Alma, opacan el corazón.

Pero muchas batallas puede tu Alma también haber elegido para confirmar tus conquistas, para sellar tus victorias.

Por este siéntete siempre preparada para vivir las batallas que encuentres. Alégrate por hacerlas, porque con ellas confirmas tus conquistas, sellas tus victorias, manifiestas tu Luz.

Y siénteme ininterrumpidamente junto a ti.

Es así que te sentirás una guerrera de la Luz, siempre lista a todo. Puede existir la posibilidad que algo ocurra donde no puedes luchar, dónde sólo te es requerido rendirte. Allí es necesaria la Humildad y decir:

– *Yo no puedo avanzar más* –.

Y allí cedes tus ‘armas’ a Mí, pide Mis ‘armas’, ven a Mis brazos, déjate envolver por la Luz, por mi Amor.”

“Y he aquí que la Humildad se vuelve indispensable para desarmar el yo y todas las partes de la personalidad que te alejan de tu Esencia, que te alejan de la Humildad que siempre acompaña la Luz y el Amor.

Luego, aleja el ‘yo’ que en todo quiere imponerse.

Esto es rendirse y confiarse a la Luz.

Esto es aceptar la historia, los acontecimientos, que permanecen todavía desconocidos para el diseño de la propia Alma, recordando que el diseño del Alma lleva a que seamos cada vez más luminosos, lleva a elevarse, a vencer.

Muchas cosas para el ‘yo’ son pérdidas, derrotas, mientras que todo para el Alma son victorias, si se viven de esta manera, también las aparentes derrotas.

Para aprender el arte de rendirse es necesario entrenarse para rendirse a muchos partes del propio ‘yo’, de la propia personalidad.

Esto no significa dejarse dominar por estas partes, sino aceptar que existen, rindiéndose por lo tanto a esta realidad.

No es fácil comprender cómo se debe vencer sobre estas partes rindiéndose, pero es así: en el rendirse se aceptan estas partes con Amor, con Humildad, y por lo tanto, luego, se actúa con Amor y Humildad para vencer por encima de ellas.

Si esto deseas hacer, con Humildad di:

– *Deseo desarmar mi ‘yo’, elijo desarmar aquello que lo refuerza, que lo hace revivir* –.

Y aquí es necesaria la Humildad total, continua, pero luego también luchar con determinación para desarmar estas partes.

Es rendirse a la propia historia, a la propia Alma, al propio diseño, a veces incomprensible.

Es rendirse al verse completamente diferentes a como se pensaba de ser, de deber ser, de poder ser, de cómo se deseaba ser, para amarse como uno es.

Es en este desarmar que emergen las verdaderas flores, las flores más bellas que cada uno tiene en el corazón, que cada uno ha traído de sus Antiguos, que cada uno tiene en el Alma.

Aquí es necesaria la Humildad total, para estar bien atentos porque este rendirse es requerido continuamente, porque esta batalla es requerida continuamente, porque desarmarse es un proceso que continua.

Es solo cuando está atenta, alerta, en cada momento, en cada situación, en cada acción, en cada expresión, que todo se puede comprender, que se actúa dónde es necesario, que uno se rinde dónde esto es requerido, y se sabe sonreír a todo.

El ‘yo’ no muere, está siempre listo para volver más vital, para alimentarse, para hacerse sentir indispensable. Si dejamos de alimentar el ‘yo’, éste permanece distante, y si no le damos espacio, ya no puede emerger.

Permanece atenta y siempre humilde viviendo tu historia.

Permanece siempre atente incluso de quien muestra una gran Humildad, pero no es humilde.

Pero si estás atenta, será fácil descubrir la diferencia entre la verdadera Humildad y la humildad que esconde un ‘yo’ bien fuerte, bien grande.”

Pregunta:

¿Por qué la Humildad es tan indispensable en el Camino del crecimiento?

Respuesta:

“La humildad es necesaria para reconocer todas las partes que debemos modificar, para reconocer todas las heridas que debemos sanar, para reconocer todo lo que hay que quitar, para comprender todo lo que hay que dejar ir.

La humildad es indispensable para todo iluminar, y en saber luego pedir ayuda para poder hacer todo esto.

La humildad es necesaria para reconocer y aceptar la propia fragilidad, y así volverse fuertes, porque es en el reconocer las propias debilidades que se llega a ser luego verdaderos guerreros de Luz, invencibles.

La Humildad es indispensable para reconocer los propios temores, y por lo tanto descubrir la gran fuerza y el gran coraje del Alma.

La Humildad tiene que existir cuando con coraje se quitan las máscaras creadas para protegerse, sintiendo que, en realidad, impiden la expresión verdadera de la propia Esencia.

La Humildad hace cavar, con las propias manos, en la tierra, entre el barro, y hallar así los propios tesoros.

La Humildad hace tender la mano, para permitir a otra mano de ayudar, y así permitirnos a Nosotros de tomar ambas manos.

La Humildad lleva a pedir ayuda serenamente, para saber luego ayudar, porque si humildemente se aceptan ayudas, se sabrá luego humildemente donarlas.

La Humildad es indispensable para dejar fluir todo, para vivir abandonados.

La Humildad es indispensable en las luchas, en las batallas, en las conquistas, en las victorias.

Si con Humildad vives la escuela de la vida, con Humildad siempre te sentirás una alumna en una escuela luminosa. Te volverás así una gran maestra, permaneciendo igualmente siempre una alumna.

Este es el camino de la Luz que enseña la Humildad.

Esta es la Humildad que el Camino de Luz requiere.

Vive con Humildad tus grandezas y serás grande.

Vive con Humildad tu vida y de la vida recibirás todo.

Vive con Humildad tu Esencia y manifestarás tu grandeza, tu Luz.

Con Humildad dona y conságrate, así recibirás todo, te volverás una ofrenda de Amor.

Con Humildad camina por tu Sendero luminoso, y todo el diseño de tu Alma vivirás, a tu meta llegarás.

Con Humildad y simplicidad ama, ayuda, acompaña, despierta, aprende, enseña y serás un Alma Luminosa que dona Luz, Amor, que vive en la Luz, en el Amor.

Y así vivirás la más grande elección, aquella de estar al servicio de la Luz, del Amor, con Humildad, con Simplicidad.”

Pregunta:

¿Con esta Humildad también puedo ayudar a mi compañero?

Respuesta:

“Sí.

Sientes que él tiene tu misma fragilidad, sencillamente tú la has reconocido ahora, mientras que él teme de reconocerla.

He aquí porque teme de zambullirse hasta el final en la Luz del Camino elegido, teme de zambullirse hasta el fondo de Nuestro mar.

Si acepta su fragilidad, reconocerá muchas partes bellísimas de sí mismo, descubrirá aquello que es necesario modificar, pero también su Esencia luminosa.

Cuando, con coraje, se aceptan las partes que son necesarias modificar, se da espacio a las partes que nos vuelven resplandecientes, luminosos, se manifiesta la propia Esencia.

Comparte con él tus temores por descubrir partes de ti que no te gustan, por aceptar tu fragilidad.

Dile que todo lo bello que está sucediendo en ti y las cosas bellas que te han llegado, es gracias al haber reconocido y aceptado todo.

Sé consciente que cada uno debe quitarse sus propios vestidos, tiene que abandonar las propias máscaras de protección, tiene que cavar en la tierra con las propias manos, para hallar sus propios tesoros.

Por lo tanto, compartir es una gran ayuda, pero la ayuda se detiene allí si no se requiere luego algo más.

Ahora que comprendes que no existen motivos para temer el tener que quitar las ropas que impiden a Nuestras ropas ‘preciosas’ de llegar, ahora que sientes el cambio que está ocurriendo en ti por todo lo que has aceptado, has elegido modificar, puedes comprender que sólo haciendo esto se puede sentir la voz del Alma, que llama, que invita, que empuja hacia la expresión de la propia Esencia.

Comparte con Amor, con Humildad, con Simplicidad, y luego continúa con orgullo tu camino, con seguridad continúa tu sanación, tu transformación, y sigue serena tu Alma que está empujándote hacia una nueva realidad.

Así podrás siempre tender una mano a él, como Yo la tiendo a ti, con la certeza que Nosotros siempre le tenderemos una mano a él, si esto él nos pedirá.

Ahora puedes ver como todas las heridas se pueden transformar en experiencias para ayudar luego, todos los sufrimientos se pueden transformar en alegrías que donar luego, todos los pasos dados pueden convertirse en seguridades que infundir luego.

En tu camino sé firme, decidida, segura, y siempre muy humilde, simple, afectuosa.

Así expresarás toda tu Esencia, y si él con Humildad reconocerá tus pasos, tus conquistas, comprenderá que tus ayudas son grandes ofrendas, como tú has recibido ofrendas de quien está ayudándote.

He aquí porque, una vez más, son necesarias la firmeza, la seguridad, la fuerza, la certeza.

Así, como humildemente has aceptado ayudas, ahora sabrás humildemente ayudar, dejando siempre totalmente libres.

Recuerda que quien no acepta ir a la escuela, no puede llegar a ser un maestro de Luz.

Este es el Camino de la Luz que enseña la vida: el verdadero Camino no enseña palabras.

Dile que Nosotros lo amamos con los temores que trata de ocultar a sí mismo, porque para Nosotros sois todos niños que juegan a la vida, y, con alegría, os ayudamos a convertirnos en niños que saben vivir jugando.”

Pregunta:

¿En qué consiste vivir de manera simple?

Respuesta:

“La verdadera Simplicidad es la Simplicidad del Alma, la Simplicidad del corazón.

Una persona puede vivir sólo de pan, poseer un solo vestido, hablar de Humildad, de Simplicidad y aun así estar muy lejos de la humildad, de la Simplicidad.

Una persona puede tener vestidos preciosos, puede poseer muchas cosas, y ser simple, humilde.

La Simplicidad está en el corazón, en el Alma, y sólo con el corazón, con el Alma, debe ser vivida.

Es ser desapegado de las cosas: si éstas existen, estamos felices y agradecidos por tenerlas, con alegría se disfrutan totalmente.

Si no existen, estamos felices y agradecidos igualmente, y sonreímos igualmente.

La Simplicidad es saber gustar un pan como un alimento refinado.

La Simplicidad es alimentar ante todo el Alma.

La Simplicidad es tener un corazón realmente humilde, cándido.

Es estar apartados del mundo, aun caminando por el mundo.

Es saber disfrutar del canto de los pájaros, de la brisa de la mañana, de las estrellas, de la tierra, del sol.

Es saber escuchar en silencio, y gozar de la música de la Naturaleza.

Es estar solos y no sentirse solos jamás.

La Simplicidad es comunicar las grandes cosas con el lenguaje de los niños, con el lenguaje del corazón y del Alma.

La Simplicidad es saber ser niños, vivir como niños.”

Comentario

Siempre en el despertar y a lo largo del Camino del crecimiento, existe el peligro de dar espacio a nuestro ego, dándole una expresión espiritual.

El ego nos hace sentir ‘despertados’, ver a los otros como los ‘dormidos’, nos hace sentir mejores de quien está cerca, nos hace creer de conocer la realidad, de poseer la verdad.

Si no hacemos esto con la Humildad y con Simplicidad, el ego puede volverse todavía más grande, haciéndonos sentir importantes cuando donamos nuestras conocimientos, nuestras experiencias, nuestras ayudas, a quien encontramos.

Todo esto porque el ego se vuelve cada vez más astuto, y, con tal de quedarse, se esconde incluso detrás de una intención de Amor, de acciones de ayuda, de expresiones de Luz.

He aquí porque, en el Camino del crecimiento, es indispensable acompañar cada expresión de la propia Esencia, cada acción, cada ayuda, cada ofrenda, con Humildad profunda, incesante, con total Simplicidad.

Resumen de expresiones sugeridas
por los Angeles

– Siento que ahora estoy aprendiendo cómo comportarme en esta cosa, en esta situación –.

– Deseo desarmar mi ‘yo’, elijo desarmar aquello que lo refuerza, que lo hace revivir –.

VI

Expresar

el ' Poder del Ser '

el ' Poder del Alma '

Comentario

Nuestra Esencia requiere de ser expresada con humildad, con simplicidad, con la fuerza interior que existe dentro a cada uno. Podemos definir esta fuerza: 'El Poder del Ser', 'El Poder del Alma'.

Querida Alma Luminosa, comprendo que, aparentemente, estas expresiones pueden semejar opuestas a la humildad, pero no lo son.

Esto es el Poder de la Luz, del Amor, y se manifiesta en la humildad, en la simplicidad.

El Poder del Ser, el Poder del Alma, se contraponen al poder del mundo, de nuestra personalidad, que quiere dominar, poseer, dirigir, obligar.

Ellos satisfacen el ego, pero son ilusiones, crean sufrimiento, llevan a sufrir y a hacer sufrir.

Mientras que el Poder del Ser hace que uno se alegre, satisface el corazón y el Alma, manifiesta la Esencia, permite de vivir nuestros talentos, nos lleva a expresar todos los sentimientos y las emociones, nos dona la fuerza para vivir todo.

El poder del mundo, de nuestra personalidad, crea prisiones, límites, e impone, mientras el Poder del Ser nos hace ir más allá de todo límite, nos hace libres, deja libres, ayuda a que seamos libres.

La humildad nos hace grande, el Poder del Ser no hace expresar la grandeza del Alma, de la Luz, con humildad, con simplicidad, con Amor.

Pregunta:

La expresión ‘Poder del Ser’ me crea en todo caso cierta dificultad...

Respuesta:

“Esto ocurre porque has conocido y sufrido, el poder del mundo, el poder expresado por la personalidad.

A medida que conocerás el verdadero significado de esta palabra, el significado iluminado por la Luz, acompañado por el Amor, ello no te creará más ninguna dificultad.

Por lo tanto, luego, harás de todo para conquistar este ‘Poder’, sintiendo que con él puedes expresar quien eres, tu Credo, con él tendrás la fuerza para caminar segura, sabrás Amar y ayudar con intensidad.

Descubrirás que el Poder del Ser será la llave para ser todavía más humilde, para vivir aún más simplemente.

La expresión del Poder del Ser requiere mucha fuerza, porque permite de expresar la Fuerza del Alma.

Por lo tanto, cuando dones atenciones al Alma, dona mucho cuidado y atenciones al cuerpo, porque en el cuerpo fuerte puedes custodiar la Fuerza del Alma, la dulzura del corazón.

Mucha fuerza es requerida para acompañar al Alma hacia la Luz, para expresar la propia Esencia, para defender la propia Luz, para llevar Luz, para donar Amor, para ayudar.

Si vives tu Esencia, descubrirás cuánta fuerza existe en ti, conocerás y sentirás cuánto tu fuerza permitirá a la Fuerza de la Luz de entrar en ti, cada día más.

Con esta nueva fuerza, nada podrás temer, porque sentirás Mi fuerza en la tuya, sentirás en la expresión del cuerpo, la expresión del Poder del Alma.

Vive en el Amor y en la Luz, con humildad mantiene tu corazón cándido: sólo así podrás expresar el Poder de la Luz, del Amor, el Poder del Alma.

La Esencia es un Poder porque es parte de la Luz y la Luz todo lo puede.

Este ‘Poder’ no tiene el significado que hasta ahora has conocido, que el mundo conoce.

El Poder del Alma es la capacidad de actuar, es la expresión del Ser en toda su totalidad, grandeza, luminosidad.

El Poder del Ser es obtener la capacidad de unirse al Todo, de fundirse con el Todo, de recibir el Todo.

Es la capacidad de discernir, de elegir, de tomar decisiones, de expresar, de actuar en la Luz y en el Amor.”

Pregunta:

¿Me ayudas a comprender qué es el Poder del Ser?

Respuesta:

“Con Amor te ayudaré a descubrirlo en ti, a sentirlo en tu corazón, a vivirlo totalmente.

Si vives plenamente tu Esencia, si unes tu corazón a Mi corazón, tu mano a la Mía, más que nunca te sentirás fuerte, sentirás el Poder de tu Alma, el Poder del Ser.

Te sentirás dentro al Amor que hace vivir el propio Poder, descubrirás el gran mundo que existe dentro de ti, percibirás lo Nuevo que está esperándote.

Y es allí que hallarás tu sabiduría Antigua y ese Amor que ha acompañado tu Camino. Y en ese Amor intuyes el Amor Nuevo que estás redescubriendo Conmigo.

Teniéndome de la mano, ve a la Naturaleza más de lo que puedes, incluso sola, para aprender qué significa estar solos y no sentirse solos.

Al principio, imagínate, e imagina que Yo tomo tu mano, y luego todo vendrá de manera natural porque sentirás la verdadera realidad, que no ves todavía, pero que ya puedes percibir, amar, sabiendo que a esta realidad te estás acercando.

Viviendo tu expresión antigua y nueva, el Poder del Alma, sabrá además proteger y defender el Amor, y del Amor sus perlas.

Sabrás entrar en tus temores, aceptar tus necesidades, observar cada parte tuya, aceptar todo de ti.

El Poder del Ser te lleva a reconocer aquellas partes tuyas que debes amar, perdonar, comprender, dejar ir, que debes todavía expresar aún más.

Te dona la compasión hacia ti misma y hacia los otros.

Y en la compasión se observa todo, incluso el propio Poder.”

Pregunta:

¿Esto me puede ayudar cuándo temo de no caminar bien por mi Sendero?

Respuesta:

“Sí. Si en ese momento haces cuánto ahora te he dicho, estarás segura de que no sólo escucharás tu corazón, sentirás Mi corazón, y sabrás transmitir con tu corazón la Esencia de Mi corazón.

Estarás serena, porque podrás decir:

– *Ahora puedo transmitir la Esencia de un corazón que completamente en la Luz resplandece, la Esencia de mi Ángel* – .

Así tu corazón podrá transmitir Luz, Amor, podrá transmitir Mi Esencia.

Cuando alguien encontrarás, sabrás sentir más que ver, y comprender así, si allí puedes tus perlas donar.

Sentirás la fuerza de quien vive también su propia Esencia sin conocerla totalmente, porque la verdadera fuerza está allí: sentir de no comprender nada, de no tener la visión total, el conocimiento verdadero, y en todo caso consagrarse totalmente.

Cada uno tiene su historia, pero el Camino luminoso requiere la misma cosa: amar.

Cada viaje hace aprender sabidurías, y en cada viaje estas pueden ser expresadas de modo diferente, pero siempre amando.

Cada momento puede ser el principio de una expresión nueva, una expresión de la sabiduría antigua.

Ésta es la llave: siéntete al inicio del descubrimiento de la conquista del Amor que has soñado, que has buscado, de una misión por la cual tanto has caminado, mucho te has preparado.

Descubrirás así qué significa sentirse en la propia misión, que no es indudablemente lo que vosotros comprendéis con estas palabras. Descubrirás qué significa vivir la propia misión, incluso no conociéndola.

Poco a poco, otras conciencias te donaré, sobre tu ser en misión, sobre el sentirte en misión, sobre el conocer la Luz de quien está en misión por la Luz.

Una vez más descubrirás así ese estar aparentemente sola, pero nunca te sentirás así. Te sentirás de caminar por una calle sola, pero sintiéndote acompañada, protegida, guiada.

Esto forma parte del Amor, un Amor que abraza todo y a todos, un Amor que se encuentra en todo y en todos, que se puede expresar a todo, a todos.

Manifiesta tu Esencia con el Poder del Ser, sin ningún temor, sin ningún límite.

Protege las perlas de tu corazón, tus conocimientos nuevos, pero debes saber también donarlos, compartirlos, manifestarlos.

Muchas serán las ocasiones y los encuentros en que será necesario que tú digas:

– *Yo soy esta, en esto creo, esto amo, esto he elegido expresar, vivir* – .

Camina serena, ábrete al Amor y sonrío: todo ocurrirá de manera simplemente, más de prisa de lo que ahora tú puedas imaginar, y expresarás el Poder del Ser.

Si te sientes preparada para aquello que una situación te requiere de vivir, expresar, sonrío y vive todo con alegría.

Pero también sonrío cuando no te sientas preparada, porque eso es aprender algo nuevo para lo Nuevo que vivirás, es experimentar una expresión nueva para la expresión nueva que conquistarás.

Recuerda que, si tu corazón tendrás unido al Mío, si sabrás estar completamente abierta a Mi Amor, también expresarás Mi Esencia.

Así harás surgir tu Esencia, cada vez más sabrás expresar la Esencia del Amor, de la Luz, de ti, y por lo tanto siempre estarás preparada para vivir todo.

Este es un Camino con muchas etapas. Cada etapa es nueva y te traerá algo nuevo, si tu corazón permanecerá ligero, abierto, unido al Mío.

Sonríe a todo lo que ahora estás viviendo, estás donando, sintiéndote en misión, y así descubrirás el significado de la palabra misión.

Vive en el Amor, en la claridad, porque en la claridad el Amor crece.

Viviendo con todo tu Ser, con total intensidad en todo, sentirás dentro de ti tu Poder del Ser.

Es así que lo descubrirás, y disfrutarás la libertad, disfrutarás la tranquilidad continua, disfrutarás la paz.

He usado justamente la palabra ‘disfrutar’ porque no es conocer, es deleitarse y estar satisfechos totalmente.”

Pregunta:

¿Cómo puedo expresar el Poder del Ser, el Poder del Alma?

Respuesta:

“Para expresar el Poder del Ser en todo, con todos, sobre todo con uno mismo, es a menudo necesario desarmar ciertas cosas, dejar ir las necesidades, las carencias, afrontar dificultades, desafíos, tomar decisiones que tanto exigen, vivir expresiones con mucha fuerza.

Cuando expresas el Poder del Ser, aquello que ahora puedes sentir como una dificultad, lo sentirás como una de las tantas cosas que

forman parte de tu Camino, de las lecciones de aprender, y nada más.

Pon todo tu empeño para vivir totalmente tu Esencia, para expresar el Poder del Ser.

Así vivirás en total libertad, tu corazón estará en paz, sereno, totalmente satisfecho, tu Alma será libre.

Siente de conquistar la libertad, la fuerza, la belleza, la grandeza, la luminosidad, la inmensidad de tu Esencia, conquistará así el Poder del Ser, del Alma, de la Luz, del Amor.

Es con este Poder que sabrás vivir sólo para tu Alma, acompañar la tú Alma a la meta que has elegido, permitir a tu Alma de vivir todo lo que ha elegido.

Es con este Poder que vivirás ininterrumpidamente en la Luz, en el Amor, que llevarás el Amor del Cielo sobre la Tierra.

El Poder del Alma te ayuda a reconquistar toda tu Esencia, a expresar toda tu Luz, a reconquistar la libertad verdadera, a reconquistar el Amor.

No siempre aquello que ahora conoces como libertad y Amor efectivamente lo sean.

En parte libertad y Amor conquistarás, porque será una libertad nueva, un Amor nuevo; en parte los reconquistarás, porque con el Amor y en libertad ya has vivido.

Y viviendo en la libertad nueva, con el Amor nuevo, emanarás felicidad con todo el cuerpo, expresarás luminosidad en todo tu cuerpo, porque son no emociones, no son expresiones, pero son y serán partes de ti.

He aquí porque la felicidad será incesante, cualquier cosa ocurra a tu alrededor, dentro de ti, porque serás un Alma Luminosa, libre en las expresiones, en todo, en todas partes, con cualquier persona.

Es así que, viviendo en la humildad, en la simplicidad, serás grande.

Deja ir cualquier temor a perder tu personalidad, o algo o alguien, mientras estás conquistando tu libertad, porque no perderás nada, te librarás de todo, para conquistar el Todo, para disfrutar del Todo.

De esta manera irás más allá de la satisfacción que ahora conoces, que ahora deseas, que ahora puedes imaginar, que ahora puedes soñar.

Cree en ti, como Yo creo en ti.

Cree en tu Luz, y mucho más amarás la Gran Luz.

Cree en tu Poder del Alma, y mucho más reconocerás el Gran Poder: el Poder de la Luz.

Aquello que al inicio puede parecer una renuncia, verás luego como conquista, como pasos hacia la libertad.

Esto lo comprenderás totalmente, siempre solo después de haber tomado las decisiones, que, naturalmente, requieren el dejar ir, y solo después de que las habrás vivido.

Con el Poder del Alma vivirás en el mundo, caminarás por el mundo, y ya no sufrirás nada del mundo, ni siquiera el poder del mundo.

Con el Poder del Alma expresarás tu Luz, vivirás en el Amor.

Por lo tanto, ya no expresarás el poder de la personalidad, un poder que lleva al sufrimiento, que nos hace sufrir y hace sufrir los demás, aunque aparentemente, a veces, pareciera que no fuera así.

