

METAMORFOSIS – NÚMERO 13 – ABRIL 2010

METAMORFOSIS

**REVISTA DIGITAL PARA EL CRECIMIENTO
DEL ESPÍRITU**

NÚMERO 13

ABRIL 2010



Enciclopedia Encarta, Photo Researchers, Inc./Marta Sentis

METAMORFOSIS ESTÁ PATROCINADA POR:



ALCÁNTARA PSICOLOGÍA Y ESPIRITUALIDAD

Alcántara, 67 - 2º B - 28006 Madrid - 91 401 55 70

www.solucionespsicologia.com

mariadoloresdetoro@hotmail.com

SUMARIO



- **Editorial: Página 3**
- **Once revelaciones para una conciencia superior: Página 4**
- **Cómo afrontar y resolver conflictos y problemas: Página 32**
- **Los planetas en la Carta Astral: La Luna: Página 42**
- **El rincón de la meditación: Página 49**
- **Perlas de sabiduría perenne: Página 55**
- **Peticiones a la Luna Nueva: Página 60**
- **Las siete leyes espirituales del éxito: Página 66**
- **Guía de Centros y Profesionales: Página 79**
- **Agenda de Abril 2010: Página 83**
- **Libros recomendados: Página 85**

Todos los artículos publicados en METAMORFOSIS son de libre reproducción, total o parcial, siempre y cuando se haga un uso responsable de ellos y se cite su procedencia en el ámbito en que se utilicen. Como esta revista no se edita con ánimo de lucro, sino con la intención de transmitir conocimientos que aumenten nuestra luz y nuestra consciencia, no se percibirán honorarios por publicar artículos en ella pero tampoco habrá que abonarlos por anunciarse. La responsabilidad de los textos corresponde únicamente a quien los escribe.

EDITORIAL

¡Hola y Feliz Pascua!

Cuando recibáis esta revista ya estaremos en plena Semana Santa o en Pascua, como cada cual prefiera llamar a estos días de fiesta que la iglesia católica, como hizo con otras muchas, cogió de las festividades paganas que celebraban distintos acontecimientos a lo largo del año, siempre relacionados con los ciclos naturales y los movimientos celestes.

Si bien todavía le cuesta a la iglesia reconocer abiertamente que esa energía universal y perenne a la que a veces llamamos Dios, no sólo es Padre sino que también es Madre, algo que sin remedio va a tener que admitir más pronto que tarde, veladamente sí lo hace, porque la Semana Santa o la Pascua, no sólo nos remite al equinoccio de primavera, al crecimiento y el renacimiento propiciados por el aumento de la luz solar, sino también a la Luna: la otra fuente de nutrición, por coincidir siempre sus fechas con el primer plenilunio posterior a dicho equinoccio, motivo por el que es variable en el calendario.

Yendo también más allá del mensaje que da la iglesia sobre la pasión y muerte de Cristo: sacrificar su propia vida para salvar a la humanidad, una interpretación más esotérica es contemplarlas como un ejemplo vivo, una señal y un recordatorio que el Jesús histórico, para mí no un Mesías Salvador sino un Maestro Instructor, nos dejó, mostrándonos con ello que de la misma manera que él resucitó después de muerto, tod@s nosotr@s podemos hacerlo y lo vamos a lograr, en cuanto nos desprendamos del velo que nos tiene atad@s a este mundo y admitamos, de una vez por todas, que nuestro verdadero reino es el espiritual, abriendo así la puerta de nuestro corazón al Cristo interior que tod@s tenemos dentro, es decir: nuestra Conciencia Superior, nuestro Yo Verdadero, para que se manifieste en el mundo y vivamos en consonancia con Él, asumiendo la libertad y la responsabilidad que nos corresponde, hacia nosotr@s mism@s, nuestro prójimo y la Vida en su conjunto, porque todo es Uno y al Uno ha de volver. Que así sea para tod@s.

M^a Dolores Sánchez-Villacañas

ONCE REVELACIONES PARA UNA CONCIENCIA SUPERIOR

James Redfield, en sus libros sobre las revelaciones, nos propone un camino para desarrollarnos espiritualmente, transformarnos y evolucionar, con el fin de cumplir nuestras visiones y misiones vitales, aquellas que tomamos y nos comprometimos a cumplir antes de nuestra materialización en el cuerpo y en la vida presentes. En la medida en que encontremos estas misiones y nos entreguemos a ellas, no sólo estaremos cumpliendo nuestro mejor destino, sino que también estaremos contribuyendo a una Visión del Mundo basada en el AMOR, la LUZ, la SABIDURÍA/INTELIGENCIA, la VOLUNTAD/PODER y la PAZ: únicas medicinas que, verdaderamente y desde la raíz, pueden sanar el dolor y las carencias que individual y colectivamente nos aquejan, para que atraigamos a nuestra vida y conservemos la PROSPERIDAD y la ABUNDANCIA MATERIAL siempre presentes en el Universo.

A continuación expongo lo más importante de cada revelación y su objetivo principal, con el deseo de que hagan florecer en tod@s nosotr@s esa magnífica y hermosa planta que por derecho de nacimiento somos, motivo por el que tenemos el deber de cuidarla, cultivarla, desarrollarla y transformarla, antes de extenderla y de llevarla a otras latitudes y parajes.

Al final del artículo encontraréis la referencia bibliográfica de los tres libros en los que Redfield expone ampliamente sus teorías.

PRIMERA REVELACIÓN

Tomar consciencia de las coincidencias o sincronías que ocurren en nuestra vida, tanto relacionadas con situaciones y circunstancias externas como con personas. Estar alerta a los acontecimientos y con todos los sentidos bien abiertos, tanto los visibles como los invisibles. Masa crítica, campo metamórfico: a partir de un número determinado de individu@s de una especie que realizan, a partir de un momento concreto, una evolución y un salto cuántico, tod@s y cada un@ de l@s individu@s de esa especie evolucionan y saltan cuántica y

cuantitativamente en el aspecto de que se trate, aunque no tengan contacto entre sí y estén a miles de kilómetros de distancia, ya que la energía se mueve cósmicamente y llega a donde tiene que llegar una vez que la situación y l@s individu@s están preparad@s y predispuest@s, tengan o no consciencia de ello, lo hagan o no voluntariamente. Esta revelación ayuda a intuir que algo espiritual opera en lo que hacemos, aunque no nos demos cuenta e incluso en las personas que niegan y rechazan la existencia y la influencia de lo espiritual en sí mismas y en su vida.

SEGUNDA REVELACIÓN

Esta revelación sitúa nuestra percepción actual en una perspectiva histórica más dilatada, en un ahora más amplio, ayudándonos a considerar la intuición como algo real y válido, que nos permite ver todo el primer milenio (desde el año 1000 hasta el año 2000 de nuestra era) y cómo se han ido explicando los acontecimientos que han ocurrido durante esos mil años, además de lo que ha estado ocurriendo en realidad, cómo fue creada la visión cotidiana del mundo por la realidad de las personas que vivieron antes que un@ mism@, trasladándonos al año mil y experimentando el lento avance como si hubiéramos vivido a lo largo de todo el período dentro del transcurso de nuestra propia vida, es decir, se trata de pasar personalmente por todas las etapas y por los momentos más importantes de esos mil años, que comenzaron con la entrada de la humanidad en la Edad Media.

Durante toda la Edad Media, la Iglesia definió y organizó la realidad, tomando para sí y haciendo suyos muchos rituales, misterios y mitos ancestrales, paganos e íntimamente relacionados con los elementos de la Naturaleza y con los ciclos naturales de la Vida. Hábilmente transformó los arcanos y los arquetipos presentes en distintas culturas humanas desde el principio de los tiempos, por muy separadas entre sí que estuvieran y a pesar de la falta de contacto, dándoles un matiz y un cariz místico, eliminando la estrecha unión de dichos arcanos con la vida misma, tanto dentro como fuera de las personas y trasladándolos a un lugar inalcanzable al que sólo un@s poc@s elegid@s, precisamente aquell@s que obedecieran y siguieran a pie juntillas los preceptos eclesiásticos, lograrían llegar. De este modo también eliminó la conexión de cada ser: humano, animal, vegetal y mineral con su propi@ dios/a interior, con su parte espiritual, con su parte creativa y creadora de la realidad, haciendo

imposible de cumplir el mandato bíblico que dice: Seréis como dioses, colocando exclusivamente fuera de la vida terrenal: un Dios patriarcal, autoritario, vengativo y castigador, la posibilidad de crear y de decidir el destino de sus criaturas en función del comportamiento de éstas. También dejaron fuera a la Diosa Madre amorosa, receptiva, comprensiva y abierta al diálogo, la otra cara del Ser Absoluto, del Vacío Primordial, de Atmán o de cualquier otra terminología que queramos usar para referirnos a lo que no se puede nombrar porque, en el momento en que lo hacemos, nos situamos fuera de su energía y de su protección que son también nuestras puesto que fuimos cread@s a su imagen y semejanza, literal y no metafóricamente hablando.

De acuerdo con los postulados de la Santa Madre Iglesia, que de santa y de madre tenía y sigue teniendo muy poco, fue clave durante la vida medieval pasar una prueba espiritual para ganar o perder la salvación, algo que sólo puede conseguirse tomando, admitiendo y asumiendo la responsabilidad de que somos almas en evolución permanente o, dicho de otro modo, seres espirituales con experiencia humana y terrena temporal, siendo una de nuestras misiones y tareas principales de vida desarrollar y transformar paulatinamente ese alma, con el fin de purificarla y perfeccionarla un poco más cada vez, a través de todas y cada una de las situaciones, circunstancias, épocas, relaciones, ámbitos... en que transcurre nuestra vida y que están ahí precisamente para guiarnos en nuestro camino de evolución y perfección, no son castigos por nuestra maldad sino oportunidades para aumentar y consolidar nuestra bondad básica y primigenia, para domar nuestros impulsos salvajes y primitivos (nuestro lado oscuro) y transformarlos en civilizados, cultivando así nuestra espiritualidad y entregándonos a nuestra alma, que sabe infinitamente más y mejor que nuestro ego lo que necesitamos, nos conviene y debemos hacer.

Los aspectos del mundo medieval fueron definidos en términos que no son de este mundo y que dieron lugar a una importante y muy dañina dicotomía del pensamiento respecto al mal y el bien, otorgando la bondad exclusiva a Dios y la maldad exclusiva a Lucifer (el que da la luz), expulsando a éste de la realidad espiritual y situándolo en la realidad material.

A partir de la Edad Moderna, la humanidad perdió su lugar privilegiado en el centro del Universo de Dios y empezó a fraguarse y crecer un espíritu más democrático. Apareció también el método científico para explicar la realidad, basado en el consenso. En este punto empezó el interés y la preocupación por el sentido de nuestra existencia en la Tierra, no se encontró una respuesta y la humanidad estuvo durante cuatro siglos conquistando los lugares más recónditos y desconocidos, usando los recursos y riquezas encontrados en ellos para mejorar la situación de los seres humanos, especialmente los habitantes de los países conquistados, porque con quienes eran conquistados las cosas funcionaban de otra forma y no precisamente positiva y enriquecedora para ellos.

Al ir perdiendo peso e importancia la seguridad y la protección que en los siglos anteriores había proporcionado la Iglesia, una seguridad y una protección espurias y determinantes aunque válidas para la gran mayoría de las personas, presas del miedo al castigo y a la condenación eterna si no obedecían las leyes eclesiásticas y se guiaban por su propio dios interior, surgió una seguridad laica y económica, acompañada de una represión de las eternas incógnitas: ¿quién soy?, ¿de dónde vengo?, ¿hacia dónde voy?, ¿para qué estoy aquí precisamente ahora?, ¿qué tareas he venido a hacer?, ¿qué aprendizajes debo realizar?, ¿con quién debo relacionarme?, reprimiéndose también lo que espiritualmente estaba pasando. De este modo, se fue estableciendo una sociedad de consumo en la que lo básico y primordial para sentir seguridad es comprar y adquirir compulsivamente para no pensar y trabajar sin descanso para no preguntarnos: ¿de dónde venimos?, ¿qué hacemos aquí?, ¿por qué estamos vivos?, ¿cómo podemos evolucionar espiritualmente?

TERCERA REVELACIÓN

Una cuestión de energía: el Universo es pura energía. Nuevo concepto del mundo físico. Se aprenderá a percibir lo que anteriormente era un tipo de energía invisible. El escepticismo científico sustituyó a las explicaciones religiosas y reprimió lo esotérico, es decir, aquello que la ciencia no podía demostrar no existía. Esto cambió con la mecánica cuántica y los hallazgos de Einstein, que abrieron los ojos a los misterios del Universo. Para Einstein, en la materia dura hay un espacio vacío por cuyo interior circula una forma de energía presente en todo, de

manera que el ingrediente básico del Universo es una energía pura maleable a la intención y las expectativas humanas de manera que desafía el viejo modelo newtoniano y mecánico del Universo, es decir, según Einstein y posteriormente la física cuántica, nuestra esperanza y nuestra intención provocan que nuestra energía fluya hacia el mundo y afecte a otros sistemas de energía.

Hay un campo de energía: el aura, que envuelve nuestro cuerpo como una especie de luz. Aprender a observarlo aumenta la belleza natural de las cosas y de las personas. Comer vegetales favorece ver el aura. Primero ver la belleza y después extender con ella la observación.

CUARTA REVELACIÓN

Esta revelación trata de la pugna por el poder y de la manera en que l@s seres human@s competimos un@s con otr@s por la energía. Hay una tendencia humana muy extendida y favorecida socialmente: obtener energía de otras personas controlándolas y sobreponiéndonos a su mente. Es decir, cada persona, en las relaciones en que participa y está implicada, procura hallar una forma de ejercer el control y de dominar el encuentro con otras personas. Si lo consigue y prevalece su punto de vista y su intención, recibe un refuerzo, una nutrición psicológica, se siente más fuerte, capaz y poderosa. En caso contrario, la sensación y los sentimientos son de debilidad, incapacidad y ausencia de poder.

Dominar para no ser dominad@s es una táctica humana que violenta y agrede psicológicamente, tanto a l@s demás como a un@ mism@, aunque la agresión directa vaya a parar a quien se pretende dominar. Quien domina o intenta dominar se comporta como un/a vampir@, extrayéndole la energía a quien es dominad@. Cuando controlamos a otra persona recibimos su energía vital, aquella que fluye entre las personas y que forma parte de ellas. A veces, en nuestras interacciones con quienes nos rodean, nos ceden o cedemos energía voluntariamente, aunque el efecto de esto no dura mucho. Precisamente cuando extraemos energía de otras personas es porque nos sentimos insegur@s y débiles, además de no saber cómo conservar y/o recuperar la energía en y por nosotr@s mism@s cuando la necesitamos.

El mundo de los hombres, o más correctamente: de la energía masculina, es una vasta competencia por la energía y, en consecuencia, por el poder, el mayor causante de conflictos humanos, desde pequeñas disputas y discusiones familiares o laborales hasta devastadoras guerras. Cuando seamos capaces de comprender ampliamente esta pugna por el poder, que en realidad es una lucha por la energía, empezaremos a superar inmediatamente los conflictos, comenzaremos a liberarnos de la competencia por la mera y estricta energía humana, porque estaremos en condiciones de recibir nuestra energía de otra fuente.

QUINTA REVELACIÓN

El Universo nos proporciona toda la energía que necesitamos sólo con abrírnos a él. Esto requiere un estado avanzado de consciencia, caracterizado por la sensación de estar suspendid@, flotando en medio de un espacio que existe en todas las direcciones, subiendo como un globo. Evolución del Universo: cada persona experimenta el mismo proceso de evolución que ha experimentado el universo desde el principio de los tiempos. Antes de nuestra concepción existimos en la mente de nuestros padres. Después, una célula materna se une con otra paterna y, a partir de ese momento, vamos viviendo todo el proceso de la evolución, vamos cambiando de forma hasta que nuestro cuerpo tiene el desarrollo físico suficiente como para salir del seno materno y continuar fuera su evolución, en la que también vamos pasando por todas las fases y edades por las que han pasado el Universo y la Tierra: prehistoria, edad antigua, edad media, renacimiento, edad moderna, edad contemporánea, repitiendo y perpetuando el ciclo de la vida. No en vano cada ser, humano o de otra especie, es un microcosmos dentro del Macrocosmos. Cada avance en la evolución individual supone un avance colectivo y universal, proporcionando una vibración superior cada vez.

El mensaje de l@s mistic@s: la experiencia mística es una conexión eufórica con todo, una sensación de plenas seguridad y confianza, una ausencia de cansancio y de preocupación, un estado de permanente calma y paz interiores, pase lo que pase fuera y que, muchas veces no es precisamente agradable ni bonito de contemplar y mucho menos de padecer. Aprender y cultivar una experiencia de este tipo, algo al alcance de cualquiera y no sólo de un@s poc@s, es la clave esencial para poner fin a los conflictos humanos en el mundo ya que, durante las

experiencias místicas, recibimos energía de otra fuente, una fuente con la que aprenderemos a conectar a voluntad y que está ahí a nuestra disposición para que la tomemos siempre que nos haga falta o queramos renovar y fortalecer nuestra energía básica. Esta fuente está estrechamente relacionada con los pensamientos, las creencias, las expectativas, los sentimientos y las palabras positivas, favorecedoras y provocadoras de acciones útiles y adecuadas con las que lograr unas experiencias vitales mucho más enriquecedoras, armónicas y fructíferas con las que, haciendo el trayecto mencionado al revés, poder modificar nuestros pensamientos, nuestras creencias, nuestras expectativas, nuestros sentimientos y nuestras palabras sobre nosotr@s mism@s, l@s demás y el mundo, abriendo con ello círculos virtuosos en los que, como en todos los círculos, no hay principio ni final sino unos permanentes movimiento, influencia y transformación de todo cuanto en ellos está incluido.

La experiencia mística no consiste en negar la realidad ni en pensar que todo es maravilloso, hacer esto sería cerrarle la puerta y cerrarla también a la energía universal. De lo que se trata es de que, una vez admitida, tomada y reconocida la realidad con todo su rigor, seamos capaces de pensar, sentir y decir que podemos actuar para cambiarla o, cuando esto es verdaderamente imposible, hacer un cambio interno que nos permita afrontarla y convivir con ella, conservando la confianza y la seguridad en nuestras posibilidades y en la ayuda que el Universo sin duda nos proporcionará, siempre y cuando seamos capaces de mantener nuestra conexión con él a través de la conexión con nuestro corazón y con nuestra propia alma.

Atraer a l@s demás con y a través del corazón en vez de con las armas, nos lleva a encontrar la verdad de las personas por muy oculta que esté. Para conectar con esa energía cósmica es necesario superar el miedo y exponerse a ella. Dicha energía es el AMOR.

Los alimentos han sido, hasta ahora, la principal manera de obtener energía. Paracelso, y no Hipócrates, decía: **Que tu alimento sea tu medicina y que tu medicina sea tu alimento.** Cuando aceptamos y tomamos la energía de las cosas que nos rodean aumenta nuestro campo energético. Para lograrlo debemos comenzar por admirar la forma y la presencia de cuanto nos rodea: personas, minerales, animales, plantas, montañas, ríos, mares..., después podemos traspasar esa misma

energía a la fuente de la que procede, centrando nuestra atención en ella para alimentarla y aumentarla. Las sensaciones más llamativas de la conexión con la energía universal del AMOR son tres: Conmoción, euforia y amor por todo cuanto existe, incluid@ un@ mism@. Posteriormente nos convertimos en personas más reales y existimos en un grado de energía más alto, en una vibración superior. Los pasos para conseguirla son tres:

1. Aprender a llenarnos conscientemente de energía
2. La energía consciente, habitualmente alimentada, trae consigo las coincidencias o sincronías
3. Las sincronías o coincidencias nos ayudan tanto a establecer un nuevo grado de energía como a mantener la vibración energética más alta, sobre una base permanente y sólida

En cuanto dudamos, desconfiamos y tenemos miedo, la energía se debilita y se vacía, las coincidencias cesan o pasan inadvertidas, quedándonos estancad@s en un grado de energía y en una vibración bajos. Si esto permanece y se alarga en el tiempo, la carencia energética nos hará enfermar, precisamente para que podamos reponer y recuperar la fuerza que hayamos perdido. Para que esto no ocurra, debemos tener presente que la confianza y la seguridad favorecen y aumentan nuestro grado de energía.