Permanece siempre atenta, siempre vigilante, porque nunca como en la conquista del Poder del Alma, puede presentarse el riesgo de perdernos una vez más en el ego, en el orgullo.

Pero teniendo tu mano en la Mía, caminando en la humildad, viviendo con simplicidad, esto no puede ocurrir.”

Comentario

No es fácil hablar del Poder del Ser, del Poder del Alma, cuando alrededor de nosotros se da valor al poder de la personalidad, del ego, del mundo. No es fácil vivir el Poder del Ser, el Poder del Alma, cuando se vive en situaciones dónde se expresa el otro poder, que domina, que encarcela, cuando se está entre personas que han elegido la conquista, la posesión de todo, el dominio sobre todo, a través del uso y del abuso del poder.

Y, a menudo, se abusa del propio poder con gran astucia.

En todas partes existe el impulso hacia este poder, con la ilusión de crearse seguridades, privilegios, riquezas, con la ilusión de poder dominar.

Sin embargo, al final, uno se convierte en prisionero de uno mismo, de estas ilusiones, de estas conquistas, que se transforman luego en prisiones.

He aquí porque expresar la propia Luz, caminar por un Sendero de Luz, defender la propia Luz, defender el Amor y la Luz, requiere la expresión continua, intensa del Poder del Ser.

Alma Luminosa, no obstante las situaciones, los hechos, las relaciones, puedan crearte momentáneamente una sensación de impotencia, recuerda que nada ni nadie puede realmente encarcelarte, puede impedirte de vivir como quieres, puede impedirte elecciones que has hecho, porque eres un Destello Divino, eres Luz y la Luz todo lo puede, todo lo hace, todo lo crea.

A menudo, no expresamos este nuestro poder y no lo vivimos, por el temor a perder algo o a alguien, por el temor a perder seguridades, o lo que creemos ventajas. En realidad perdemos nuestra libertad, perdemos a nosotros mismos

Resumen de expresiones sugeridas

por los *Ángeles*

– *Ahora puedo transmitir la esencia de un corazón que completamente en la Luz resplandece, la Esencia de mi Ángel – .*

– *Yo soy esta, en esto creo, esto amo, esto he elegido expresar, vivir – .*

VII

Cómo relacionarse con el cuerpo

“Naces con los colores.

*Tú eres la Luz y la Luz contiene todos los colores,
contiene incluso los colores que ahora no ves.*

*Luego, en la vida encuentras ‘nieblas’, caminas en el ‘polvo’,
y así tus colores se opacan.*

*Los sufrimientos quitan su brillantez,
las lágrimas los aclaran.*

*Sin embargo, si en tu corazón existe la Luz,
entonces debes de estar segura que los colores existen en ti.*

*Es sencillamente necesario quitarles el polvo,
hacerlos de nuevo brillantes.”*

Comentario

Al inicio del Camino del crecimiento, puede ocurrir que estamos tan atrapados por todos los nuevos conocimientos, empeñados por todo lo que ellos nos llevan a hacer, que damos menor importancia al cuerpo físico.

Descubriendo estas cosas nuevas que nos atraen mucho y nos donan nuevas alegrías, (aquello comúnmente es definido como 'espiritual') corremos el riesgo de no dar a las otras cosas su real valor.

Los Ángeles nos ayudan a vivir todo con equilibrio.

Nos enseñan a desapegarnos de las ilusiones del mundo y, al mismo tiempo, a amar todo lo que en el mundo existe.

Nos ayudan a comprender que nada es seguro, duradero, y que por lo tanto, todo debe ser vivido con cierto desapego, sin sentir indispensable nada.

Nos empujan a alegrarnos intensamente por las cosas que poseemos, que nos circundan, a obtener de ellas todo el placer, a expresar gratitud por todo.

Alma Luminosa, experimentarás tú misma esta realidad: cuanto más recuerdes que lo que tienes es temporal, que lo que estás viviendo es momentáneo, más lo apreciarás, más sabrás obtener de ello alegrías y placeres nuevos.

Descubrirás la capacidad de disfrutar todo de manera más intensa.

Si realmente piensas en que lo que hoy tienes, en lo que hoy puedes hacer y vivir, en aquello que quizás mañana no tendrás más, ya no podrás hacer o vivir, entonces vivirás intensamente

todo, lo disfrutarás totalmente, obtendrás el máximo posible de cada cosa, y donarás todo lo que puedes.

Si te acuerdas de esta temporalidad, se vuelve natural preocuparte menos por las cosas desagradables, convencida de que aquéllas también pasarán. Así será incluso para el sufrimiento, los obstáculos, las dificultades.

Los Ángeles nos ayudan a vivir con este equilibrio también la relación con nuestro cuerpo físico.

Aprendemos a dar el mayor espacio posible al Alma y al corazón, vivir ante todo para el Alma, y, al mismo tiempo, saber dar la importancia y las atenciones necesarias al cuerpo, hacer cada cosa que puede reforzarlo, volverlo luminoso.

Esto porque el cuerpo es el medio que el Alma ha elegido para hacer este viaje. Sin él, el Alma no puede vivir el programa elegido, no puede crecer y evolucionar.

Los Ángeles colaboran con nosotros para hacer que el cuerpo fuerte y luminoso, infundiendo su Amor y Luz, obrando en ello las alquimias necesarias.

Y así podemos hacer que el cuerpo sea:

“Luz que acompaña al Alma”

“... Recuerda que tu cuerpo es como una bonita jarra.

Debes de quitarle siempre el polvo, limpiarla y hacer que brille por dentro y por fuera. Así podrá contener el Amor puro, la Luz.

Debes cuidar mucho esta jarra, y en ella verter mucho Amor y Luz, así será más simple para Mí obrar en ella e infundir lo que necesita.

Si quisieras hacerla luminosa, en muchos momentos puedes preguntarte:

– ¿Si ahora tuviera que donar esta jarra a mi Ángel, a quién me ama, sería una jarra lista para ser donada? ¿He quitado todo el polvo? ¿Contiene solo agua límpida? –

Esta pregunta te ayudará a ver y sentir tu cuerpo como una jarra preciosa, a hacer todo lo que sea necesario para volverla luminosa. Así me ayudarás aún más a volverla preciosa, aún más luminosa, lista para ser donada.

Con el Amor y la Luz puedes envolverla, llenarla, y, poco a poco, transformarla, para permitirMe de esta manera transformarla.

Con Amor te acompaño para modelar esta bellísima jarra tuya, tú permites a Mí de modelarte con la Luz y el Amor.

Dona a tu cuerpo mucha atención, cuidado, Amor, y escúchalo: él te habla.”

Pregunta:

¿Puedes darme consejos para mi cuerpo?

Respuesta:

“Todas las atenciones que llevarás a tu cuerpo con Amor y con Luz, crearán alquimias bien lejos de lo que ahora conoces, y a las

que a menudo no sabrás dar explicación, porque Yo, junto a ti, actuaré sobre tu cuerpo.

Esto puede ocurrir si cada cosa que donas a tu cuerpo, que harás con tu cuerpo, será envuelta por al Amor y la Luz, porque ellos crean alquimias, si lo hicieras escuchando el corazón, porque te sugerirá las cosas justas para ti.

Ahora puedes dejar los conocimientos que has aprendido, y aprender a escuchar siempre lo que tu cuerpo te pide.

Presta atención a la comida, ella debe tener el objetivo de hacer que el cuerpo sea luminoso como una jarra preciosa, que contiene el tesoro más grande.

Así la comida no cubrirá otras necesidades, y dará a tu cuerpo lo que necesita.

La comida, muy a menudo, se convierte en un medio para reprimir las emociones, sentimientos, ansiedades, para cubrir las necesidades, satisfacer otros deseos, llenar los vacíos.

Antes de comer, observa la comida y escucha el cuerpo.

Sentirás que te dirá: – Esto me hará más fuerte, me hará más bella – o: – Esto no es bueno para mí – .

Hace esto con cada cosa que das a tu cuerpo.

Ámalo ya como es, sé feliz de cómo puede llegar a ser.

No todos los cambios que ocurrirán serán siempre visibles, pero tu cuerpo traslucirá cada vez más Luz.

Purificalo para hacerlo fuerte, para aumentar tu sentir, para adquirir la percepción de lo sutil, para crear aún más espacio a la Luz.

Así, comprenderás cada vez más el lenguaje del cuerpo, porque más lo purificarás, más aumentará tu sensibilidad, tu sensibilidad.

Piensa tener entre las manos una jarra muy delicada que debe ser tenida con Amor, que debe ser vaciada para poderla llenar sólo de Luz y de Amor, que cada día debe ser bien lustradas, para que siempre pueda resplandecer.

Presta atención al cuerpo y, al mismo momento, al corazón, porque si prestas atención a la comida, si purificas tu cuerpo, pero en el corazón existen sentimientos que no pertenecen a la Luz, si está sobrecargado, si en él existen tristezas, éstas opacarán el cuerpo, lo sobrecargarán, podrán crearle dificultad.

Si el corazón es luminoso, ligero, si sólo contiene Luz y Amor, se siente la necesidad de hacer que el cuerpo sea también ligero y resplandeciente.

Haz que tu corazón sea bello, haz todo para hacer que el Alma sea cada vez más luminosa, y lo que haces por el cuerpo, hazlo con el objetivo de volver bonito para el Alma y para el corazón.

A veces se hacen cosas para que el cuerpo sea bello solamente con el objetivo de gustar a los demás, pero a menudo este objetivo impide escuchar la voz del cuerpo, las sugerencias del corazón.

Si haces que el cuerpo sea bello para el Alma, para el corazón, Me permitirás de ayudarte a nutrirlo, purificarlo, volverlo ligero, luminoso, y transformarlo.

No pienses que lo debes cambiar o transformar, lo debes simplemente amar.

Recuerda que el corazón debe ser llenado de Luz y de Amor, el corazón debe permanecer cándido, el Alma debe permanecer libre en la Luz.

Entonces todo ocurrirá en armonía, con dulzura, y tu cuerpo se modelará con la Luz y el Amor, resplandecerá en toda su belleza.

Si en tu cuerpo todo fluye, el Amor y la alegría allí fluirán.

Podrá fluir también la savia que en él infundiré, que creará grandes alquimias, ahora inimaginables.”

Pregunta:

¿En el cuerpo existen memorias antiguas?

Respuesta:

“Sí.

Puedes ayudar tu cuerpo a recordar los Antiguos, yendo a la Naturaleza, porque ella es tu Casa antigua.

Camina por los bosques en silencio, siéntate junto a un árbol, acuéstate sobre los prados.

Toma en mano la tierra, las hojas, las flores y siente sus perfumes. Escucha las músicas que existen allí.

Y haz esto mientras subes por una montaña o estás junto al mar.

Camina por todas partes descalza, prestando atención a lo que tus pies sienten.

Mientras haces todo esto, escucha las sensaciones del cuerpo, las emociones del corazón, el susurro del Alma.

Y luego permanece en silencio, y escucha de la Naturaleza sus músicas, sus danzas, su lenguaje, sus sabidurías.

Aquello que ahora podría crearte dificultad en hacer esto, luego se desaparecerá, por dejar espacio al deseo de hacer siempre cada vez más todo esto, porque sentirás emociones, sensaciones, ahora inimaginables, sentirás el placer de estar en tu antigua Casa.

Allí tu cuerpo recibirá una energía especial que la tierra da, que quien habita allí, para ti ahora invisible, puede donarte, que allí Yo te donaré.

En la Naturaleza tu cuerpo recibirá el despertar de las antiguas memorias.

Aquello que ahora puede parecerle incómodo, despertará en tu cuerpo, en el corazón, en el Alma, los placeres de un tiempo y los perfumes antiguos, que todavía no percibes, serán bien claros.

Junto a ellos surgirán capacidades y tus colores.

Los perfumes de la Naturaleza despiertan rápidamente los recuerdos, las sensaciones, las emociones antiguas.

La Naturaleza te ayuda a percibir lo invisible que te rodea, lo Nuevo que te espera.

Todo esto ocurrirá, si todo vivirás y sólo lo harás con el corazón, en la Luz, amando todo lo que la Naturaleza te ofrece.”

Pregunta:

¿Por qué mi cuerpo está rechazando la purificación que estoy haciendo?

Respuesta:

“Esto ocurre cuando el cuerpo está acostumbrado a recibir cosas no totalmente puras.

Y también el cuerpo crea barreras cuando la personalidad ha creado paredes, cuando en el corazón no todo es fluido.

Entonces en la purificación será necesario insistir, y, con Amor, aceptar la posibilidad que será un poco doloroso quitar las barreras.

Esto porque la purificación actúa intensamente sobre todo, y a menudo, hace que se derrumben las paredes de la personalidad.

Es natural por lo tanto sentir resistencias.

El cuerpo se acostumbra a todo, también a los venenos.

Observa cuánto esfuerzo es requerido en la desintoxicación, cualquier cosa sea haga.

No obstante la desintoxicación traiga fuerza y belleza, el cuerpo la rechaza, o reacciona con sufrimiento a todo lo que está purificándolo.

Y sabes que ciertos venenos también existen en el aire que respiras, en la comida con la cual te alimentas.

He aquí porque con el cuerpo es necesario tener mucho equilibrio, y hacer todo con Amor, incluso cuando se exige intensidad.

Cuando sientes el esfuerzo, pero sabes que lo que estás haciendo es útil para tu cuerpo, di:

– Esto es indispensable para mí, con Amor ahora voy más allá de la resistencia del cuerpo, sabiendo que sólo así puedo hacer que se derrumben las barreras y los muros. – .

A la larga el esfuerzo se transforma en necesidad, en deseo, porque purificándose, el cuerpo requerirá aquello que antes rechazaba por resistencia o reacción.

Habla a tu cuerpo como si fuera un niño, explícale que todo lo que estás haciendo, es para volverlo bello y luminoso.

Con Amor, acompáñalo a superar el esfuerzo, las resistencias, sus límites.

Y como siempre, llámaMe, pídeMe ayuda. Juntos haremos todo para que tú puedas sentir menos fatiga, para que tú puedas sentir Mi Amor que te acompaña en todo.

Cree en lo que haces, cree que estás lista para hacerlo, que tienes todo lo que te es necesario para hacerlo.

Aquí puedes vivir tu Esencia de guerrera.”

Pregunta:

Quisiera tocar los límites de mi cuerpo.

Respuesta:

“Para hacer esto es necesario el entrenamiento, el equilibrio y mucha responsabilidad. Cuando vives una situación, recuerda que también tu cuerpo está viviéndola.

En las batallas que haces para superar obstáculos, dificultades, para conquistar la libertad, también tu cuerpo lucha contigo.

Amándolo, envolviéndolo con la Luz, puedes ayudarlo a vivir todo.

Observa sus señales, vive todo con mucha responsabilidad, háblale, quiérello, tranquilízalo.

Sé siempre muy cariñosa para con él.

Así, día tras día, puedes llevarlo a vivir dimensiones nuevas, sin nada que temer, sólo con la alegría de descubrir que puedes hacer con ello mucho más de lo que imaginabas, que dentro de ti existe mucho de más de aquello que hasta ahora has conocido.

Poco a poco, ve más allá de aquel punto dónde un tiempo te detenías porque sentías de no ser capaz de seguir avanzando, no sentías la fuerza para continuar: es así que sabrás ir más allá de todo, para tocar los límites de tu cuerpo.

No te detengas al primer soplo de viento. Afronta con alegría los vientos en todo, debes de estar segura que toda la fuerza tienes, que todas las capacidades posees, para vivir aquella situación o la cosa que estás viviendo, y para ir más allá de los límites conocidos hasta ese momento.

Es entrenándote cada día para avanzar, con Amor y alegría, un poco más allá del punto en el cual antes te detenías, que llegarás a tocar los límites.

Recuerda de hacer esto siempre con mucho equilibrio y responsabilidad.

Sentirás que puedes conducir tu cuerpo siempre más allá.

Así se volverá fuerte, luminoso, tocarás sus límites, y podrás incluso percibir que no tienes límites.

Esto puedes hacer si acompañas el entrenamiento escuchando el corazón, si no escuchas nunca la mente, si envuelves tu andar con el Amor y la Luz, si lo harás sólo para tu Alma.

Y naturalmente pidiéndome de acompañarte, de ayudarte en todo, de infundirte en ti Mi fuerza, infundir en tu cuerpo todo lo que necesita.”

Pregunta:

Quisiera ir más allá de los límites del cuerpo.

Respuesta:

“Tienes que estar segura de que todo en ti existe para hacer esto, eres consciente que no es ni simple, ni fácil, y pídeMe de acompañarte en esto, de ayudarte en todo.

Luego, cuando esté el sol, expresa tu alegría por el sol, aunque en ese momento tu cuerpo no quisiera el sol.

Haz lo mismo con el frío, la lluvia, el viento, y por todas las pequeñas cosas que el cuerpo no desea en ese momento.

No sientas que estás ilusionándote o que estás engañando tu cuerpo, sientes que estás actuando para superar tus límites, comenzando por estas pequeñas cosas.

No pienses el cuerpo ya no sentirá nada, siente que tú sabrás vivir todo.

El cuerpo podrá quedar con sus límites, pero tú sabrás ir más allá de estos.

Y pueden ser el hambre, la sed, el calor, el frío que te ayudan en esto.

No temas que esto pueda ser difícil, acepta que puede serlo, pero siente además que puedes transformarlo en un juego, y jugando Conmigo todo se vuelve más fácil.

No olvides de actuar siempre con mucha responsabilidad, equilibrio, Amor, alegría y humildad.

Recuerda que llegarás a las verdaderas conquistas, si las harás sólo para el Alma, si las harás con el corazón, con total humildad.”

Pregunta:

¿Cuánto es necesario dormir?

Respuesta:

“Más cuidas de tu cuerpo, más lo purificas, más lo haces fuerte, más haces ligero tu corazón, más nutres el Alma, cada vez menos tendrás deseo de dormir.

Y también aquí puedes ir más allá de lo conocido hasta ahora, con el entrenamiento continuo.

Pero si en algunos momentos sientes el deseo de dormir más, hazlo.

Pueden ser momentos donde están cambios sucediendo, transformaciones. Pueden ser momentos donde en su cuerpo están sucediendo grandes alquimias por cuánto en ello Yo estoy obrando, infundiendo.”

Pregunta:

Dices que el entrenamiento lleva a superar los límites, pero yo siento solo cansancio...

Respuesta:

“Cada entrenamiento crea cansancio al principio, hace nacer las ganas de detenerse, de hacer otras cosas.

Sin embargo, observa a los vencedores: sólo quién se entrena mucho, vence mucho.

Y quién vence, expresa solo la alegría de la victoria, no habla del esfuerzo del entrenamiento, porque en el momento en el cual siente la alegría de la victoria, ya se ha olvidado del esfuerzo que cada entrenamiento comporta y exige.”

Pregunta:

Tengo la sensación que algunas de mis dolencias físicas no vengan de mi cuerpo...

Respuesta:

“A medida que aumentarás tu sensibilidad, tu sensibilidad, podrás percibir también lo que ocurre y vibra a tu alrededor, lejos de ti.

En el aire hay cosas que no ves, vibran cosas que no conoces, que traen sobrecargas o debilitan tu cuerpo.

Dona a tu cuerpo mucho Amor y mucha Luz, tiene muchas atenciones y cuidados, refuézalo en todas las formas posibles.

Recuerda que una gran ayuda para tu cuerpo es la fluidez del corazón, es vivir tu Esencia.

Sabrás vivir de manera completamente diferente las dolencias de tu cuerpo, si todo fluye dentro de ti, si estás en armonía con el Todo, si vives totalmente tu Esencia, si te sientes un Alma en viaje, si Me sientes cerca y Me pides ayuda en todo.

Todo esto te protegerá y también protegerá tu cuerpo.

Sigue llevándole Luz, ámalo aún más, dale el agua y la comida justa.

Sé consciente que más lo embellecerás, más exigirá atenciones, porque, incluso volviéndose cada vez más fuerte, no aceptará más ni ‘polvo’ ni ‘agua turbia...’

Más lo purificarás, más te exigirá cosas cada vez más puras, más lo cuidarás, más te exigirá cuidados especiales.

No confundas esto con la debilidad o la fragilidad: es un hilar fino, un percibir más grande.

Si estás por tanto tiempo en una habitación dónde hay humo, te acostumbras a respirar ese aire, y, a la larga, te olvidas que ese aire hace mal a tu cuerpo.

Si en esa habitación entra alguien que ha vivido al aire libre hasta ese momento, entre los árboles, percibe rápidamente que ese aire no es puro, siente que hace mal al cuerpo, y le costará respirar.

Y esta persona no es ciertamente más frágil o más débil que tú...

Esto es lo que ocurre a tu cuerpo.

Observa continuamente para descubrir los mensajes que el cuerpo puede mandarte con sus dolencias.

Pueden ser incluso llamados que él te envía para advertirte que lo que estás viviendo no es bueno para ti.

Observa atentamente todo, pero vive todo con ligereza y serenidad.”

Pregunta:

Mientras recibía un masaje de una persona muy experta y conocida, he tenido sensaciones desagradables...

Respuesta:

“Sonriendo te aplaudo por estar siempre atenta a todo para volver tu cuerpo luminoso, resplandeciente, puro, por saber también protegerlo.

Incluso con la intención de corazón, alguien podría opacar tu jarra luminosa porque no ha llegado aún a dónde tú has llegado en el Camino del crecimiento, y por lo tanto no tiene tu misma sensibilidad, sensibilidad.

También puedes encontrar a alguien que, conscientemente, ha elegido de no caminar en la Luz, ha elegido de quitar los colores a las ‘jarras’ luminosas, resplandecientes.

A veces, para hacer esto, usa ‘guantes’ aparentemente luminosos..., y usa palabras de Luz.

Por lo tanto, dónde no sientes fluidez, serenidad, deja ir, aléjate, sin juzgar, sin nada que interpretar.

Y con serenidad, permanece siempre atenta a todo, a todos.

Si Me pides ayuda y tienes tu corazón cándido y luminoso, siempre sentirás dónde está realmente la Luz, o dónde no está, más allá de cada apariencia, de cada palabra.”

Pregunta:

¿Cómo puedo comportarme con la dieta que he elegido hacer?

Respuesta:

“Ante todo no llamarla así, porque esta palabra viene de tu mente asociada a la privación, a la renuncia, y esto crea dificultad.

Siente que haces algo que está bien para tu cuerpo.

Actúa con mucho Amor y dulzura, pensando de volver más bello el cuerpo, mientras haces cada vez más bello el corazón.

Acompaña el todo con la Luz que puedes infundir con tus manos sobre la comida y sobre tu cuerpo, para ayudarlo en este esfuerzo, pensando que así lo estás haciendo aún más bello y luminoso para el Alma.

Y pídeMe de ayudarte en esto.

En voz alta di que tu imagen ya es bella, ya es luminosa, porque tu corazón contiene Luz y Amor.

Ahora la estás volviendo solamente más bella y más luminosa.

La imagen es la unión del cuerpo, del corazón, del Alma.

Recuerda que la imagen no se expresa sólo a través del cuerpo, sino también a través de la mirada, a través de las palabras, a través de las acciones. Por lo tanto, para ser luminosa, todo tiene que ser luminoso, expresado en la Luz, con Amor”

Comentario

Si recordamos que el cuerpo es el medio que permite al Alma de realizar su diseño, de alcanzar su meta, lo amaremos con aquella intensidad que lo llevará a hacer cosas inimaginables, que hará que sucedan grandes sanaciones, alquimias inexplicables.

El amor intenso lo volverá fuerte y lo protegerá de todo, también de las enfermedades.

Aprendemos a darle todo cuanto nos pida y no aquello que los viejos conocimientos nos llevaron a dar.

Cada uno es diferente, tiene exigencias diferentes, tiene su historia, por lo tanto, lo que es bueno para uno, puede que no sea bueno para todos.

Luego, continuando a cambiar, a crecer, a evolucionar, aquello que hoy sentimos justo hacer, o bueno para nuestro cuerpo, no es dicho que mañana todavía lo sea.

Sentiremos que como nosotros cambiamos, continuamos en el crecimiento, también nuestro cuerpo cambia, y, por lo tanto, inevitablemente, cambian sus exigencias, sus necesidades, todo.

A medida que aprendemos a conocerlo, a comprender su lenguaje, nos será cada vez más fácil dar en ese momento a nuestro cuerpo solo lo que necesita.

Comprenderemos que, a veces, rechaza ciertas cosas, aunque si de ellas nosotros sentimos el deseo, o las consideramos indispensables, porque no le hacen bien en ese momento.