La evolución del proceso es la siguiente:

1. Nos llenamos de energía hasta el tope
2. Maduramos espiritualmente
3. Volvemos a llenarnos de energía
4. Seguimos madurando espiritualmente un poco más cada vez y así sucesivamente, asciendo paso a paso por la espiral de la evolución

SEXTA REVELACIÓN

Cada persona interpreta una farsa de control, es decir: usa un estilo particular de control sobre l@s demás para conseguir energía, renovarla y/o controlar las situaciones. Usar las farsas de control impide que se produzcan coincidencias o sincronías, puesto que el hecho de intentar controlar a quienes nos rodean o de obtener y recuperar energía absorbiéndola de l@s demás son actos inadecuados y perjudiciales por lo que, si los realizamos, nos alejamos del amor y cuando esto ocurre

perdemos la conexión con nuestro propio interior y con nuestra fuente primordial de energía. La farsa de control que cada persona utiliza en sus relaciones es un aprendizaje de la infancia, momento de la vida en que, al carecer de otros recursos y posibilidades, la persona aprendió que realizando determinados comportamientos obtenía atención de quienes le rodeaban, especialmente de sus padres o de quienes ejercieron esta función. Posteriormente, y debido al refuerzo social de su pauta de conducta ante l@s demás y de la repetición de la misma a lo largo de los años y de las situaciones, la farsa se convierte en automática, es decir, la persona no es consciente de que la usa, sólo percibe los resultados, cuándo funciona y cuándo no para obtener energía, cargarla o controlar las situaciones.

Precisamente porque las farsas de control son patrones muy antiguos de relación social, alimentados en las familias y en la humanidad en su conjunto de generación en generación, lo que se pretende con esta revelación es que las personas rememoren su pasado, con el fin de clarificarlo y de detectar su farsa de control. Los pasos para lograrlo y tener las cosas claras sobre el propio modo de controlar las situaciones y de obtener energía son los siguientes:

1. Observarse atentamente y hacer consciente la farsa de control propia
2. Retroceder a los comienzos de nuestra vida familiar y ver cómo se formó dicha farsa
3. Reinterpretar la experiencia familiar como un proceso evolutivo y darle un punto de vista espiritual
4. Descubrir quién es un@ realmente
5. Descubrir nuestra identidad evolutiva
6. Desaparece la farsa de control y la vida adquiere un nuevo rumbo, una razón espiritual, en la que todo empieza a cobrar sentido y a transformarse en significativo

Hay cuatro tipos de farsa de control:

1. **Reservad@:** Quien la emplea se caracteriza por la imprecisión, el misterio, la falta de definición, como si la persona estuviera llen@ de secretos, por lo que lleva a l@s demás a insistir, indagar, escudriñar... con el fin de conocer y discernir cuáles son los verdaderos pensamientos,

sentimientos, actitudes, necesidades, deseos... de este tipo de personas. Es la farsa de control menos pasiva de todas.

2. **Interrogador/a:** La persona hace preguntas y sondea el mundo de la otra persona continuamente, con la intención específica de encontrar algo censurable en sí misma, en su vida, en sus actos... Cuando logra encontrarlo, critica este aspecto de la vida del/de la otr@, de sus sentimientos, pensamientos, etc. Si funciona, la persona interrogada y criticada se incorpora a la farsa puesto que le da energía al/a la interrogador/a. Posteriormente y de improviso, se siente débil, cohibida, tímida, moviéndose en torno al/a la interrogador/a, prestando atención y valor a cuanto ést@ hace, piensa y dice sobre ella/él, con objeto de no hacer algo malo o equivocado que el/la interrogador/a pueda notar y criticar. Es la farsa menos agresiva pero también la más sutil y difícil de detectar tanto para quien la emplea como para quien la recibe
3. **Intimidador/a:** En esta farsa la persona utiliza amenazas verbales, psicológicas y/o físicas en sus relaciones con otras personas, provocando en ellas miedo ante su presencia y su conducta. Es la farsa más agresiva y también la más directa, por lo que es la más fácil de detectar aunque tal vez sea la más difícil de desmontar, sobre todo para personas emocionalmente débiles y poco asertivas.
4. **Pobre de mí:** Esta persona cuenta las cosas horribles que le ocurren, dando a entender incluso que l@s demás son los responsables de que esté y se sienta así, y también que si nos negamos a ayudarle continuarán ocurriéndole esas cosas tan desgraciadas y horrorosas. Es la farsa más pasiva de todas.

El orden de las farsas de control sería:

- 1º. Intimidador/a
- 2º. Interrogador/a
- 3º. Reservad@
- 4º. Pobre de mí

Algunas personas utilizan más de una farsa, dependiendo de las circunstancias y de con quién estén, si bien la mayoría tiene una dominante que tiende a repetir y que, en general, depende de lo que le dio y le sigue dando más y mejores resultados ante los miembros de su familia.

Verdad superior de la familia: perspectiva consoladora y comprensiva que yace detrás de los conflictos de energía. Considerar el conjunto de nuestra vida como una larga historia única y diferente, planteándonos por qué se nacimos en aquella familia en particular, qué necesitamos vivir, experimentar, aprender, ver, expresar, hacer... y que el hecho de nacer donde hemos nacido lo facilita y lo promueve. Buscar el significado que la vida de nuestra madre y de nuestro padre tiene para cada persona: la hija/el hijo que somos, descubrir qué nos enseñaron, qué nos aportaron y qué pudieron haber hecho mejor. Lo que la hija/el hijo hace tiene una parte de las cosas y los aspectos que habrían mejorado de la vida de su madre en caso de haberlos trabajado y desarrollado, así como otra de lo que habría mejorado la vida de su padre, puesto que cada persona es la creación física, psíquica, emocional y espiritual de sus padres.

El proceso es el siguiente:

1. Una mujer y un hombre engendran un/a hij@
2. Es@ hij@ comienza a existir en una posición flanqueada por las verdades de sus progenitores, tanto en relación con sus tareas y responsabilidades paternas como respecto a cada uno de ellos como individu@
3. Es@ hij@ nace precisamente en ese ámbito para alcanzar una perspectiva más elevada sobre los principios defendidos por sus padres, en conjunto e individualmente
4. Su camino ha de conducirlo a descubrir una verdad que será una síntesis superior de las creencias y de las verdades de esas dos personas
5. Debe averiguar qué es una vida completa para cada cual, de manera que consiga realización, autosatisfacción, diversión, felicidad y espiritualidad. Éste es el interrogante evolutivo que cada un@ debe indagar
6. Esta persona debe examinar todas las cosas ocurridas desde su nacimiento, para ver cómo ha obrado y para determinar lo que deberá hacer a partir de este momento
7. Llegar al pleno y profundo convencimiento de que esto es así, admitir que todo esto es verdad

Oriente y Occidente pueden integrarse en una verdad superior, así como los hemisferios derecho e izquierdo del cerebro trabajan al unísono aunque cada uno tenga sus operaciones y

funciones específicas y particulares. Debemos convencernos y tomar con responsabilidad el hecho de que estamos donde necesitamos y debemos estar para continuar nuestra evolución personal y espiritual, así como con las personas con las que necesitamos estar para recibir los mensajes que debemos recibir y emitir aquellos otros necesarios para l@s demás. L@s seres human@s nacemos en el marco de nuestras situaciones históricas y un día se encuentran con algo que defender y por lo que esforzarse y trabajar con dedicación y entrega. La mayoría de la gente se une con otr@ ser human@ quien, asimismo, ha encontrado algún objetivo de vida relacionado de alguna manera con el objetivo de la otra persona, más abierta y directamente o de forma menos visible y consciente, ya que de lo contrario no se hubieran unido. L@s hij@s nacid@s de esa unión equilibran, integran y reconcilian luego las dos posiciones, buscando una síntesis superior, guiad@s por las sincronías y por los mensajes que reciben a través de las situaciones por las que pasan y las personas con las que se encuentran.

SÉPTIMA REVELACIÓN

Cómo agregarse al fluir continuo de la energía. El método a seguir para absorber y tener siempre energía disponible sin tener que usar las farsas de control para obtenerla de quienes nos rodean es el siguiente:

1. Enfocar el ambiente que nos rodea
2. Tratar de recordar el aspecto que tiene todo cuando estamos llen@s y plen@s de energía: evocando la presencia que todas las cosas despliegan, la belleza y la forma particulares de cada una de ellas, especialmente las plantas, así como la manera en que los colores parecen adquirir un mayor brillo
3. Procurar experimentar esa especial sensación de cercanía y de unión según la cual, por muy lejos que esté algo, puede conectarse con ello e incluso tocarlo
4. Absorber internamente esa sensación, llenarnos de ella y retener el aire cinco o diez segundos antes de echarlo
5. Visualizar que cada inspiración introduce energía en nuestro cuerpo, nuestra mente, nuestras emociones y nuestro espíritu, llenándonos como globos. Con ella adquirimos más vigor, más fuerza y a la vez nos sentimos mucho más liger@s y eufóric@s

6. Comprobar si mientras realizamos estos pasos sentimos la emoción adecuada, es decir: AMOR. Si el amor está presente es una prueba auténtica de que estamos bien conectad@s con la energía

Durante la realización de todo este proceso debemos permanecer centrad@s y conscientes si queremos que realmente funcione, sobre todo cuando estamos interactuando con otras personas. Una vez adquirida la energía suficiente, estamos preparad@s para agregarnos al fluir, que requiere lo siguiente:

1. Acumular la energía necesaria y estar siempre en plenitud y en estado de amor hacia todo cuanto nos rodea, empezando por un@ mism@
2. Recordar el problema clave o la cuestión básica de nuestra vida, aquello que legaron nuestros padres, ya que aporta el contexto completo de la evolución personal
3. Centrarnos en el propio camino de vida, descubriendo los otros problemas o asuntos inmediatos, los de menor importancia, aquellos a los que habitualmente nos enfrentamos en la vida. Estos conciernen siempre al asunto más importante y definen en qué punto nos encontramos respecto a la indagación que llevaremos a cabo durante toda la vida
4. Una vez hemos adquirido consciencia de los problemas, asuntos, aprendizajes... activos en cada momento de nuestra evolución, recibiremos siempre una guía, una ayuda, una dirección intuitiva sobre lo que debemos o no hacer y sobre el punto concreto hacia donde debemos ir
5. Tenemos el presentimiento de cuál será el siguiente paso a dar. Siempre, sin excepción, a no ser que nos desconectemos del amor y de la energía con pensamientos de duda, miedo, negatividad..., o que tengamos en la mente, en el corazón y en el espíritu un problema equivocado o un asunto que en realidad no necesitamos cambiar o resolver si antes no solucionamos otros más importantes. Lo difícil en la vida no es recibir respuesta a nuestros interrogantes sino identificar claramente cuáles son las preguntas reales que debemos plantearnos y plantear al Universo, las que son efectivas y nos llevan a donde debemos ir. Una vez que identificamos las preguntas adecuadas, las respuestas llegan siempre
6. Mantenernos despiert@s, abiert@s, flexibles y alerta porque las respuestas y la guía pueden llegar de la manera más inesperada, de las personas que menos esperamos y en los lugares más insospechados

7. Tarde o temprano surgirán otras sincronías que nos empujarán en la dirección correcta e indicada por la intuición.

Esta revelación también habla de los sueños, diciendo que debemos comparar la trama del sueño con la historia de nuestra vida, lo que hacemos durante el sueño desde que comienza hasta que termina, relacionándolo con el momento real en el que soñamos.

No es bueno enfrentarse a las situaciones y luchar con ellas, debemos aprender a dejarnos llevar, a fluir suavemente ya que, a pesar de que a veces se presenten con un atuendo desagradable y doloroso, en algún punto van a resultar positivas y deben ocurrir para algo. No significa que hayamos cometido un error, sólo son parte de lo que debía suceder.

Los sueños muestran hechos referentes a nuestra vida en los cuales no habíamos reparado, nos guían y también nos ofrecen soluciones, al igual que lo hacen las fantasías, las ilusiones y las ensoñaciones que surgen cuando estamos despiert@s y dejamos que nuestra mente se vacíe, fluya y conecte con la Mente Universal. Todos estos productos de nuestra mente pueden presentarnos una escena, un suceso, una persona... y puede que esto sea una indicación de que se harán realidad, aunque no siempre ocurra. Si les prestamos atención podremos estar preparad@s ante cualquier cambio que se aproxime a nuestra vida.

¿Cómo reconocer el número real de pensamientos de esta clase que tenemos? Adoptando una postura de observación. Cuando un pensamiento o una idea acude a nuestra mente debemos preguntarnos por qué y para qué llega. ¿Por qué se me ocurre precisamente ahora este pensamiento o esta idea concreta? ¿Qué relación tiene con los problemas y los asuntos de mi vida? Observar y prestar atención ayuda a descargarnos de la necesidad de querer controlarlo todo, colocándonos en la corriente de la evolución.

Cuando surjan imágenes negativas debemos detenerlas y rechazarlas en cuanto aparecen y, a continuación, producir una imagen positiva y con buenas consecuencias, que poco a poco llene nuestra mente y no deje espacio para las negativas. Si cada vez que tenemos un pensamiento o una imagen negativo inmediatamente lo

desechamos y lo sustituimos por uno positivo, pronto irán desapareciendo y llegará un momento en que casi nunca se producirán. Si después de todo este proceso siguen apareciendo imágenes negativas, debemos tomarlas muy en serio y no seguir las porque puede tratarse de un aviso, por ejemplo: un accidente, una avería, etc.

Cuando conseguimos una visión de nuestra historia de vida positiva, independientemente de los acontecimientos que hayan ocurrido y del dolor que hayamos padecido, automáticamente somos capaces de perdonar a quienes nos hirieron y de perdonarnos a nosotr@s mism@s, un perdón más difícil de lograr que el primero. Perdonar también es comprender y encontrarle sentido y significado a todo lo vivido, entendiendo para qué hemos pasado por ello, qué debíamos saber y aprender para conocernos mejor, ser quien debemos ser y hacer lo que hemos venido a hacer.

Para asimilar esta revelación y entrar realmente en el fluir de la evolución, tenemos que integrar todas las visiones en una única manera de ser:

1. Viendo cómo ha cambiado el mundo para mí a partir del conocimiento y la práctica de todas y cada una de las once revelaciones
2. Una vez conseguido el punto anterior estamos preparad@s para iniciar el flujo evolutivo
3. Nos agregamos a ese proceso manteniendo en la mente con firmeza y perseverancia los problemas de nuestra vida cotidiana y estando atent@s a cualquier directriz que surja
4. Se producen las sincronías que nos permiten avanzar en una dirección concreta

Todas las respuestas que acuden misteriosamente a nuestras manos en realidad vienen de otras personas, y para que puedan transmitirnos y revelarnos su mensaje tenemos que ayudarlas proyectando nuestra propia energía sobre ellas. Alcanzamos la séptima revelación cuando somos capaces de percibir y escuchar las respuestas a nuestros interrogantes a medida que se producen. Esto fortalece la experiencia de cada día y permite que los mensajes aumenten y lleguen cada vez más rápido. Nuestro reto principal para sintonizar con esta revelación es encontrar el lado bueno, positivo y favorable de cada

acontecimiento que se presente en nuestro camino, por muy negativo que sea.

OCTAVA REVELACIÓN

La ética interpersonal. Esta revelación nos alerta sobre la interrupción de nuestro desarrollo, que ocurre cuando nos volvemos adictos a otra/s persona/s. Trata de cómo, finalmente, aprenderemos l@s seres human@s a tratarnos y a relacionarnos entre nosotr@s, a proyectar energía positiva y amorosa a l@s demás y también se refiere a cómo evitar la adicción a las personas, empezando por l@s niñ@s que, como el resto de las personas, también están en evolución y deben pasar por las experiencias que la favorezcan, siendo misión y responsabilidad de l@s adult@s guiarles y apoyarles hasta que puedan hacerlo por sí mism@s. Para poder hacerlo debemos darles toda la energía que necesiten, cualquiera que sea la situación, y no drenar su energía mientras les reprendemos o les instruimos. Tenemos que incluirles siempre en las conversaciones, especialmente si se refieren a ell@s y no debemos asumir responsabilidades sobre más niñ@s que aquell@s a l@s que verdaderamente podamos prestar verdadera atención. Esta revelación hace hincapié en el número de hij@s, ya que un/a adult@ sólo puede concentrarse y dedicar su atención a un/a niñ@ cada vez. Si hay demasiad@s niñ@s para el número de adult@s, ést@s se sienten agobiad@s y no pueden proporcionar suficiente energía a cada un@. Cuando esto ocurre, l@s niñ@s empiezan a competir un@s con otr@s por el tiempo y la atención de l@s adult@s. L@s niñ@s deben conocer el mundo a través de l@s adult@s y no de l@s otr@s niñ@s. Por todos estos motivos, no deberíamos traer hij@s al mundo si no hay por lo menos un/a adult@ encargad@ de concentrar toda su atención y durante todo el tiempo en un/ sol@ niñ@. Según esta revelación, aprenderemos a ampliar las familias más allá de los lazos de sangre.

En nuestro trato con l@s niñ@s tenemos que intentar siempre darles energía y también decirles siempre la verdad en un lenguaje que puedan entender, contestar a todas sus preguntas seriamente, olvidándonos de su edad y recordando que son tan personas como nosotr@s, evitando darles respuestas fantásticas, caprichosas o inventadas, porque no sólo les engañaríamos sino que también les perjudicará desconocer la verdad que, por otra parte, ell@s intuyen mucho antes de que se la contemos. Deben saber que la fantasía es fantasía y la

realidad es realidad, aunque que se la presentemos de una manera que puedan entender y asimilar según se edad, características, preparación, etc. Si lo hacemos de este modo, no necesitarán fingir ni representar papeles para que les hagamos caso, les prestemos atención y les demos energía, siempre tendrán energía suficiente y esto les llevará a asumir de forma natural y espontánea que así será siempre y que, pase lo que pase, continuarán teniendo toda la que necesiten.

La octava revelación también habla de la adicción a las personas. En las relaciones sentimentales surgen pugnas por el poder y conflictos, como resultado del flujo de energía entre las personas implicadas en ellas. Cuando nace el amor, ambas personas se dan energía mutua e inconscientemente, sintiéndose vigorosas y exaltadas: en-amorarse. En cuanto una de ellas o las dos confían en que esta sensación debe llegar de la otra persona, se desconecta/n de la fuente de energía universal y recurre/n con más ahínco a obtener y absorber energía de la otra. Cuando esto ocurre parece que no hay energía suficiente y disponible para las dos en su propio interior, por lo que vuelve/n a usar o emplean más duramente su farsa de control para controlarse mutuamente y para extraer energía de la otra persona sin reciprocidad, es decir: una de ellas absorbe la energía de la otra, quedándose ésta debilitada y degenerando la relación en un tira y afloja por el poder y por la energía.