Amándolo intensamente, dándole el espacio justo, las atenciones justas, nos recompensará volviéndose cada vez más fuerte y resplandeciente.

El Amor que le daremos, lo sanará, lo protegerá, lo transformará, lo volverá capaz de cosas antes inimaginables.

Así, con el Amor, también lo ayudaremos a ir más allá de los límites que, antes, pensábamos existiesen.

La fuerza del cuerpo permite la expresión de la Fuerza del Alma, y permite a nuestros Ángeles de llevar dentro de nosotros Su Fuerza, la Fuerza de la Luz.

Estas Fuerzas tienen una vibración tan alta, que pueden entrar en nuestro cuerpo sólo sobre la base de lo que realmente él puede soportar.

Por lo tanto, potenciando nuestro cuerpo, daremos más espacio a estas Fuerzas y a la Fuerza del Alma.

Sabremos por lo tanto proteger aún más nuestra Esencia y la Luz, donaremos Amor mucho más intensamente alrededor nuestro.

El cuerpo necesita mucha actividad física y largos momentos de meditación.

Necesita limpieza y purificación, como nuestro corazón necesita ser vaciado de los sentimientos y emociones no luminosas, no afectuosas, y permanecer cándido.

Es importante nutrirnos con atención y escuchar cómo reacciona el cuerpo a la comida que comemos.

Ello requiere la atención y la protección que el corazón y el Alma nos exigen.

Respetando sus límites, podemos acompañarlo con el Amor, la Luz, además de ellos, descubriendo de esta manera que en realidad los límites no existen.

Ello agradecerá expresándonos toda su potencialidad, resplandeciendo la Luz del Alma.

Sentiremos y viviremos la unión del cuerpo-corazón-Alma.

Es así que expresaremos totalmente nuestra Esencia y nuestra imagen será luminosa.

Resumen de expresiones sugeridas

por los *Ángeles*

– *¿Si ahora tuviera que donar esta jarra a mi Ángel, a quién yo amo, sería una jarra lista para ser donada?*

¿He quitado todo el polvo? ¿Contiene solo agua límpida? –.

– *Esto es indispensable para mí, con Amor ahora voy más allá de la resistencia del cuerpo, sabiendo que solo así puedo hacer que se derrumben barreras y muros – .*

VIII

Saber abandonarse

*“Es el corazón puro de niño que sabe abandonarse,
en Nuestros brazos adormentarse”*

Comentario

Programar la vida es una cosa esencial para poder vivirla plenamente.

Las exigencias de la vida cotidiana son múltiples.

Por lo tanto, si deseamos dar espacio a lo que es necesario para nuestro cuerpo, para el corazón, y para el Alma, es indispensable hacer una lista con las cosas que son prioritarias para nosotros, después de lo que la cotidianidad ya nos requiere.

Difícilmente logramos hacer siempre todo lo que deseamos o sentimos necesario para nosotros.

Esto sobre todo si estamos insertados en una sociedad del tipo occidental que exige una programación en todo, incluso a largo plazo.

Además, existen las exigencias de las personas que amamos, de la familia, de los amigos, etcétera.

Por lo tanto, inevitablemente, cada día nos vemos en la necesidad de tener que tomar decisiones.

A menudo ocurren imprevistos que cambian nuestros programas y nos llevan a vivir fuertes reacciones emotivas y un estrés inesperado.

Por esto no es fácil hablar de abandono en una vida tan 'programada'.

Puede venir espontáneo por lo tanto pensar que sólo un modo de vida 'alternativo' (sin trabajo o fuera de la sociedad, etc.), puede permitir de vivir el 'abandono'.

Los Ángeles nos ayudan a comprender que no es así, que el 'abandono' es un estado del corazón que permite al Alma

de vivir su diseño, para nosotros desconocido, y que se puede vivir abandonados, más allá de la realidad que nos circunda.

‘Abandonarse’ significa permitir que suceda aquello que nuestra Alma ha elegido antes de iniciar este viaje.

Nos exige no obstaculizar esto tratando de vivir y de ser como queremos, tener lo que deseamos, pero escuchando lo que nuestra Alma nos pide.

Cuando era adolescente he recibido dos ofrendas bellísimas que me han ayudado tantísimo a vivir en este abandono.

Una ofrenda era la imagen de una pequeña barca a remos con una vela sutil, en medio del océano, con abajo una leyenda:

“Rema siempre con todas tus fuerzas, pero debes también saber dejar los remos cuando es necesario, para permitir a tu Alma de soplar la vela y conducirte hacia tu playa, porque sólo ella sabe dónde es.”

La otra ofrenda ha sido conocer la metáfora del campesino que es obligado a desviar el curso natural del agua, con tablonces de madera, para conducirla hacia los prados que necesitan de ella.

El agua ‘ve’ aquellos tablonces como obstáculos que le impide ir hacia dónde quisiera y no ciertamente como una ayuda para llegar donde puede vivir su función de agua: saciar la sed a quien lo necesita.

Sólo el campesino, como nuestra Alma, conoce el recorrido justo. Por lo tanto, es necesario permitir a nuestra Alma de llevarnos por el camino correcto, y comprender que, a veces, lo que vemos como obstáculos, pueden ser, en cambio, ayudas para llegar a nuestra meta.

En mi vida he tenido muchas confirmaciones de esta metáfora.

Y cada vez que he aceptado serenamente el cerrarse de una puerta, luego se me abría un portón.

Para que esto suceda, uno no puede permanecer delante de la puerta tratándola de abrir a toda costa, es necesario continuar serenamente el camino.

Así que, ahora más que nunca estoy convencida de que:

‘Lo que viene, conviene...’

Esto incluso cuando no sé comprender lo que me ocurre, o no me parece una cosa buena para mí.

Estoy segura que, en todo caso, lo es para mí Alma, y que me conviene para llegar a mi meta.

He vivido mucho tiempo sola y he encontrado múltiples dificultades.

Por lo tanto, no me ha sido fácil aprender a comprender cuando tengo que dejar los remos en mi barca y permitir a mi Alma, a mis Ángeles, de soplar la vela, a menudo cambiando mi ruta, o si en ese momento se me exige insistir, luchar, aún con más fuerza.

No lo sabría comprender ni siquiera ahora si valorase la situación con la mente. Puedo ‘sentir’ en ese momento tengo que hacer, si escucho el corazón, si extendiendo la mano a mis Ángeles, si dono a Ellos mi vida, si meto mi Alma delante de todo.

De esta manera no puedo equivocarme y mi corazón estará en paz, porque estoy segura de que mis Ángeles saben dónde conducirme, mi Alma conoce bien mi meta.

Y nada es más importante para mí que seguirla, que ser un medio para mis Ángeles.

Pregunta:

¿Qué es lo que puede ayudarme para aprender el abandono?

Respuesta:

“Meter el Alma delante de todo, elegir de vivir el diseño del Alma, extenderMe tu mano, segura de que te guiaré hacia dónde tu Alma ha elegido ir.

Puedes llevar Luz a cada parte tuya y volver luego a iluminar las partes que has ya iluminado, porque el crecimiento es continuo, el viaje no termina nunca.

Quitando los guijarros más grandes, se descubren aquellos más pequeños, quitando estos, se descubren los granos de arena.

Y para que todo fluya, es necesaria hacer esto con mucha alegría.

Piensa en un riachuelo de agua: primero inicia a fluir como riachuelo, luego se convierte en arroyo, luego en un río, poco a poco se vuelve cada vez más grande, y cuando entra en el mar, se convierte en mar, se convierte en olas que fluyen y que se dejan guiar.

Debes ser como el agua que corre sin conocer su recorrido, y se convierte en una ola que se deja guiar, sigue al Alma.

Al principio puedes encontrar dificultades, resistencias, pero llegará el momento en que la unión profunda con el Todo, te permitirá de fluir en el Todo, muy dulcemente.

Tu Alma te ha elegido el Gran Mar, Nuestro Mar, y puedes convertirte en agua, entrar en Nuestro Mar y convertirte en una ola. En ese momento todo será muy dulce, será maravilloso.

Cada día puedes alegrarte diciendo:

– Hoy puedo fluir mucho más que ayer, abandonarme más que ayer – .”

Pregunta:

Me es difícil aceptar lo que no comprendo.

Respuesta:

“Recuerda que es casi imposible comprender siempre todo de este viaje, comprender todo de la realidad que te rodea, comprender todos los motivos de las situaciones que ocurren. Por lo tanto, no permitas a tu mente de juzgar, clasificar, interpretar.

Si vives muchos momentos de silencio, puedes aprender a percibir el corazón, y en el corazón la voz del Alma. De esta manera sabrás aceptar serenamente también aquello no sabes comprender.

Ama todo lo que sucede, aunque no lo comprendes, vive con el entusiasmo incluso en la confusión de los acontecimientos.

Vive con responsabilidad, haz todo lo que sientas necesario para tu cuerpo, para tu corazón, para tu Alma.

PídeMe ayuda para comprender en dónde puedes todavía hacer algo, en dónde puedes cambiar algo, en dónde es necesario sólo aceptar.

Ama todo lo que te rodea, pero no te aferres a nada.

Vive intensamente todo lo que ocurre, pero no te agarres a nada, no retengas nada.

Alégrate por cada cosa que tengas, que vivas, ama cada cosa que ocurra.

Recuérdate de cantar, danzar, jugar.

Sé feliz por ser un Alma Luminosa, por poder vivir un viaje muy importante, por estar acompañada y protegida por Mí, por poder donar a quien encuentre tu Esencia.

Muchas veces llegan cosas incomprensibles para ayudarte a desapegarte de aquello que estás viviendo, de la realidad visible, para aprender a escuchar el sentir corazón, la voz del Alma.

A veces alrededor llega la confusión para ayudarte a entrar aún más dentro de ti, para empujarte a buscar todavía más el silencio.

No trates de comprender lo que es incomprensible. A menudo, la incomprensión, la confusión, son grandes ofrendas que permiten sentir todo sólo con el corazón, percibir todo con el Alma, vivir con el corazón, sintiéndose Alma..”

Pregunta:

Sé que es bueno seguir al corazón, pero a veces, siguiendo al corazón, me he apartado de mi Sendero, de mí misma...

Respuesta:

“Esto puede ocurrir cuando el corazón no está completamente sanado, hasta cuando existan las necesidades, hasta cuando se busquen satisfacciones fuera de uno mismo, hasta cuando se persigan las ilusiones, hasta cuando se deje espacio a la personalidad.

He aquí porque es bello y justo dejarse guiar por el corazón, pero a veces también puede ser peligroso.

Ahora puedes decir:

– Elijo de seguir mi Alma – .

Con humildad acepta que, a veces, por miedo, para querer retener seguridades, se pueden distorsionar las palabras del Alma, o no se la escucha.

Existe una llave para poder escuchar siempre el Alma y estar seguros de que lo que se siente son las palabras del Alma: no tener miedo a perder, a tener que dejar, a tener que modificar, y estar preparados para dejar, modificar, perder.

Si estamos preparados para esto, si hemos dejado ir toda la personalidad, si el corazón es cándido, podemos entender el lenguaje del Alma.”

Pregunta:

A veces tengo temores que no comprendo.

Respuesta:

“Con serenidad acepta que salir de los castillos que se han construido para crear seguridades, caminar al aire libre sin refugios, e ir hacia lo desconocido, creará siempre temor, hasta que comprenderás que en lo desconocido existen grandes ofrendas, grandes oportunidades, grandes alegrías que te esperan. DónaMe todos tus temores, Yo infundiré en ti aquello que te ayudará a ir más allá de ellos, Yo los desarmaré.

Acepta antes el temor, solo de esta manera lo puedes ver, incluso desde lejos, luego dirige tu mirada al Cielo y allí viene Conmigo. Si no aceptas un temor, no lo verás, y este podrá incluso impedirte caminar.

Muchas cosas pueden crear temores, por ello estos deben ser aceptados y compartidos con humildad.

Sólo así reforzarás tu Credo, y, apenas un temor aparezca, lo sabrás reconocer y luego desarmar. Los temores son peligrosos porque quitan la fuerza, crean dudas, debilitan la Fe.

Si los aceptas y los amas, si Me pides ayuda en esto, siempre los sabrás reconocer, incluso desde lejos, y, por lo tanto, por sobre ellos elevarte Conmigo.”

Pregunta:

No sé cuándo debo aceptar la cotidianidad que estoy viviendo o cuando puedo tratar de cambiar las cosas que no me gustan.

Respuesta:

“Con Amor acepta tu cotidianidad y ámala.

Trata de transformarla siempre en continuas oportunidades para tu crecimiento, haz todo lo posible para que sea más ligera y alegre.

Así como te invito a aceptarte como tal cual eres, para ser cada vez más luminosa, lo mismo ocurre con la cotidianidad, así es para cada cosa.

Haz que tus pensamientos, tus deseos, tus acciones, sean dirigidas a cambiar para mejor.

En cualquier lugar te encuentras, con cualquier persona estés, recuerda que hasta allí has llegado para crecer, para donar tu Luz, para expresar tu Esencia.

Por lo tanto, vive todo intensamente, dona todo tu ser, ayuda en todas las maneras posibles, debes estar siempre preparada a nuevos cambios y para otros lugares.

Esto es vivir el abandono.

PídeMe de ayudarte a comprender dónde, cuándo y qué cosa es necesario aceptar, modificar, o cambiar, y de ayudarte en todo esto.

Luego, escucha en el corazón la voz del Alma y observa qué ocurre a tu alrededor.

Así puedes recoger las confirmaciones de lo que has sentido en el corazón.”

Pregunta:

Cuando me siento desorientada, tengo mucho temor.

Respuesta:

“DónaMe este temor y pídeMe de ayudarte.

No permitas nunca a tu mente de dar explicación por tu desorientación, de preguntar porque te encuentras en ese lugar, por qué ocurre aquello que estás viviendo, sin embargo, permite que todo ocurra, deja que todo fluya.

Puede ocurrir momentos en los que sientes de perderte porque estás contactando lo que ahora es invisible a ti.

Puedes sentirte desorientada porque sientes extraño lo que estás viviendo, o no comprendes su significado.

Extiende tu mano hacia Mí, pídeMe de ayudarte y no temas nada.

Piensa que cuando entrarás en el mundo ahora invisible para ti, sentirás alegrías nuevas.

Cuando sientas extraño lo que estás viviendo, o cuando no comprendas su significado, siente que vivir ese momento, puede

reforzarte, puede aumentar tu Credo, puede ayudarte a aprender a desapegarte de aquello que esté sucediendo.”

Pregunta:

¿Puedes darme una ayuda para aumentar mi abandono?

Respuesta:

“Puedes hacer este juego conmigo.

Ve a un bosque y allí camina, recordando los bosques de tu vida; luego camina en un valle, luego en un prado, y di:

– No ha sido simple caminar en un bosque, en muchos valles he caminado con dificultad, sobre el prado sé caminar serenamente. Ahora siento la alegría de dejar ir los bosques, los valles y los prados conocidos, para subir al Cielo, y allí caminar – .

Cierras los ojos, elige de apoyar tus pies en el Cielo, y luego sientes tus pies apoyarse en el Cielo.

He aquí que tu corazón y tu Alma pueden quedar así en el Cielo.

Desde allí, todo podrás observar, y mucho más comprender.

Para estar preparada para hacer este juego, antes acepta que todo lo que has conocido en los bosques, en los valles, en los prados, no te sirve más, porque ha tenido su tiempo y porque en el Cielo el camino es diferente. En el Cielo todo es diferente.

Este juego puede ayudarte en vivir abandonada.

Recuerda que ésta es una elección y, como todas las elecciones, pueden atraer situaciones para poderlas experimentar.

Si sientes que no es fácil de vivir, piensa que puede llegar a ser, si unes tu mano a la Mía, si con alegría sigues tu Alma, si pones tu Alma ante de todo.

Recuerdate que en el Cielo no puedes llevar nada de aquello que ya conoces, nada de tu personalidad, nada de tus costumbres.

Desapegándote del pasado, darás mucho más espacio a tu Esencia antigua, y manifestarás toda tu Esencia.

Desapegándote de todos los conocimientos de la mente, descubrirás los conocimientos del Alma.

Haciendo esto, te apartarás del mundo, incluso caminando en el mundo, incluso amándolo, para vivir los conocimientos de tu Alma, y dejarla así libre en el Cielo.”

Pregunta:

Tú sabes que siempre miro hacia arriba, porque es allí donde quiero llegar, por lo tanto elijo de hacer este juego.

Respuesta:

“Con ésta determinación puedes hacer este juego de manera serena, puedes estar lista para llevar tus pies en el Cielo, con el entusiasmo por descubrir que eres Hija del Cielo, que tu Casa es el Cielo, que tu sitio está allí.

Desde allí, puedes volver la mirada a quien camina sobre la Tierra con una nueva compasión, comprensión, paciencia, con un desapego nuevo.

Desde allí, puedes mirar tu personalidad quedar en la tierra, y sentirte así Esencia pura.”

Pregunta:

¿Quiero seguir mi Alma, puedes ayudarme?

Respuesta:

“Visualiza que estás subiendo sobre un monte que no conoces, que no tiene senderos, pero existe un largo hilo dorado que conecta a la cumbre al valle. Si sigues aquel hilo no te perderás, y a la cumbre llegarás.

A la mañana, visualiza este hilo que une tu Alma a la Grande Luz, escucha tu Alma y permítele de seguir este hilo dorado.

Luego, ves otro hilo que une tu corazón al Mío, y sientes que con Amor te contendrá en este seguir al Alma.

Permanece atenta a tener siempre la mirada sobre estos hilos, porque basta poco para perderlos de vista y extraviarse. Esto también puede ocurrir mirando alrededor, o el valle. Y luego no es fácil hallarlos...

No escuches sólo el corazón, sino con el corazón escucha y sigue al Alma. Ella ha elegido la Luz.

Cada mañana, cuando imaginas ese hilo, repite la promesa de dejar libre el Alma de seguir ese hilo.

Y no pienses que todavía no conoces el lenguaje del Alma.

El Alma ya se hace sentir dentro de tu corazón, aunque si ahora pareciera que no la sientes. Cada vez más te afinarás oyendo su lenguaje.

Vive con el corazón abierto al Amor, mantén la mirada sobre estos hilos, en el Cielo.

No te detengas nunca en esta subida hacia la unión luminosa que el alma tendrá con la Luz.

Vivir en el mundo y vivir todo en función del Alma, mirar dónde se pueden posar los pies, sin sacar la mirada de la Luz, requiere un gran equilibrio.

Es fácil vivir separados de la tierra, de la cotidianidad, lejanos de todo y de todos, y ser como vosotros decís ‘espirituales’.

No es simple vivir responsablemente con los pies bien puestos sobre la tierra, prestar atención al cuerpo, poner el Alma ante todo y siempre tener la mirada al Cielo. Sin embargo, esto es ser realmente ‘espirituales’.

Aprieta Mi mano, y pídeMe de ayudarte en esto.

Así puedes sentirte fuerte y preparada para vivir todo aquello que puede llevarte a este gran equilibrio.”

Pregunta:

Desde hace un tiempo ya no siento el deseo de frecuentar cursos para aprender cosas nuevas, o de leer, como me gustaba hacer tiempo atrás...

Respuesta:

“Estás recontactando con tu Alma, estás permitiéndome de actuar en ti, estás sintiendo que allí dónde te encuentras, es el Sendero justo para ti, que lo que estás haciendo es bueno para ti.

Permanece serena, lo importante es descubrir cada vez más tu Esencia, y dejarla libre para que pueda seguir al Alma.

Lo importante es dejar tu mano en la Mía y dejarte acompañar y ayudar por Mí.

Éste es el camino más simple, no es ciertamente el más fácil, pero es el Gran Camino.

Muchos ‘Corazones’ conocen y buscan muchas cosas, pero temen de conocerse a sí mismos y seguir al Alma.

Elegir conocerse uno mismo y seguir al Alma ante todo, requiere mucha fuerza y un gran coraje, porque no se conoce qué es lo que el Alma ha elegido vivir o no vivir.

Continúa siguiendo tu Alma, abandonada en Mis brazos, y permíteMe tomarte entre Mis brazos.

Serenamente alivia cada más tu corazón, purifica siempre más tu cuerpo.

DaMe tu mano, y sigue a tu Alma como una enamorada, alegre, sonriendo, y así conocerás el Amor que estás buscando, vivirás con paz en el corazón.”

Comentario

El abandono es una conquista grande, y requiere mucha fuerza, coraje, determinación y constancia.

Sería necesario mucho tiempo para explicar aquello que puede ayudar a vivir abandonados y superar los obstáculos que se pueden encontrar.

Además, cada uno, llega al abandono con sus experiencias y sus tiempos.

El camino más simple es vivir la Esencia de Niños.

Los Niños no buscan el significado de aquello que viven, no piensan en el pasado, no programan el futuro, y viven intensamente el presente.

Cuando extienden la mano a quién los puede acompañar, no preguntan dónde están yendo, se encomiendan totalmente, con la certeza que quién los guía, los conducirá dónde tienen que ir y los protegerá en todo.

Con conciencia, podemos estar atentos a vivir siempre en la Luz y en el Amor, y, con responsabilidad, hacer todo lo que nos es posible.

Así podemos hacer como los niños: extender la mano a nuestro Ángel y abandonarnos serenos a Su guía, con la certeza de estar protegidos totalmente y de llegar a nuestra meta.

Con el corazón simple y cándido de niños, podemos sentir la voz del Alma, y así comprender si realmente estamos haciendo todo lo que nos compete, para dejar luego que todo ocurra.

Este equilibrio entre el hacer aquello que nos corresponde, y el permitir a nuestro Ángel de soplar sobre nuestra vela, entre el tener el coraje de cambiar las cosas que podemos cambiar y el

aceptar las cosas que no podemos cambiar, nos lleva a vivir el verdadero abandono.

Sabremos así aceptar todo con serenidad, con la certeza que aquello que vivimos, es bueno para nosotros y nos ayuda a realizar el diseño de nuestra Alma.

Querida Alma Luminosa, por experiencia personal, puedo confirmar que esta conquista exige muchísimo, pero dona mucho, mucho más.

Viviendo en el abandono todo es más simple de vivir y de aceptar, las alegrías son continuas y cada vez más grandes, la paz del corazón es incesante.

Resumen de expresiones sugeridas

por los *Ángeles*

– Hoy puedo fluir mucho más que ayer, abandonarme más que ayer – .

– Elijo de seguir mi Alma – .

– No ha sido simple caminar en un bosque, en muchos valles he caminado con dificultad, sobre el prado sé caminar serenamente. Ahora siento la alegría de dejar ir los bosques, los valles y los prados conocidos, para subir al Cielo, y allí caminar – .

IX

Cómo vivir la vida, la cotidianidad, el trabajo

“Las palomas blancas unen el Cielo con la Tierra.

*Saben posar los pies sobre la Tierra y retomar el vuelo al Cielo,
para luego volver sobre la Tierra.*

Para poder hacer esto tienen que ser libres”

*“Siéntete una paloma blanca que no pertenece
ni a la Tierra, ni al Cielo que ves,
y, acariciando la Tierra,
elévate libre hacia el Cielo”*

Comentario

El Alma cumple muchos viajes para crecer, para evolucionar. En cada viaje conoce, aprende, comprende, experimenta.

Podamos haber descubierto el camino correcto para nosotros, haber aprendido lo que está bien o no, lo que facilita el Camino o lo hace más difícil.

Podamos haber redescubierto nuestra Esencia, haber comprendido cómo relacionarnos con los otros y con todo lo que nos rodea.

Podamos haber experimentado parte de lo que hemos conocido, aprendido, comprendido.

Pero no nunca podemos estar seguros de saber vivir la vida porque en una sola vida no podemos experimentar todo lo conocido.

Sólo cuando nos encontramos en la acción, realmente podemos comprobar si logramos llevar a la práctica lo que hemos aprendido y creído correcto para nosotros.

Querida Alma Luminosa, ha usado las palabras ‘conocer’, ‘aprender’, ‘comprender’, ‘experimentar’, porque ellas encierran las fases principales del crecimiento.

Es más simple comprender estas fases si seguimos viendo la vida como una Escuela especial, dónde lo conocido debe fusionarse con la experiencia.

Tomemos, por ejemplo, una poesía: no nos basta haber conocido el contenido para hacerla nuestra, debemos aprenderla un poco a la vez, es decir, debemos aprehenderla.

Y una vez aprehendida, si nos detenemos con el corazón en cada palabra, en cada frase, podemos comprender que encierra los

sentimientos, las sensaciones y, a veces, también la experiencia del poeta.