El problema empieza en nuestra familia de origen en la que, debido a la competencia por la energía y por la atención de l@s adult@s, no hemos podido integrar nuestro opuesto lado sexual, es decir: el masculino para las mujeres y el femenino para los hombres, de manera que no hemos desarrollado adecuadamente nuestra pareja interior, algo imprescindible para relacionarnos de forma sana con una pareja exterior, pues de lo contrario, andaremos buscando fuera y en la otra persona lo que en realidad necesitamos desarrollar dentro de nosotr@s mism@s.

La razón de que caigamos en la adicción a una persona del sexo opuesto al nuestro es que aún no hemos accedido a la energía masculina o femenina, según seamos mujer u hombre por nuestra propia cuenta. La energía cósmica y universal que podemos aprovechar como fuente interna de provisión energética es a la vez masculina y femenina porque es una energía integrada y no separada, por lo que tiene

características y cualidades tanto receptivas y suaves (parte femenina) como activas y fuertes (parte masculina). Podemos abrirnos a esta energía integrada pero debemos ser muy cautelosos al empezar a evolucionar y tener mucha paciencia, ya que el proceso de integración requiere disciplina, esfuerzo y tiempo. Si conectamos prematuramente con una fuente humana para obtener y recuperar energía, es decir, si nos emparejamos con alguien del otro sexo antes de cultivar y equilibrar en nosotr@s mism@s los dos tipos de cualidades y de recursos, cerramos el paso al suministro universal y nos hacemos dependientes de la otra persona para tener, conservar y recuperar energía, fortaleza y seguridad, al igual que ocurre cuando una persona se hace adicta a una sustancia para sentirse mejor y poder hacer cosas que sin ella no se atreve a hacer.

Según esta revelación, una familia óptima y energética se caracterizaría por lo siguiente: la/el hij@ recibe su primera energía de l@s adult@s que forman parte de su vida, especialmente los padres o quienes ejercen esta función y poco a poco tod@s l@s demás: maestr@s, ti@s, abuel@s, etc. Generalmente, cada niñ@ tenderá a identificarse con el progenitor del mismo sexo para integrar esta energía. En cuanto al progenitor del otro sexo, intentará que esté físicamente cerca y cometerá el error de creer que la única manera de considerar su energía es poseyéndole sexualmente. Pretenderá dirigirle como si fuera parte de sí mism@, siendo misión de est@ progenitor/a mantenerse al margen de la competición, para continuar relacionándose honestamente con la/el hij@ del sexo opuesto al suyo y tener la suficiente energía para abastecerle incondicionalmente, incluso aunque no pueda y mucho menos deba, hacer todo lo que ella o él le pide. La madre o el padre seguirá abiert@ y comunicativ@ con su hijo o con su hija, según de quien se trate, explicando quién es realmente, con sus defectos y sus virtudes. Una vez que tiene lugar esta comunicación abierta, sincera y fluida, el hijo o la hija entrará en una rápida transición que le llevará a recibir de su madre o de su padre la energía del sexo diferente al suyo como parte de la energía universal disponible para tod@s, sean del sexo que sean.

Hasta ahora, lo habitual en la mayoría de los padres es la competencia con sus hij@s por la energía y esto nos ha afectado y nos sigue afectando a tod@s, impidiéndonos resolver debidamente la cuestión que tenemos pendiente con el sexo opuesto al que tenemos por nacimiento. Estamos aún plantados en buscar la energía del

otro sexo fuera de nuestra identidad, en un varón o en una mujer, a quien consideramos ideal y mágic@ y a quien podemos poseer sexualmente para obtener así lo que no tenemos. Esto puede y suele desconectarnos de la genuina fuente de energía y hacernos retroceder en nuestra evolución. Círculos incompletos: Letra C. Relación de mutua dependencia: una O formada por dos personas: una aporta la energía femenina y la otra la masculina, habiendo dos cabezas, dos egos que quieren dominar uno a otro, sintiendo ambos que la otra personas, la otra C es ella/él mism@ para sentir una especie de sensación de integridad que, al no ser real ni genuina, acaba siempre en una lucha de poder al final de la cual cada persona debe prescindir de la otra o incluso invalidarla, para poder conducir su propia entidad humana en la dirección que desea, alternativa que tampoco funciona y que además es muy perjudicial para ambos.

Por lo tanto, antes de empezar una relación sentimental, debemos completar nuestro propio círculo de energía nosotr@s sol@s y estabilizar nuestra comunicación con el Universo para absorber la que necesitemos y tener siempre suficiente. Esto requiere tiempo, disciplina y esfuerzo pero las ventajas derivadas de ello superan con creces los inconvenientes, ya que nos prepara y predispone para no padecer más el problema de la adicción y lograr una relación plena y satisfactoria con la persona con la que compartamos nuestra vida. Cuando, a continuación, conectemos sentimentalmente con otra persona completa, crearemos entre ambos una persona superior sin salirnos del camino de nuestra evolución individual, ya que cada persona debe vivir y respirar a través de sí misma y nunca de l@s otr@s, ni siquiera de su pareja. Quienes ya hayan formado una pareja e incluso una familia, pueden también cultivar su individualidad y su conexión con la energía, aprender a ser ella/él mism@, sin mezclarse ni confundirse con la/el otr@.

Esta revelación también habla de la proyección de energía hacia el prójimo. Siempre que una persona se cruza en nuestro camino hay un mensaje para nosotr@s y a la inversa. La forma en que respondemos a esos encuentros determina si somos capaces y si estamos en condiciones de recibir ese mensaje. Cuando no lo percibimos significa que, por alguna razón, nos lo hemos perdido, pero no quiere decir que no haya mensaje, éste siempre está ahí a nuestra disposición, lo captemos o no. Si nos encontramos con alguna persona conocida más de una vez en el mismo día o en la misma semana, debemos interrumpir toda

actividad y descubrir el mensaje que tenemos para esa persona y el que ella tiene para nosotr@s. La manera de hacerlo es proyectando energía sobre esa persona:

1. Apreciando su aspecto, su porte, sus características, sus cualidades
2. Concentrándonos verdaderamente en ella hasta que su figura y sus rasgos empiecen a destacar y a tener más presencia
3. Entonces podemos enviarle energía y elevarla a un plano superior para que conecte con su interior y nos diga lo que nos tiene que decir

Para poder proyectar energía primero debemos mantener bien alta nuestra propia energía básica, luego conseguiremos que el flujo de energía universal comience a entrar en nosotr@s, nos atraviese y llegue a la otra persona. A medida que aumentan nuestro amor al prójimo y nuestro aprecio hacia l@s demás, mayor grado y calidad de energía conseguiremos y podremos proyectar. Este proceder es el que más nos beneficia a nosotr@s mism@s, ya que esa energía que proyectamos y va a parar a la otra persona, no es devuelta por ella para que la absorbamos. Dos o más personas que hagan esto juntas pueden alcanzar alturas increíbles a medida que se estimulan la una a la otra y la energía les es devuelta inmediatamente por el flujo constante que se establece. Esta conexión es distinta de la mutua dependencia, careciendo de vínculos e intereses secundarios y de intención. Ambas personas están simplemente esperando los mensajes que cada una debe dar y recibir y no tratan de controlar a la otra para obtener energía mediante alguna de las farsas. Si surge una farsa de control podemos cortarla y no incorporarnos a ella poniéndola en evidencia y teniendo mucho cuidado de no asumir la que va emparejada, ese decir: intimidador/a-pobre de mí e interrogador/a-reservado. Por ejemplo: si la otra persona intimida debemos preguntarle por qué está enfadada, en vez de discutir o de quejarnos. Si es un@ mism@ quien intimida nos haremos la misma pregunta para saber qué nos está pasando, qué pretendemos y cómo está nuestra energía. Siempre hay que mirar más allá de la farsa, propia o ajena, para ser capaces de observar, atender y percibir a la persona real que somos o que tenemos delante y enviar en esa dirección la máxima energía posible. Si nota que, de todos modos, la energía entra en ella/él, le resultará más fácil renunciar al tipo de manipulación que haya usado antes para obtenerla.

Si toda persona que se cruza en nuestro camino tiene un mensaje para nosotr@s, lo difícil es determinar a quién merece la pena que le dediquemos tiempo cuando hablar con cada una de ellas es imposible. Hay ciertas señales que nos pueden ayudar: súbito y espontáneo contacto ocular, sensación de reconocimiento y de familiaridad, aunque veamos a alguien por primera vez, impulso a hablarle, euforia, subida de energía... A tod@s nos ocurre que con determinadas personas formamos un grupo de opinión: pensamos las mismas cosas, tenemos las mismas ideas, sentimos los mismos sentimientos y hacemos cosas muy parecidas. Los grupos de opinión evolucionan siguiendo las mismas líneas de interés de sus participantes ya que, al tener muchos puntos de coincidencia interna, crean la misma expresión e incluso la misma apariencia externa. A l@s componentes de nuestro grupo de opinión les reconoceremos intuitivamente y con mucha frecuencia nos transmitiremos mensajes un@s a otr@s, pudiendo incluso anticiparnos a sus pensamientos o sentimientos. Cuando una persona aprecia a otra profundamente puede percibir su auténtica identidad por muchos muros que la otra persona levante. Si realmente enfocamos ese grado de aprecio, captaremos lo que piensa o siente a través de sutiles cambios de expresión en su rostro, que siempre se producen, comunicándonos telepáticamente con ella.

Cuando todas las personas de un grupo saben interactuar del mismo modo, cada una habla cuando le llega la energía y las otras se concentran en ella con intensidad para seguir enviándole energía, de manera que clarifique sus ideas y exprese lo que tenga que decir, transmitiendo adecuadamente su mensaje. Esto se llama conversación consciente y en ella todas las personas hablan por turno: en primer lugar quien tenga la idea más potente, después la siguiente y así sucesivamente. Debemos concentrarnos plenamente en lo que las demás están diciendo, para notar cuándo llega nuestro turno, momento en que nuestra idea o nuestro mensaje brotará en nuestra mente y podremos expresarlo con soltura. Clave del proceso de conversación consciente es hablar cuando llega nuestro momento, respetando el turno de palabra de l@s demás y proyectándoles energía mientras hablan. Los silencios deben permitirse y favorecerse, ya que son momentos para buscar ideas. Cada persona del grupo intenta sacar a la luz lo mejor de todas las demás.

NOVENA REVELACIÓN

Esta revelación nos habla de la cultura emergente, de cómo cambiará la cultura humana como resultado de la evolución consciente. Reduciremos voluntariamente la población mundial y podremos vivir en los lugares más bellos y energéticos del planeta, que cada vez serán más numerosos porque dejaremos los árboles intactos para que puedan crecer, madurar y acumular energía. Acabaremos con el consumo excesivo, nos guiaremos por nuestras intuiciones, sentiremos la emoción de nuestra propia evolución y de la evolución que proporcionamos a cuanto nos rodea y al Universo en su conjunto. Habrá un espectacular cambio de personas de unas profesiones a otras para prosperar y evolucionar durante este periodo e incluso habrá quien cambie varias veces de profesión en el curso de su vida, hasta que encuentre aquella para la que ha nacido y cuenta con los recursos y habilidades necesarios. Habrá una automatización de la producción de bienes y mercancías, siempre en armonía con la Tierra, con el fin de que tengamos más tiempo libre para transformarnos, evolucionar y transmitir nuestros descubrimientos y nuestra verdad a otras personas, además de relacionarnos más abierta, profunda, amorosa y pacíficamente l@s un@s con l@s otr@s, sean cuales sean nuestra raza, color de piel, sexo, cultura, ideas, religión, etc.

Los ingresos monetarios se mantendrán prósperos y estables gracias a las personas que nos darán dinero por las revelaciones que les suministremos. Diezmo bíblico: demos lo que demos, se nos devolverá multiplicado varias veces. Dar es un principio universal de apoyo. Una vez que empecemos a donar constantemente, tendremos siempre más ingresos de los que podamos ceder. Nuestras donaciones deberán ir a personas que nos hayan proporcionado verdades espirituales necesarias para nuestro desarrollo y transformación. Cuando alguien entra en nuestra vida justo en el momento preciso para brindarnos las respuestas que necesitamos, deberíamos corresponder a este hecho con dinero. Así empezaremos a completar nuestros ingresos y a desligarnos de las obligaciones que nos limitan y entretienen, entrando en un sistema y en una dinámica en la que seremos remunerad@s por evolucionar libremente y por ofrecer nuestra verdad a l@s demás.

Esta revelación también habla de las religiones y de la necesidad de aclarar el sentido de muchas de ellas, con el fin de verlas como una relación humana con un principio superior que

debemos reconocer y percibir internamente, es decir: con un/a dios/a interior que nos llena y que nos hace sentir más de lo que creemos ser. Este principio superior interno e individual es parte de y está unido al Absoluto, al Vacío Primordial, a Atmán, al Tao..., es decir, a un Principio Superior Universal.

En determinado momento de la historia, una persona comprenderá cuál es exactamente la vía para conectar directamente con la fuente de energía y con la guía divina, convirtiéndose en un ejemplo perdurable de que tal conexión es posible y está al alcance de tod@s. Esta persona incrementará su energía y su vibración hasta ser lo bastante ligera como para... y marcará una senda que toda la especie humana está destinada a seguir. Nuestro último destino, puesto que l@s seres human@s somos la culminación del conjunto de la evolución, es que debemos continuar aumentando nuestra cantidad de energía. A medida que esto sucede, aumenta también el grado de vibración en los átomos de nuestro cuerpo, nos hacemos más livianos y ligeros, somos cada vez más puramente espirituales. Como resultado del continuado aumento de nuestra vibración energética, comenzará a ocurrir algo asombroso: nos haremos invisibles para quienes están vibrando en grados inferiores, de manera que pensarán que hemos desaparecido. Cuando esto ocurra será señal de que estamos atravesando la barrera entre esta vida y el mundo del cual venimos y al que regresaremos tras la muerte. Este tránsito consciente es el camino que nos mostró Cristo. El miedo rebaja enormemente nuestras vibraciones, por lo que el tránsito general sólo se producirá cuando hayamos abolido el miedo de nuestros corazones.

Cuanta más belleza vemos y apreciamos, más evolucionamos. Cuanto más evolucionamos, a mayor altura vibramos. Según esta revelación, nuestra percepción y nuestras vibraciones incrementadas nos descubrirán un paraíso que ya existe delante de nuestros ojos pero que aún no podemos ver ni apreciar adecuadamente. Siempre que tengamos miedo y que dudemos del camino que seguimos o perdamos de vista el proceso evolutivo y transformador, debemos recordar hacia qué estamos evolucionando y en qué consiste realmente vivir, es decir: estamos aquí para alcanzar el Cielo en la Tierra, sabemos cómo hay que hacerlo. Sabemos cómo se hará y debemos ponernos en marcha ahora mismo, sin prisa y también sin pausa, porque hemos dejado esta tarea pendiente durante demasiado tiempo y no podemos demorarla más.

DÉCIMA REVELACIÓN

Esta revelación nos enseña a conservar la fe, la confianza y el optimismo, así como también a permanecer alerta y despiert@s. Gracias a ella aprendemos a identificar mejor y a tomar como ciertas y válidas nuestras intuiciones, que en realidad son recuerdos fugaces de nuestro propósito primigenio respecto a la manera en que queríamos que evolucionase nuestra vida, elegido y elaborado antes de llegar a ella. Queríamos seguir un cierto camino vital, de manera que finalmente pudiéramos recordar la verdad para cuyo conocimiento nos han preparado nuestras experiencias vitales y, posteriormente, transmitir al mundo ese conocimiento.

A través de esta revelación contemplamos nuestra existencia individual desde la perspectiva superior de la Otra Vida, de la Vida Espiritual, sabiendo que nuestras peripecias personales y particulares tienen lugar en el contexto de la larga historia del despertar espiritual humano. Con esta memoria nuestra vida ha tocado la tierra, ha sido dotada de un contexto, pudiendo ver el largo proceso a través del cual hemos estado espiritualizando la dimensión física y material, así como también aquello que hemos dejado sin hacer. En este momento, y con el fin de completar nuestra tarea espiritual, debemos promover que haya un número suficiente de personas y de grupos en todo el mundo capaces de captar la Décima Revelación. Es nuestra responsabilidad conservar un proyecto humano espiritual y positivo que garantice no sólo la vida en la Tierra sino que lo haga de un modo en que las polaridades, las oposiciones y los conflictos queden integrados y equilibrados, ya que el verdadero propósito de l@s seres human@s en este planeta es crear una cultura espiritual.

Una de las polaridades más dañinas y que más urgentemente debemos resolver para que nuestra evolución siga adelante y para que cada vez más personas despierten, es la del miedo. Debemos transformar el miedo, la ignorancia y las dudas en confianza, fe, esperanza, optimismo y sabiduría. Para lograrlo tenemos que vigilar continuamente y con sumo cuidado nuestros pensamientos y expectativas, aprender a pararlos cuando sean negativos y reprendernos seriamente cada vez que tratemos a otr@ ser human@ como si fuera un/a enemig@ y no mereciera respeto y honor. Es cierto que en ocasiones debemos

defendernos y frenar a ciertas personas, pero no tenemos derecho alguno a negarles sus valores humanos ni a faltarles al respeto, porque en este caso nos enrolamos en las filas del miedo en vez de hacerlo en las de la confianza y la fe. Tod@s sin excepción, incluso la persona más malvada y cruel que seamos capaces de imaginar, somos almas en crecimiento, transformación y evolución. Tod@s tenemos una intención original que es positiva, aunque se nos olvide o nos desviemos de ella, tod@s poder recordar esa intención primigenia si nos ponemos a ello y alguien nos ayuda.

Somos responsables de portar estas ideas y de ponerlas al servicio de todas las personas con las que nos encontremos. Ésta la verdadera Ética Interpersonal, así es como nos formamos, éste es el contagio de la nueva conciencia que está difundándose por todo el planeta. Podemos elegir entre temer y augurar que la cultura humana está desmoronándose o, por el contrario, mantener la Visión de nuestro despertar individual y colectivo. Como la energía sigue al pensamiento y aquello en lo que centramos nuestra atención y nuestras emociones es lo que finalmente acaba por salir, aquello que esperemos y que alimentemos se convertirá en una plegaria que saldrá de nuestro interior con una fuerza tal que tenderá a producir el fin que hayamos imaginado. Por estos motivos, y puesto que a lo que debemos aspirar es a una solución de los males que nos aquejan a través de un contacto con nuestra alma y un aumento de la vibración espiritual propia y colectiva, cada persona debe elegir conscientemente y alimentar la visión más favorable del futuro con todo el amor que sea capaz de sentir. Cuantas más personas obremos de este modo, el campo metamórfico de nuestra especie se irá ampliando hasta alcanzar una masa crítica a partir de la cual los cambios esperados y alimentados se conviertan en reales y se extiendan por todos los rincones, aumentando también así a grados superiores la vibración espiritual de nuestro planeta, aumento que no sólo repercutirá en el plano físico sino también en otros planos a los que de momento no tenemos acceso.

El siguiente paso de esta evolución humana consciente hacia una realidad superior capaz de construir el Cielo en la Tierra, será entender a los ángeles, unos seres que toman la forma de estrías de luz blanca y que responden a nuestra fe y a nuestra visión, además de hacer milagros.

UNDÉCIMA REVELACIÓN

Esta revelación nos habla de los campos de plegaria o de intención, cuyo conocimiento hará avanzar la cultura humana un paso más. La Décima Revelación afirma, entre otras cosas, que el propósito humano en la Tierra es crear una cultura espiritual manteniendo la visión de un futuro relacionado con ella en todos los ámbitos, desde la familia hasta la industria, pasando por la enseñanza, la política, las finanzas, etc., si bien se quedó incompleta respecto a la forma exacta de mantener esa visión positiva y espiritual. Los campos de plegaria dan precisamente ese conocimiento: podemos mantener la visión de un mundo espiritual y actuar para hacerlo realidad a través de nuestro poder creativo. La cultura humana no podrá avanzar hasta que usemos conscientemente este poder al servicio de la evolución espiritual, tanto propia como colectiva y universal. Es decir, debemos actuar disponiendo metódicamente nuestros campos de plegaria sobre todas aquellas situaciones críticas determinantes. El verdadero papel de los medios de comunicación, sobre todo la televisión (visión a distancia, no sólo física sino también mental), que presenta con todo detalle y viveza lo que ocurre a miles de kilómetros de distancia, es mostrar las zonas problemáticas. Cada vez que veamos a través de ella una discusión, un debate, un atropello, unas imágenes de violencia o cualquier otro acto en el que un/a ser human@ resulte agredid@, humillad@ o devaluad@ de algún modo, debemos ser conscientes de la lucha que se está dando entre las tinieblas y la luz, dedicando todo el tiempo necesario para usar nuestro campo de plegaria dirigiéndolo hacia la luz y proyectando ésta hacia ese lugar, puesto que la energía espiritual no tiene ni conoce los límites y puede llegar a cualquier situación o rincón del mundo por muy alejado que esté del lugar en que nos encontramos, llenándolo de amor y transformándolo poco a poco hasta que el conflicto cese y desaparezca. A medida que consigamos rodear e incluir a toda la Tierra en un gigantesco campo de plegaria, unificando todas las religiones y sacando lo idiosincrásico y particular de cada una de ellas, el trozo de verdad que cada una contiene y representa, podremos instruir a las personas que mantienen la negatividad en su mente y en su corazón pensando que esto no importa y que no tiene influencia más allá de sí mismas, para que la transformen en esperanza, confianza y fe, fortaleciendo con ello su propio poder personal y su propia capacidad para pensar y sentir de manera diferente a como lo han estado haciendo, con lo que también cambiarán sus palabras y sus actos.

En el preciso momento en que tod@s estemos plena y profundamente convencid@s de la existencia de los reinos angélicos y sepamos que podemos facultar sus poderes por derecho de nacimiento y de vida, podremos incidir de forma inmediata en cualquier situación requiriendo su presencia y su intervención, siempre y cuando, claro está, sea para el bien porque en caso de invocarlos para el mal desaparecerán y no nos ayudarán.

De acuerdo con esta revelación, es muy importante empezar a tejer una red consciente de pensamiento, conectarnos interactivamente un@s con otr@s para hacer realidad la visión del Paraíso Terrenal en nuestro planeta, empezando por quienes tenemos este conocimiento y, posteriormente, compartiéndolo con todas aquellas personas con las que nos relacionamos en nuestra vida y a quienes les interese saber.

IDEAS CLAVE DE CADA REVELACIÓN

PRIMERA REVELACIÓN: Tomar consciencia de las sincronías, de su validez y de su importancia.

SEGUNDA REVELACIÓN: Contemplar la propia historia de vida con una perspectiva y una orientación amplias, evolutivas y espirituales.

TERCERA REVELACIÓN: Tomar consciencia de que el Universo al completo es energía y de que ésta envuelve todo cuanto existe, aprendiendo también a percibirla.

CUARTA REVELACIÓN: Darnos cuenta de la pugna por el poder en las relaciones humanas, de la forma en que las personas ejercemos el control para dominar el encuentro con otras personas y obtener así la energía que necesitamos para sentirnos fuertes y segur@s.

QUINTA REVELACIÓN: Tomar el mensaje de l@s místic@s como cierto y admitir que el Universo nos proporciona cuanta energía necesitamos cuando nos abrimos y ponemos en sus manos.

SEXTA REVELACIÓN: Clarificar el pasado e identificar la farsa de control con la que nos manejamos en la vida y nos relacionamos con quienes nos rodean para obtener y/o recuperar energía.

SÉPTIMA REVELACIÓN: Aprender a agregarse al fluir energético permanente y a la vez cambiante del Universo para absorber y conservar nuestra energía en buen estado.

OCTAVA REVELACIÓN: Aprender y practicar la ética interpersonal, enseñarla a l@s niñ@s y adolescentes con quienes tengamos trato habitual: hij@s, alumn@s... También nos alerta sobre la adicción a otra/s persona/s, que interrumpe nuestro desarrollo y nuestra evolución.

NOVENA REVELACIÓN: Reducción de la población mundial y del consumo para vivir de manera armoniosa y coherente con la Tierra. Conservación de los lugares más bellos y energéticos para acudir a ellos en busca de energía. Cambios de profesión hasta encontrar la adecuada para cada un@. Los mensajes espirituales serán remunerados y así tendremos más tiempo libre para relacionarnos y evolucionar. Necesidad de aclarar el sentido de muchas religiones y transmitir a todo el mundo que tod@s llevamos dentro un/a dios/a interior unido a un/a Dios/a exterior.

DÉCIMA REVELACIÓN: Superación del miedo con la confianza y la fe, despertar y abrirnos al conocimiento de una realidad espiritual superior. Revisar y limpiar las emociones, perdonarnos y perdonar. Recordar el futuro y mantener la visión del propósito original y de la misión particular asumidos antes de nacer, haciendo lo mismo con el futuro y la misión colectivos, decantándose por elegir una plegaria positiva que se convierta en una profecía cumplida.

UNDÉCIMA REVELACIÓN: Conocimiento de los campos de plegaria y de intención. Cultivo de la energía positiva y espiritual para proyectarla allá donde haga falta luz y claridad para resolver sin violencia los conflictos, las dificultades, los problemas. Admitir la existencia de los Ángeles y facultarles para que nos ayuden cuando sea necesario.

- ❖ J. REDFIELD: Las Nueve Revelaciones - Ediciones B, S.A.
La Décima Revelación - Ed. Mondadori
La Undécima Revelación - Ed. Mondadori



CÓMO AFRONTAR Y RESOLVER CONFLICTOS Y PROBLEMAS

La resolución de conflictos y de problemas es un procedimiento para afrontar y superar con éxito dificultades e inconvenientes, cotidianos o especiales, con la menor cantidad de energía, de esfuerzo y de tiempo posibles, conservando la tranquilidad y la confianza, viendo los problemas como oportunidades para experimentar, evolucionar, ser creativ@, ampliar los horizontes, expandirnos, ejercitar nuestras habilidades y aprender otras nuevas, de manera que salgamos enriquecid@s y fortalecid@s de todas las situaciones que salen a nuestro encuentro: material, mental, emocional, espiritual y socialmente, porque debemos y podemos procurar que estos cinco centros salgan beneficiados de todo cuanto acontece a lo largo de nuestra vida.

Todas las personas, de manera innata, somos solucionador@s de problemas y nos pasamos una gran parte del tiempo resolviendo dificultades de una u otra forma, con menor o mayor acierto, pero la verdad es que siempre salimos de todos los atolladeros. De todas las posibilidades que hay para afrontar los acontecimientos, no todas son iguales de prácticas, de rápidas ni de efectivas, lo que no significa que tengamos que asumir esto sin más, ya que podemos aprender y desarrollar, como si de cualquier otra destreza se tratara, una buena estrategia para afrontar y resolver con éxito cualquier percance que se presente, de una manera organizada y sistemática, dos ingredientes esenciales para que las cosas salgan como queremos.

Un planteamiento básico de la estrategia de resolución de conflictos y de problemas que explico a continuación, es que nuestra perspectiva y nuestra actitud sobre la situación de que se trate y lo ocurrido en ella, pueden facilitar o dificultar cómo lo afrontamos y lo resolvemos, reduciendo o aumentando con ello tanto sus efectos como sus consecuencias. Cuando la actitud y la perspectiva se centran en que el problema puede solucionarse, es decir: en la solución y no en la dificultad en sí, nos sentimos más confiad@s y motivad@s para afrontarlo, tenemos más ánimo y ganas de llevar a cabo las acciones oportunas, somos incluso capaces de disfrutar porque nos estamos moviendo, estamos aprendiendo y evolucionando al mismo tiempo, ya no

seguiremos siendo l@s mism@s, algo habrá cambiado interna y externamente, por pequeño e imperceptible que sea. Centrarnos en lo positivo, por lo tanto, facilita la materialización del proceso y aumenta la probabilidad de éxito, dándonos también ánimo y confianza para el futuro porque, si resolvemos las cosas una vez y las superamos, ¿habría alguna razón lógica para que no pudiéramos hacerlo todas las demás que se presenten?

En cambio, si la actitud y la perspectiva se centran en los problemas o en el temor a no poder resolverlos, le pondríamos una bandeja de plata al desánimo y evitaríamos afrontarlos, omitiendo también realización las acciones que podrían solucionarlos, a veces incluso contando con los medios y las herramientas necesarias para hacerlo. Esta actitud no sólo deja el problema sin arreglar, también nos cierra el paso al aprendizaje y, lo que es aún peor, incide negativamente en el ánimo y en la confianza para el futuro. Esto, paradójicamente, da lugar a más problemas, situándonos en el no puedo y en la incapacidad. Una vez asumido esto, persistimos que lo correcto es volver la cara hacia otro lado, ignorar las dificultades, evitarlas o esperar que otras personas tomen cartas en el asunto y lo resuelvan.

Un proverbio chino que viene ahora muy bien dice: **Si tienes un problema, ¿de qué te preocupas? Si no tienes un problema, ¿de qué te preocupas?** Efectivamente tiene razón. Cuando tenemos un problema no tenemos que preocuparnos, debemos ocuparnos en darle solución. Cuando no hay problemas tampoco nos tenemos que preocupar ni estar esperándolos a la vuelta de la esquina, ya vendrán cuando tengan que venir o, más bien, cuando les llamemos a gritos por no hacer cuanto está en nuestras manos para que las cosas vayan bien, salvo imponderables de la vida sobre los que nuestra capacidad humana carece de influencia o de control. En las rachas de bonanza y de calma nuestra principal ocupación debe ser vivir en paz y tranquil@s, disfrutando de lo que la vida nos ofrece, compartiéndolo con quienes no están en tan buena situación y guardando un poco de grano para el invierno, sin miedo a la carencia sino por puro y simple sentido común.

Otro aspecto importante para resolver problemas y conflictos es tener consciencia de dos cosas, una es nuestra propia capacidad para afrontar y superar lo que nos encontremos, la otra es

la parte de responsabilidad que nos corresponde en la solución de cuanto nos ocurra. Para que esta capacidad y responsabilidad puedan crecer y multiplicarse, es necesario el compromiso personal para dedicar el tiempo, el trabajo, la energía y la dedicación necesarios para resolver las dificultades que surjan, o bien para mejorar las diversas situaciones en que estamos envuelt@s, cuando no haya asuntos concretos que arreglar, cambiando por el camino la actitud y la perspectiva respecto a un@ mism@, a l@s demás y al mundo que nos rodea.

FASES DEL PROCESO

La resolución de problemas y de conflictos, así como la puesta a punto de situaciones vitales pasa por varios estadios (D' Zurilla, 1986). No siempre es necesario andarlos todos pero sí conviene aprender el proceso de forma sistemática y ordenada porque en ocasiones será necesario para un afrontamiento exitoso:

1. Orientación del problema o de la situación.
2. Definición y formulación del problema o de la situación.
3. Elaboración de soluciones alternativas.
4. Decisión.
5. Aplicación y verificación de las soluciones.

En este momento y antes de explicar en qué consiste cada estadio propongo un ejercicio escrito, anotando en primer lugar cómo piensas que es tu manera general de percibir las situaciones, problemáticas o normales, y cuál es tu actitud ante ellas, tratando de explicar los motivos. En segundo lugar, anotarás cómo sueles actuar en tu vida cotidiana: afrontando los acontecimientos o evitándolos, detallando también los motivos. Por último, escribe qué sueles pensar, sentir y hacer a partir del momento en que surge un problema o una situación imprevista que te produce incomodidad, preocupación, desasosiego; qué sueles pensar, sentir y hacer cuando lo has resuelto o lo has superado de alguna manera y en qué forma influye todo esto en situaciones o problemas posteriores.

Las fases de la estrategia para resolver conflictos y problemas son las siguientes:

Orientación del problema o de la situación. En este momento revisamos el ejercicio sugerido en el párrafo anterior, para ver cuál es nuestra manera habitual de afrontar las situaciones vitales y de resolver los conflictos o las dificultades que en ellas nos encontramos: evitación o afrontamiento. Con frecuencia, tendemos a evitar aquello que no manejamos con soltura, culpándonos por ello o culpando a otras personas, tanto por lo ocurrido como por la propia respuesta ante ello. También es frecuente pensar que si hubiéramos hecho o dejado de hacer algo determinado, el problema no habría surgido y que si nos encontramos con dificultades es porque tenemos grandes e insuperables defectos, de manea que hagamos lo que hagamos nada podrá cambiar. Esta manera de pensar hace que nos sintamos anormales, inútiles, estúpid@s, desafortunad@s, deprimid@s, incapaces de aprender y un montón de etiquetas negativas más, que sintonizan con el papel de víctima de las circunstancias, alejándonos de nuestro papel verdadero: director@s y actor@s de nuestra vida. Asumir y alimentar a la víctima da lugar a una imagen negativa e irreal de un@ mism@, a una falta de confianza en las propias posibilidades, a una disminución de nuestras energías y poderes internos, que son muchos y muy ricos, inclinándonos a tirar la toalla, a darnos por vencid@s y a abandonarnos a lo que está sucediendo, esperando de brazos cruzados que cambie por sí solo con el transcurso del tiempo o que alguien se encargue de arreglarlo en nuestro lugar.

La tendencia a ignorar o evitar los problemas es propia de personas que, o bien reducen al máximo los beneficios y las ventajas que podrían obtener solucionándolos o, al menos, admitiendo y afrontando la situación de que se trate, o bien exageran al máximo los perjuicios y los inconvenientes que podrían aparecer si se equivocan o fracasan en su intento de resolverlo o afrontarlo. Este estilo de reacción, que no de respuesta, a las dificultades o limitaciones de la vida es adquirido por herencia social y por lo tanto aprendido, no está en los genes ni es innato en las personas, lo que quiere decir que podemos cambiarlo aprendiendo otra manera de hacer las cosas.

Es cierto que en cada familia hay una predisposición a padecer cierto tipo de conflictos y problemas: físicos y materiales, psíquicos, emocionales, espirituales, laborales, sociales... También es verdad que una gran parte de esa predisposición podría reducirse con una educación personal centrada en las potencialidades y no

en las carencias. La herencia social siempre tiene mayor peso que la herencia genética, porque es constante y vitalicia. Sin embargo, los genes los recibimos una sola vez y aunque su contenido influye en muchos aspectos de nuestra vida, no la van a determinar por completo. Los genes contienen posibilidades, muchas de las cuales se convierten en realidades y no se pueden cambiar, como por ejemplo la estatura, el color de los ojos, el color de la piel..., ya que son características cerradas. Otras, respecto a la persona como tal y con independencia de su físico, nunca están terminadas del todo y son características abiertas, como por ejemplo: la inteligencia, la sociabilidad, la capacidad de pensar y de aprender, la conducta, los valores humanos, la evolución... Gracias a esa apertura nos las pueden enseñar y las podemos aprender, adquiriendo así habilidades y destrezas de manejo que nos permiten vivir la vida de forma más positiva, optimista y confiada, afrontando de este modo cuantos retos se presenten en nuestra vida y olvidándonos del éxito y del fracaso.

Tener pocas herramientas, no saberlas valorar, no emplearlas todo lo que dan de sí y cerrarnos a buscar otras, influye mucho en cómo percibimos las situaciones: más graves y difíciles de lo que son y además irresolubles, motivos que alimentan la negación y la evitación. Pero evitar un problema no lo resuelve, provoca otros mayores y contribuye a que nos sintamos y nos pensemos como incompetentes, incapaces, anormales...

Con la orientación del problema lo que pretendemos precisamente es modificar cómo lo percibimos y qué perspectiva se nos ocurre sobre su solución o afrontamiento. Un primer paso es aceptar que una cierta dosis de problemas, dificultades, limitaciones y conflictos forma parte de la vida de todas las personas, no se puede eludir ni eliminar. El paso siguiente es considerar los obstáculos de una forma más positiva, es decir: dejar de verlos como amenazas, agresiones personales y castigos, acostumbrarnos a tomarlos como pruebas, retos y oportunidades: para aprender, practicar el autocontrol, crecer y mejorar internamente, evolucionar, madurar, transmutarnos y modificar cuanto nos rodea... La percepción y la expectativa de que podemos resolver los problemas y la confianza en nuestra capacidad para hacerlo, nos ayudan a afrontarlos y superarlos satisfactoriamente, aunque para lograrlo tengamos que aprender cosas nuevas o usar de forma distinta las que conocemos.

También hay que recordar en esta fase que afrontar y solucionar situaciones requiere tiempo, trabajo, energía, paciencia, perseverancia, ilusión, compromiso y capacidad para demorar la recompensa que supone resolverlas. Otro aspecto importante de la orientación del problema es ser conscientes de la influencia que los pensamientos y las emociones tienen en el manejo y la solución de los conflictos.

Definición y formulación del problema. Esta fase tiene como propósito obtener la mayor cantidad posible de información objetiva sobre la situación concreta que debemos afrontar y resolver. Para ello y en primer lugar, contemplamos el problema como la diferencia existente entre lo que hay y pasa en la situación actual y lo que quiero que haya. La información objetiva y real sobre el acontecimiento de que se trate, sobre mis actos, sobre las consecuencias, sobre los obstáculos y las facilidades para resolverlo, sobre los medios con los que cuento y los que debo buscar..., proporciona datos importantes, necesarios para eliminar o reducir al mínimo posible la discrepancia entre lo que sucede y lo que quiero que suceda. Para recoger esa valiosa información debemos estar muy atent@s, observando y registrando todo lo que nos parezca útil, para después reflexionar sobre ello. También debemos examinar qué condiciones antecedentes y qué problemas no resueltos están causando o aumentando el problema actual.

La definición de las situaciones y de los problemas puede centrarse en la meta o en la emoción. Cuando se centra en la meta, la definición pretende mejorar la situación problemática. Cuando se centra en la emoción, trata de modificar las reacciones ante ella. Es conveniente incluir definiciones y metas de ambos tipos. Una vez hemos identificado y definido el problema, establecemos las metas a conseguir, incluyendo en ellas tanto los pensamientos, sentimientos y conductas necesarios para resolver la situación, como los beneficios de la solución: personales, sociales, laborales, materiales... En este contexto entendemos por meta lo que cada un@ desea que ocurra como resultado de resolver un problema o de afrontar una situación, que nunca puede ser a costa de otras personas ni perjudicándolas de algún modo. Las metas siempre deben ser realistas, alcanzables, concretas y específicas, cualidades que también debemos aplicar al tipo de conducta, a la cantidad y a las condiciones en que la llevaremos a cabo para que la solución se produzca. También debemos identificar los inconvenientes y los obstáculos que puedan surgir e

interferir en el logro de la meta, no para asustarnos sino para estar preparad@s y saber atajarlos a tiempo. Otro aspecto importante de esta fase es comprender que la complejidad de muchas de las situaciones con las que a lo largo de la vida nos encontramos, requiere un acercamiento abierto, creativo y flexible, que contemple y tenga en cuenta diversos puntos de vista y diferentes alternativas de solución.