Haciendo esto, nos acercamos a la comprensión verdadera.

Pero sólo cuando experimentamos personalmente cuánto escrito en aquella poesía, podemos decir: –Para mí esto corresponde a la realidad. Yo sé vivir esto – .

En un Camino de crecimiento no nos podemos detener tampoco en esta fase, pero se nos pide experimentar aquello que hemos comprendido, en situaciones y momentos diferentes.

Muchas veces, incluso habiendo experimentado una conciencia, no logramos llevarla a la práctica en cada momento de la vida.

Esto ocurre porque existen muchos obstáculos: nuestro cuerpo físico con sus biorritmos y sus límites, nuestra personalidad, nuestras necesidades, nuestra emotividad, lo cotidiano con todas sus dificultades, situaciones estresantes, acontecimientos fuertes, y finalmente, todo lo que gira alrededor de las personas con la que nos relacionamos.

He aquí porque los Ángeles siempre nos instan a la humildad incesante: sólo con ella podemos permanecer atentos para llevar a la práctica nuestros conocimientos, en cualquier momento y en cualquier situación.

Enamórate de la Luz y del Amor

“... Y enamórate de ti, de la Luz, de tu Sendero.

Si estás enamorada de tu Sendero, el andar se vuelva dulce y crea entusiasmo.

Si estás enamorada de ti, la expresión de tu Esencia se vuelve natural.

Si estás enamorada de la Luz, dejas libre tu Alma en el seguirla, vives en la Luz, envuelves tu corazón con la Luz.

Si estás enamorada de tu Alma, sientes entusiasmo en el seguirla, sientes que Ella te transporta, que crea una dulce espera.

Enamórate de tu Alma, enamórate del Amor.

Enamorarse del Amor, nos convierte en Amor, enamorarse Luz, nos convierte en Luz.

Y el corazón sentirás palpitar en estos enamoramientos de una manera para ti ahora desconocida. El sentir estos latidos conduce a una alegría inimaginable, a un desapego de todo aquello que puede quitar esta alegría.

Este enamoramiento transformará todo dentro y alrededor tuyo.

Puedes ser una alumna irreprochable y haber aprendido todas las lecciones, pero si eres una alumna enamorada de la propia escuela, se vuelve fácil vivir las lecciones aprendidas y ayudar a otros alumnos a vivirlas.

Ser alumnos enamorados, hace vibrar el Amor dentro de la escuela, dentro del aula. Y este Amor se siente, este Amor da alegría, seguridad, entusiasmo, a todos.”

Pregunta:

¿Puedes ayudarme en esto?

Respuesta:

“Este enamoramiento primero debe ser elegido y luego conocido. Ante todo debe existir la elección de corazón. Luego vive como una enamorada, y expresa este enamoramiento tuyo, compártelo. He aquí que luego lo descubrirás, porque es un enamoramiento especial.

Ello te ayudará en todo, también a desarmar cada temor, y te sentirás cada vez más libre.

Este enamoramiento permite la expresión total de la Esencia porque le crea el espacio necesario.

Hace que el andar sea dulce, porque nada se siente difícil, cuando todo se vive y se hace para estar junto al enamorado.

Este enamoramiento no nace de repente. Es una semilla que debe ser ayudada para brotar, crecer, florecer, porque sentir este enamoramiento debe ser libre de todo lo que existe alrededor.

Por lo tanto, al principio, es necesario elegirlo.

Luego, se lo vive dejando ir un poco a la vez todo lo que obstaculiza vivir el Amor incondicional, seguir ininterrumpidamente la Luz, expresar la alegría en todo.

Este enamoramiento encierra todos los enamoramientos.

Pone la mirada, ante todo en aquello de lo cual se está enamorada, propiamente como ocurre a los enamorados.

Un corazón, cuando está enamorado, siente y ve ante todo al amado, a la amada, la siente como un manantial de agua, como un remanso, y todo el resto es circundado por un velo.

Ve por lo tanto este enamoramiento como una fuente de satisfacción, como un medio para vivir serena y alegre, y así será. Recogerás muchas alegrías, mucho Amor alrededor de ti, porque el alumno enamorado hace sentir el propio Amor en la escuela, la gratitud por estar allí, en aquella escuela, por poder aprender aquellas lecciones, y expresar el entusiasmo, por aprender de prisa, por pasar luego a nuevas escuelas.

Así ‘contagia’ a los otros alumnos, y ellos expresarán la misma gratitud, el mismo Amor, la misma alegría, el mismo entusiasmo. Y he aquí que ese alumno está rodeado de todo lo que ha expresado.

Enamorarse crea la magia del Amor que lleva a dejar todo para vivir el propio Amor, lleva a luchar en todo para proteger el propio Amor.

Así se aleja de cada sufrimiento, se busca la alegría que crea espacio al Amor, se acerca a la intocabilidad. Y esta crea espacio a la libertad..”

Elévate al Cielo

Pregunta:

Me siento enamorada de Ti...

Respuesta:

“Y esto te ayudará aún más en todo.

Imagínate delante de ti, sonriente, y fija Mis ojos luminosos con los que te expreso Mi Amor inmenso, el Amor luminoso.

Mientras observas Mis ojos, Yo me elevo de la tierra. Tú continúa fijando Mis ojos sabiendo que ellos expresan la Luz y el Amor que has elegido. He aquí que, para verme, tu mirada se posará bien hacia arriba, y, ni siquiera por un instante, te perderás en lo que te rodea.

Sentirás el deseo de mirar sólo el Cielo, porque sentirás que tu Casa está allí.

Más adelante, sentirás realmente el Amor por el Cielo, por la Luz. Sentirás cuanto la Luz contiene Amor, y así te encontrarás enamorada del Amor.

Todo lo que te rodea verás desenfocado, y nada ni nadie te quitará la atención del Cielo.”

Pregunta:

¿De qué color son tus ojos?

Respuesta:

“Piensa en el azul del mar y del Cielo, en el verde de los prados y los árboles, en el color de la tierra, en el color del arcoíris, en todos estos colores que se funden en una única Luz.

La Luz contiene todos los colores, aquellos que ahora conoces, aquellos que conocerás: así son Mis ojos.”

Pregunta:

¿Por qué es tan importante llevar la mirada hacia el Cielo?

Respuesta:

“Porque sólo desde allí podrás observar todo como Alma.

Observar qué existe dentro de ti, para descubrir cada vez más tus tesoros, para manifestar tu Esencia.

Observar lo que ocurre alrededor de ti para comprender sus mensajes, para sentir que estás viviendo un diseño. Así podrás vivirlo totalmente.

Y para observar todo como Alma, es necesario apartarse un poco de todo.

Sólo desde lo alto puedes ver los matices de todo, puedes ver cada cosa en su plenitud, no sólo desde un lado o en parte.

La visión total que puedes tener desde lo alto, te ayudará a comprender totalmente, a sentir la realidad, y por lo tanto sabrás comportarte en el modo justo.

La visión desde lo alto te permite de actuar sintiéndote libre, porque el conocimiento total conduce a elecciones conscientes”

Los Angeles como ejemplo

Pregunta:

A menudo no estoy segura sobre mi manera de actuar o de expresarme.

Respuesta:

“Siéntete un Alma Luminosa.

Haz todo recordándote que eres un Alma Luminosa, un Alma que vive en la Luz, con el Amor y nada más. Así caminarás, hablarás, actuarás, como un Alma Luminosa.

Recuerda que siempre estoy junto a ti para ayudarte en todo.

Y cuando no estés segura sobre cómo actuar, puedes preguntarte:

– *¿Haría un Ángel así?* –

Cuando no estés segura sobre cómo vivir, di:

– *¿Un Ángel viviría así?* –

Cuando no estés segura sobre cómo expresarte, di:

– *¿Un Ángel se expresaría así?* –

Cuando no estés segura sobre cómo querer, cómo donar, cómo ayudar, vuelve a preguntarte:

– *¿Un Ángel amaría así? ¿Ayudaría así?*

– *¿Donaría así?* –

Pregúntate todo esto con mucho Amor: como Alma Luminosa sabrás responder a estas preguntas.

Si elegirás vivir, actuar, expresarte, querer, ayudar, donar, como un Ángel, no serás más incierta en nada, y vivirás, te expresarás, actuarás, como un Alma Luminosa.

También así tus pensamientos, tus intenciones, serán solo luminosos y de Amor.

SigueMe con Amor, alegrándote, ama y ayuda como un Alma Luminosa, y serás un Alma libre, vivirás en la Luz, con el Amor.”

Pregunta:

Cuando estoy sola no siempre me comporto como cuando están con los otros, y no quisiera así fuera.

Respuesta:

“Ante todo acepta esto con Amor.

Existen muchos motivos que llevan a expresar lo mejor de uno mismo cuando se está en presencia de alguien.

Puede ayudarte en esto recordar que, en realidad, nunca estás sola, porque Yo siempre estoy junto a ti. Puede ayudarte, sentir que estoy allí, delante de ti, que conozco también tus pensamientos y tus intenciones.

Recordando esto, en voz alta puedes decir:

– ¿Si viera un Ángel delante de mí, tendría este pensamiento, esta intención? ¿Tendría este deseo? ¿Actuaría así? –

Y sabes que no sólo Yo estoy junto a ti.

Por lo tanto también puedes decir:

– *¿Si viera muchos Ángeles blancos alrededor de mí, pensaría así? ¿Tendría esta intención? ¿Desearía esto? ¿Actuaría así? –*

¡Y he aquí que mucho cambiará!

Nosotros realmente estamos allí, delante de ti, alrededor de ti, y conocemos cada pensamiento, cada intención, cada deseo, vemos cada expresión, cada acción.

Y esto también puede ayudarte cuando estás entre otros ‘Corazones’. Antes de expresarte, antes de actuar, todavía di:

– *¿Si viera junto a estas personas a su Ángel, si viera que muchos Ángeles están rodeándonos, me expresaría así?
¿Me comportaría así? ¿Actuaría así? –*

Y he aquí que también cambiarán muchas cosas alrededor de ti, mucho más de prisa expresarás toda tu Esencia luminosa, sabrás amar y ayudar como un Alma Luminosa.

Todo esto no te tiene que crear ningún temor, mucho menos vergüenza, sólo consagrarte la serenidad en pensar que todos Nosotros comprendemos, en todo te ayudamos, que actuamos juntos.

Si te recordarás que estoy delante de ti y te sonrío, que camino contigo, que Me siento junto a ti, tus pasos serán más seguros, tu expresión, tu actuar, serán diferentes, y también tu interior será diferente.

Has visto cuánto todo es diferente cuando estás con alguien, pero a veces esto puede crear ansiedades o tensión, y esto no te permiten de ser totalmente tú misma.

Connigo, con Nosotros, todo es diferente: sentirás Nuestro Amor y el estímulo para expresar ininterrumpidamente tu Esencia luminosa. Sentirás que, en realidad, la intimidad no existe, porque

Nosotros sentimos todo, vemos todo, conocemos todo, estamos contigo en todo, siempre estamos junto a ti.

Pero también sabes que Nosotros comprendemos todo y siempre te ayudamos, más allá de cómo eres, de lo que haces. Para Nosotros eres una Hija de la Luz.

Este pensamiento creará una fuente de alegría, de serenidad, de seguridad.

Ser conscientes de esto no más puede que llevarte al entusiasmo, a sonreír, a la expresión total de tu Esencia.

El Camino es intenso, la meta es muy grande.

Piensa en Nosotros, con grandes alas, que te tomamos de la mano. Y, mientras nos sigues, tus alas crecerán.

No es necesario detenerte para pensar a todo esto y para ver Nuestra sonrisa, por lo tanto puedes sonreírnos, continuando el Camino, viviendo el todo.

No hace falta siquiera que te detengas para poder sentir que cuánto estás viviendo es momentáneo, que mucho alrededor de ti es sólo una ilusión, y que por lo tanto nada te tiene que rozar: basta con recordarte que estamos allí, junto a ti, basta con llevar tu mirada hacia el Cielo.

Cada vez que expresas el Amor a una Criatura Nuestra, que expresas alegría por toda la Creación que te rodea, Nosotros te sonreímos complacidos, porque es el Amor el medio para para vivir todo, la llave para hacer todo, la llegada.”

Ama toda la Creación

Habla con el mundo real invisible

“... Acaricia una roca como acaricias un rostro, besa la tierra como besas una mejilla, acaricia una flor como si fuera un tierno niño que está allí para donarte alegría, acaricia las plantas como a grandes amigos, acaricia el agua como si fuera una amiga tuya, recibe en tus manos el aire y la siéntelo una Criatura.

Con todo expresa Amor en voz alta, expresas tu alegría.

Todas son Nuestras Criaturas, sin distinción: ámalas y habla con ellas.

Y el Cielo te responderá, las estrellas te sonreirán, el mar te hablará, la tierra te contará: todo te amará.

Es así que, sin darte cuenta, entrarás en el Todo, entrarás en el Universo.

Habla con el Todo, interaccionas con el Todo: te volverás Todo, entrando en el Todo.

Y vendrá el tiempo en el que ya no servirán palabras ni sonidos: sentirás las palabras y los sonidos de lo que te rodea, y todo comprenderás.”

Pregunta:

¿Por qué puede ayudarme hablar con este mundo todavía invisible para mí?

Respuesta:

“Esto puede ayudarte mucho cuando llegue algo que pueda turbarte, que pueda hacerte quitar la mirada del Cielo..

Intenta este experimento: cuando sientas una nota llegar, una palabra, un eco que pudiera turbarte, inicia a cantar, y habla con todo lo que te rodea.

Cuando una suceda algo que pueda traerte dificultades, sufrimientos, mira a tu alrededor para ver dónde y a quien puedes expresar tu Amor, donar tu Luz.

Si nadie existe allí, habla en voz alta con todas las Criaturas que te circundan, con todo lo que expresa vida, dentro y fuera de tu casa.

Si harás esto, vivirás ya en el mundo real, en la alegría, en el Amor.

Y verás cuánto todo se volverá más simple.

Canta niña, y vivirás en la alegría, en la Luz, en el Amor: esto es lo que tu Alma ha elegido vivir.”

Pregunta:

¿Pero estas expresiones dónde van?

Respuesta:

“Quedan impresas en el mundo real invisible que te rodea.

Cuando una parte de la Esencia ha emergido en la Luz, nada ni nadie puede reprimirla, ni sacarle los colores o la Luz.

Aunque si un ‘Corazón’, como Alma libre, elige de no hacer resplandecer ya sus colores, donar su perfume, ni siquiera en ese momento aquello que ha surgido en la Luz podrá desvanecerse, aquella parte de su Esencia desaparecer, ni sus flores sofocar, porque existe la imagen impresa en el mundo real invisible.

Y está también está impresa en los ojos de quien ha visto aquella parte de Esencia, aquellos colores, ha recibido ya el perfume de aquellas flores.

Naturalmente cada Alma es libre de continuar o no a donar su perfume, sus colores, su Luz, pero no puede esconder, ni reprimir, lo que ha surgido en la Luz.

Esta conciencia te ayudará a vivir con responsabilidad, sabiendo que todo lo que piensas, deseas, expresas, cada acción tuya, queda impresa en el mundo real invisible.

Allí también van todas las intenciones, los pensamientos, lo que las acciones crean, aunque estas no sean de Luz, no sean de Amor.

Y recuerda que en el tiempo, los pensamientos, las intenciones, de cualquier tipo ellas sean, se concretan.

Recuerda la potencia de las visualizaciones, de las oraciones: ellas pueden crear magias bellísimas, alquimias inimaginables.

Pero recuerda también cuánto puede crear lo que no es de Luz, no es de Amor.

Muchas veces la enfermedad es la concretización en el cuerpo de un sólo pensamiento.

Y esto es sólo un ejemplo.”

*Toma en tus brazos
tu Niña interior*

Pregunta:

Soy consciente que me comporto siempre de manera teatral, pero no logro cambiar.

Respuesta:

“Es tu Niña interior que te empuja a actuar así. Es esta Niña que todavía no siente a una madre cariñosa, no siente una guerrera fuerte que la protegerá.

Sabes que dentro de ti existe la Esencia de la Niña luminosa, pero también existe aquella niña que todavía no ha tenido todo el espacio que necesita, no ha recibido todo el Amor y las atenciones necesarias, no puede expresarse todavía totalmente.

La Niña interior necesita sentir las atenciones de un padre y una madre cariñosa, de los guerreros fuertes que toman entre sus brazos a los niños, necesita ver en ellos los faros que la saben guiar.

Si esto no sienten, no ven, no pueden manifestarse como son, porque no sienten el Amor que necesitan. No pueden sentirse protegidos para poder así dejar ir cada temor, y correr despreocupados y felices por los prados.

Puedes recibir Amor o ayudas de muchas personas, pero siempre existe el momento en el cual, por tu Niña interior, tú tienes volverte padre, madre, guerrera. Sólo así tu Niña saldrá y se manifestará, de otro modo es obligada a crear otras cosas para no salir a la luz del sol o para llamar la atención.

Si siente el calor del Amor paternal y materno, unido a la fuerza, dirá:

– Tengo una mamá que me ama, tengo un papá que me protege, tengo un guerrero fuerte que me defiende, tengo un faro que ilumina todas mis noches –.

Y es así que luego esta Niña recibirá mucho más el Amor de otros padres, de otras madres, de otros guerreros, de otros faros, y aceptará con alegría todo lo que los otros le donarán.

Es así que será simple, espontánea, se volverá una Niña luminosa. Y esto es indispensable, porque es la Niña que está en ti que se manifestará si podrá ser alegre.

Con esta Niña podrás caminar serena por el mundo, ayudando, amando, sin dispersar ni agua ni tiempo, sin buscar otras cosas para recibir aquello que necesitas.

Es siempre esta Niña libre que manifestará la Luz, que donará el Amor, que recibirá el Amor que llevaré, que te donaré, si le permitirás de tener los brazos abiertos y extender las manos hacia Mí.

Deja libre tu Niña, llévala a jugar Conmigo, y todo correrá, fluirá, dentro y alrededor de ti.

Ama con Amor puro y ello te ayudará a comprender a la Niña que está en ti, te ayudará a comprender cómo amarla, como dejarla libre.

Ella luego te ayudará a comprender cómo amar, cómo ayudar, cómo tener cándido el corazón.”

Pregunta:

Soy feliz del Sendero que estoy recorriendo y camino serena, pero a veces siento un estado de ansiedad inexplicable...

Respuesta:

“Es siempre la Niña que está en ti, que teme a veces de no poder jugar mientras tú estás aprendiendo en la escuela de la vida que está ayudándote a crecer.

Es la niña que teme de no hacer bien las tareas.

Tranquilízala, naturalmente confirmando que estás en escuela, pero dile que ésta es una escuela dónde se puede jugar, se puede cantar.

Dile que si no sabe expresar enseguida cuánto estás aprendiendo, nada ocurre, y que por lo tanto no tiene que tener ningún temor, ni de no hacer bien las tareas, ni de no saber expresar.

Con Amor tranquilízala y también empújala, ayudándola a comprender que aquello que se te pide hacer, expresar, no expresar, conquistar o dejar ir, ella puede hacerlo, porque nunca se pide nada que no se esté listo para hacer.

Dile que Yo sonrió siempre, que todo comprendo, que cuando está cansada, la tomo entre mis brazos, cuando le cuesta hacer algo, la ayudo haciendo todo junto a ella.

Con Amor, empuja a tu niña para que haga siempre inmediatamente todo lo que el camino, la vida, exigen, sintiendo que en ese momento está lista para hacer, para ser, para expresar.

Con aún más Amor, con aún más dulzura, tranquilízala, diciéndole que Yo siempre comprendo todo, comprendo por lo tanto también las pausas, los errores, las no atenciones, y que la amo ininterrumpidamente.”

*Camina con entusiasmo,
vive todo como un juego,
sonríe, canta, danza*

“... Vivir con entusiasmo la vida en cada momento lleva a estar serenos, alegres, lleva a acercarse cada vez más a la paz. Comprendo que esto no es simple, pero con Amor te empujo en esto.

Al entusiasmo puedes llegar expresando la gratitud por lo que tienes, y conservando en el corazón la alegría experimentada en algunos momentos.

Puedes llegar sintiendo en tu corazón que la vida es una bonita aventura que siempre permanecerá desconocida hasta el momento en que la vives, sintiendo que a tu meta llegarás.

Cualquier viaje desconocido exige entusiasmo, pero el viajar mismo lleva al entusiasmo, sabiendo que, mañana, todo podría ser diferente.

Ya cada día es en parte diferente, porque tú misma eres diferente hora tras hora, día tras día.

Y he aquí que nace un nuevo entusiasmo: el entusiasmo por descubrirte, por descubrir qué está esperándote, las ofrendas que recibirás.

Vive con alegría el momento de alegría, y cuando llega un momento de dificultad o tristeza, piensa en aquel momento de alegría y di:

– Dentro de poco volverá la alegría, porque yo he elegido la alegría– .

No te impongas el entusiasmo: sabes que es necesario, sabes que hace que la vida sea más simple, pero no lo impongas a tu corazón. Haz que tu corazón lo sienta, y, cuando no lo sienta, crea algo que te vuelva a traer el entusiasmo, que te devuelva la alegría.

El Camino del crecimiento no es simple, pero viviéndolo con entusiasmo, con alegría, teniendo de la mano a la propia niña, teniendo la mirada hacia el Cielo, viviendo todo con Nosotros, se llega a un momento en el que se siente profundamente el significado del viaje.

Allí ocurre una magia: existe la ausencia de los deseos, de las necesidades, llega la quietud, llega la paz.”

Pregunta:

¿Cómo hago para superar los temores que a veces siento inexplicables?

Respuesta:

“Puedes superarlos recordando que te tengo entre Mis brazos, que te aprieto al corazón, que te quiero tiernamente.

Cuando oyes un temor, que tú conozcas o no su origen, en voz alta di:

– Estoy en los brazos de mi Ángel, no puedo más que sonreír –

Y es así que en tu corazón volverá la alegría, porque sentirás que realmente te tomo tiernamente entre Mis brazos, te abrazo intensamente, te protejo totalmente, te acompaño ininterrumpidamente.

Y si tu mente sigue creando confusiones o temores, detente, haz silencio en tu corazón, y en voz alta di:

– *Siento que estoy entre los brazos de mi Ángel* –.

Y todo esto te traerá cada vez más alegría, te ayudará a vivir todo en ligereza, te ayudará a dejar correr todo lo que está ocurriendo en ti y alrededor de ti.

Está atenta a todo, escucha todo, pero no te turbes por nada, y en todo sonríes. Naturalmente expresas tus emociones, manifiesta lo que sientes, pero no te turbes, no dejes espacio a ningún temor, pensando que estás entre Mis brazos.

He aquí porque caminando, es necesario sonreír, alegrarse, jugar. Sólo así aprende a vivir la vida como un juego, y se vive todo como un juego.

Sólo así se sabe expresar totalmente la propia Esencia, la vitalidad, el entusiasmo, la fuerza.

Lleva a la Niña que existe en ti a jugar, realmente juega a más no poder, juega intensamente, y, jugando intensamente, sabrás expresar intensamente la vida.

Llevando el juego en tu vida, observando desde lo alto la vida, sentirás que realmente la vida es un conjunto de juegos, y que puedes vivir jugando.

Mantiene la mirada al Alma, al Cielo, e inevitablemente el corazón será ligero, tus ojos sonreirán. Sonriendo sentirás el entusiasmo de vivir.

Y más con entusiasmo vivirás, más entusiasmo sentirás.

Más sonreirás pensando que estoy sonriéndote, más vendrá natural vivir la vida sonriendo.

Sonríes a todo lo que ocurre en la vida, sintiendo que todo es un juego, para ayudarte a crecer, para empujarte a expresar tu Esencia luminosa.”

Pregunta:

¿Por qué en algunos momentos, después de que he cantado o después de que he danzado, estoy todavía más triste?

Respuesta:

“Porque quizás en ese momento has bailado para reprimir algo que está impidiéndote la alegría, has cantado para no oír lo que el corazón está diciéndote, lo que el Alma está susurrándote.

Los cantos y las danzas son medios para expresar, para iluminar. Deja salir todo aquello que dentro estás reprimiendo, expresa todo lo que en tu corazón existe, escucha lo que tu Alma te dice.

Es así que danzarás por la alegría, es así que sentirás el canto del corazón, los notas del Alma, y sabrás donarlas.

Cuando el corazón es ligero, la Niña que está en ti es libre en todas sus expresiones, tu mirada es dirigida al Cielo, y sientes que estoy junto a ti para danzar junto a ti. Entonces tus danzas serán expresiones de Luz y de la alegría que existe dentro de ti, serán expresiones de la vida.