Elaboración de soluciones. El propósito de este paso es buscar tantas soluciones como sea posible y para ello tenemos que pensar qué puede hacerse para manejar, resolver o mejorar el problema o la situación de que se trate. En esta fase no pensamos cómo llevaremos a cabo las distintas soluciones encontradas, eso vendrá después. Sólo nos concentramos en imaginar una gran cantidad de soluciones nuevas y originales, independientemente de lo ridículas o extremas que nos puedan parecer. Partimos de la base de que cuanto mayor sea la cantidad de soluciones producidas, mayor será la cantidad de soluciones disponibles para escoger y llevar a cabo. Asimismo, cuando aplazamos el análisis, el juicio y la evaluación crítica de las alternativas surgidas, las soluciones finales son de mayor calidad. Anotamos todas las soluciones que surjan en una lista y después identificamos cuántas estrategias diferentes tiene cada solución. Si hay pocas soluciones o pocas estrategias, es conveniente elaborar soluciones con más estrategias, o bien más soluciones para una estrategia específica.

Esta fase es una tormenta o lluvia de ideas que pretende, entre otras cosas, aumentar nuestra capacidad para imaginar y crear cuantas más soluciones y puntos de vista mejor, lo que redundará en una comprensión de los acontecimientos más amplia, más variada y más clara, y por consiguiente en un mejor afrontamiento, además de favorecer nuestra inspiración, inventiva y creatividad, tanto para la situación concreta a resolver como para problemas futuros y lo que es aún más importante: para tener una vida más relajada, libre y satisfactoria, sabiendo que siempre está a nuestro alcance lo que necesitamos para salir adelante y prosperar.

Cuando un mismo problema tiene muchas metas, tenemos que buscar y elaborar soluciones diferentes para cada una y aplicarlas paulatinamente ya que, ante situaciones y dificultades compleja, una solución simple es con frecuencia inadecuada.

Decisión. El objetivo de esta fase es evaluar cuál, de todas las encontradas, es la mejor solución para el problema o la cuestión concreta a solucionar o mejorar, analizando y comparando todas las alternativas elaboradas. En primer lugar repasamos la lista de alternativas y descartamos aquellas que no sean factibles o que impliquen algún riesgo grave o perjuicio, para un@ mism@ o para otras personas. Yo recomiendo guardar las soluciones que actualmente no se pueden llevar a cabo, porque algunas sí podemos realizarlas más adelante. Incluso si algunas siguen sin poderse llevar a cabo siempre servirán como base y fuente de nuevas ideas.

La mejor solución siempre es aquella que aumenta los beneficios y las ventajas al máximo, disminuyendo los inconvenientes al mínimo: a corto, medio y largo plazo, tanto para un@ mism@ como para l@s demás y para la situación en sí. Ninguna solución dará sólo beneficios y ventajas ni dará todos los beneficios y las ventajas posibles, de la misma manera que tampoco contendrá todos los inconvenientes. Todas las soluciones tienen un beneficio y un coste, unas ganancias y unas pérdidas o renunciaciones. La ventaja o el inconveniente absoluto no existen, razón por la que hablamos de aumentar los beneficios al máximo y de disminuir los costes al mínimo.

Después de revisar la lista de soluciones es necesario reflexionar para anticipar los resultados a obtener con cada alternativa y evaluarlas según estos cuatro criterios:

1. ¿Quedará resuelto el problema o afrontada y superada la situación?
2. ¿Cuánto tiempo, trabajo y energía hacen falta para resolver el problema o afrontar la situación?
3. ¿Cuál será el estado de bienestar emocional antes, durante y después de llevar a cabo la solución, tanto para mí como para quienes me rodean?
4. ¿Qué consecuencias tendrá la solución sobre el bienestar personal, general y social?

Una vez seleccionadas y evaluadas todas las soluciones factibles, respondemos a estas preguntas:

1. ¿Puedo resolver el problema o afrontar la situación?
2. ¿Hace falta más información antes de seleccionar y aplicar la solución?

3. ¿Qué solución o combinación de soluciones debo usar para resolver el problema o afrontar la situación?

Si la respuesta a estas preguntas es que no podemos resolver el problema con las soluciones elaboradas, seguramente está mal definido, o carecemos de buena información sobre él, en cuyo caso debemos repetir las fases dos, tres y cuatro antes de tomar una decisión. Si respondemos satisfactoriamente las tres preguntas, podemos elegir qué solución aplicar en primer lugar y llevarla a cabo sin preámbulos ni dilación. La solución elegida siempre tiene que ser coherente y consistente con la meta propuesta.

Aplicación y verificación de las soluciones. El objetivo en esta fase es probar las soluciones seleccionadas para las metas a alcanzar y verificar si resuelven el problema o, como mínimo, sirven para salir airoso de la situación. Como hasta el mismo momento de aplicar una solución, y según de lo que se trate incluso bastante tiempo después, no vemos materializarse efectivamente el resultado, por mucho que anticipemos e imaginemos que es bueno y beneficioso, cuantas más soluciones tengamos y probemos mejor.

Buscar, encontrar y llevar a cabo soluciones no puede ser flor de un día, sino un trabajo continuo y constante hasta lograr el resultado deseado, así que deben ir acompañadas de comprensión, perseverancia, ánimo y motivación para no rendirse, optimismo, tiempo, flexibilidad y apertura, energía, coraje, serenidad, confianza, seguridad, fe, esperanza, paciencia...

Por último y para verificar si el plan elaborado funciona, seguimos estos cuatro pasos:

1. Aplicar la solución elegida. Si surgen obstáculos al aplicar la solución, como por ejemplo: errores en la conducta a realizar, conflicto emocional, pensamientos negativos, inseguridad..., nos centramos en ellos en primer lugar, para controlarlos y reducirlos a un grado mínimo, de manera que podamos continuar con nuestro plan.
2. Prestar mucha atención, observar y registrar posteriormente: los propios pensamientos, sentimientos y actos mientras aplicábamos la solución elegida, los efectos, las consecuencias y las reacciones de otras personas cuando las haya.

3. Evaluar si la solución elegida y realizada ha logrado la meta deseada, teniendo en cuenta cuatro áreas:
 - a) El problema queda resuelto o la situación mejora
 - b) Bienestar emocional: propio y ajeno
 - c) Tiempo y esfuerzo necesarios
 - d) Proporción total de beneficios y costes, de ventajas e inconvenientes, de logros y renunciaciones.
4. Si la solución usada cumple todos los criterios, nos felicitamos y reconocemos verbalmente nuestro éxito. Solucionar un problema o aprender a manejar mejor una situación, son logros que contienen la recompensa en sí mismos, por la cantidad de molestias e inconvenientes que nos ahorran, por mostrarnos nuestra capacidad para conseguir lo que nos proponemos cuando trabajamos con alegría, ganas, motivación y esfuerzo, por disolver una gran cantidad de conflictos, entre otras muchas cosas. Si la solución empleada no resuelve el problema, tenemos que revisar tanto el plan elaborado como la aplicación real, para localizar qué ha fallado e intentarlo de nuevo, repitiendo los pasos que sean necesarios hasta conseguirlo.



LOS PLANETAS EN LA CARTA ASTRAL: LA LUNA

CLASIFICACIÓN DE LOS ONCE PLANETAS QUE FORMAN EL SISTEMA SOLAR:

1. Luminares:

- a) Sol: Ego, personalidad, ser esencial, padre
- b) Luna: Sensibilidad, emociones, temperamento, madre

2. Personales e Individuales:

- a) Mercurio: Inteligencia, pensamiento, comunicación
- b) Venus: Emoción, relaciones, placer
- c) Marte: Acción, actividad, impulso, coraje

3. Cinturón de Asteroides:

Frontera social: Ceres: Gran Madre, Madre Naturaleza

4. Personales y Sociales:

- a) Júpiter: Expansión, apertura, optimismo, facilidades, beneficios, pasa la luz
- b) Saturno: Frontera física: Restricción, contención, orden, obstáculos

5. Transpersonales o transaturnianos:

- a) Quirón (Asteroide): Frontera espiritual: Sanación, puente del arco iris
- b) Urano: Revolución, imprevisión, lo nuevo y original
- c) Neptuno: Espiritualidad y misticismo, sostiene la luz
- d) Plutón: Purificación y transmutación, destrucción de lo viejo para que nazca lo nuevo

LUNA

CORRESPONDENCIAS DE LA TRADICIÓN HERMÉTICA DEL SIGLO XVI:

Elemento: Agua

Signo: Cáncer

Polaridad: Femenina

Casa: Cuatro

Diosas mitológicas: Artemisa, Neith

Ángel: Gabriel (Oeste)

Colores: Blanco, Plateado

Anatomía: Mamas, Pulmones

Chakra: Sacro o sexual

Metal: Plata

Día: Lunes

SÍMBOLO: El símbolo de la Luna está formado por dos semicírculos unidos en los extremos, significando el principio y el fin de las cosas, la

personalidad externa, la manera en que l@s human@s percibimos la energía solar, representando también la receptividad.

CARACTERÍSTICAS GENERALES: Aun siendo astronómicamente un satélite, por el tipo de funciones que desempeña la Luna y por la importancia que tienen sobre nuestro planeta y nuestra vida, se considera una estrella o lumínica ya que, al reflejar la luz del Sol, ilumina nuestro cielo nocturno. La Luna es la refracción del Sol y, en cierto sentido, representa al cuerpo vital. Es una completa antítesis del Sol, una estrella fija, siendo ella la más voluble de todos los cuerpos celestiales y la única que tiene fases dependiendo de su posición con respecto al astro rey y a la Tierra.

El campo de actuación de la Luna son los sentimientos, la sensibilidad, las emociones, las facultades mágicas, la mediumnidad... Su energía actúa de forma sutil a través del inconsciente, es más suave que la solar y por este motivo muchas personas la asimilan mejor que la del Sol. Sintoniza con el arquetipo de la madre que enseña con suavidad y dulzura, con menor claridad y fuerza que el Sol, a la vez que protege, da calor y evita el sufrimiento. Como protectora de la infancia es el planeta que más influencia tiene en nuestra vida y en nuestro ser durante esa época, hasta que paulatinamente vamos desarrollando las cualidades solares.

La Luna nos proporciona imaginación, así como capacidad de crear y engendrar, no en vano es un símbolo de fertilidad por excelencia, informándonos también de la memoria y del pasado. En la Carta Natal de un hombre representa, además de a su madre, a las mujeres de su vida y también su propia energía femenina. En la Carta Natal de una mujer también representa a su madre, además de su propio carácter y el modo en que expresa su sensibilidad y emotividad.

Una persona con una Luna fuerte en su Carta Natal tiene y expresa una gran sensibilidad, está inclinada a disfrutar de lo que la vida le dé. Cuando esta luminaria esté en aspecto tenso con otro planeta, la forma de expresar la emotividad estará obstaculizada, así como también habrá dificultades en las relaciones con su madre, tanto si es hombre como si es mujer.

DEFECTOS: Susceptibilidad, sensibilidad, pereza, debilidad, falsedad.

VIRTUDES: Sensibilidad, emotividad, protección, creación, fertilidad.

QUÉ REPRESENTA: La popularidad, el pueblo, la masa, la fertilidad, las mujeres, la madre, la esposa, los cambios, los desplazamientos, las personas

jóvenes, tímidas y miedosas, los lugares públicos, la familia, el domicilio, los líquidos, la plata.

QUÉ RIGE: La Naturaleza, las aguas, las mareas, los lagos, los ríos, los estanques, la vida pública, la subordinación, el comercio de servicios públicos o domésticos, la alimentación y las bebidas.

POSICIÓN EN LA CARTA NATAL: La posición de la Luna en la Carta Natal es el sector donde más emotividad expresaremos y donde será muy necesario combinar la razón con los sentimientos para no excedernos y salirnos de unos límites adecuados. Asimismo indica la manera que tenemos de refugiarnos y de protegernos ante la vida y ante los miedos.

FASES LUNARES: Cada 45° la Luna cambia de fase, de manera que es el único cuerpo celeste que tiene varios aspectos físicos, dependiendo de dónde esté respecto al Sol y a la Tierra, dando esto lugar a ocho posiciones básicas, que determinan ocho tipos de temperamento lunar, cada uno con sus características particulares y muy importante para conocer las emociones y los sentimientos de las personas. Las ocho fases lunares son:

1. Luna Nueva: En esta fase la Luna está de 0 a 45° por delante del Sol. Dura los tres días y medio siguientes a la Luna Nueva. Las personas con esta fase lunar tienden a ser muy subjetivas, impulsivas y emocionales en su manera de responder a las relaciones y los procesos sociales, pudiendo producirles confusión, tendencia a la proyección de las propias preocupaciones e intereses sobre los demás y el mundo, a vivir la vida y el amor como si fueran sueños o pantallas sobre las que hay que proyectar la propia imagen, y muy a menudo la parte sombría de uno mismo. Les puede resultar difícil tener conciencia del motivo por el que hacen las cosas. Los planes establecidos, los horarios y las estructuras elaboradas no les van bien, se sienten mejor y más tranquil@s cuando pueden meterse en experiencias nuevas con espontaneidad, sin planes ni lógica, sólo por sentir que deben hacerlo. Emocionalmente son algo inmaduras. Su situación frente a cualquier situación es entusiasta, vigorosa y llena de vida, ya que proyectan su naciente personalidad en el medio. Son posibles los sentimientos de no pertenecer al mundo, aunque estén en él.
2. Fase Creciente: La Luna está entre 45° y 90° por delante del Sol. Comienza tres días y medio después de la Luna Nueva. Los nacidos en esta fase lunar deben fomentar la fe en sí mismos, la autoafirmación y el afán de superar los obstáculos cuando llevan a

cabo sus impulsos vitales. Pueden sentirse rodeadas y oprimidas por los fantasmas del pasado, por sus dependencias, esquemas inconscientes de comportamiento, hábitos, adicciones, inseguridad y miedo a lo desconocido. Su mayor prueba es la de romper con los valores, las actitudes y las tradiciones culturales o familiares, así como desarrollar una nueva y completa identidad. Son personas muy sensibles y susceptibles ante las necesidades emocionales de sus seres queridos, muy vulnerables y fáciles de manipular emocionalmente. Su cuerpo es frágil y se sienten mejor en un ambiente conocido, familiar, cómodo y seguro, siendo precisamente esta necesidad de intimidad y seguridad la que las mantiene muy apegadas al pasado. A medida que tienen éxito en la superación de los obstáculos y desarrollan la autoconfianza, la fe en sí mismas, la persistencia y la determinación, adquieren paulatinamente más fuerza.

3. Fase de Cuarto Creciente: La Luna está entre 90° y 135° por delante del Sol, es decir, de siete a diez días y medio después de la Luna Nueva. Las personas nacidas en esta fase lunar están siempre dispuestas a poner a prueba su fuerza incipiente, quieren ser las primeras en llegar, moldear, dirigir y controlar su ambiente. Son impacientes ante cualquier limitación que restrinja sus movimientos e impida su posterior desarrollo. Tendrán que enfrentarse a muchas crisis, lo que les obligará a elegir entre varias alternativas, a tomar un camino y a actuar de acuerdo con sus decisiones. La incapacidad de decisión de muchas de estas personas a menudo está mezclada con el miedo, considerándose como una falta de valor. El miedo paraliza su capacidad de actuar y cualquier futura evolución se ve interrumpida. Son muy poco tolerantes con quienes intentan reprimirles, limitarles o impedir su actuación. La fuerza de voluntad, el valor y la confianza en sí mismas son las principales características de estas personas, si bien el exceso de egocentrismo también puede dominarles, sí que deben aprender a dominar la gran cantidad de energía que es liberada en esta fase. Tienen capacidad para ponerse a la altura de las circunstancias cuando las cosas van mal y liberan mucha adrenalina como respuesta a tanta actividad. Necesitan escapar de lo conocido, un síntoma de que no pueden construir ni conservar una sólida estructura que sirva de apoyo al objetivo de su vida.
4. Fase de Luna Gibosa: La Luna está entre 135° y 180° por delante del Sol. Para estas personas tiene mucha importancia desarrollar la

capacidad de crecimiento personal. Quieren contribuir de manera valiosa y significativa a su sociedad, a su cultura o a la Vida en general. Tienen una mente aguda y una gran capacidad para asociar ideas y conceptos. Deben aprender a vivir con las decisiones tomadas y con lo ya construido. Es habitual en ellas tener una constante sensación de insatisfacción y uno de los aprendizajes importantes que deben adquirir es el desarrollo de la perseverancia y la flexibilidad, con el fin de realizar sus proyectos. Continuamente se analizan y analizan sus actos, para encontrar cómo mejorar sus actos y la manera de hacer las cosas. Sienten siempre la necesidad de eliminar todo cuanto les resulte superficial o inútil en su vida. Su mente es aguda y perspicaz, preguntándose constantemente cómo, por qué y para qué las cosas son y funcionan de una manera determinada y qué ocurriría si se emplearan otros métodos. Son muy perfeccionistas y a veces esto les da problemas.

5. Fase de Luna Llena: La Luna está entre los 180° y los 135° por detrás del Sol. Las personas nacidas en esta fase lunar deben aprender a usar su mente para llevar a cabo el objetivo de su vida. Tienen que ser conscientes del objetivo y de la intención por los cuales las cosas han sido construidas de una determinada manera y aprender a infundir significado a las estructuras de su vida. Pueden experimentar con claridad la polaridad, tanto en ellas mismas como en quienes les rodean. Todo lo concerniente a las relaciones es para ellas excepcionalmente importante, resultándoles muy difícil aceptar la soledad o vivir sin pareja. Como esta fase lunar sincroniza con la vibración de la oposición, les hará sentirse dividid@s y experimentar un permanente conflicto interior, pudiendo cada uno de los polos obstaculizar al otro, en cuanto a ver sus necesidades completamente culminadas o respecto a actuar al máximo de su capacidad, por lo que deben tomar consciencia de la otra parte y unificarse. Cuando no pueden integrar los dos polos experimentan un fracaso profundo, se sienten como globos desinflados y piensan que su vida carece de sentido. Es este proceso el que, inconscientemente, provoca la necesidad de unión y de fusión con otr@: pareja, maestr@, doctrina..., como manera de procurarse un sentido y un significado para la estructura de su vida, si bien es muy importante que desarrollen la objetividad en la manera de relacionarse con es@ otr@.

6. Fase de Luna Menguante o Diseminadora: La Luna está entre los 135° y los 90° por detrás del Sol. El concepto diseminador se debe a que estas personas quieren demostrarle a l@s demás lo que han aprendido o experimentado. En negativo, puede convertirse en un/a fanátic@ o ser influid@ por las emociones de la masa. Ésta es una fase de gran comunicación: a través de la palabra, la escritura, el trabajo... Vienen con una tendencia a penetrar en sí mismas, asimilar y personificar aquello que les ha sido revelado, integrando sus valores en una útil filosofía de vida. Para ellas, la autovaloración está basada en su habilidad para expresar y compartir sus conocimientos sobre algo que tenga sentido y que pueda ser conscientemente visualizado dentro de un contexto social mucho más amplio. Pueden caer en actitudes intolerantes y rígidas, por lo que deben ser conscientes de que, si bien para ellas es una necesidad difundir su mensaje, no tiene por qué serlo para l@s demás. Tienden a participar en acciones de grupo y a defender causas significativas con el fin de despertar la consciencia de l@s demás con respecto a algún ámbito particular de las experiencias de la vida.
7. Fase de Cuarto Menguante: La Luna está entre los 90° y los 45° por detrás del Sol. Esta fase da una tendencia a experimentar crisis en la consciencia. Lo más importante para estas personas es la encarnación de sus creencias ideológicas en sistemas definidos de pensamiento y en instituciones concretas. En las relaciones personales y sociales tienden a forzar los asuntos, basándose en algún principio importante para ellas y que sienten que deben defender, tal vez a cualquier precio. A menudo se consideran pioner@s, por lo que pueden carecer de flexibilidad. Interiormente se sienten insatisfech@s y su vida está marcada por un constante deseo de volver la espalda a lo realizado. La desilusión les domina, porque no se sienten capaces de seguir un estilo de vida que para ell@s carece de sentido. Deben olvidar y dejar atrás todos aquellos condicionantes que marcaron sus primeros años de vida ya que, de no hacerlo, no funcionarán muchas de las maneras en las que intentarán vivir su vida. Pueden reaccionar con irritabilidad y frustración o con resignación, de cualquier manera deben cambiar sus hábitos y valores, algo que les resulta duro porque durante este proceso se produce un gran vacío, con el que hay que convivir durante un tiempo antes de empezar a llenarlo.
8. Fase de Luna Balsámica: La Luna está entre los 45° y los 0° por detrás del Sol. Esta última fase del ciclo lunar establece un puente

METAMORFOSIS – NÚMERO 13 – ABRIL 2010

entre la muerte de lo viejo y el nacimiento de lo nuevo. La personalidad de l@s nacid@s en esta fase es una de las más complejas, puesto que parecen nadar entre dos aguas: el pasado y el futuro. Estas personas se verán inmersas en un sinnúmero de intensas y breves relaciones, no sólo de pareja sino también de amistad, en el trabajo, la escuela, la comunidad, el tiempo libre..., experimentando hacia las personas unos sentimientos instantáneos de simpatía y familiaridad, produciéndose un profundo intercambio pero desapareciendo después todas estas personas de la vida de quienes nacen durante esta fase lunar. Suelen ser las ovejas negras de la familia, porque la vida tal como la viven la mayoría de las personas no tiene mucho significado para ell@s. De mayores pocas veces colman las expectativas o aspiraciones de sus padres. Con frecuencia deben romper conscientemente con su pasado y con su propia identidad o destruir alguno de sus aspectos, gracias a lo cual son verdaderos especialistas en acabar cosas, sabiendo perfectamente cuándo algo se ha terminado y ha llegado el momento de seguir adelante y buscar otras cosas. Desde jóvenes son conscientes de que en ell@s hay algo diferente y fuera de lo común, son l@s visionar@s del Zodíaco y van de tres a cinco años por delante de su tiempo, algo que a veces les hace sentirse acomplexad@s y avergonzad@s, sentimientos de los que se liberan cuando aceptan y asumen sus peculiaridades. Si bien estas personas son un producto de su pasado, el propósito de su vida les impulsa hacia el futuro con una gran fuerza. Han venido para transformar sus visiones en realidades para sembrar en las futuras generaciones, de manera que lo importante para ell@s no es su persona ni que se les recuerde, sino su semilla y su ideal como parte del futuro.



EL RINCÓN DE LA MEDITACIÓN

MEDITAR: Entrar en el vacío y en el silencio interior, conectar con la parte más íntima de nuestro ser, amorosamente y en calma, centrando toda nuestra atención en ello y dejando a un lado cuanto nos pueda perturbar. Una vez estamos tranquil@s y con la mente lo más vacía de contenidos posible, podemos hacer dos cosas: mantenernos en un estado contemplativo, observando únicamente las sensaciones y los sentimientos que tal estado nos produce, o aprovechar ese tiempo y ese espacio en los que todo es posible, para imaginarnos y visualizar todo tipo de escenas, paisajes, acontecimientos... Previamente a la meditación es necesario realizar unos minutos de relajación, con el fin de reducir cualquier malestar o incomodidad previos que podamos tener, así como también para aproximarnos adecuadamente al ejercicio. Una vez realizada, es conveniente escribir en un cuaderno o diario personal lo experimentado durante esta práctica, las facilidades y las dificultades que hayamos notado, lo que nos ha sugerido, etc. Meditar diariamente no sólo calma nuestro ánimo y nuestra mente, también es una buena disciplina para fortalecer otras facultades, como por ejemplo: la atención, la concentración, la visualización y la intuición.

Para este mes os propongo dos meditaciones. Una es para vosotr@s: meditar cada día con uno de los Arcanos Mayores del Tarot: de Marsella, Rider-White o Golden Dawn. La otra es para vuest@s hij@s, niet@s, sobrín@s, alumñ@s... pequeñ@s. En esta modalidad, y hasta que l@s niñ@s aprenden a meditar por sí mism@s, es necesario dirigir el ejercicio e irles diciendo los pasos a seguir.

MEDITACIÓN CON LOS ARCANOS DEL TAROT

Una vez relajad@, en calma y con la mente vacía:

1. Baraja el mazo de cartas cuantas veces lo consideres oportuno, puedes cortarlo o no, como prefieras, extiéndelas boca abajo sobre una mesa o un tapete en el suelo, cierra los ojos y coge una
2. Coloca el Arcano frente a ti o sujétalo con las manos y obsérvalo detenidamente durante unos minutos, para fijarte bien en todos los detalles, formas y colores de la figura, absorbiendo y empapándote de su

- porte, de su postura, de lo que le rodea, de la impresión mental y emocional que hace surgir en ti
3. Piensa en lo que te sugiere la imagen que estás viendo, qué te recuerda, qué significado le das, en qué te sientes en sintonía con ella, en qué te sientes diferente, qué piensas y sientes que te puede proporcionar, enseñar, indicar... Después:
 4. Visualiza durante unos minutos el Arcano por encima y por detrás de tu cabeza y, a continuación, empieza a bajarlo y colocarlo mentalmente en cada uno de los puntos siguientes, para que los envuelva y les transmita su energía:
 5. Entrecejo
 6. En cada uno de los ojos
 7. En la nariz
 8. En cada uno de los oídos
 9. En la boca
 10. En la garganta
 11. En el corazón
 12. En el plexo solar
 13. En el ombligo
 14. En las palmas de las manos
 15. En el sacro y las cuatro vértebras lumbares
 16. En la base de la columna
 17. En las rodillas
 18. En las plantas de los pies
 19. Coloca la carta con la figura hacia delante en cada uno de los puntos indicados, para sellar las visualizaciones y fijar el efecto energético conseguido
 20. Visualiza y observa el Arcano envolviendo todo tu cuerpo de la cabeza a los pies, como si te hubieras convertido en la figura que representa, para manifestar y desarrollar en tus actividades cotidianas y relaciones, sus cualidades y características más positivas.

ASPECTOS CLAVE DE LOS ARCANOS MAYORES DEL TAROT

EL LOCO: Libertad, gran aporte de energía, viaje, búsqueda, origen, derrotero, esencia, fuerza de liberación, lo irracional, caos, huida, locura.

EL MAGO: Astucia, iniciación, necesidad de ayuda, habilidad, juventud, potencialidades, concretar, discípul@, malicia, locuacidad, talento, trampos@ sagrad@

METAMORFOSIS – NÚMERO 13 – ABRIL 2010

LA PAPISA: Fe, conocimiento, paciencia, santuario, fidelidad, pureza, soledad, silencio, severidad, matriarcado, rigor, gestación, virginidad, frío, resignación, acumulación...

LA EMPERATRIZ Fecundidad, creatividad, seducción, deseo, poder, sentimientos, idealismo, naturaleza, elegancia, abundancia, cosecha, belleza, eclosión, adolescencia, estallido creativo, expresión.

EL EMPERADOR: Estabilidad, dominio del mundo material, poder, responsabilidad, racionalidad, apoyo, gobierno, materia, solidez, jefe, equilibrio, orden, potencia, padre.

EL PAPA: Mediador, puente, ideal, sabiduría, guiar, comunicación, enseñanza, verticalidad, proyecto, fe, maestro, ejemplo, casar, poder espiritual, santidad.

EL ENAMORADO: Unión, vida emocional, Eros, corazón, elección, conflicto, ambigüedad, triángulo amoroso, vida social, comunidad, herman@s, hacer lo que me gusta.

EL CARRO: Acción en el mundo, expresión, manifestación, amante, príncipe, triunfo, facilidad, conquistar, fecundar, colonizar, viajar, dominar, dejar hacer, guerrero, eternidad.

LA JUSTICIA: Mujer, soberana, maternidad, balanza, cimiento, lo completo y perfecto, decidir, valor, presencia, hacer trampa, autorizar, prohibir, equilibrar, perfección...

EL ERMITAÑO: Crisis, tránsito, sabiduría, soledad, desprendimiento, terapia, experiencia, pobreza, iluminar, vejez, retroceder, frío, receptivo, antiguo, silencio.

LA RUEDA DE LA FORTUNA: Principio, mitad o final de un ciclo, riqueza, bloqueo, renovación, enigma, solución, ciclo, impermanencia, mutación, eterno retorno, comienzo y fin, cuerpo-corazón-mente, destino, giro.

LA FUERZA: Animalidad, fiereza, primitivismo, impulsividad, profundidad, voz, pubertad, decir, callar, renacimiento, fuerza, comienzo creativo, nueva energía, comunicar, sentir...

EL COLGADO: Parada, meditación, don de sí mism@, sacrificio, inmovilidad, no elegir, gestación, feto, profundidad, invertid@, esperar, demora, suspensión, reposo...

EL ARCANO SIN NOMBRE: Transformación profunda, revolución, cambio, mutación, ira, limpieza, cosecha, esqueleto, cortar, avanzar, eliminar, destruir, rapidez.

TEMPLANZA: Protección, circulación, curación, Ángel de la Guarda, medida, mezcla, armonía, benevolencia, prudencia, templar, salud, ecuanimidad...

EL DIABLO: Fuerzas del inconsciente, pasión, creatividad, tentación, deseo, apego, encadenamiento, dinero, contrato, profundidad, oscuridad, miedo, prohibición, inconsciente, sexualidad, pulsiones.

LA TORRE: Apertura, emergencia de lo que estaba cerrado, templo, construcción, alegría, desbordamiento, choque, expresión, celebración, danza, destapar, apertura, mudarse, estallar.

LA ESTRELLA: Actuar en el mundo, encontrar el propio sitio y aposentarse en él, suerte, nutrir, sacralizar, respetar, fecundidad, don, inspiración, feminidad, canto, estelar, cósmico, ecología, irrigar, estrella del espectáculo...

LA LUNA: Potencia femenina receptiva, noche, intuición, feminidad, madre cósmica, sueño, receptividad, reflejar, misterio, atracción, imaginación, magnetismo, gestación, locura, poesía, incertidumbre, fases...

EL SOL: Arquetipo paterno, nueva construcción, calor, amor, brillo, potencia, nueva vida, claridad, luz, tránsito, consciencia, padre cósmico, gemelos, irradiar, atravesar, infancia, éxito, evolución.

EL JUICIO: Nueva consciencia, deseo irresistible, vocación, llamada, nacimiento, renacimiento, obra, unión, familia, trascendencia, emerger, música, suscitar.

EL MUNDO: Síntesis del Tarot y de la vida, realización total, alma, mundo, plenitud, éxito, heroísmo, genio, santidad, danza, éxtasis, universal, materialización, globalidad.

MEDITACIÓN DE LA ESTRELLA Y EL ÁNGEL DE LA GUARDA

Vas a imaginarte una estrella en el cielo, por encima de tu cabeza y lo más alta posible. Es una estrella grande, brillante, muy bonita y que desprende mucha luz. Coloréala con el color que más te guste: rosa..., azul..., amarilla... morada..., de plata o de oro, como tú quieras. También puedes imaginártela con dibujos en su interior: círculos, lunares, mariposas, flores... Como esa estrella es sólo para ti, puede ser como tu escojas, lo importante es que la diseñes tú mism@, que la sientas como tuya y que te encuentres muy a gusto con ella cada vez que te la imaginas y la mantienes por encima de tu cabeza. Mientras lo haces, notas que tu respiración es mucho más pausada y rítmica, tranquila y cómoda. Esto te ayuda a concentrarte en la estrella, que poco a poco va llenando tu mente, sin dejar sitio para otras ideas o imágenes.

Esa estrella que estás imaginando está llena de una preciosa, resplandeciente, brillante y cálida luz blanca. Quédate unos instantes con esa luz, obsérvala, siéntela. Ahora te vas a imaginar esa maravillosa luz bajando lentamente desde el cielo hasta la parte más alta de tu cabeza..., cuando haya llegado déjala ahí unos minutos y continúa respirando despacio, sigue en calma y disfrutando del ejercicio... A continuación, vas a meter esa luz pura y blanca en tu cabeza, hasta que la llene por completo y, después, bájala despacio por todo tu cuerpo, hasta que estés llen@ de esa luz por todas partes...

Siente la luz bajando por tu frente, tus ojos, tu nariz, tus oídos, tu boca, tu garganta y tu cuello, tus brazos y tus manos, tu pecho, tu estómago, tu tripa, tu espalda, tus piernas, tus pies..., notando cómo hasta la punta de tus dedos llega esa blanca luz y lo llena todo, iluminándote, calentándote, haciéndote brillar y resplandecer como antes lo hacía con tu estrella... Después de llenar los dedos de tus pies, la luz sigue bajando por debajo de ellos y llega hasta la tierra, iluminándola también, para que así te sientas unid@ tanto al Padre Cielo como a la Madre Tierra, una unión que nunca vas a perder y de la que te puedes acordar cuando estés cansad@, nervios@, triste, disgustad@, furios@, sin saber qué hacer...

Ahora vas a mirar dentro de tu corazón, para llenarlo de luz y de amor por todas las personas, animales, plantas, minerales... del mundo. ¿Notas cómo tu corazón se hace cada vez más grande? Eso ocurre porque lo tienes lleno de amor por todo lo que existe, incluid@ tú mism@, el ser a quien primero debes amar profundamente para después amar a l@s demás. Ve todavía más adentro de tu corazón para encontrarte con tu Ángel de la Guarda, que está allí esperándote para envolverte con doradas alas, que te protegen y te guardan de todo mal. Las alas del ángel con muy grandes y tan suaves como las plumas de los pájaros. Todas las personas tenemos un Ángel Guardián, que nos cuida, nos protege, nos ayuda y nos guía siempre, aunque no podamos verlo, y por eso, aunque a veces te lo parezca, nunca estás sol@, siempre hay alguien que te quiere y vela por ti: tu ángel. Recuerda esto siempre y llámalo cuando le necesites, él te responderá y hará que te sientas tranquil@ pase lo que pase.

Ahora, tu Ángel de la Guarda te acompaña a un bello jardín que sólo es para ti. A la entrada de ese jardín

hay un gran árbol: el árbol de los problemas y de la tristeza. Antes de pasar al jardín acompañad@ por tu ángel, vas a colgar en las ramas de ese árbol cualquier cosa que te preocupe, te enfade, te disguste, te haga sentirte mal... Es posible que hayas peleado con un/a compañer@, con tu herman@, con tu madre, con tu padre... O tal vez no has hecho todas las tareas que te encargó tu profesor/a. No importa lo que sea, el árbol guardará todos los problemas o los disgustos que tengas con tu familia, con tus amig@s o en el colegio. El árbol acepta y coge todo lo que quieras colgar en sus ramas, no va a regañarte ni a castigarte, sólo quiere que sueltes lo que hace que te sientas mal.

Mientras, tu Ángel Guardián está abriendo la verja del jardín para que entres y, una vez en él, descubres un paisaje y unos colores que nunca antes habías visto, una brisa y una fragancia que tampoco conocías, una temperatura maravillosa y un frescor inigualable... Absorbe todo esto al respirar, empápate de la belleza que te rodea, fija en tu retina la gran variedad de colores y llena bien con ello tu corazón, tu mente, tu cuerpo entero y tu espíritu... La hierba es de un verde vivo e intenso, el cielo es de un azul precioso, con algunas pequeñas y blancas nubes que parecen... En tu jardín todo está muy tranquilo, lleno de amor, de armonía, de luz, de calor, de buenas sensaciones... y todo esto es para ti, porque te lo mereces y eres dign@ de conocerlo, de tenerlo dentro y de disfrutarlo. Hazlo ahora y llévalo siempre dentro de tu corazón, en esa parte secreta que sólo tú conoces y a la que puedes acudir cuantas veces quieras. (Nombre de la niña/del niño), bendit@ seas por siempre jamás. Te bendigo con amor y luz.



PERLAS DE SABIDURÍA PERENNE

PENSAMIENTOS DEL CORAZÓN (LOUISE L. HAY)

ACCIDENTES

Creamos situaciones y después renunciamos a nuestro poder culpando a otr@s de nuestras frustraciones. No hay persona, lugar ni cosa que tenga poder alguno sobre nosotr@s. En nuestra mente sólo pensamos nosotr@s

Me expreso positivamente

En general, si tenemos un accidente y resultamos herid@s, eso quiere decir que en un nivel profundo nos sentimos culpables por algo y tal vez busquemos un castigo. Podemos guardar muchísima hostilidad reprimida y el sentimiento de que no tenemos el derecho de hacernos valer. Si somos nosotr@s quienes herimos a alguien, muchas veces se trata de la expresión inconsciente de un enojo reprimido. Siempre sucede algo más en nuestro interior. Un accidente es algo más que un accidente. Cuando tengas alguno, mírate por dentro para averiguar cómo estás y después, bendice con amor a las demás personas involucradas si las hay, liberándote por completo de la experiencia.

ACCIÓN DIVINA

Adondequiera que vayas y con quienquiera que te encuentres, allí hallarás a tu propio amor esperándote

Sigo la senda de la acción correcta

En la Infinitud de la Vida, donde estoy, todo es perfecto, entero y completo. Sé que soy un@ con la Fuente, que sigo la senda de la acción correcta y en todo momento actúo según este principio. Escojo mis pensamientos para que armonicen con todo aquello que es para mi supremo bien y mi máximo júbilo. Mi calidad de vida refleja este estado, en el que durante todo el día de hoy quiero estar.

Amo la vida y me amo. En cada momento estoy a salvo. Todo está bien en mi mundo.

AFIRMACIONES

Cuando haces afirmaciones abandonas el papel de víctima. Ya no te sientes impotente y reconoces tu propio poder

Doy el paso que me llevará a sanar

Una afirmación es un punto inicial, algo que abre el camino. Por medio de ella dices a tu subconsciente: **Asumo la responsabilidad. Me doy cuenta de que puedo hacer algo para cambiar.** Si repites a menudo la afirmación, o bien estarás list@ para dejar que lo que sea suceda y la afirmación se volverá verdad, o bien se abrirá ante ti un camino nuevo. Quizás tengas una idea brillante o un/a amig@ te llame para decirte: **¿No has intentado nunca hacer esto?**, y te verás guiad@ a dar el paso que te llevará a sanar.

Las afirmaciones proporcionan a tu subconsciente algo sobre lo que trabajar en el momento

Estoy abiert@ y receptiv@

Cuando hacemos afirmaciones creamos lo bueno en nuestra vida, pero si alguna parte de nosotr@s mism@s no cree que seamos dign@s de ello, nuestras afirmaciones no se harán realidad. Entonces seguramente diremos: Las afirmaciones no funcionan, pero eso no es cierto. Si no conseguimos lo que queremos es porque no creemos que nos lo merecemos.

Debemos tomar conciencia de qué es lo que creemos

Las respuestas que hay dentro de mí llegan fácilmente a la conciencia

Si haces tus afirmaciones delante de un espejo, ten siempre a mano lápiz y papel, para que puedas tomar nota de los mensajes negativos que lleguen a tu mente mientras las dices. No es que tengas que trabajar en ese mismo momento con ello. Puedes sentarte más

tarde a revisar tu lista de respuestas negativas, si las tienes, y empezar a entender por qué no consigues lo que dices querer. Si no tomas conciencia de tus mensajes negativos, es muy difícil que los modifiques.