Y cantando y danzando, mucho puedes donar, mucho puedes ayudar.”

*Une responsabilidad y compromiso,
a la intensidad y a la ligereza*

Pregunta:

Cuando no comprendo lo que está ocurriendo, me impongo la ligereza, pero no logro volver a estar serena.

Respuesta:

“No te impongas nunca la ligereza, pero con Amor ayuda tu corazón a hallarla, recordando que todo forma parte del diseño de tu Alma.

Esta conciencia requiere al lado una gran responsabilidad, para comprender hasta dónde lo que está ocurriendo, va sencillamente aprobado, o tiene raíces en un no actuar, en una no responsabilidad, en un no compromiso.

Es necesario un equilibrio sutil entre el vivir todo con conciencia, responsabilidad, y con un actuar intenso, y el dejar ocurrir, el dejar fluir todo.

Los diseños del Alma son incomprensibles hasta cuando no se vive lo que aquellos diseños han llevado, han hecho ocurrir.

Puede ayudarte decir en voz alta:

– Ahora observo todo desde lo alto, con total claridad, con integridad –.

Y de lo alto luego observa si en aquella situación, en ese acaecimiento, existió responsabilidad, claridad, integridad, compromiso, acción intensa, pedirMe ayuda.

Si todo esto no existió, siempre en voz alta di:

– Ahora no comprendo esto, pero sé que forma parte del diseño de mi Alma – .

Luego acepta con serenidad, deja fluir todo, abandónate entre Mis brazos.

PídeMe de guiarte hacia dónde el Alma está empujándote. PídeMe de ayudarte a comprender cómo actuar, qué hacer, para que se cumpla aquello que el Alma ha elegido.

Luego vive todo con serenidad, con paz en el corazón.

Cuando uno está seguro de que existió un compromiso total, que existió una responsabilidad en el corazón, se siente paz, serenidad, cualquier cosa ocurra, cualquier cosa no ocurra, porque nos sentimos transportados por la ola, estamos seguros de ir hacia la propia playa.

Y es así que uno está listo para todo, también para los cambios.

Une responsabilidad, compromiso, constancia, intensidad, al abandono sereno, alegre y luminoso.

Es así que la ligereza ya no impondrás a tu cotidianidad, pero vivirás tu cotidianidad con ligereza, sintiendo que estás viviendo lo que tu Alma ha elegido.

Es esto que dona la serenidad profunda que ninguna dificultad, ningún obstáculo quita.

Se puede sentir fatiga en superar un obstáculo, se puede sentir cansancio en el afrontar una dificultad, pero en el corazón permanece la serenidad, la paz, porque se siente que aquel obstáculo, aquella dificultad, son ayudas para un gran crecimiento.

Vive todo con serenidad, sencillez, humildad y esto te llevará siempre a ser alegre, porque sentirás que estás viviendo el juego de la Vida.

Sintiendo esto, tu corazón será ligero, en paz, el Alma será libre.”

Pregunta:

Siento dentro de mí el estímulo por vivir intensamente todo, y así no sé comprender cuándo mi cuerpo necesita relajarse o descansar.

Respuesta:

“Ese estímulo viene de tu Esencia de guerrera, que sabe que la vida debe ser vivida intensamente, que sabe que el cuerpo tendrá cada vez menos necesidad de descansar, si se deja al Alma libre de volar.

Aleja la mente que sólo te trae lo conocido que estás dejando ir, y escucha tu Alma que te ayudará a reforzar cada vez más el cuerpo, para vivir intensamente todo.

Es así que todo será intenso, también el descanso... Es así que el silencio será intenso y se volverá manantial de una nueva fuerza.

Cambia con alegría conocimientos y costumbres, para descubrir algo nuevo ahora inimaginable.

Y en esta intensidad descubrirás cuánto, a veces, lo que hiciste para descansar, para relajarte, en realidad te cansaba aún más.

Es así que comprenderás lo que tu cuerpo está pidiéndote en ese momento.”

Pregunta:

Al principio de mi Camino todo era difícil, pesado, doloroso: ahora todo me parece simple y dulce.

Respuesta:

“Eres tú que estás haciendo fácil tu Camino, estás haciendo fácil
Mí ayuda, Mí acompañarte de la mano.

Es así que cada vez más el ir será sereno, fluido, alegre, cada vez
más manifestarás tu Esencia.

Por eso, sonriéndote con Amor, te digo:

– ¡Gracias! Gracias porque así puedo acompañarte dulcemente,
ayudarte totalmente, protegerte en todo – .

Es tu actuar intenso, es vivir todo con responsabilidad, en el
abandono total, que todo se vuelve más simple, que se lleva a
vivir todo con serenidad, que Me permite el Todo.

Siempre Nosotros elegimos de acompañaros tiernamente, de
ayudaros dulcemente, pero sois vosotros que podéis o no permitir
todo esto, atraer solo vientos dulces y nada más.

Está en vuestro abandonaros, en vuestro dar los pasos necesarios,
pequeños o grandes que ellos sean, expresar vuestra Esencia en
las pequeñas y grandes cosas, vivir con entusiasmo, con alegría,
sonriendo, y permitirnos a de tomaros en brazo.

Y esto, porque a menudo en los pequeños pasos, en las pequeñas
expresiones, se encuentran encerrados los grandes pasos del
Alma, la expresión de vuestra grandeza.

Imagina un jardín florido: cuando se ara el terreno se tienen que
quitar las piedras, y esto es pesado. Se tienen que arrancar las
raíces de lo que podría sofocar las flores, y esto podría ser

doloroso. Pero cuando luego se hacen crecer las flores, sirven manos dulces, toques tiernos, expresiones cariñosas.”

Pregunta:

Ahora me es mucho más simple jugar, alegrarme, sonreír.

Respuesta:

“Esto porque has abierto tu corazón a la primavera que hace brotar muchas flores en tu corazón. Te has abandonado totalmente, con determinación has actuado, intensamente has caminado.

Así Me has permitido de actuar en ti y contigo, de llevar mucho dentro de ti y alrededor de ti.

Y cuando es primavera se tienen ganas de correr felices por los prados, de cantar, de danzar...

Lo que ha sucedido, sea para ti la confirmación que cuando existe vuestra acción, Nosotros podemos actuar, pero cuando actuáis con determinación, intensidad, entusiasmo, permitís a Nosotros mucho más, permitís a Nosotros de cumplir todo, de llevar el Todo en vuestro corazón, en vuestro cuerpo, y alrededor de vosotros.

Cuánto has hecho podía requerir mucho más tiempo, pero todo ha ocurrido así de prisa porque ha existido tu determinación, la intensidad, el entusiasmo, la alegría, el abandono total. Todo esto no sólo permite un gran crecimiento, también grandes sanaciones, grandes alegrías.

Sé orgullosa de esto, sé feliz.

Continua viviendo con determinación e intensidad todo: esto creará grandes cambios en ti y alrededor de ti, cambios que te llevarán a sonreír aún más, a cantar y a danzar.

También tu imagen cambiará, porque, viviendo así, permitirás al Antigo de resurgir.

La intensidad en todo lleva a recordar todo, ayuda a hallar la imagen antigua, a expresar la Esencia nueva.

Y, naturalmente, sonriendo, alegrándote, cantando y danzando, sólo puede emerger el Antigo que ha elevado el Alma, que ha hecho resplandecer todavía más al Alma, no cierto lo Antigo que ha herido el corazón, o ha quitado Luz al Alma.

El actuar intenso permite de retomar los colores, los perfumes, la expresión del Antigo, de vivir en armonía, y sentirse en comunión con el Universo.

Esto te llevará a aprender el lenguaje del Alma, a percibir lo invisible que se mueve alrededor de ti, a escuchar lo inaudible que ya resuena alrededor de ti.

Así será todavía más fácil sentirMe, verMe, y ser feliz.”

Vive 'acariciando' el mundo

Pregunta:

No siento de pertenecer a este mundo...

Respuesta:

“Acaricia con tus pies el mundo, sintiendo que no perteneces a él, pero que sobre la tierra has elegido caminar.

Así cada cosa fluirá en tu vida, no creará ningún pensamiento, no sentirás ningún deseo de conocer, de comprender. Vivirás todas las situaciones, las emociones, los encuentros, como se viven en un viaje sin detenerse, sabiendo que forman parte del viaje, pero que no te pertenecen.

Muchas no las puedes comprender, no las puedes descubrir. A veces no lograrás siquiera verlas claramente, completamente, pero sentirás que pasan, te rozarán apenas, y se irán.

Esta manera de viajar, no significa evitar la profundidad del viaje, más bien, permite entrar en la profundidad verdadera, sabiendo que es la única manera para salir de todo, para continuar el viaje.

Imagina de entrar en un túnel dónde existen cosas que comprender, que descubrir, que aprender: puedes entrar serenamente porque sabes que existe una salida, y la salida siempre es luminosa.

Es así que es necesario entrar en las situaciones, vivir las relaciones: existe solo el pasaje, ya que, por cuanto largo sea el túnel, existe siempre una salida luminosa.

De esta manera tendrás siempre el coraje de entrar en todas las situaciones, emociones, relaciones, afrontar todas las dificultades, ir más allá de los obstáculos, sabiendo que te espera una salida luminosa.

Viviendo así, nada te tocará, todo te rozará.

Si en el túnel no puedes ver, comprender, sabrás en todo caso continuar serenamente, sintiendo que lo importante es salir y encontrar la Luz.

Manteniendo la mirada hacia la salida, con la certeza que allí estará la Luz, todo vivirás intensamente, para poder retomar luego tu junto al sol.”

Unicidad e Individualidad

Pregunta:

Saber de ser unida al Todo me crea cierto temor...

Respuesta:

“Dona este temor a Mí, siente Mi Amor que te envuelve.

Todo está unido. No existe la separación, en nada.

Estás unida incluso a quien no ves, a lo que no está en tus pensamientos, a quien está lejos de ti, a aquello que para ti es desconocido.

Y tu Alma ha elegido de reunir todo dentro de ti.

Saber esto, nos lleva a sentir la grandeza de nuestro Ser, pero también la responsabilidad en cada expresión de nuestro Ser, en cada acción.

Vive esta concientización solo con el corazón. Si dejas entrar a la mente, nace el temor de estar unida a todo lo que ocurre, incluso lejos de ti.

Disuelve Conmigo este temor. Ello te impide de sentir la grandeza y la belleza de todo esto.

Deja entrar en el corazón ésta grandeza, la responsabilidad y la expresión total, sintiendo la alegría de estar unida a la Luz, de vivir amada por el Todo.

Despertándote, has quitado algo que te separaba de todo lo que te rodea.

Imagina de haber quitado una puerta de un muro que separaba dos mundos, pero el temor de estas dos grandezas, o de sentir el vacío de lo desconocido, ahora te la han hecho apoyar allí.

Entrégame esa puerta, sintiendo que no existe un motivo para temer estos dos grandes espacios.

Sin esa puerta tu mente ya no creará temores, y te acostumbrarás al vacío desconocido, descubriendo que en realidad no existen vacíos, sino una infinidad de bellezas.

Alrededor de dónde has quitado la puerta, ahora existen rosas que están creciendo y que harán derrumbarse aquel muro que separaba.

Así es tu Luz: puede hacer derrumbar muros muy viejos, puede reunir mucho, puede reunirse al Todo.

Cuando no comprendas qué es lo que estás sintiendo o viviendo, en voz alta di:

– Estoy en un mundo, en un espacio, inmensamente grande, puedo ir en un espacio igual de grande, y, luego, volver de nuevo aquí –.

Y mientras vas y vuelves en estos espacios, reúnes el Antiguo y lo Nuevo, te reúnes al Todo.

Éste ir de un espacio al otro, sin nada conocer, requiere un gran abandono, pero también te llevará a una gran conquista, te hará descubrir las bellezas que allí existen.

Cada temor se desvanecerá, si harás esto como una niña, alegre, creyendo de correr por los prados, hacia el sol, sonriendo, cantando.

Te sentirás tan unida al Todo, sentirá el Todo dentro de ti, sentirás que estás unida a la Tierra y al Cielo, a quien vive en la Tierra, en el Mar, en el Cielo.

Todo esto ahora te llevará a una alegría inimaginable, a una paz ahora incomprensible.”

Pregunta:

¿Mi padre está allí con Vosotros?

Respuesta:

“No es simple comprender cuanto ahora estoy a punto de decirte.

Más allá de la realidad que conoces, existe una inmensa Unión, dónde el Todo crea esta Unión, y no existe separación.

Todos los corazones pulsán en un único latido, todos los corazones están unidos en una única llama.

Aunque si existen Unidades individuales, ellas no están separadas de nada ni de nadie. Incluso existiendo aquello que llamamos ‘diversidad de evolución’, existe un Conjunto Único. No es fácil para Nosotros explicar con vuestras palabras esta Unidad y esta Individualidad que existen contemporáneamente, porque es algo que se siente, que se vive, y no existen palabras que conduzcan a la comprensión.

En el silencio, puedes percibir otras presencias junto a ti, otros lenguajes, y, por algún instante, aunque breve como un aleteo de alas, puedes sentir esta Unidad.

Es la separación, es la división que crea sufrimiento, y esto sobre todo cuando estáis separados por vosotros mismos, de vuestra Esencia.

Si en el silencio percibes algo nuevo, que puede ser un sonido, una nota, una presencia, alégrate por esto. Siente que estás dejando ir lo que conduce al sufrimiento: la separación.

Ahora puedes comprender, en parte, dónde está tu papá, recordando que es un Alma libre, que puede volar por todas partes, también cerca de ti.”

Pregunta:

¿Cómo puedo vivir bien mi individualidad, el estar sola?

Respuesta:

“Viviendo intensamente lo opuesto: la unión con el Todo, con todos. Une tu corazón al corazón de quien está a tu lado, de quien encuentras en tu camino. Vive en abertura total, comparte todos tus sentimientos y sensaciones. Vive el regocijo estar juntos, en todas sus expresiones.

Es así que descubrirás la unicidad, y luego comprenderás la individualidad.

Aprenderás a vivir sola, viviendo junto a los otros, aprenderás a hallar todo en ti, donando todo lo que tienes, compartiendo todo.

Vive el estar juntos de manera pura, con el corazón cándido, une tu corazón al corazón de quien encuentras, funde tu Alma con las Almas que caminan hacia la Luz.

Así viviendo, se va más allá de la necesidad de estar con alguien, y se conoce el placer del estar juntos.

Se aprende así a descubrir el Todo en uno mismo, a ver el Todo en el corazón de quien se encuentra.

Es como atravesar un gran río: si no entras en él, no puedes tocar la otra orilla. Así, entrando en la Unión total, fundiéndose con el Todo, se toca luego la otra orilla, que es el Ser Único.

Cada ola hace nacer otra ola, y todas las olas crean el gran mar.”

Deseo de aislarse

Pregunta:

Está aumentando en mí el deseo de aislarme...

Respuesta:

“Con Amor acepta que este deseo puede aumentar siempre más.

Más contactas tu Esencia, más escuchas tu Alma, más sientes la grandeza de tu Alma, más percibes lo invisible, más sentirás el deseo de estar sola, más sentirás que muchas cosas te molestan.

Acepta serenamente este deseo, amalo, porque te llevará a alcanzar la libertad de todo y de todos, a no necesitar más de nada ni de nadie.

Con alegría crea estos momentos de unión con el Todo, permaneciendo sola. Descubre la belleza de la soledad, de tu unicidad, de tu totalidad.

Incluso sintiéndote una célula, incluso permaneciendo una célula, puedes unirte al Todo.

Disfruta esto sola, pero no demasiado tiempo: has elegido de vivir, de experimentar, de descubrir, pero también de ayudar, de donar.

Con serenidad, estás entre la gente para aprender la unión, para sentirte unida al Todo sintiéndote una célula, para comprender tu individualidad, por aprender a estar sola en serenidad.

Luego gozas de estos momentos de soledad, para renovarte, para reforzarte, en contacto total con la Luz, sintiendo tu corazón fundido al Mío.

Alterna estos momentos, viviendo todo con alegría.”

Pregunta:

He comprendido que ahora mi tarea es vivir entre la gente, pero siento mucho el deseo de retirarme, de alejarme de todo y de todos.

Respuesta:

“Siempre, cuando comprendemos la propia tarea, caminamos por un Sendero luminoso, amándolo como tú lo amas, contemporáneamente sentimos también las ganas de dejar todo, de irnos lejos.

Esto porque descubres con el corazón la Esencia de la vida, la inutilidad de muchas cosas del mundo. Entonces dejar todo e irte bien lejos.

Pero si haces esto antes de haber concluido tu misión, quedará un hilo que te recordará la tarea elegida por tu Alma, la misión no llevada a cabo.

Deja espacio a este deseo, pero vive con entusiasmo tu misión, sabiendo que, sólo así, el corazón podrá vivir en la paz

completa, en la serenidad verdadera, y tu Alma será libre, será aún más luminosa.

Sueña, niña, aquello que deseas, pero también sueña dónde y cómo poder vivir tu misión, difundir tu Luz, donar tu Esencia.

Da espacio a esta necesidad tuya de sentirte solamente en contacto con el Universo, sabiendo que, acabada tu tarea, tu misión, te sentirás en alegría y en paz.”

Pregunta:

No siento más entusiasmo por las cosas que antes me gustaban.

Respuesta:

“A menudo cuando inicias a conocer tu Esencia, a sentir tu Alma, a percibir el mundo real invisible, es bien difícil que algo del afuera pueda darte ese entusiasmo que un tiempo te daba.

Esto porque una parte de ti siente que nada ni nadie puede satisfacer tu corazón, si no tu Alma y las cosas que haces por tu Alma.

En el Despertar del Alma a menudo ocurre esto.

Pero aquí es necesario el equilibrio, la conciencia, de lo contrario nacen las fugas.

Sé consciente que cuando se despierta, nada más en el mundo puede atraer como antes.

Ama las pequeñas cosas que te rodean. Ellas te darán las pequeñas alegrías que crearán la gran alegría, que te llevarán a ser alegre, a vivir todo con Amor y gratitud.

Puede ser el canto de los pájaros a volver tu corazón ligero, el alba a quitar cada tristeza, el ocaso a donarte la quietud.

Alégrate por el sol, por el viento, por el calor de una casa que te acoge, por una cama en donde poder descansar, por el alimento: esto nos convierte en entusiastas del viaje, de la vida, sin ilusionarnos más por nada.

Es este el equilibrio necesario en la vida.

No te amargues si en algo que vives, que haces, no sientes un entusiasmo total. Lleva toda tu alegría, pone todo tu empeño para hacerlo de la mejor manera posible, y hazlo con la mayor ligereza posible.

Ama todo lo que vives, comprendiendo que todo puede ayudarte a crecer, que todo forma parte del diseño de tu Alma.

Verás que esto te llevará a tener el entusiasmo que el viaje del Alma requiere, con la conciencia que esta aventura hace que el Alma sea todavía más bonita, hace evolucionar.

He aquí que sentirás de amar todo para convertirte en Amor, estarás agradecida y alegre por todo, sabiéndote apartar de todo.”

Vive el presente

Pregunta:

Quisiera aprender a vivir en el presente, y sólo los conocimientos de mi Alma...

Respuesta:

“Esto puede ocurrir dejando lo conocido de la mente, para que pueda emerger lo conocido del Alma, lo que tu Alma ha traído, que el corazón ha reconocido.

Puedes hacer Conmigo un juego: imagina una hoja llena de palabras que expresan los conocimientos de la mente, visualiza que te dono una goma luminosa, y con ella borra todo lo que en aquella hoja está escrito, para poder luego escribir sobre de ella solo los conocimientos del Alma.

Borra con alegría, junto a Mí, todo lo conocido de la mente, sin temer, sin pensar que está mal, piensa solamente que ha tenido su tiempo.

Yo guiaré luego tu mano para escribir conciencias nuevas, emociones y expresiones nuevas, los conocimientos del Alma.

Déjate guiar sonriendo, sabiendo que en cada inicio es natural ser inciertos.

Déjate guiar serenamente, recordando que la mente siempre querrá decirte que todo su conocimiento es importante, que es bueno, que es indispensable para ti.

Con humildad reconoce que tus pasos son inciertos, sientas o no la incertidumbre, sólo así ellos se volverán seguros.

No dejes espacio a ningún temor, recordando que, cuando existe la elección de algo nuevo, la abertura total del corazón, no pueden existir sufrimientos, y existe la posibilidad de sanar las heridas.

Ahora puedes sentir este borrar como una cosa intensa, grande, pero no temas nada: sólo así el Todo puede entrar dentro de ti, puede llevarte a vivir algo Nuevo de alegría, de Amor, en armonía, en paz.”

Pregunta:

¿Cómo puedo estar segura de haber terminado con mi pasado?

Respuesta:

“Elige con determinación de terminar y de dejarlo detrás de ti, sintiendo que Yo te ayudaré en esto.

Debes de estar segura que cuando se elige de cerrar una puerta, Nosotros donamos las cerraduras que permiten la seguridad que nada ni nadie puede reabrir aquella puerta.

Si sientes que algo del pasado atrae nuevamente tu mirada hacia atrás, alza tu mirada al Cielo.

Si sientes que el pasado golpea la puerta, canta para no sentir aquella llamada.

Si sientes que algo, más allá de la puerta que has cerrado, llama tu atención, sonríeme, mira a quien tienes alrededor y dona Amor, dona Luz.

Y llegará un tiempo en donde no sentirás ninguna llamada, el pasado ya no llamará a tu puerta, porque todo será disuelto.

Aquel pasado ha tenido su propósito, y, una vez logrado, se disuelve.

He aquí porque serenamente puedes vivir el presente, alzando tu mirada al Cielo, sintiendo el corazón ligero.”

Cómo vivir las emociones

Pregunta:

¿Cómo puedo vivir mis emociones?

Respuesta:

“Acepta siempre con Amor todas las expresiones del corazón y del cuerpo.

Deja fluir todas tus emociones, para luego volver a tu centro, dónde puedes recordar que todo forma parte de un diseño que tú has elegido vivir, que todo cambia y cambiará.

He aquí que aprenderás a vivir cada emoción, con el desapego necesario que permite volver de prisa a la paz del corazón, del Alma.

Protege la paz que estás conquistando, no permitas que nada ni nadie pueda quitártela, ni siquiera por un instante.

Puedes hacer esto sí, cuando llega una emoción, en voz alta dirás:

– También esto cambiará, también ésta es una oportunidad que mi Alma ha elegido para crecer, para evolucionar –.

Y sentirás el corazón susurrarte:

– Nada cuenta sino el Amor, sino la Luz –.

Y repite esto en voz alta.

En ese momento te sentirás envuelta por el Amor y por la Luz, te sentirás Hija del Amor, de la Luz.

Vive en armonía con el Universo transitando los caminos del mundo. Esta armonía nadie te la puede quitar, si la proteges recordando quién eres, recordando que estás caminando por un Sendero luminoso.

No temas nunca tus emociones, exprésalas, deja a ellas el espacio necesario, permíteles de fluir: sólo así pasarán, se disolverán.

Y mantiene siempre tu mirada hacia el Cielo, tu corazón unido al Mío, tu Alma en la Luz.”

Qué hacer para aumentar el sentir

“... Cada uno tiene una manera de sentir, de ver.
Recuerda que de el Antiguo has llevado a un gran sentir.
Deja ir totalmente la mente, con coraje ve más allá de cada temor.
Mantiene el corazón cándido, sigue al Alma ante de todo, deja fluir aquello que sientes ahora.
Es dejar como fluir un río: llegará nueva agua.
Dejando fluir aquello que sientes ahora, emergerá el sentir Antiguo, nacerá un sentir aún más grande, más total.”

“... Vive muchos momentos de silencio para percibir qué late en el corazón, para percibir el lenguaje del Alma, el lenguaje del Universo, para sentir Mis palabras.
Escucha el viento, el fuego, el agua, la tierra.
Siéntate junto a un árbol y permanece en silencio.
Escucha el canto de los pájaros, que te susurra la tierra.
Habla con la tierra, el viento, el agua, el fuego, los pájaros, los árboles, las flores y todas las Criaturas del Universo.
Luego permanece nuevamente a escuchar el todo, en el mayor de los silencios.
Es así que contactarás el Amor Nuevo que late en el Universo,

que te unirá al Universo, disfrutarás la emoción de este gran Amor.

Este Amor te ayudará a alcanzar una gran percepción de lo sutil que alrededor de ti vibra. Tendrás un nuevo sentir, una nueva sensibilidad.