PENSAMIENTOS PARA REFLEXIONAR:

- ❖ Cuanto más envejezco más escucho a los que hablan poco (G. G.)
- ❖ Todos quieren cambiar el mundo pero nadie piensa en cambiarse a sí mismo (L. Tolstoi)
- ❖ Envidia es el arte de contar las dichas ajenas en vez de las propias (H. C.)
- ❖ La adulación es moneda falsa, que no circularía de no ser por la vanidad (La Rochefoucauld)
- ❖ La fábrica que produce el mejor producto es el hogar (C. W.)
- ❖ Más cerca (está) de los dioses aquel que sabe callar aun teniendo la razón (Catón)
- ❖ No dejes que los confines de tu mente y tu corazón te cieguen, porque las cosas más bellas y sencillas en el universo del ser, ocurren sin alguna explicación (Anónimo)
- ❖ Lo que sabemos es una gota de agua; lo que ignoramos es el océano (Isaac Newton)
- ❖ Todos los días Dios nos da un momento en que es posible cambiar todo lo que nos hace infelices. El instante mágico es el momento en que un sí o un no pueden cambiar toda nuestra existencia (Paulo Coelho)
- ❖ La esperanza es un árbol en flor que se balancea dulcemente al soplo de las ilusiones (Severo Catalina)
- ❖ Por muy larga que sea la tormenta, el sol siempre vuelve a brillar entre las nubes (Khalil Gibran)
- ❖ Lo pasado ha huido, lo que esperas está ausente pero el presente es tuyo (Proverbio árabe)
- ❖ Como flores hermosas, con color pero sin aroma, son las dulces palabras para quienes no obran de acuerdo con ellas (Buda)
- ❖ Algún día, en cualquier parte, en cualquier lugar, indefectiblemente, te encontrarás a ti mism@ y esa, sólo esa, puede ser la más feliz o la más amarga de tus horas (Pablo Neruda)
- ❖ En el corazón de todos los inviernos vive una primavera palpitante, y detrás de cada noche viene una aurora sonriente (Khalil Gibran)
- ❖ La mitad de la belleza depende del paisaje y la otra mitad de la persona que la mira (Lin Yutang)

METAMORFOSIS – NÚMERO 13 – ABRIL 2010

- ❖ Quien conserva la facultad de ver la belleza no envejece (Franz Kafka)
- ❖ Nuestra recompensa se encuentra en el esfuerzo y no en el resultado. Un esfuerzo total es una victoria completa (Mahatma Gandhi)
- ❖ La felicidad humana generalmente no se logra con grandes golpes de suerte, que suelen ocurrir pocas veces, sino con pequeñas cosas que ocurren todos los días (Benjamin Franklin)
- ❖ Nunca desistas de un sueño. Sólo trata de ver las señales que te llevan a él (Paulo Coelho)
- ❖ La dicha de la vida consiste en tener siempre algo que hacer, alguien a quien amar y alguna cosa que esperar (Thomas Chalmers)
- ❖ Cuando quieras realmente una cosa, todo el Universo conspira para ayudarte a conseguirla (Paulo Coelho)
- ❖ El alma que hablar puede con los ojos también puede besar con la mirada (Gustavo Adolfo Bécquer)
- ❖ Es difícil coger un pez en la pecera, sobre todo cuando no está (Proverbio chino)
- ❖ La pesca es algo así como la poesía, hay que nacer pescador (Izaak Walton)
- ❖ Podrán agotar la pesca pero nunca los océanos (F. Romero)
- ❖ En la naturaleza no hay nada superfluo (Averroes)
- ❖ Sólo la naturaleza hace grandes obras sin esperar recompensa alguna (A. I. Herzen)
- ❖ La naturaleza es grande en las cosas grandes, mas es grandísima en las cosas diminutas (Jacques-Enri B.)
- ❖ En la oración es preferible tener un corazón sin palabras que palabras sin corazón (M. Gandhi)
- ❖ La vida comporta mucho dolor y quizás el único dolor que podemos evitar es el que nos produce tratar de evitar el dolor (R.D. Laing)
- ❖ No agarres una espina: Al aferrarnos a nuestros deseos hacemos que se intensifique el dolor (Proverbio budista)
- ❖ Lo que se desata en el Cielo, queda atado en la Tierra. En la Tierra (madre) como en el Cielo (padre), abajo como arriba (Viejo dicho)
- ❖ La energía sigue al pensamiento. Aquello en lo que centramos nuestra atención es lo que obtenemos (Dicho antiguo)
- ❖ Cuando el/la aprendiz está preparad@: el/la maestr@ parece (Antiguo dicho)
- ❖ Tu deseo es tu oración. Imagina que tu deseo es satisfecho, SIENTE su realidad y experimentarás la alegría que produce el que tu ruego haya sido atendido (J. Murphy)

METAMORFOSIS – NÚMERO 13 – ABRIL 2010

- ❖ La mente construye el cuerpo y es capaz de restaurarlo
- ❖ Las desgracias sobrevienen a las personas más sabias y bondadosas (Proverbio pauni)
- ❖ Espera tres años y cada desastre se convertirá en una bendición (Proverbio budista)
- ❖ Cosas que no quiero para hoy: ni juicios, ni críticas, ni murmuraciones, ni quejas



PETICIONES A LA LUNA NUEVA DE ABRIL

Cuando la Luna está en fase de Nueva, pasa entre el Sol y la Tierra, quedando oculta por su propia sombra, motivo por el que durante este período, no podemos ver a nuestro satélite en el cielo. Cada 45° la Luna cambia de fase, de manera que es el único cuerpo celeste que tiene varios aspectos físicos, dependiendo de dónde esté respecto al Sol y a la Tierra, dando esto lugar a ocho posiciones básicas, que determinan ocho tipos de temperamento lunar, cada uno con sus características particulares y muy importante para conocer las emociones y los sentimientos de las personas.

Durante esta fase, que dura tres días y medio, la Luna se alinea con el Sol, es decir, está en conjunción con él. Psicológicamente, las personas nacidas con esta fase lunar tienden a ser muy subjetivas, impulsivas y emocionales en su manera de responder a las relaciones y los procesos sociales, pudiendo producirles confusión, tendencia a la proyección de las propias preocupaciones e intereses sobre los demás y el mundo, a vivir la vida y el amor como si fueran sueños o pantallas sobre las que hay que proyectar la propia imagen, y muy a menudo la parte sombría de uno mismo. Les puede resultar difícil tener conciencia del motivo por el que hacen las cosas. Los planes establecidos, los horarios y las estructuras elaboradas no les van bien, se sienten mejor y más tranquilos cuando pueden meterse en experiencias nuevas con espontaneidad, sin planes ni lógica, sólo por sentir que deben hacerlo. Emocionalmente son algo inmaduras. Su situación frente a cualquier situación es entusiasta, vigorosa y llena de vida, ya que proyectan su naciente personalidad en el medio. Son posibles los sentimientos de no pertenencia al mundo, aunque estén en él.

Astrológicamente, podemos trabajar con los ciclos de la Luna Nueva para hacer realidad aquellos deseos y objetivos que nuestro ser más profundo verdaderamente quiere, pidiéndolos durante esta fase lunar, hasta cuarenta y ocho horas después de la hora exacta de la Luna Nueva, aunque el momento más poderoso está dentro de las primeras ocho horas. Las reglas a tener en cuenta para que nuestras peticiones naveguen con viento propicio y lleguen a un puerto seguro son las siguientes:

METAMORFOSIS – NÚMERO 13 – ABRIL 2010

1. ESCRIBE tu lista de deseos en las ocho horas siguientes al momento exacto de la Luna Nueva, siempre que sea posible
2. ESCRIBE tus deseos a mano cada mes
3. NO ESCRIBAS más de diez deseos en un solo Día de Poder
4. ESCRIBE más de un deseo en cada Día de Poder
5. PON FECHA Y FIRMA a tus listas de deseos y guárdalas
6. CONFÍA en ti al escribir esos deseos que realmente te hagan sentir en armonía el día exacto de la Luna Nueva
7. CONFÍA en tu propio proceso. El Universo quiere que seas feliz. Si un deseo no se hace realidad inmediatamente, continúa repitiéndolo o espera a ver qué beneficio inesperado llega en su lugar
8. NO PIDAS deseos para otras personas. No funcionará
9. PIDE deseos que cambien TU aproximación a otras personas en las que quieras influir
10. CREE en tus sueños y persíguelos. Confía en tu capacidad de pasar las pruebas de carácter que te despejarán el camino para experimentar tu propia felicidad interior
11. CREE en ti. Continúa repitiendo los deseos de tu lista hasta que se hagan realidad
12. PIDE más de un deseo en un área que sea especialmente importante o difícil para ti
13. AVANZA con la nueva energía a medida que ésta vaya surgiendo
14. ¡NO TE PERMITAS quedarte estancad@ en tus viejas respuestas habituales!
15. CONFÍA en tu sabiduría interior cuando pongas tus mensajes por escrito. ¿Las palabras usadas te hacen sentir en armonía? Si no es así, busca otras que estén más en línea contigo
16. NO ESCRIBAS deseos con los que no te sientas totalmente cómod@, aún cuando tengan un sentido lógico
17. MANTÉN los deseos separados; de otro modo, no se harán realidad

El miércoles 14 de Abril, a las 14:29 horas es el día en que la Luna entra en fase Nueva, correspondiéndole el signo de Aries que, como ya sabéis comenzó el pasado 20 de Marzo. ¿Qué podemos pedirle a esta Luna? Por ejemplo: Nuevos comienzos, estar centrad@, inocencia, autenticidad, autodescubrimiento, independencia, valentía, dejar de estar absort@ en un@ mism@.

METAMORFOSIS – NÚMERO 13 – ABRIL 2010

ARIES RIGE LOS NUEVOS COMIENZOS, INCLUYENDO: Nuevos caminos resplandecientes, los comienzos, la energía intensificada, emprender una acción, los enfoques innovadores. Ejemplos de deseos para estimular una energía elevada y la iniciativa son:

- Quiero encontrarme fácilmente comenzando una acción en relación con _____
- ¡Quiero montones de energía y vitalidad!
- Quiero encontrarme fácilmente realizando actividades que aumenten mi energía
- Quiero un nuevo comienzo fructífero en el área de _____
- Quiero que todos mis miedos respecto a mis brillantes y energéticamente nuevos inicios con _____ desaparezcan fácilmente
- Quiero que todos los temores de ser la/el primer@ se alejen totalmente de mí
- Quiero encontrarme fácilmente teniendo la iniciativa de maneras que creen confianza y apoyo mutuos en mi relación con _____
- Quiero iniciar un nuevo comienzo feliz en mi relación con _____

ARIES RIGE AL YO, INCLUYENDO: El cuerpo físico, temas de supervivencia, los instintos, la firmeza. Ejemplos de deseos para fortalecer el Yo son:

- Quiero que mi costumbre de perder los límites de mi propia identidad sea totalmente suprimida
- Quiero que la costumbre de abandonarme sea eliminada fácilmente en mí
- Quiero encontrar fácilmente que el resplandor y la alegría se manifiestan en mi rostro y en mi apariencia física
- Quiero encontrarme fácilmente confiando en mis instintos
- Quiero estar consciente de mí mism@ y aceptarme, caminando por este planeta como _____ (una mujer hermosa, un hombre guapo)
- Quiero tenerme en cuenta en todas las situaciones
- Quiero encontrarme fácilmente haciendo elecciones que sean para el mayor beneficio de mi propia supervivencia
- Quiero encontrarme fácilmente acogiéndome y queriéndome
- Quiero encontrarme fácilmente afirmándome continuamente de una forma sana

METAMORFOSIS – NÚMERO 13 – ABRIL 2010

ARIES RIGE LA INOCENCIA, INCLUYENDO: La honestidad, la autenticidad, la impulsividad, la franqueza. Ejemplos de deseos para promover la autenticidad son:

- Quiero encontrarme fácilmente actuando según mis impulsos constructivos interiores
- Quiero encontrarme fácilmente comprometiéndome de una forma que me permita que _____ vea quién soy y me respete
- Quiero encontrarme fácilmente mostrando mis pensamientos y mis sentimientos
- Quiero tener una confianza absoluta simplemente siendo yo mism@
- Quiero encontrarme fácilmente diciendo las palabras correctas a aquellas personas que son un reflejo de mi verdadero ser
- Quiero encontrarme fácilmente siendo auténtic@ con l@s demás: dejándoles saber lo que estoy experimentando interiormente de una forma amable y sin culparles
- Quiero encontrarme fácilmente siendo más honesta respecto a quién soy en mi relación con _____
- Quiero encontrarme fácilmente siendo más franc@ en mis relaciones

ARIES RIGE EL AUTODESCUBRIMIENTO, INCLUYENDO: La exploración, correr riesgos, el afán, la competencia. Ejemplos de deseos para un mayor autodescubrimiento son:

- Quiero encontrarme fácilmente corriendo riesgos que me conduzcan al crecimiento personal y a una renovación positiva
- Quiero encontrarme fácilmente llen@ de ilusión para explorar cada nuevo día
- Quiero ver cualquier contratiempo como una oportunidad para un autodescubrimiento creativo
- Quiero encontrarme fácilmente llen@ de la alegría del descubrimiento de mi mism@ en cada área de mi vida
- Quiero que toda aversión a explorar nuevos caminos desaparezca totalmente en mi
- Quiero encontrarme fácilmente compitiendo y ganando de una forma sana, no agresiva
- Quiero conectar con otras personas de maneras que despierten mi propio sentido del autodescubrimiento

ARIES RIGE LA INDEPENDENCIA, INCLUYENDO: La dirección de un@ mism@, la seguridad en una mism@, la autonomía, la autosuficiencia. Ejemplos de deseos para reforzar la independencia son:

- Quiero encontrarme fácilmente aceptando el liderazgo de mi propia vida
- Quiero encontrarme fácilmente siendo buen@ y generos@ conmigo mism@
- Quiero experimentar la independencia en mi relación con _____
- Quiero encontrarme fácilmente tomando caminos independientes que sean sanos y constructivos para mí
- Quiero encontrarme fácilmente cultivando el hábito de la confianza en mí mism@
- Quiero encontrarme fácilmente tomando decisiones que sean para mi mayor bien
- Quiero encontrarme fácilmente confiando en mí
- Quiero encontrarme fácilmente siguiendo mis propios instintos constructivos al tomar decisiones

ARIES RIGE LA NATURALEZA GUERRERA, INCLUYENDO: La valentía, el liderazgo, la fortaleza, la vigilancia, la audacia. Ejemplos de deseos para inspirar la valentía son:

- Quiero tener la valentía de ser yo mism@
- Quiero grandes dosis de energía vital sana y de valentía en todas las áreas de mi vida
- Quiero encontrarme fácilmente cogiendo las riendas con confianza en el tema de _____
- Quiero tener mucho coraje y conciencia para ir activamente hacia mis propias metas
- Quiero estar llen@ de fuerza y audacia en mi aproximación a _____
- Quiero permanecer siempre vigilante en el asunto de _____ (no seguir posponiendo mis nuevos proyectos de trabajo, estar más pendiente de mis hij@s, mantener una dieta sana, realizar mis ejercicios físicos diarios...)

ARIES TAMBIÉN RIGE EL ESTAR ABSORT@ EN UN@ MISM@, INCLUYENDO: No estar pendiente ni consciente de l@s demás, el egoísmo, la vanidad, la acción impulsiva que deja de lado a otras personas, la ira, la impaciencia. Ejemplos de deseos para librarnos de la absorción en nosotr@s mism@s son:

- Quiero que mi tendencia al aislamiento egoísta sea totalmente eliminada

METAMORFOSIS – NÚMERO 13 – ABRIL 2010

- Quiero dejar de realizar actos impulsivos que vayan en contra de mi mayor bien
- Quiero que la vanidad y mi hábito de juzgar sean totalmente suprimidos
- Quiero que toda ira que no sea constructiva desaparezca fácilmente en mí
- Quiero que cualquier instinto de supervivencia que sea socialmente contraproducente sea suprimido en mí con facilidad
- Quiero que toda mi impaciencia desaparezca fácilmente
- Quiero que mi falta de consciencia de l@s demás, que es contraproducente, sea completamente suprimida

EN CUANTO A LA RECUPERACIÓN DE LA SALUD, ARIES RIGE: El acné, los ojos, la cabeza, la cara, el cuero cabelludo, el cerebro, los dolores de cabeza y los mareos. Ejemplos de deseos para maximizar la buena salud en las áreas del cuerpo que están específicamente gobernadas por Aries son:

- Quiero que tenga lugar una curación total en el área de mi _____ (zona superior del cuerpo regida por Aries)
- Quiero atraer y reconocer fácilmente a l@s sanador@s adecuad@s para mí y empezar a trabajar con ell@s para que sanen mi _____ (parte del cuerpo gobernada por Aries)
- Quiero atraer la información apropiada que conduzca a una sanación total de mi tendencia a _____ (dolencia corporal asociada a Aries)
- Quiero encontrarme fácilmente realizando una acción que me lleve a curar con éxito mi _____ (área del cuerpo gobernada por Aries) para conseguir una salud y una belleza perfectas.

❖ J. SPILLER: Astrología de la Luna Nueva - Ediciones Obelisco



LAS SIETE LEYES ESPIRITUALES DEL ÉXITO

Eres lo que es tu deseo profundo e impulsor.
Tal como es tu deseo, así es tu voluntad.
Tal como es tu voluntad, así son tus obras.
Tal como son tus obras, así es tu destino.

Upanishad Brihadaranyaka IV 4.5

Deepak Chopra, una autoridad mundial en el campo de la medicina mente-cuerpo y de la curación cuántica, nos ofrece, en un libro del que he tomado el título para este artículo, varias leyes que podemos aplicar en nuestra vida cotidiana, obteniendo con ello un caudal fluido de armonía, felicidad, abundancia y éxito en todos los campos de la existencia: material, emocional, mental, espiritual y social, siempre presente y disponible en el Universo, esperando únicamente que nos decidamos a levantar las manos y el corazón, con todos nuestros deseos ahí depositados, para empezar a moverse y ayudarnos a conseguirlos, siempre y cuando surjan de nuestro Ser verdadero y estén en armonía con quienes nos rodean y con todo cuanto existe.

Las siete leyes espirituales del éxito
son:

1. Ley de la Potencialidad Pura
2. Ley de la Entrega
3. Ley del Karma o de la Causalidad
4. Ley del Mínimo Esfuerzo
5. Ley de la Intención y del Deseo
6. Ley del Desapego
7. Ley del Dharma o del Propósito en la Vida

Ahora veamos más detenidamente cada una de estas leyes, que Chopra divide en dos partes, mostrándonos primero su significado esencial y diciéndonos después cómo podemos aplicarla cotidianamente.

LEY DE LA POTENCIALIDAD PURA

La fuente de toda la creación es la conciencia pura, la potencialidad pura que aspira a expresarse de lo no manifiesto en lo manifiesto. Y cuando nos damos cuenta de que nuestro Yo verdadero es de potencialidad pura, nos alineamos con el poder que lo manifiesta todo en el Universo.

La Ley de la Potencialidad Pura se basa en el hecho de que nosotr@s, en esencia: somos conciencia pura y ésta es potencialidad pura: el campo de todas las posibilidades y de la creatividad infinita. La conciencia pura es nuestra esencia espiritual, invencible, infinita e ilimitada. También es alegría pura, conocimiento puro, silencio infinito, equilibrio perfecto, simplicidad y dicha. El campo de la potencialidad pura es nuestro propio Yo, único y a la vez unido a un Espíritu que todo lo penetra. En la medida en que conocemos y reconocemos ese Yo y lo tomamos como punto de referencia interno, dejamos de estar influid@s por lo externo: objetos, situaciones, circunstancias y personas, dejando a un lado el miedo, el control y el poder sobre lo que nos rodea.