Cada uno tiene una historia diferente, un diseño suyo, por lo tanto existen tiempos diferentes para cada cosa, también para lograr el gran sentir.

Si en el corazón existe la pureza, el candor, si se escucha en el corazón la voz del Alma, se llega inevitablemente al gran sentir, a percibir el Todo.”

Pregunta:

¿Cómo puedo comprender si lo que siento es real?

Respuesta:

“Cuando encuentres a alguien, cuando sientas las palabras de alguien, y tengas dudas sobre cómo actúa, sobre su sentir, respira intensamente y escucha tu corazón, presta atención lo que vibra en él.

Si esa vibración te sacude, te atemoriza, te da fastidio, sabes que lo que estás sintiendo, es una ayuda para separarte, para comprender de dejar ir, para protegerte.

Cuando sientas vibrar en tu corazón la ligereza, la alegría, comprende que lo puedes vivir.

Esto vale también para cuando sientas un dolor o un sufrimiento que toca el corazón, pero no sientes rechazo o

temor.

Luego, imagina de entrar dentro de tu corazón, visualízate envuelta por la Luz, llámaMe y pídeMe de ayudarte, de tranquilizarte, de confirmar en tu sentir.

Mi Amor y la Luz te llevarán a comprender lo que sientes.

Pero recuerda que el auténtico sentir requiere la pureza del corazón, la ausencia de necesidades, el alejamiento de la personalidad, estar listos para dejar ir las seguridades, para vivir los cambios.

Sé consciente que también un corazón que no ha sanado puede opacar el sentir.

Pero si con el corazón has elegido de seguir ante todo el Alma, de dejarla libre, ayudas el alma te traerá, Yo te traeré.

Con serenidad vive así, y serás protegida totalmente por la Luz, por Mi Amor.”

Pregunta:

¿Con mis sensaciones, puede interpretar los sueños y las visiones que tengo?

Respuesta:

“Cuando una aparece visión o tienes un sueño, con el corazón intenta ‘sentir’ aquella imagen, observa todo desde lo alto, porque también estas imágenes pueden ser medios para confirmar lo que has sentido antes, lo que antes habías intuido. Pero no acerques nunca aquella visión, aquel sueño, a la mente.

Luego, pídeMe ayuda para comprender aquel sueño, aquella visión, mientras vivirás tu cotidianidad, diciendo así:

– Si esto es bueno para mí, deseo comprender con el corazón todo lo que ha sucedido –.

Luego, vive serenamente el presente, dejando ir todo.

Si será necesario comprenderás.

Recuerda que también un recuerdo, una necesidad, un deseo, un pasado, una herida, pueden traer sueños y visiones.

A veces los sueños y las visiones también pueden ser la percepción de lo invisible, la intuición de lo que es incomprensible para la mente.

Entonces deja fluir todo, vive serena el presente, tiene tu mirada dirigida al Cielo.”

La importancia de las elecciones

“... En todo la elección crea mucho.

Si eliges con el corazón, crea mucho dentro de ti y fuera de ti.

Te permite de llegar donde has elegido. Puede permitir que en ese momento, algo que es desconocido para ti, pueda llegarte.

La elección crea, transforma, conduce, atrae, y nos permite a Nosotros todo.

Esto sucede si la elección ha sido hecha solo con el corazón cándido, con la intención pura, para seguir al Alma. Si ha sido hecha con conciencia, responsabilidad, atención.

Naturalmente la elección requiere luego la acción.

Cada elección trae todo, pero atrae también pruebas, que en realidad son solo oportunidades para vivir la elección, son verificaciones, ocasiones, crecimientos.”

Pregunta:

¿Cómo puedo realizar mis elecciones?

Respuesta:

“Sólo con el corazón y para seguir al Alma.

Siente todo primero en el corazón, y haz partir luego todo desde el corazón, para dejar libre al Alma de vivir su diseño.

Sólo así estarás segura que podrás vivir con alegría todos los cambios que las elecciones llevan, atraer lo indispensable, atraer lo que ahora para ti es inimaginable.

Si haces una elección con la mente, o empujada por las necesidades, si quedas agarrada a las ilusiones, a las seguridades, creas un algo que levanta barreras, y éstas bloquean lo que puede llegar, impiden que las ofrendas lleguen a ti.

Las elecciones requieren responsabilidad, prudencia, abandono y alegría.

Ellas crean los cimientos de lo que luego Nosotros levantaremos, crean el inicio de lo que luego Nosotros completaremos.

Sé siempre atenta a tu cotidianidad, consciente de lo que ella requiere, y sueña lo inimaginable, desea lo imposible, elígelo, y pídeMe de llevarlo a ti, si es bueno para ti, para tu Alma.

Esto es vivir intensamente, saborear, disfrutar, alegrarse, por todo lo que se tiene, y estar listos para dejar todo, para cambiar todo, para vivir aún más en la alegría, en el Amor.

Es así que, siguiendo al Alma te encuentras a ti misma, alzando mirada al Cielo encuentras tu centro, expresas tu Esencia.

Sé siempre prudente, atenta, cauta, y luego, totalmente confiada, alegre, abandonada, siente el entusiasmo de la aventura que aquella elección creará.”

“... Está atenta a no acercar la palabra ‘renuncia’ a la palabra ‘elección’.

Es inevitable que elegir una cosa lleve a renunciar a otras, de lo contrario, no se llamaría elección, pero este renunciar no tiene que crear tristeza.

Y toda la vida requiere elecciones continuas.

Para comprender porque es no bueno hablar de renunciaciones, experimenta Conmigo lo que las palabras ‘elección’ y ‘renuncia’ crean en ti.

Cuando quieras hacer una lección, di en voz alta:

– *Con alegría elijo esto ahora* –.

Y escucha luego tu corazón, escucha qué vibra dentro de ti.

Luego, siempre en voz alta, di:

– *Ahora renuncio a esto*–.

Y presta atención a aquello que estás renunciando.

Inevitablemente disminuye la alegría, desaparece el entusiasmo.

El renunciar hace sentir de perder, mientras que el elegir hace sentir de recibir, de crear.

Por lo tanto, siente solo que estás eligiendo, no que estás renunciando.

Y cuando eliges, siente la alegría de ser libre de poder elegir...”

“... Las elecciones requieren de ser seguidas por intenciones, pensamientos, acciones, vibraciones, en armonía con ellas.

Así todo será simple de vivir y el corazón permanecerá ligero.

Está atenta que la cotidianidad no te quite la alegría, el entusiasmo, que aquella elección ha creado, que deben acompañar la elección, porque esto puede ocurrir fácilmente.

Si en las elecciones no existe la alegría ni entusiasmo, en lugar de lograr vivir la elección, nos alejamos cada vez más de ella.

Entrando en la ola de la alegría, del entusiasmo, se vive en la ligereza, en la paz, en la quietud, en la armonía.

Si se baja de esta ola, el corazón se sobrecarga, los pasos se ralentizan, aquello que puede llegar se detiene.”

Pregunta:

¿Por qué aquella persona que ha hecho mi misma elección, ahora está mal?

Respuesta:

“En este momento es bueno para ti quitar la mirada de este ‘Corazón’, porque observar lo que está ocurriendo, podría sobrecargar tu corazón.

Luego, está atenta a no dejar espacio a los prejuicios.

Y ahora, para que tú puedas estar seguro que tu elección seguirá trayéndote la alegría que tienes en este momento en el corazón, te ayudo a comprender cómo puede ocurrir lo que ha ocurrido.

En la elección, el candor, la pureza, la humildad, la sencillez, tienen que ser reales, tienen que estar en lo más íntimo, en la profundidad del ser.

Si éstas son expresadas con palabras, pero no son reales, si no hay intenciones puras, a nada sirve aquella elección, como a nada sirven los pasos, las acciones, las palabras, aunque todo esto puede parecer de Luz o de Amor.

Puedes caminar por un Sendero de Luz, puedes cumplir acciones de Luz, pero si el pensamiento no es luminoso, la intención no es pura, el camino en todo caso se detendrá.

La misma cosa ocurre cuando la elección es una elección de mente y queda tal. Cuando es hecha con palabras, pero no con el corazón.

Cuando no es seguida por pensamientos, pasos, acciones, expresiones, en armonía con ella.

Entonces el programa del Alma no podrá completarse, a la meta no se puede llegar, la cumbre no se puede conquistar, y, a menudo, se encuentra en la dirección opuesta, o en el sufrimiento.

Pero recuerda que este detenerse, cambiar dirección, volver atrás, es siempre en todo caso una elección, hecha libremente, conscientemente.

Cuando no se viven las elecciones realizadas, inician las intranquilidades, el estar mal, y estos son avisos, son alarmas.

Pero nadie, mucho menos Nosotros, podemos obligar a seguir viviendo la elección realizada.

Imagina de estar en un sendero y de elegir de caminar bajo el sol: no puedes recibir lo que el sol puede donarte, si luego te desplazas y caminos por la sombra...

Cuando una elección es hecha con la mente o con el ego, luego esta empuja a acciones opuestas a la elección. Entonces se crea una gran confusión, se atraen los sufrimientos.

Cuando se camina por un Sendero de Luz, nada es más peligroso que las contradicciones, que la incoherencia, que el mentir a los otros y a uno mismo, por apariencia, por las ventajas no luminosas.

Si se desea cambiar elección, se la expresa con claridad, con integridad.

Uno permanece siempre libre en todo, por lo tanto también de cambiar las elecciones realizadas, y de rehacerlas luego nuevamente.”

Pregunta:

¿También el cansancio físico, el desgano, pueden ser señales de no coherencia con las elecciones?

Respuesta:

“Sí. Y también pueden nacer por descansar demasiado en el propio Camino, por no zambullirse con entusiasmo en vivir la elección realizada.

He aquí porque las elecciones deben ser hechas con Amor y alegría, en total libertad.

Cuando haces una elección, el Alma empuja a vivirla. Si resistes a estos empujones, nacen cansancios, a veces también dificultades en el cuerpo, se atraen ‘vientos’ que no deberían existir

Cuando eliges de zambullirte en un mar para alcanzar los tesoros que contiene, zambúllete en él con alegría, no descanses en la playa.

Cuando estás a punto de alcanzar la cumbre, no descanses, porque podrías sentir el cansancio del camino que te impedirá sentir el entusiasmo por alcanzar la cumbre.

A menudo no nos zambullimos en el mar por temor a dejar en la playa nuestras cosas, seguridades. A menudo nos detenemos en el camino por el temor que, alcanzar la cumbre, requiera de dejar ir a alguien o algo.

Pero también éstas son elecciones y elecciones libres.

Ahora puedes comprender cuanto existe en una inmensa libertad: aunque si el Alma ha elegido un mar, una cumbre, os podéis detener siempre antes de alcanzar la cumbre o zambulliros en el mar.

Recuerda que en Nuestros mares os podéis zambulliros aunque si no sabéis nadar, porque Nosotros nadamos con vosotros.

Pero para tocar la profundidad del mar, dónde están los tesoros que estás buscando, no tienes que tener hilos que te retengan en la orilla.

Para alcanzar las Altas Cumbres, no puedes tener pesos que hagan que la subida sea demasiado agotadora.

Sólo así puedes sentir la ligereza de caminar junto a Mí, de zambullirte Conmigo.”

Pregunta:

¿Qué sucede si uno vive sin hacer nunca elecciones?

Respuesta:

“Este no puede ser, porque también el no hacer alguna elección, es una elección...”

Cuando existen situaciones que requieren una elección, y un ‘Corazón’ sigue viviendo aquella situación sin elegir, pierde energía, manda vibraciones de confusión, y, a menudo, quita energía a los ‘Corazones’ que tiene cerca.

Si luego aquella situación se prolonga, o es una situación particularmente peligrosa, o que requiere una gran elección, en el ‘Corazón’ que no elige pueden entrar sentimientos de no luz, de no amor. Y he aquí que luego aquel ‘Corazón’ puede llevar alrededor de si, o dentro a otros ‘Corazones’, este y otros sentimientos de no luz, de no amor.

Sé consciente de esto para protegerte y también para saber alejarte.

Sin embargo, permanece serena, porque esto no sólo sentirás, sino también verás, y Yo te ayudaré a comprender y te protegeré.”

Pregunta:

Esta concientización ahora está creándome temores.

Respuesta:

“No, pequeña niña. Lo que sientes no son temores, sino la grandeza de sentirte responsable de tu vida.

La concientización, los conocimientos del Alma, no pueden crear nunca temores, porque permiten la elección verdadera.

Ahora sonrío y dóname lo que sientes.

La vida requiere siempre elecciones, todo es una elección.

Con Amor dona a quien está junto a ti, a quien encuentras, las conciencias que conoces, pero luego déjalas libres. Esto vale también cuando ves que el ‘Corazón’ que no elige, sufre.

Esto es sentirse libres, esto es dejar totalmente libres.

Si un día elegirás de no continuar el Camino de Luz que estás recorriendo, que tu Alma ha elegido, y lo harás conscientemente, te expresarás con integridad, con claridad, con sencillez, te sentirás totalmente libre de elegir detenerte allí, nada doloroso podrá ocurrirte, nada ocurrirá.

Naturalmente, siempre sentirás tu Alma que te invita a continuar, porque esto ella ha elegido, pero aceptando de sentir

esta llamada, puedes detenerte en cada momento, siempre puedes elegir lo contrario al diseño de tu Alma.

Y si eliges de continuar tu viaje, no tengas temor alguno.

Si quieres tranquilizar tu corazón, cada día pregúntame esto:

– *¿Mi intención, mi pensamiento, mi paso, mi acción, mi expresión, son claros? ¿Son simples? ¿Estoy en la humildad? ¿Son luminosos? ¿Son de Amor? ¿Tienen el objetivo de iluminar, de donar Amor, de seguir al Alma? –*

Luego haz silencio y escucha tu interior, en la profundidad del corazón. Si la respuesta del corazón es sí, continúas serena, alegre y no temas nada.

Como siempre, en todo, son necesarias integridades, simplicidad, candor y atención al propio interior.

Nada puede ser celado a la propia Alma, a Nosotros, aunque si se puede ocultar muy bien a quien está cerca.”

La concepción

Pregunta:

Deseo a tanto un niño y al mismo tiempo tengo un gran temor.

Respuesta:

“Una parte de este temor, en realidad, tiene otro nombre: responsabilidad.

Estás sintiendo que en ti entrará un Alma que acompañar, un corazón que proteger.

Es un Alma que puede ser ayudada a resplandecer como un sol en el Cielo, o ser ofuscada.

Has comprendido que un niño no es un niño, es un Alma que elige un cuerpo para algo de grande.

Es esto que ahora sientes en el ‘Corazón’.

Y confundes el sentir esta responsabilidad, con el temor.

La responsabilidad es una cosa luminosa, muy bonita, muy importante.

Pero esta elección tuya también está condicionada por tu vivencia.

La vida para ti no ha sido simple, y esto hace que crezcan en ti la duda de no ser capaz de respaldar un Alma en sus dificultades, o vivirlas juntos. Y una parte de ti quisiera hacer de manera que no las encontrase.

Con Amor te tranquilizo: tú eres muy capaz de respaldar un Alma, de vivir junto a un alma las dificultades que esta encuentra, de acompañar un Alma.

Sabes que cada Alma tiene su historia, y que, en todo caso, la debe vivir sola.

Puede tener cerca a alguien que puede ayudarla, pero sus pruebas, sus desafíos son solo suyos, y los vivirá sola, con su fuerza, su coraje.

Pero sabes además que Nosotros os ayudamos en todo, os donamos lo que es necesario para vivir aquello que el Alma ha elegido, y que con Nosotros nada es imposible.

Además, has comprendido que un niño quita muchas libertades personales, no te permite de elegir en cada momento lo que quieres hacer o no hacer. También esto no lo llares temor, sino conciencia.

Ves por lo tanto que en realidad el gran temor que tú sientes, es sencillamente un conjunto de muchas cosas.

Ayudar un Alma a entrar en un cuerpo y acompañarla en la vida, requiere esta responsabilidad, esta conciencia, porque es una elección muy grande.

Si se hace esta elección con responsabilidad y conciencia, se evitan sufrimientos, desilusiones, ilusiones.

Ama por lo tanto esta responsabilidad tuya, esta conciencia, y luego ábrete a las alegrías que existen en el acompañar un niño a la vida.

Sería peligroso para ti, para tu compañero, para el niño mismo, anteponer las alegrías a todo, detenerse sólo soben e las alegrías, porque así no se está preparado para vivir los momentos de dificultades naturales que se encuentran en el acompañar un niño a la vida.

Acepta con Amor todo cuánto las faltas, los vacíos que has conocido, los sufrimientos que has vivido, influyen esta

decisión, y deja correr todo.

Mantiene el corazón abierto, mira el Cielo, únete al Cielo.

Compartes tus sentimientos con tu compañero, con quién está a tu lado, no llamarlos más temores, y siéntete serena cualquiera sea tu elección.

Con esta responsabilidad, con esta conciencia, siéntete libre, recordando que estoy a tu lado para ayudarte, para protegerte e intensamente amarte, cualquiera sea tu elección.

No te asombres si Mis palabras no te llevan en una dirección: siempre Nuestras palabras traen simplemente conciencias, claridades, y dejan completamente libres.”

Libera los temores y las dudas

Pregunta:

¿Cuáles son las cosas externas de las que tengo que defenderme?

Respuesta:

“No pienses que tienes que defenderte de algo, porque este pensamiento te lleva a temer. Siente que en ciertas situaciones, en ciertos momentos es necesario protegerse. Esto es muy distinto.

Vive todo con conciencia y observa las cosas que te perturban. Todo lo que ocurre en la cotidianidad, las relaciones que tienes, los sentimientos que existen en el corazón, las emociones que experimentas, vive siempre todo como una oportunidad para crecer, un medio para vivir el diseño que tu Alma ha elegido.

Observa todo con Amor, sintiendo la alegría de tener estas grandes posibilidades, así no pensarás más en tener que defenderte de algo, y nada temerás.

Piensa que el viaje que estás haciendo, la cotidianidad que vives, es para que tu Alma sea aún más bonita, para elevarla.

Si recuerdas ininterrumpidamente esto, amarás la vida, tu viaje, todo lo que vivirás. Aprovecharás la Esencia de la vida y las grandes oportunidades que se te presentarán.

Así amarás tu cuerpo como un bonito medio del Alma, tendrás tu corazón cándido y ligero para acompañar tu Alma.

Esta es la llave para vivir con alegría la vida, cualquier cosa en la vida ocurra. Esta es la llave para vivir con entusiasmo el viaje, cualquier cosa encuentres.

Entonces sentirás que todo puede ayudarte para elevar tu Alma, para vivir en el Amor, para donar Amor y Luz a tu alrededor.

Así, cuando sea necesario, sabrás protegerte, pero lo harás con serenidad.

También sabrás alejarte de una situación para protegerte, pero primero sabrás llevar allí la Luz y la verdad.

Vive en alegría sabiendo que en todo te ayudaré, de todo te protegeré.”

Pregunta:

A menudo siento temores en vivir mi tarea.

Respuesta:

“Recibe este temor con humildad, así vivirás tu tarea en la humildad, con la alegría.

Luego, dona cada temor a Mí, pídeMe ayuda y, si esto te es posible, extiende tu mano a quien está caminando contigo y puede ayudarte, a quien encuentras en tu camino.

Cuando sientas un temor, piensa que puede ser una oportunidad para aprender la compasión hacia quien es incierto en sus pasos, puedes aprender una gran humildad que te llevará bien alto.

Con serenidad pide ayuda, recordando que esto te llevará a donar luego ayudas a tu alrededor con Amor, con comprensión, con humildad.

Es siempre dulce poder ayudar y tiene que ser también dulce pedir ayuda.

Alégrate en donar Amor, en el ayudar, alégrate incluso en el pedir Amor, en pedir ayuda, pensando que tu pedido, hará feliz a quien te donará Amor, te donará ayuda. Cuando se camina por un Sendero luminoso nunca estamos solos.

Siempre encontramos un viajante que puede necesitar ayuda y Amor.

Siempre encontramos un viajante que puede extenderte su mano para ayudarte a vivir ese momento, para superar ese obstáculo, para comprender esa situación, para recordarte que con el Amor y la Luz, todo se supera, nada es imposible.

Y recuerda que Nosotros ayudamos y amamos a través de vosotros.

Si tienes tu corazón unido al Mío, siempre sentirás Mi ayuda, Mi Amor, y tu camino será simple, tu corazón ligero, tu Alma en paz.

Es así que, iluminándolo, puedes transformar un temor, una dificultad, una incertidumbre, en una perla, una perla nueva para tu Alma, una perla para poder donar luego a un 'Corazón' que está viviendo aquella incertidumbre, que está sintiendo aquel temor.

Nunca dejes espacio para los temores. Obsérvalos con conciencia, acéptalos con Amor, transfórmalos con la Luz, dónalos a Mí.

Recuerda que los temores son muy peligrosos, porque quitan la fuerza, impiden los pasos y las acciones, ralentizan el camino, debilitan el Credo.

Si has elegido de seguir tu Alma, debes de estar lista para cada

cambio, para hacerlo. Si has elegido de dejar cada cosa para conquistar todo, permanece lista para todo.

Vive en el Amor, en la Luz, y en tu corazón no existirán temores, sólo alegrías.

Para estar segura de no dejar espacio a ningún temor, llámaMe, sónrieMe, y en voz alta pregúntate:

– *¿A qué temo todavía? ¿Existe algún temor en mi corazón?* –

Está segura que la conciencia llegará. A veces puede bastarte una pequeña señal, una palabra, para comprender.

Si con integridad esto te preguntas, Me permitirás a de ayudarte a reconocer siempre todo, también aquello enseguida no sabes reconocer.”

*Comprender el significado
del cansancio,
de las dificultades, de los sufrimientos,
y cómo superarlos*

Pregunta:

¿Qué significado tiene la dificultad que tengo en aquel lugar y con aquella persona?

Respuesta:

“Sé consciente que muchas dificultades existen dónde mucho se puede aprender, crecer, fortalecerse y donar.

Tú que has elegido de donar, recuerda que no se siembra en los terrenos ya sembrados. A veces el terreno puede estar arado, pero a menudo no. A veces se siembra también entre las piedras.

Con esta conciencia mira desde lo alto toda la situación, con total separación. Observa si allí puedes crecer, puedes aprender, si allí puedes reforzarte, puedes expresar tu Esencia, puedes donar tus semillas.

Si todo esto no existe, entonces es tiempo que de allí te alejes.

Una dificultad puede ayudarte a comprender que aquella dirección no es la dirección justa para ti.

Otras veces las dificultades son medios para entrenarte, para verificar lo aprendido, y tus elecciones.

Cuando una dificultad tiene el objetivo de ayudarte a crecer, aprender, o es una oportunidad de cambio, si de aquella dificultad te alejas, aunque si vas en una dirección totalmente opuesta, siempre encontrarás la misma dificultad, tal vez sólo en situaciones diferentes, con gente nueva.

Esto porque el Alma, hasta que no haya aprendido lo que ha elegido de aprender, siempre creará situaciones para poder aprender, aunque se cambie de lugar.

Y para un crecimiento, una sanación, una lección, el Alma puede crear muchos viajes.

Y no olvides que todo siempre puede cambiar, y que tú eres libre de cambiar siempre todo.”

Pregunta:

¿Qué puede ayudarme a superar las dificultades que encuentro?

Respuesta:

“Ante todo sentirlas como ocasiones, oportunidades, medios, y aceptarlas con serenidad.

Luego, llámaMe, y pídeMe ayuda para poderlas vivir hasta el final con alegría, para sentir el entusiasmo de aquella conquista que harás indudablemente allí.

La certeza de la conquista puede existir en el corazón sabiendo que nada tu Alma ha elegido que tú no estés lista para vivir, nada llega a ti que tú no estés lista para vivir, y que siempre

todo lo que encuentres en tu Camino requiere menor fuerza de aquella que tienes.

Entonces expresa en voz alta que toda la fuerza tienes, que todas las capacidades tienes, para vivir esa situación, para superar esa dificultad.

Luego, comparte con quien está cerca tuyo todo lo que en tu corazón siente, y al final siempre en voz alta, di:

– Yo tengo la fuerza y las capacidades para vivir todo esto y, así, todo conquistar –.”

Pregunta:

A veces me siento frágil frente a una dificultad y trato de evitarla.

Respuesta:

“Es la mente que te hace sentir frágil.

Estás dejando ir un pasado y un conocido de la mente, estás dejando ir un modo de vivir, estás rompiendo esquemas, y es natural que la mente no quiera esto, porque la mente no quiere lo desconocido, no quiere moverse nunca.

Y entonces te hace sentir frágil para que tú no hagas esto.

Sabes que mucha fuerza tienes, toda la fuerza necesaria siempre te daré, por lo tanto siente el entusiasmo por aquello que ahora puedes vivir.

Pueden venir muchas situaciones para permitirte de confirmar los pasos que has hecho, cerrar para siempre un pasado de sufrimiento, reforzarte en tu Camino.”

Pregunta:

¿Qué significado tiene el sufrimiento?

Respuesta:

“El sufrimiento tiene muchos significados.

Puede ser un estímulo para elegir otra dirección, una ayuda para continuar, un medio de crecimiento, una oportunidad por grandes posibilidades al momento desconocido.

El sufrimiento transforma y nos hace evolucionar.

Las lágrimas, a menudo, son necesarias para desarmar, para eliminar, para purificar.

El sufrimiento, muy a menudo, crea los cambios que el Alma ha elegido.

Siéntela como una herramienta que tú has elegido, porque en realidad la ha elegido tu Alma.

De esta manera, no sólo el sufrimiento tendrá un significado, sino que lo sentirás de manera totalmente diferente, lo vivirás con mucho más fuerza, con mucho más ligereza.

Y así, también puede ocurrir que el sufrimiento se transforme en alegría.

Siéntete una flor nueva, luminosa, perfumada, pero con raíces muy antiguas, bien profundas y arraigadas.

Por lo tanto, no temas nada, sintiendo que estás lista para todo.

Deja correr, deja ocurrir, recordando esto, y abandónate serena entre Mis brazos.”

Pregunta:

A menudo estoy muy cansada...

Respuesta:

“Acompañándote, conozco el esfuerzo que haces en el dejar ir tu mente.

Veó cuánto haces esto, con tanta paciencia.

Para tí es un gran trabajo, un trabajo no fácil. Por lo tanto, este cansancio es natural.

A veces, por las noches, te encuentras con un resultado visible, a veces poco visible, a veces te parece de no tener ningún resultado, pero esto no es así: lo que cuenta es el trabajo que has hecho. Y cuánto has hecho, Me permite de ayudarte cada vez más.

No es un momento simple, porque estás dejando ir una mente muy fuerte.

Sientes el riesgo que, en el momento en que la dejas ir, podrías buscar inconscientemente algo que puede reemplazarla, y esto es natural.

Es como si estuvieras tratando de aferrarte a una rama por temor a no encontrar el terreno dónde posar los pies, y sabes que estas ramas no pueden sostenerte.

Esta realidad requiere un gran coraje: aquel de separarte de todo lo que la mente ha construido, ha creado, sabiendo que no puedes tener de dónde aferrarte.

Siente que estoy cerca tuyo, que te acompaño en esta conquista con Amor, que te donaré siempre todo lo que será necesario para alcanzar tu meta.

En el momento en el cual busques donde aferrarte, abandónate en Mis brazos, y te sentirás protegida y amada.”

Pregunta:

En los momentos en que me siento cansada no sé si tengo que reaccionar con fuerza para ir más allá del cansancio, o si tengo que descansar.

Respuesta:

“No sientas que debes hacer algo, sino que todo se puede elegir siempre.

Si quieres reaccionar, hazlo con Amor, no con fuerza, porque tu cuerpo necesita Amor, debe ser acompañado con Amor, especialmente yendo más allá de los límites.

El crecimiento, las renovaciones, los cambios, requieren mucha energía.

Cuando tu cuerpo tiene que afrontar una prueba, recuerda que la mente siempre te dirá:

– Eres demasiado débil para vivir esto, para superar esto. Ahora estas cansada para continuar tu camino, descansa –.

A la mente la puedes desplazarla hablando con Amor a tu cuerpo, aceptando con Amor este cansancio.

A menudo el cansancio más grandes se tiene cuando se está a punto de superar un obstáculo, se está completando un cambio, se está a punto de superar un desafío, se está ganando una batalla.

El cansancio puede existir en los momentos que anticipan los grandes pasos.

LlámaMe, pídeMe ayuda, no sólo para ganar o para superar

el obstáculo, sino para comprender qué es lo que está cambiando en ti o cuál es el cambio que tu Alma está pidiéndote justo en esos momentos.

Luego, en voz alta, di:

– Estos momentos de cansancio existen porque estoy cerca de una meta, de una victoria, de un cambio, porque he llegado después de andar largo camino, muy agitado. Estos momentos puedo vivir, porque tengo toda la fuerza necesaria –.

Y habla así a tu cuerpo, para que pueda escuchar estas palabras y las vibraciones que ellas acompañan, y hallar por lo tanto la fuerza para continuar.

El viaje del Alma puede traer momentos de cansancio.

He aquí porque os invitamos a estar mucho en la Naturaleza: ella da mucha fuerza al cuerpo, al corazón, al Alma.

He aquí porque es necesario vivir con alegría: ella crea fuerza y prepara para el esfuerzo del viaje.

He aquí porque el viaje debe ser vivido con entusiasmo: cuando llegan momentos de cansancio, hace sentir el deseo de continuar de todos modos.

Rocío nuevo siempre llevaremos a tu cuerpo, por calmar su sed, para confortarlo: tú amalo, ayúdalo, llénalo de Luz.

Cuando no sepas qué hacer, en ese momento llámaMe, pídeMe ayuda.

Luego, haz silencio y escucha tu cuerpo, escucha tu corazón, sigue tu Alma, y comprenderás si en ese momento es bueno descansar o si en ese momento es necesario no hacer pausas.”

Pregunta:

¿Cómo puedo superar este momento difícil?

Respuesta:

“Reconociendo que es un momento muy importante y decisivo para la batalla que has elegido ganar.

Une tus fuerzas, pide Mi fuerza, siente el Poder de tu Ser, expresa tu Esencia luminosa.

Piensa y siente que tienes la oportunidad de vencer, así en tu corazón puede existir el entusiasmo por superar este momento, la alegría por la victoria cercana. Yo estaré allí, en la batalla, contigo.

Así puedes transformar este momento difícil, en un momento importante, en un gran momento, y sentir la alegría de la gran oportunidad que ahora tienes. He aquí que un momento difícil, también puede convertirse en bonito.

A veces pensamos que estamos viviendo un momento bonito, porque todo está calmo, todo está tranquilo, mientras que en realidad en ese momento no estamos escuchando aquello que el Alma nos está susurrando, no estamos viviendo aquello que el Alma nos está solicitando.

A veces sentimos un momento no bello, cuando en realidad es hermoso, porque es el momento que tanto hemos esperado, para el que tanto nos hemos preparado, es el momento en el que se pueden recibir muchas ofrendas, hacer grandes conquistas.

Por lo tanto, ahora, observa todo desde lo alto, para comprender, para sentir, para transformar este momento difícil, en un momento importante, en un momento bonito.”

*Cómo puedes vivir la cotidianidad,
el trabajo, los momentos de vacaciones*

“... En la cotidianidad tienes la posibilidad de recordar el Antiguo, de redescubrir muchas cosas en ti; en la cotidianidad existen continuas posibilidades para aprender, para entrenarte, para comprobar lo que has aprendido, para expresar tu Esencia, para donar, amar, ayudar.

PídeMe de ayudarte en esto, y luego observa tu cotidianidad con atención, sólo con el corazón, no con la mente.

Vive tu cotidianidad sintiéndolo un conjunto de grandes oportunidades, sólo así podrás vivirlo siempre serenamente.

PídeMe de ayudarte en todo, para vivir el todo como una oportunidad, y luego abandónate en la ola de la vida, entre Mis brazos, sabiendo que todo lo que vivirás es útil para ti, para tu Alma, recordando que toda tu cotidianidad, ha sido elegido por tu Alma.

Ahora tu cotidianidad puede volverse un medio para donar alrededor de ti las conciencias que has aprendido, los conocimientos de tu Alma, tus experiencias.

Vive intensamente todo, siguiendo tu Alma, protegiendo tu corazón.

Observa todo desde lo alto con ese desapego que permite de ver todo, de comprender todo, permaneciendo separada de todo.

Cuando no sepas comprender nada de lo que estás viviendo di:

– Ahora no logro comprender, pero estoy segura que todo cuánto estoy viviendo es necesario para mi Alma –.

PídeMe me ayudo y vive serena, abandonada. De esta manera, por las noches, podrás dormir con paz en el corazón, entre Mis brazos.

Reconoce que dentro de ti existen grandes tesoros, grandes capacidades y pídeMe ayuda para donar tus tesoros, a expresar tus capacidades.

Está segura que esto ocurrirá, te des cuenta de ello o no.”

“... Con Amor ábrete a la Luz, y al Cielo dirige tu mirada: así vivirás tu cotidianidad con menor dificultad. Y esto te traerá la fuerza que te sirve para vivirla serenamente.

Siente el coraje que existe dentro de ti, porque es necesario un gran coraje cuando se elige vivir la cotidianidad con conciencia y sin ningún apego.

Muchas son las cosas que pueden sobrecargar el corazón, muchas son las cosas que podrían hacer apartar tu mirada del Cielo, ofuscar tu Luz, hacerte perder la sonrisa.

Pero esto no ocurrirá si, cuando encuentres una dificultad, dirás:

– Sé que esto es útil para mi evolución. Ayúdame a comprender qué es lo que esta dificultad quiere enseñarme, qué paso me empuja a dar. Estoy segura que Contigo todo se disolverá, cada obstáculo superaré –.

Esta es la llave que creará la magia de vivir todo en serenidad, de transformar todo en oportunidad, de crear muchos cambios.

Si sientes que no estas lista para vivir aquella dificultad, lleva

tus manos al corazón y pídeMe de infundir dentro de ti, fuerza, Luz y Amor.

Siente Mis manos sobre tu corazón y visualiza grandes rayos luminosos entran dentro de tu cuerpo, en tu corazón y envuelven tu Alma.

Así estarás lista para vivir todo con desapego, para recibir todo, para donar todo.”

“... Observa tu cotidianidad como una única, grande, continua, posibilidad de crecimiento, de evolución.

Haz todo para aliviar tu corazón vaciándolo del pasado, para permitirMe de esta manera aligerarlo aún más, llenarlo con la Luz y el Amor.

Sé consciente que cada día en tu corazón puede caer un grano de polvo por lo que vives, he aquí porque el corazón debe ser continuamente vaciado de todo.

Mantiene abierto tu corazón a todo, y pídeMe de protegerlo de todo.

Vive con entusiasmo todo, siempre soñando con cosas bonitas, para ti, para tu corazón, para tu Alma.

Vive en la Luz para poder difundirla donde exista oscuridad.

Sé que tu corazón quisiera vivir de otra manera y te está llevando hacia otros lugares.

He aquí porque quién sigue al Alma, quién ha conocido la Luz, siempre ha tratado de apartarse de todo y de todos, pero esta no es tu historia.

Mira tu cuerpo como un gran medio para hacer volar tu Alma siempre más alto: quíerele, respétalo, porque puede hacerte vivir las experiencias que tu Alma ha elegido, porque a través

del cuerpo puedes terminar con algo Antiguo y vivir algo Nuevo.

Así observa y vive cotidianidad.

Con Amor sepárate cada vez más de ello. No des demasiada importancia a todo lo que hasta ahora te parecía importante.

Vive tu cotidianidad sobre todo aquello que sientes importante para ti, para tu corazón, para tu Alma.

Sabes que a través de la cotidianidad realizarás el proyecto de tu Alma.

Por ello, cuando sientas pesadeces a tu alrededor o encuentres dificultades, di:

– Todo esto pasará pronto. Ahora acepto esta pesadez, esta dificultad, y la amo como una gran oportunidad, sabiendo que cada tristeza se puede transformar en ligereza que hace volar mi Alma –.

No es fácil encontrar el equilibrio entre el Amor por la cotidianidad y el desapego con el cual debe ser vivido.

Pero justamente, es viviendo la cotidianidad que esto se aprende.

Y así vivirás tu cotidianidad en ligereza y no lo sentirás más como un límite para tu Alma, sino como un medio para elevarla, para llevarla a aun vivir más en libertad.”

“... Si lista estás para cada cambio que pueda existir, haz todo para hacer que tu cotidianidad sea más simple, para poderla vivir en lugares y modos que te permitan de caminar con el corazón ligero, dando espacio a tu Alma.

Te ayudaré a aceptarla y quererla como es, pero recuerda que puede existir siempre el tiempo, el momento, en el que puedes

vivirla en lugares, en modos, que harán más fácil la satisfacción del corazón, la sanación del cuerpo, seguir el Alma, nutrir el corazón y el Alma.

El primer paso es aceptar siempre, porque de otra manera se crean vibraciones que sobrecargan el corazón, ofuscan el Alma, que mantienen lejos Mis ayudas.

Luego, con alegría lleva la mirada al Cielo, sonríe y pídeMe todo lo que puede hacer que tu cotidianidad sea menos difícil, menos pesada.

Luego, actúas siempre intensamente, con alegría, con la certeza que todo puede cambiar, que tú misma puedes crear el cambio de tu cotidianidad.

Esto es comportarte como una guerrera que lucha para vivir intensamente todo, para superar todo, para vencer todo, teniendo el corazón ligero.

Esto es vivir en el abandono, sabiendo que Yo camino contigo y en todo te ayudaré, de todo te protegeré.

Vive cada lugar como un lugar dónde puedes aprender, crecer, donar, esparcir tus tesoros.

Y cuando un cambio te lleve a vivir en otro lugar, recuerda nuevamente todo esto.

He aquí que así amarás cada lugar, y vivirás en el entusiasmo de poder vivir en lugares nuevos, sintiéndote lista por esto, con la alegría de saber que cada cambio lleva a uno mejor.”

“... Y siempre semillas nuevas puedes llevar a tu corazón, tesoros nuevos a tu Alma.

A lo largo del Camino puedes encontrar situaciones que te harán crecer, podrás vivir experiencias que te harán

evolucionar, pero pueden existir también los desafíos, las pruebas, los riesgos.

Existe el riesgo de sentirnos despiertos, preparados, que hemos llegados, y así no nos damos cuenta de los juegos sutiles que la mente hace, de las pruebas menos aparentes que el Alma elige de vivir.

Estar despiertos requiere aún más conciencia, atención, prudencia, humildad.

Es importante observar con alegría y orgullo los pasos hechos, las conquistas alcanzadas, los cambios producidos, pero ser igualmente prudentes y humildes.

Puedes decir:

– Si grandes pasos he dado, si cambios se han producido, aún más mi Alma me pide ahora de estar atenta, de observar –.

PídeMe ayuda para esto y luego manifiesta toda tu Luz, dona todo tu Amor.”

“... Recuerda que más creces, más pueden venir del mundo atracciones cada vez más sutiles, tu mente puede crear juegos cada vez más sutiles.

No trates de huir del mundo, camina por el mundo, observando el todo desde lo alto, sintiéndote Hija del Cielo.

Vive en el mundo, las cosas del mundo, con alegría y entusiasmo, sin sentirte del mundo, y sintiéndote parte del Universo.

Está atenta a tomar distancia de tus necesidades, para poder reconocer así y satisfacer las necesidades del Alma.

Está atenta a no perderte en el corazón por un ‘Corazón’ que encuentres.

Sólo así podrás satisfacer realmente tu corazón, donar Amor a todos los ‘Corazones’ que encuentres, y de ellos mucho recibir. Es fácil perderse en el mundo, o por el mundo. Es fácil perderse en las propias necesidades, metiendo en segundo plano las necesidades del Alma. Pero es solo satisfaciendo el Alma que se satisface el corazón. De lo contrario, se viven satisfacciones momentáneas, luego uno queda insatisfecho.”

“... Con Amor te ayudo a aprender cómo leer tu cotidianidad. Aprenderás a sentir los pedidos de tu Alma, a aprender una lección nueva, a adquirir una conciencia nueva, a recordar algo Antiguo luminoso.

Y todo en serenidad. Así sabrás recibir todo, vivir todo, con alegría.

Debes de estar atenta en todo, lleva toda la alegría posible, todo el entusiasmo a tu cotidianidad, y te llegarán grandes medios, grandes posibilidades.

Encuentra siempre espacio para tu Alma, para tu corazón, para tu cuerpo y para jugar, porque la Niña que te existe dentro ti siempre necesitará jugar.

En el juego, alegría nueva entrará; con el juego, muchas cosas puedes expresar y tu corazón volver ligero.

Es así que aprenderás serenamente a vivir todo lo que ocurre y a querer tu cotidianidad, sintiendo que todo tiene un sentido, un significado.

Y mientras vives todo en armonía, ayudarás a quien está alrededor tuyo a vivir en armonía, porque emanarás vibraciones de quietud, de paz.

No reprimas nada, porque la represión hace que el mar sea borrasco.

Vive todo, expresa todo lo que en tu corazón existe, y así tu mar será calmo.

Ve las dificultades, los obstáculos como olas que van y que vuelven.

Si tu mar sientes borrasco, no olvides que volverá de nuevo calmo una vez superado aquel obstáculo, experimentada aquella dificultad, con conciencia y serenidad.

No quites la mirada del Cielo por aquello que en tu cotidianidad no puedes vivir o no puedes hacer. Sabes que también existe una razón para esto también.

En los momentos más difíciles mantén la mirada hacia el Cielo, porque esto hará deslizar todo a tu alrededor.

Sigue a tu Alma con alegría, y conocerás la alegría de vivir todo como un medio para elevar tu Alma, hacer que sea aún más bonita, más luminosa.”

“... Siente dentro de ti la alegría por tu caminar por el mundo, siente que este tú andar permite de llevar Luz y Amor.

Esta alegría te ayudará a vivir tu trabajo, y a encontrar la fuerza para vivir todo lo que en tu cotidianidad existe. Siente que tu trabajo es una oportunidad para amar, para llevar Luz, para ayudar.

Viviéndolo con esta alegría, tendrás toda la fuerza para vivirlo, y lo vivirás en la ligereza, porque todo te pesará menos, se cansará menos.

Cuándo por las mañanas te levantes, piensa en esto, y expresa un pensamiento de gratitud por poder caminar por el mundo, por tener una cotidianidad que vivir, un trabajo que puede

permitirte de expresar todo tu ser, tu Esencia de Alma Luminosa.

He aquí que el todo vivirás de manera diferente, sentirás que todo puede ser una ayuda para tu crecimiento, para tu Camino, un medio para donar todo tu ser, para despertar quién encuentras.

Sentir todo esto, tener gratitud por todo esto, creará una cotidianidad serena, que te permitirá de vivir tu trabajo con alegría.

Si en tu cotidianidad, en tu trabajo, algo ocurre que crea dificultad o te perturba, dirige tu mirada al Cielo y di:

– Gracias por esta oportunidad de entrenamiento, de aprendizaje. Aquí tengo la posibilidad de vivir aquello que hará que mi Alma sea cada vez más luminosa –.

Nosotros conocemos los cansancios, las dificultades, los esfuerzos, a veces muy grandes, que la cotidianidad requiere o crea, y es por eso que, con infinita comprensión, os ayudamos a vivir la cotidianidad, el trabajo, de manera nueva.

Os ayudamos a vivir la vida con la mayor ligereza posible, para hacer que la vida sea un manantial de alegría.

Ama tu cotidianidad, ama tu trabajo como fuente de todo lo que ahora te he dicho, haz todo para hacer que sea cada vez más ligera. Luego, vívela junto a Mí, pídeMe de ayudarte a comprender qué en tu cotidianidad, en tu trabajo, puede ayudarte, puede hacerte crecer, dónde puedes donar, dónde puedes despertar.

Pero sueña también con una cotidianidad sin dificultades, sin fatigas, sin cansancios, una cotidianidad que vivir en libertad. Esto crea espacio a lo Nuevo, esto vuelve atrae los cambios.

Y luego está atenta a cada ocasión, cada oportunidad, para crear una cotidianidad lo más ligera posible.

Y camina serena por el mundo, vive todo con gratitud, con Amor, en alegría.”

Pregunta:

Cada vez más a menudo siento la necesidad de separarme de la cotidianidad para estar conmigo misma.

Respuesta:

“Esto es natural, y cada vez más sentirás esta necesidad de estar junto a tu Alma descubrirla, para expresar aún más tu Esencia.

Con serenidad observa tu cotidianidad desde lo alto, para ver si algo puedes cambiar. Como una hábil dibujante, desde lo alto mira como si tu cotidianidad fuera un dibujo, para saber así dejar lo que en el dibujo tiene que quedar, lo que puede ser sacado, lo que puede ser reemplazado.

Quien camina por un Sendero luminoso, siente cada vez más grande la necesidad de apartarse de muchas cosas del mundo, para vivir las cosas del corazón, del Alma.

Siente cada vez más el deseo de descubrir la propia Esencia, de manifestarla, de donar lo que aprende.

Está atenta a usar bien tu tiempo para crear espacio a tu cuerpo, a tu corazón, a tu Alma.

Sin embargo, recuerda que, a veces, el poco tiempo también puede ser un estímulo para aprender a correr en lugar de caminar...A veces existe la urgencia de aprender o de experimentar de prisa algo.”

“... Busca con alegría, como si fuera un juego, las posibilidades de algo que puede crear más tiempo para ti, algo que puedes cambiar.

Y acepta esta necesidad de tiempo para ti, para tu corazón, para tu Alma.

Esta es una necesidad que puedes tener, dale más espacio, porque en realidad es el deseo del Alma.

Siente que puedes ser amante del Todo, por lo tanto siente la necesidad de estar cerca al Todo que contiene el Amor, que contiene la Luz.

He aquí porque tu tiempo se está volviendo cada vez más precioso. Vívelo intensamente, plenamente, pidiéndome siempre de ayudarte también aquí.”

Pregunta:

¿Puedes darme la ayuda para comprender mejor como mirar el diseño de mi Alma?

Respuesta:

“No sólo puedes mirarlo como una hábil dibujante, guardándolo desde lo alto, puedes también sentir con el corazón lo que puedes sacar, cambiar o dejar.

Y si incierta eres, puedes en cada acción, paso, expresión o elección, preguntarte:

– ¿Esto es realmente importante para mi cuerpo, mi corazón, mi Alma? ¿Esto es realmente necesario, o está apartándome la mirada del Cielo, de mi Alma? –

Y haz esto siempre Conmigo, porque este pedido tuyo creará espacio a Mí, a Mi ayuda, para comprender la respuesta de tu corazón.

Con serenidad mira toda tu cotidianidad, reconocerás cuánto es fácil quitarle tiempo al corazón, al Alma, por pensamientos inútiles, por expresiones y acciones no necesarias, por costumbres. Descubrirás muchas cosas no indispensables, tantas ilusiones.

Dando gran espacio al corazón, mucho tiempo al Alma, en el corazón entrará la paz que estás buscando, el Amor que te satisface. Es así que dejarás ir muchas costumbres, muchas cosas, porque sentirás aquellas que realmente te llevan a la paz, a la alegría, al Amor.

Vive todo intensamente, en todo hazte esta pregunta, y sabrás crear las prioridades, reconocer el Todo, elegir conscientemente.

Y cuando llegue algo que cambie tu programa, sonreirás, sintiendo que ese algo es muy importante para tu Alma, lo comprendas o no en ese momento.”

“... Protege tu corazón, tu Alma, tu serenidad.

Necesitas paz, tranquilidad, ternura.

La cotidianidad debe ser vivida, pero aprende también a protegerte de las cosas de la cotidianidad cuando estas se lleven la serenidad, te quiten la quietud, la paz.

Respira conscientemente llevando dentro de ti el Amor, la Luz, que continuaré siempre a infundir dentro de ti.

Aligera cada día más tu corazón, atenta a no hacerlo sobrecargar por nada ni por nadie, para dejar libres tus alas.

Con conciencia y responsabilidad vive tu cotidianidad.

Presta atención y cuida tu cuerpo, protege tu corazón, tu Alma de lo que no es Luz, no es Amor.

Recuerda que eres libre de elegir todo, también de moverte o de cambiar dirección.”

Pregunta:

¿A menudo en el trabajo tengo dificultad con mis colegas, puedes ayudarme?

Respuesta:

“Observa estos ‘Corazones’ como Almas que pueden entrenarte, ayudar a recordar el Antiguo, Almas con las que puedes manifestar tus conocimientos del Alma, expresar tu Esencia.

Siente que estás allí por muchas razones, que estás allí por ti, pero también siente que estás allí por estos ‘Corazones’, estás allí por la Luz y el Amor.

Si te sientes al servicio de la Luz y del Amor, te alegrarás no sólo allí, sino en todo lugar donde vayas, porque sentirás que Yo estoy allí contigo, para donar contigo, por llevar Luz por ti, para llenar esos ‘Corazones’ de Amor, envolver esas Almas con la Luz y todo a través de ti.

Tantos son los ‘Corazones’ que tienen hambre, tienen sed, tantos son los lugares que te esperan.

Si recuerdas esto, tu corazón permanecerá ligero, y cada vez más fuerza tendrás para vivir serenamente todo.”

Pregunta:

¿Dentro de algunos días inicio un trabajo nuevo, qué me espera?

Respuesta:

“Una diversidad, porque ahora lo vivirás como Alma despierta. Ahora tienes la capacidad de crear muchas ocasiones para llevar Luz, para donar Amor, para llevar semillas de despertar, para donar las conciencias del Alma.

Cada día, por las mañanas, pídeMe ayuda para poder ser quién eres, para poder expresar tu Esencia en ese trabajo.

pídeMe de ayudarte a comprender dónde puedes llevar todo esto, como puedes crear las posibilidades para que esto ocurra, y pídeMe de llevarte las situaciones para vivir todo esto.

No mires el trabajo como algo que te permite de vivir tu cotidianidad, o como una responsabilidad de tu vida, míralo como un gran medio para donar lo que tienes, para expresar lo que eres, para colaborar Conmigo.

Y allí, muchas ocasiones tendrás.

Piensa ante todo en esto, no te preocupes por nada, y ve serena.”

Pregunta:

Estoy buscando tanto un trabajo que pueda calentarme el corazón, pero no logro encontrarlo. ¿Quizás esto tenga poca importancia en mi Camino?

Respuesta:

“Todo lo que vives tiene importancia, porque forma parte del diseño del Alma y lo que cuenta, es que tú no le des demasiada importancia.

Esto es diferente. Aunque pareciera que la diferencia sea sutil, en cambio, es muy grande.

Así, vive con responsabilidad y actúa intensamente en todas las cosas, pequeñas y grandes, y nada ralentizará el Camino que has elegido, nada te quitará la mirada del Cielo.

El gran crecimiento está en las pequeñas cosas de todos los días, he aquí porque es necesario observar todo lo que se vive.

También un breve encuentro, una simple situación, un pequeño hecho, puede encerrar una lección, una oportunidad para cambiar o donar.

Esto es observar, esto es crecer, esto es aprender, y luego dejar correr el todo fluyendo en el Todo, con el único objetivo de dejar libre el Alma, de crecer y de evolucionar.

Esto lleva a vivir todo con gran responsabilidad, sin apegarse a nada, a que nada sea más importante que uno mismo, que el Alma, que el propio Camino.

Esto es hacer que nada perturbe el corazón.

No es fácil que tú puedas encontrar un trabajo que caliente tu corazón, pero, por cuánto tu cotidianidad puede parecerte fría, puedes calentarla aceptándola, observando todo desde lo alto, viviendo todo como una oportunidad.

Es calentando ‘Corazones’ que encuentras, que tu corazón se calentará.

Y si así vives, así te comportas, luego muchos ‘Corazones’ calentarán tu corazón. Y así es, y será, con tu trabajo.

Vive con simplicidad, con alegría, teniendo el corazón abierto a cada cambio.

Luego, actúa para encontrar un trabajo más justo para ti, más ligero para tu corazón.

Y también en esto pídeMe de ayudarte, para permitirMe así, de hacerlo totalmente.”

Pregunta:

Te pregunto si el trabajo que hago ahora todavía es bueno para mi crecimiento, porque siento el deseo de tener más espacio para mí, más tiempo libre para mi Alma.

Respuesta:

“Este trabajo es bueno para tu crecimiento, pero no es indispensable para ello.

Obsérvalo para coger allí todo lo que puedes vivir, expresar, donar, aprender, ayudar.

Luego, mira alrededor de ti para ver si existen otros lugares más confortables, para encontrar un trabajo que pueda permitirte de tener más tiempo para tu Alma.

Si realmente deseas cambiar tu trabajo solo por tu corazón, por tu Alma, las ocasiones no faltarán.”

Pregunta:

No me encuentro bien en mi trabajo y no sabría qué otra cosa hacer.

Respuesta:

“Más caminas por un Sendero de Luz, con el corazón abierto, siguiendo tu Alma, menos fácil será seguir viviendo la cotidianidad, trabajar en situaciones dónde no puedes expresarte a ti misma, vivir tu Esencia.

Creciendo, elevándote, te apartarás naturalmente del mundo, de las vibraciones emanadas por los ‘Corazones’ muy apegados al mundo y a las cosas del mundo.

Con Amor acepta este trabajo, y vive el todo con las conciencias que tienes.

Lleva tu pensamiento, tus acciones, tu energía, hacia oportunidades nuevas, pidiéndome de ayudarte.

Y recuerda que todo cambia y cambiará, todo puedes crear y vivir, de manera nueva, en lugares nuevos, que te permitan de caminar con más ligereza, de vivir con más sencillez, si estás lista para cambiar, para dejar.”

Pregunta:

Últimamente no me siento bien en el ambiente en el que trabajo.

Respuesta:

“Bien poco serán los ambientes en los que podrás sentirte bien. Queriendo cada vez más la libertad, la integridad, la armonía, la alegría, el Amor, que en aquellos lugares difícilmente se pueden encontrar, siguiendo un Sendero de Luz, cada vez más

se vive con dificultad en los lugares donde todo es creado por objetivos bien lejanos del corazón y del Alma.

Estás sintiendo que tu Alma te pide otra cosa, que tu corazón te pide vibraciones muy diferentes, a veces opuestas.

Observa todo desde lo alto, con las conciencias que tienes, pídeMe de ayudarte y observa si existe la posibilidad de cambiar.

Esto, sin dejar de aceptar ni de amar tu cotidianidad, tu trabajo, las personas que están junto a ti.”

Pregunta:

He buscado tanto, pero no logro cambiar este trabajo que no soporto más.

Respuesta:

“La clave está ante todo en aceptarlo y hacer de todo para lograr también quererlo.

Siéntelo una ocasión, una ayuda, como a menudo el trabajo lo es.

No te cargues de ansiedad, porque esto ofusca todo y también ofusca las posibilidades que existen junto a ti. Lleva serenidad dentro de tu corazón, donándoMe estas dificultades.

Luego, llámaMe y di:

– Ayúdame a sentir y vivir este mi trabajo como un entrenamiento, una ocasión como una oportunidad para mí, y para donar lo que tengo, lo que conozco, a los ‘Corazones’ que allí encuentro. Ayúdame a vivir todo con intensidad y con serenidad –.

Recuerda que cuando allí no existan más ocasiones para aprender o donar lo que tu Alma ha elegido, llegará la oportunidad de cambiar.

Vive todo abandonada.

El abandono verdadero, crea espacio a lo nuevo, la elección de seguir ante todo al Alma, crea ocasiones nuevas.

Permanece abierta no sólo a cambiar el trabajo, sino a cualquier cambio.

Sueña con aquello que quisieras cambiar, sabiendo que luego los cambios podrán ser diferentes, mucho más grandes, más bellos, con más posibilidades de alegrarte, de vivir serena, en paz.”

Pregunta:

Soy consciente que mi trabajo puede ser una gran oportunidad para mí y para mi Alma, pero hay tensiones fuertes, modos de actuar incorrectos, falta de respeto, que me empujan a dejarlo.

Respuesta:

“Estás sintiendo que todo esto hace que tu corazón se sienta pesado, y que ya no puedes aceptar lo que allí ocurre.

Expresa lo que sientes justo para ti, pide el respeto que deseas, comparte como has elegido vivir.

Esto puede cambiar mucho las situaciones y las vibraciones de quien está alrededor de ti.

Haz todo sonriendo, y observa si esta serenidad tuya, la paz

que llevas compartiendo, hace cambiar algo.

Si ello no ocurre, sabes que ha llegado el momento de decir:

– Este no acepto más, porque he elegido de vivir con serenidad, en paz, en libertad –.

Así, no expresas juicios y vives tu Esencia de guerrera que lucha por la verdad, la Luz y el Amor.

Es indispensable pedir respeto y poder ser libres de actuar en la Luz, con Amor: esto es vivir el Poder del Ser.

Si estás siempre lista para dejar todo, lograrás llevar claridad y exigir respeto, en cualquier parte y con todos.

Es cuando se teme de dejar, de perder, que se reprime la propia expresión, se aceptan los compromisos, no se vive el propio poder iluminado.

Esto lleva incluso a ver las prisiones como protecciones, lleva a buscar seguridades en las ilusiones del mundo.

Sin embargo, el Alma no puede ser libre de elevarse hacia el Cielo, si se aceptan estas prisiones, que pueden ser diferentes para cada uno.

En las prisiones el guerrero no puede combatir, el niño no puede correr feliz, la flor no puede abrirse, porque allí no llegan los rayos del sol.

Ahora puedes comprender cuánto puede ser una oportunidad para crecer, para aprender, para donar, para expresar, tanto el aceptar y vivir una situación, saber transformar aquella situación, como alejarse de aquella situación.

Vive todo, expresa todo, sin ningún temor, sabiendo que todo lo que es bueno para tu Alma te llevaré, incluso un cambio para ti ahora inimaginable.”

Pregunta:

Temo que ir de vacaciones sea ahora peligroso para mí, para mi Camino.

Respuesta:

“Esto es en base al lugar que eliges, al modo en que vivirás tu vacación.

Puedes elegir un lugar dónde vivir aquello vuelve todavía más ligero tu corazón, donde puedes tener más tiempo o espacio para tu Alma, y así expresar aún más la alegría y la gratitud.

Puedes elegir un lugar dónde tienes la posibilidad de llevar aún más Amor y atenciones a tu cuerpo, y reforzarlo.

Puedes elegir un lugar dónde puedes estar en contacto con la Naturaleza, con tu Alma, Conmigo.

Así los momentos de vacaciones no pueden ser peligrosos, todo lo contrario, pueden volverse grandes posibilidades.

Pueden ser momentos para renovar y nutrir el cuerpo, el corazón y el Alma.

Está atenta cuando elijas el lugar para permitir todo esto, está atenta al modo en el cual vives este tiempo.

Y puede ser que, también el momento de vacación, se convierta en una ocasión para entrenarte, para expresar tu Esencia, para donar tu Amor, para donar semillas de despertar a las Almas que allí encontrarás.

Vive el todo en la alegría total, jugando.

Recuerda que la Niña que existe dentro de ti, tiene necesidad de jugar, de cantar, de correr libre.”

Comentario

Querida Alma Luminosa, lo que ahora has leído podría hacerte pensar que la vida de quien ha ‘despertado’ no es simple.

Las conciencias requieren empeño.

Las elecciones responsables podrían crear temores.

El pedido de atención continua a lo que se vive, a lo que nos rodea, puede parecer estresante.

La coherencia que el Camino de crecimiento requiere, puede hacernos sentir todo demasiado trabajoso.

Pero en realidad no es así...

Naturalmente, también la vida de quien está en un Camino luminoso, no es siempre fácil o simple, pero puede serlo, viviendo aquello que nuestros Ángeles nos indican. Y así también puede ser muy alegre y satisfactoria.

Por experiencia personal, y de muchas personas que he conocido en mi Camino, puedo decir que es mucho más difícil y pesado vivir sin las conciencias del Alma.

La cotidianidad a menudo recarga, entristece, aflige.

Observando desde lo alto, convertirse en testigos de lo que ocurre en nosotros, alrededor nuestro, se convierte en fuente de serenidad continua, que nada ni nadie nos puede quitar.

Conquistar una cumbre requiere siempre empeño, atención y esfuerzo, pero toda la fatiga se desvanece cuando llegamos sobre la cumbre y nos dejamos embriagar por la alegría, por las emociones que allí vivimos, mientras nuestra mirada se pierde en el horizonte infinito del cielo.

Alma Luminosa, no es una utopía vivir abandonados sonriendo

al Cielo, amar el Universo con la alegría de saber de ser guiados, protegidos, ayudados por los Ángeles. Sentir que todo se puede dejar fluir y no dejarse tocar por nada.

No es una ilusión vivir en el mundo, pero no sentirse del mundo, amar todo, sin apegarse a nada.

Esto puede convertirse en realidad viviendo las palabras de los Ángeles, día tras día.

La clave está aquí: en vivir lo aprendido.

Esta es una gran conquista que requiere tiempo y paciencia.

Exige mucha comprensión con nosotros mismos, sobre todo cuando no logramos llevar a la práctica las sugerencias de los Ángeles (que crean las grandes alquimias en todo), porque nos dejamos llevar por las emociones, por las situaciones.

Exige constancia en el entrenarse para recordar cuánto se conoce, justo en el momento en que nos sirve.

Esta no es una conquista solamente grande, es también maravillosa, porque hace que nos despertemos sonriendo, que caminemos en alegría, que durmamos serenos en los brazos de los Ángeles, con paz en el corazón.

Resumen de expresiones sugeridas

por los *Ángeles*

- *¿Haría un Ángel así?*
¿Un Ángel viviría así?
¿Una Ángel, se expresaría así? –
- *¿Un Ángel amaría así? ¿Ayudaría así? ¿Donaría así? –*
- *¿Si viera un Ángel delante de mí, tendría este pensamiento, esta intención? ¿Tendría este deseo? ¿Actuaría así? –*
- *¿Si viera muchos Ángeles blancos alrededor de mí, pensaría así? ¿Tendría esta intención? ¿Desearía esto? ¿Actuaría así? –*
- *¿Si viera junto a estas personas a su Ángel, si viera que muchos Ángeles están rodeándonos, me expresaría así? ¿Me comportaría así? ¿Actuaría así? –*

- *Tengo una mamá que me ama, tengo un papá que me protege, tengo un guerrero fuerte que me defiende, tengo un faro que ilumina todas mis noches –.*
- *Dentro de poco volverá la alegría, porque yo he elegido la alegría–.*
- *Estoy en los brazos de mi Ángel, no puedo más que sonreír –.*
- *Siento que estoy entre los brazos de mi Ángel –.*
- *Ahora observo todo desde lo alto, con claridad, con integridad –.*
- *Ahora no comprendo esto, pero sé que forma parte del diseño de mi Alma –.*
- *Estoy en un mundo, en un espacio, inmensamente grande, puedo ir a un espacio igual de grande, y, luego, volver nuevamente aquí –.*
- *También esto cambiará, también esta es una ocasión que mi Alma ha elegido para crecer, para evolucionar –.*
- *Nada cuenta sino el Amor, sino la Luz –.*
- *Si esto es bueno para mí, deseo comprender con el corazón, todo lo que ha sucedido –.*
- *Con alegría elijo esto ahora –.*

- *¿Mi intención, mi pensamiento, mi paso, mi acción, mi expresión, son claros? ¿Son simples? ¿Son humildes? ¿Son luminosos? ¿Son de Amor? ¿Tienen el objetivo de iluminar, de donar Amor, de seguir al Alma? –*
- *¿A qué temo todavía? ¿Existe algún temor en mi corazón? –*
- *Yo tengo la fuerza y las capacidades para vivir todo esto y, así, todo conquistar –.*
- *Estos momentos de cansancio, existen porque estoy cerca de una meta, una victoria, un cambio, porque he llegado después de tanto caminar, mucho actuar. Estos momentos puedo vivir, porque tengo toda la fuerza necesaria – .*
- *Ahora no logro comprender, pero estoy segura que todo cuánto estoy viviendo es necesario para mi Alma –.*
- *Sé que esto es útil para mi evolución. Ayúdame a comprender qué es lo que esta dificultad me quiere enseñar, qué paso me empuja a dar. Estoy segura que Contigo todo se disolverá, cada obstáculo superaré – .*
- *Todo esto pasará pronto. Ahora acepto esta pesadez, esta dificultad, y la amo como una grande oportunidad, sabiendo que cada pesadez se puede transformar en ligereza que hace volar mi Alma – .*
- *Si grandes pasos he dado, grandes cambios han ocurrido, aun mas mi Alma me pide de estar atenta ahora, de observar – .*

– *Gracias por esta oportunidad de entrenamiento, de aprendizaje. Por lo tanto tengo la posibilidad de vivir aquello que hará que mi Alma sea cada vez más luminosa* –.

– *¿Esto es realmente importante para mi cuerpo, mi corazón, mi Alma? ¿Esto es realmente, o me está quitando la mira de del Cielo, de mi Alma?* –

– *Ayúdame a sentir y vivir este mi trabajo como un entrenamiento, una ocasión, como una oportunidad para mí, y para donar lo que tengo, lo que conozco, a los ‘Corazones’ que allí encuentre. Ayúdame a vivir todo con intensidad y con serenidad* –.

– *Esto no lo acepto más, porque he elegido de vivir con serenidad, en paz, en libertad* –.

Conclusión

“... Como una pequeña niña te tomo de la mano, para guiarte hacia dónde has elegido ir.

Puede ocurrir que, estando incluso el sol, tú te sientas en medio de la tormenta, de la oscuridad, y así, a veces, perder el sendero.

Dulcemente, siempre te ayudaré a descubrir de nuevo el sol, y retomar el camino en el sendero elegido por tu Alma.”

“... Lo que te sugiero, lo que en ciertos momentos tú pide de hacer, recuerda que es solo para ayudarte a realizar el diseño de tu Alma, y vivir en alegría, con paz en el corazón.

Si algo te parece difícil, o lo sientes pesado, doloroso, recuerda que es por tu bien, es solo lo que tu Alma ha elegido de vivir, para alcanzar la cumbre, para conquistar una inmensidad inimaginable.”

“... Mis palabras pueden ser totalmente simples, las conciencias pueden parecerle claras, pero más creces, más comprenderás su significado profundo.

Y por cuánto te parecerá de haber comprendido totalmente una conciencia, y de haberla depositado en tu corazón, será tuya solo cuando la hayas experimentado, muchas veces, en situaciones diferentes.

Esto porque Nuestras palabras contienen muchos significados. Esto porque lo que hasta ahora has vivido o estás viviendo, puede ser una ayuda para comprenderlas, pero a menudo también un impedimento.”

Querida Alma Luminosa, estos mensajes también expresan mi experiencia al inicio del Camino del crecimiento.

Naturalmente tengo continuas confirmaciones,

A menudo, lo que me parecía difícil de vivir todos los días, en todas las situaciones, al final no lo era tanto.

Lo que, en cambio, me parecía más fácil, o lo sentía un juego divertido, en realidad me exigía muchas más atenciones, constancia y mayor empeño.

Pero he logrado hacer y vivir todo con la ayuda de los Ángeles.

Con el objetivo de recordarnos que la vida es en realidad un gran juego, que todo lo que nosotros hacemos podemos transformar en juego, los Ángeles llaman ‘juegos’ todas las pequeñas meditaciones, visualizaciones que nos donan, las expresiones que nos sugieren de decir, tanto en el corazón como en voz alta.

Ellos nos dicen:

“... También Nosotros nos hemos tomado de la mano para jugar con vosotros...

Nosotros conocemos cada juego que te donamos, tú podrás conocer totalmente sólo después de haberlo hecho.

Entonces, juega Conmigo con alegría, con simplicidad, con confianza.

Cada vez que el juego cambiará, te enseñaré las reglas del juego, así podrás seguir jugando.

No importa si todavía no conoces todo el juego: simplemente juega como una niña alegre, despreocupada .”

“... Haz los juegos que te dono con el corazón de niña, con la mente lejana, con alegría.

Haz mucho estos juegos, ellos pueden ayudarte mucho a aprender, a crecer de prisa, a vivir con serenidad y en paz.

Y así, ir a la escuela, vivir la cotidianidad, vivir la vida, se convertirá en nada más que un juego que ilumina el corazón, que trae alegría.

Cuando puedas, haz estos juegos en la Naturaleza, porque ella contiene muchas sabidurías, incluso antiguas sabidurías.”

Cita

Con el Despertar, viviendo conscientemente, con responsabilidad, sentimos la necesidad de sanar las heridas de nuestro corazón, de desarmar los traumas que hemos removido, de transformar los sentimientos que tememos de reconocer en nosotros.

Viviendo con más ligereza, conociendo alegrías nuevas, a menudo nace el deseo de compartir las propias experiencias, las nuevas conciencias adquiridas, sobre todo a quien vemos que está sufriendo, a quien está viviendo situaciones difíciles, parecidas a las que hemos vivido nosotros, con la esperanza de poder donar una ayuda.

Por ello, Querida Alma, en nuestro próximo encuentro, te traeré los mensajes de nuestros Ángeles, con los que nos ayudan a sanar a nosotros mismos, a aprender cómo ayudar, a actuar personalmente para favorecer la sanación de quién nos pide ayuda para recobrar el bienestar psico-físico.

Donar ayuda, es un arte que se aprende día tras día, teniendo en cuenta sobre todo nuestras experiencias.

Requiere el Amor incondicional, consagrarse totalmente, entrar en empatía con el otro y, al mismo tiempo, permanecer distantes, para tener siempre una visión clara.

Más nuestro corazón es sanado, satisfecho, cándido, más nuestra personalidad estará lejos, más podemos donar la ayuda verdadera.

La sanación total de nuestro corazón, requiere también la transformación del pasado y la conclusión del Antiguo.

Por ello, los Ángeles nos han donado las 'Llaves de Luz' para usarlas con nosotros mismos y con quien deseamos ayudar.

Ellas son:

*la Compasión,
la Comprensión,
la Ternura,
la Sensibilidad,
la Responsabilidad,
la Fuerza,
el Equilibrio,
el Sosiego,
la Paciencia,
la Afirmación,
la Claridad,
el Perdón,
el Candor del corazón, etc.*

Nos han ayudado a comprenderlas y a usarlas.

Otros mensajes nos donan sugerencias sobre cómo lograr expresarnos como deseamos, a ser como elegimos ser, a vivir como creemos que es justo para nosotros.

Adiós, dulce Alma Luminosa, hasta pronto, con todos estas bellísimas ofrendas de nuestros Ángeles.

Índice

<i>Prólogo</i>	1
<i>Guía a la lectura</i>	20
<i>Introducción</i>	21
I La Reencarnación y el Antiguo	23
II El Despertar del Alma	45
III La Vida: sentido y finalidad	60
IV La personalidad, el ego, el “yo”	75
V La Humildad y la Simplicidad	95
VI Expresar el Poder del Ser, el Poder del Alma	110

VII	Cómo relacionarse con el Cuerpo	122
VIII	Saber abandonarse	141
IX	Cómo vivir la Vida, la cotidianidad, el trabajo	159
	Enamórate de la Luz y del Amor	162
	Elévate al Cielo	165
	Los Ángeles como ejemplo	168
	Ama toda la Creación Habla con el mundo real invisible	172
	Toma en tus brazos tu Niña interior	175
	Camina con entusiasmo, vive todo como un juego, sonríe, canta, danza	179
	Une responsabilidad y compromiso, a la intensidad y a la ligereza	183
	Vive “acariciando” el mundo	189
	Unicidad e individualidad	191

Deseo de aislarse	195
Vive el presente	199
Cómo vivir las emociones	202
Qué hacer para aumentar el sentir	204
La importancia de las elecciones	208
La concepción	217
Libera los temores y las dudas	220
Comprender el significado del cansancio, de las dificultades, de los sufrimientos, y cómo superarlos	224
Como puedes vivir la cotidianidad, el trabajo, los momentos de vacaciones	232
<i>Conclusión</i>	259
<i>Cita</i>	262

Libros de Satya

*Tu mano en la Mía
Estoy a tu lado
Sanarse y ayudar a sanar
Ayudar con la Luz y el Amor*

Se encuentran disponibles:

- en versión impresa y en versión e-book
- en pequeños e-books
- en audiolibros
- en otros idiomas

Satya ha canalizado la parte de Dave en los libros de Sriyam:

No estaba solo - 1° -

No estaba solo - 2° -

Para mayor información y actualización sobre las obras de Satya y Sriyam visita el sitio web: www.suonidiluce.com/es

Pequeños e-books

extraídos de los libros de Satya

*A*legrarse sin pausa

*C*omo una *' Nube '*

*C*rea con la *Respiración* y el *Silencio*

*D*onar y convertirse *' Don '*

*E*l *Arte* de ayudar

*E*l *Sanador* interior

*E*l *' Despertar '* del *Alma*

*E*l *Camino* de la sanación

El Viaje continua

Eres esperada

Expresar quien eres

Fuente de Sabiduría

Haz que tu cotidianidad sea serena

Haz que tu cuerpo brille

La Naturaleza nos llama

Las 'Llaves de Luz'

Pero, ¿qué es el Amor verdadero?

¿Qué son las dificultades y los sufrimientos?

Recitar para ser y crear

'Poza' la Tierra

¿ 'Ser' o 'ser'?

Tu más grande Amigo