Nuestro Yo verdadero, espíritu o alma, como queramos llamarlo, está completamente libre de lo externo, es indestructible e inmune a las críticas, no teme a los desafíos, no se siente inferior ni superior a nadie, porque sabe que tod@s somos Uno, aunque llevemos vestidos diferentes. Su poder es el verdadero poder, interno y permanente, no ejercido para someter lo externo sino para manifestarlo en beneficio de todo cuanto existe y atrayendo como un imán las personas, las situaciones y las circunstancias que apoyan nuestros deseos ayudándonos a materializarlos.

APLICACIÓN DE LA LEY DE LA POTENCIALIDAD PURA

Para llevar a la práctica la **Ley de la Potencialidad Pura** me comprometo a dar cada día los pasos siguientes:

1. Dedicar algún tiempo a guardar silencio y simplemente ser, contactando así con el campo de la potencialidad pura. También practicar la meditación silenciosa al menos dos veces, una media hora por la mañana y otra media por la noche.

2. Estar en contacto y comunicación con la naturaleza y presenciar en silencio la inteligencia presente en todas las cosas vivas. Sentarme en silencio a contemplar una puesta de sol, a escuchar el sonido del mar o de un río, a oler el aroma de una flor..., disfrutando del palpitar de la vida, de la potencialidad pura y de la creatividad sin límites.
3. Abstenerme de las quejas, de las críticas, de los juicios de valor y de las murmuraciones: sobre mí y sobre otras personas. Empezar mi jornada con esta afirmación: **Hoy no juzgaré nada de lo que suceda**, recordándola a menudo.

LEY DE LA ENTREGA

El Universo opera por el intercambio dinámico. Dar y recibir son aspectos diferentes del flujo de energía universal. Y con nuestra disposición para dar aquello que buscamos, hacemos que la abundancia del universo siga circulando en nuestra vida, porque nada es estático y todo se mueve en una danza constante y sin fin.

Nuestra energía es una manifestación de la energía cósmica. El flujo de la vida no es otra cosa que la interacción armoniosa de todos los elementos y fuerzas que componen la estructura del campo de la existencia. Por este motivo, debemos tanto dar como recibir y así conservar la circulación de cualquier cosa que deseemos ver materializada en nuestra vida. La abundancia es como un flujo y el dinero, en realidad, es un símbolo de la energía vital que intercambiamos y de la energía vital que gastamos como consecuencia de los servicios que prestamos al Universo. Cuando nuestra economía está fuerte solemos decir que tenemos **liquidez**, una palabra que también refleja la fluidez de la energía.

Toda relación se basa en el equilibrio y la armonía entre el dar y el recibir, ya que ambos se engendran y alimentan mutuamente, además de que, en realidad, son lo mismo, porque ambos son dos aspectos diferentes del flujo energético del Universo, dos caras de una misma medalla, de manera que si nos estancamos o interrumpimos el flujo de cualquiera de los dos, obstaculizamos la inteligencia de la naturaleza.

La intención es esencial, tanto para entregar como para recibir y siempre debe ser crear felicidad para quien da

y para quien recibe, debido a que la felicidad y la alegría apoyan y sustentan la vida y, como consecuencia, genera ganancias e incrementos en todos los terrenos: material, mental, emocional, espiritual y social. Cuando entregamos incondicionalmente y con el corazón, lo que recibimos es directamente proporcional a lo que entregamos. Por eso la entrega tiene que ser alegre y desprendida, la intención debe estar tan centrada en la felicidad, que el mismo hecho de dar encienda y haga saltar de júbilo a nuestro corazón. Al sentirnos así, la energía que está detrás de la entrega se multiplica por un factor muy elevado.

APLICACIÓN DE LA LEY DE LA ENTREGA

Para llevar a la práctica la **Ley de la Entrega**, me comprometo a dar cada día los pasos siguientes:

1. Vaya donde vaya, llevar un regalo para todas las personas con que me relacione. El regalo puede ser una frase agradable, una flor o una oración. Hoy entrego algo a todas las personas con las que entre en contacto, poniendo así en marcha la circulación de la alegría, de la prosperidad, de la riqueza y de la abundancia, tanto en mi vida como en las vidas ajenas.
2. Recibir con agradecimiento y alegría todos los dones que hoy me ofrece la vida: la luz del sol y de la luna, el canto de los pájaros, la lluvia de la primavera o la nieve del invierno. También me abro a lo que recibo de quienes me rodean: regalos materiales, dinero, palabras amables, oraciones, gestos de amor...
3. Me comprometo a mantener la circulación de la riqueza en mi vida entregando y recibiendo los dones más preciosos y preciados que me ofrece: el interés, el afecto, el aprecio y el amor. Cada vez que me encuentro con alguien le deseo, calladamente: felicidad, alegría, buen humor, prosperidad, riqueza y abundancia.

LEY DE LA CAUSALIDAD O DEL KARMA

Toda acción engendra una fuerza de energía que vuelve a nosotr@s en igual cantidad. Lo que sembramos es lo que recogemos y cuando optamos por realizar actos que llevan la felicidad y el éxito a l@s demás y no sólo a nosotr@s mism@s, el fruto de nuestro karma son también la felicidad y el éxito.

El karma es, simultáneamente, acción y consecuencias de esa acción; es tanto causa como efecto, porque todo acto engendra una fuerza de energía que regresa a nosotr@s en igual cantidad, de manera que el karma o la causalidad implica el acto de tomar decisiones libres y conscientes, asumiendo la responsabilidad que tanto por ellas como por sus consecuencias: inmediatas, a corto, medio y largo plazo, nos corresponde. Como continuamente estamos tomando decisiones y eligiendo alternativas de acción, de las que nos guste o no somos responsables, ya sea que las hagamos con consciencia o con inconsciencia, por nuestro propio bien, por el de quienes nos rodean y por el de la Vida en su conjunto, elijamos la primera alternativa y centrémonos en decidir y hacer conscientemente, para que las consecuencias que de ello se deriven nos llenen de amor, paz y felicidad, que luego podamos irradiar a cuanto nos rodea.

Respecto al karma de vidas pasadas que, por no haber sido modificado y transmutado, influye en la vida presente, podemos hacer tres cosas. La primera es reconocer, afrontar y pagar nuestras deudas kármicas. La segunda consiste en transformar o transmutar nuestro karma convirtiéndolo en una experiencia de evolución y maduración, analizándola del siguiente modo: ¿qué aprendizaje contiene esta experiencia?, ¿para qué está ocurriendo esto?, ¿cuál es el mensaje que el Universo me está transmitiendo?, ¿cómo puedo hacer útil esta experiencia para mi prójimo?. Por último, podemos trascender el karma pasado, independizándonos y desapegándonos de él. Para ello, en estado de meditación, entramos y salimos del hueco del Yo, del Espíritu, lavando así sus semillas y trascendiéndolas.

APLICACIÓN DE LA LEY DE LA CAUSALIDAD O DEL KARMA

Para llevar a la práctica la **Ley de la Causalidad o del Karma**, me comprometo a dar cada día los pasos siguientes:

1. Observar las decisiones que tomo en cada momento para llevarlas a mi atención consciente. Sé que la mejor manera de prepararme para cualquier momento del futuro es ser plenamente consciente en el presente.
2. Al tomar cada decisión me hago las siguientes preguntas: ¿cuáles son las consecuencias de esta decisión que estoy tomando?, ¿me produce

realización personal y felicidad, se la produce a aquell@s a quienes de alguna manera afecta mi decisión?

3. Después, pido orientación a mi corazón y me dejo guiar por su mensaje de bienestar o de malestar. Si la decisión me produce malestar, me paro y acudo a mi visión interior para ver las consecuencias de mi acto. Si la decisión me produce una sensación de bienestar, sigo adelante sin titubear. Esta orientación me capacita para tomar decisiones espontáneamente correctas, tanto para mí como para todas las personas que me rodean.

LEY DEL MÍNIMO ESFUERZO

La inteligencia del Universo funciona con una facilidad libre de esfuerzos, sin preocupación, con armonía y con amor. Cuando domeñamos las fuerzas de la armonía, de la alegría y del amor, creamos el éxito y la buena fortuna con una facilidad libre de esfuerzos.

La inteligencia de la Naturaleza funciona con una facilidad libre de esfuerzos y con una despreocupación tranquila. Éste es el principio de la acción mínima, de la no resistencia, de la armonía y del amor. Cuando aprendemos de ella esta lección, realizamos fácilmente nuestros deseos. En la ciencia védica de la India, esta ley se llama principio de la economía de esfuerzo, o lo que es lo mismo: hacer menos para conseguir más. La inteligencia natural funciona sin esfuerzo, sin roces, con espontaneidad, porque es intuitiva, holística, nutriente y no lineal, de manera que cuando estamos en armonía con ella y asentad@s en el conocimiento de nuestro verdadero Yo, podemos hacer uso de la ley del mínimo esfuerzo y obtener incluso mejores resultados que los conseguidos anteriormente con más esfuerzo. Para que sea posible, todos nuestros actos, desde el más diminuto hasta el mayor, deben estar motivados por el amor: la energía que da cohesión a la Naturaleza y que emplea la mínima cantidad de fuerza para manifestarse.

Esta ley tiene tres componentes: aceptación, responsabilidad e indefensión. La aceptación es comprometerse con todo lo que ocurre en cada momento y saber que es tal como debe ser: perfecto y para mi mayor bien. La responsabilidad es, en primer lugar: eliminar la culpa de la situación, tanto propia como ajena y, a continuación: la capacidad de tener una respuesta creativa a la situación tal como es ahora,

aprovecharla como una oportunidad para la transformación del acontecimiento y, sobre todo: para mi propia transmutación. La indefensión es la renuncia a defendernos, a resistirnos y a luchar. No necesitamos justificarnos sino limitarnos a declararnos a nosotr@s mism@s nuestra intención y así sentir plenitud, placer, alegría, libertad e independencia en cada momento de nuestra vida.

APLICACIÓN DE LA LEY DEL MÍNIMO ESFUERZO

Para llevar a la práctica la **Ley del Mínimo Esfuerzo** me comprometo a dar cada día los pasos siguientes:

1. Practicar la aceptación. Hoy acepto a las personas, las situaciones, las circunstancias y los sucesos tal como ocurran. Sé que este momento es tal como debe ser, porque todo el Universo es tal como debe ser. No estoy dispuest@ a luchar contra todo el Universo luchando contra este momento. Mi aceptación es total y completa. Acepto las cosas tal como son en este momento y no tal como deseo que sean.
2. Al aceptar las cosas tal como son, asumo la responsabilidad de mi situación y de las circunstancias que veo como problemas. Sé que hacerme responsable significa no echar a nadie ni a nada la culpa de mi situación, ni siquiera a mí mism@. Sé también que todo problema es una oportunidad camuflada, permitiéndome esta atención a las oportunidades, tomar este momento y transformarlo en un beneficio superior.
3. Hoy, mi atención está establecida en la indefensión. Renuncio a la necesidad de defender mi punto de vista. No siento necesidad alguna de convencer ni de persuadir a l@s demás para que acepten mi punto de vista. Me mantengo abiert@ a todas las perspectivas, sin apegarme rígidamente a ninguna de ellas.

LEY DE LA INTENCIÓN Y DEL DESEO

A cada intención y a cada deseo le corresponde el mecanismo necesario y preciso para su realización. La intención y el deseo, en el campo de la potencialidad pura, tienen un poder organizador inmenso e infinito. Cuando introducimos la intención en el terreno fértil de la potencialidad pura, ponemos a trabajar para nosotr@s dicho poder organizador.

La base de esta ley es que la energía y la información están por todas partes en la Naturaleza. En el campo cuántico: otro nombre para la conciencia pura o la potencialidad pura, todo es energía e información, y está influido por la intención y el deseo. Todo el Universo, en su naturaleza esencial, es el movimiento de la energía y la información. Lo único que a los seres humanos nos diferencia de un pez, de un árbol o de una montaña es el contenido informativo y energético de nuestros respectivos cuerpos.

La especie humana tiene un sistema nervioso capaz de ser consciente del contenido energético e informativo del campo que da origen a nuestro cuerpo físico. Lo conocemos subjetivamente bajo la forma de nuestros pensamientos, sentimientos, emociones, deseos, recuerdos, instintos, impulsos y creencias. Y objetivamente bajo la forma del propio cuerpo y, a través de él, del cuerpo del mundo, aunque todo es la misma sustancia. El sistema nervioso humano también nos permite modificar conscientemente el contenido energético e informativo de nuestro cuerpo mecánico e influir, por lo tanto, sobre la energía y la información de nuestro cuerpo ampliado: el entorno, el mundo, haciendo que se manifiesten cosas en él.

La atención y la intención son las dos cualidades inherentes a la conciencia que permiten ese cambio consciente. La atención carga de energía y la intención transforma. Cualquier cosa sobre la que dirijamos y depositemos la atención cobra fuerza en nuestra vida. Cualquier cosa de la que retiremos la atención se marchitará, desintegrará y desaparecerá. La intención, por su parte, desencadena la transformación de la energía y de la información, organizando su propia realización. Es decir: la cualidad de **intención** sobre el objeto de la **atención** organiza una cantidad infinita de sucesos en el espacio y el tiempo para producir el resultado que deseamos, siempre y cuando apliquemos las demás leyes espirituales del éxito.

La intención es el poder verdadero que está detrás del deseo. Por sí sola es muy poderosa, porque es deseo sin apego al resultado. De manera que la intención acompañada de desapego conduce al conocimiento del momento presente, centrado en la vida, motivo por el que los actos son más efectivos cuando los realizamos centrad@s en el momento presente. Entonces, nuestra intención es para el futuro y

nuestra atención está en el aquí y el ahora. Cuando seguimos estos cinco pasos para realizar nuestros deseos, la intención genera su propio poder:

1. Entrar en el hueco. Centrarme en el espacio silencioso entre los pensamientos y entrar en el silencio, en el estado esencial del Ser.
2. Una vez asentad@ en ese estado de ser: liberar mis intenciones y mis deseos. Cuando estamos realmente en el hueco no hay pensamiento, no hay intención, pero cuando salimos de él introducimos la intención. Liberar los deseos y las intenciones en el hueco es plantarlos en el terreno fértil de la potencialidad pura y esperar que florezcan a su debido tiempo.
3. Mantenerme en el estado de referencia sobre el yo, es decir: seguir establecid@ en el conocimiento de mi verdadero Yo: mi Espíritu, mi conexión constante con el campo de la potencialidad pura, sin mirarme a través de los ojos del mundo ni dejarme influir por las opiniones o las críticas ajenas. Una manera de conservar la referencia sobre el yo es no hablar de mis deseos con nadie, salvo con una persona que tenga exactamente los mismos y con la que mantengo vínculos estrechos.
4. Renunciar a mi apego a un resultado determinado y vivir en la sabiduría de la incertidumbre, lo que supone disfrutar cada momento en el viaje de la vida, aun desconociendo el resultado final.
5. Dejar que el Universo se ocupe de los detalles, porque cuando libero en el hueco mis intenciones y deseos, éstos tienen un poder organizador infinito. Confiar en que este poder organizador infinito organiza todos los detalles por mí.

APLICACIÓN DE LA LEY DE LA INTENCIÓN Y DEL DESEO

Para llevar a la práctica la **Ley de la Intención y del Deseo**, me comprometo a dar cada día los pasos siguientes:

1. Preparar una lista de todos mis deseos e intenciones y llevarla conmigo dondequiera que vaya, repasándola antes de mis ratos de silencio y meditación. También la repaso antes de acostarme por la noche y cuando me despierto por la mañana.
2. Liberar esta lista de deseos y someterla al vientre de la creación, confiando en que, cuando las cosas no parecen marchar a mi favor, es por un motivo, y en que el plan cósmico tiene para mí unos designios mucho más grandiosos todavía que los que yo he concebido.

3. Recordarme que debo practicar el conocimiento del momento presente en todos mis actos. Negarme a permitir que los obstáculos consuman y disipen la calidad de mi atención en el momento presente. Aceptar el presente tal como es y manifestar el futuro a través de mis intenciones y deseos más profundos y apreciados.

LEY DEL DESAPEGO

En el desapego se encuentra la sabiduría de la incertidumbre. En la sabiduría de la incertidumbre se encuentra la libertad con respecto a nuestro pasado, con respecto a lo conocido, que es la cárcel del condicionamiento pasado. Y en nuestra disposición a adentrarnos en lo desconocido: el campo de todas las posibilidades, nos sometemos a la mente creativa que dirige la danza del Universo.

La Ley del desapego nos dice que para lograr cualquier cosa en el universo físico es preciso renunciar al apego a esa misma cosa. Esto no significa que abandonemos la intención de crear nuestro deseo. No abandonamos la intención ni abandonamos el deseo, lo que hacemos es abandonar nuestro apego al resultado, una acción mucho más poderosa de lo que puede parecer. El apego, procedente de la conciencia de la pobreza, se nutre del miedo y de la inseguridad, basados en el desconocimiento del Yo verdadero: fuente de la riqueza, de la prosperidad, de la abundancia, de la felicidad o de cualquier otra cosa en el mundo físico, la conciencia que sabe satisfacer todas las necesidades. El desapego, en cambio, es equivalente a la conciencia de la riqueza, alimentándose de la libertad y de la confianza para crear.

Para asentarnos en el desapego y en la conciencia de la riqueza debemos hacerlo también en la sabiduría de la incertidumbre, ya que en ella se encuentra la libertad para crear cualquier cosa que deseemos. La búsqueda de la seguridad es una ilusión porque la seguridad no existe, y empeñarnos en lograrla hace que perdamos oportunidades en el intento e incluso, en el más extremo de los casos, que nos perdamos a nosotr@s mism@s. Lo que sí existe es la incertidumbre, la inseguridad, es decir: el desapego a lo conocido y la capacidad para buscar, encontrar y abrirse a lo desconocido, porque lo conocido es la cárcel de nuestro condicionamiento pasado y lo que nos mantiene atad@s al estancamiento, a la entropía, al desorden y a la descomposición. En cambio,

la incertidumbre, es el terreno fértil de la creatividad y la libertad puras, lo que nos permite adentrarnos en lo desconocido en cada momento de nuestra existencia, en el campo de todas las posibilidades, siempre frescas, siempre nuevas, siempre abiertas a la creación de nuevas manifestaciones.

APLICACIÓN DE LA LEY DEL DESAPEGO

Para llevar a la práctica la **Ley del Desapego** me comprometo a dar cada día los pasos siguientes:

1. Hoy me comprometo a practicar el desapego. Me permito la libertad de ser tal como soy, respetándola también en quienes me rodean. No impongo rígidamente mi idea de cómo deben ser las cosas, ni soluciones forzadas a los problemas, creando así otros nuevos. Intervengo en todo con participación desapegada.
2. Hoy añado la incertidumbre como ingrediente esencial de mi experiencia. En mi disposición a aceptar la incertidumbre, encuentro soluciones que surgen del problema, de la confusión, del desorden y del caos. Cuanto más inciertas parecen las cosas, más segur@ me siento yo, porque la incertidumbre es el camino que me conduce a la libertad. Encuentro mi seguridad a través de la sabiduría de la incertidumbre.
3. Me adentro en el campo de todas las posibilidades y espero la emoción que se produce cuando me mantengo abiert@ a un número infinito de opciones. Cuando me adentro en el campo de todas las posibilidades, vivo toda la alegría, la magia y el misterio de la vida.

LEY DEL DHARMA O DEL PROPÓSITO EN LA VIDA

Tod@s tenemos un propósito en la vida, un don singular o un talento especial que podemos dar a l@s demás. Y cuando combinamos este talento singular con el servicio a l@s demás, conocemos el éxtasis y la exaltación de nuestro propio espíritu, que es la finalidad última de todos los objetivos.

Dharma es una palabra sánscrita que significa propósito en la vida. La Ley del dharma dice que nos hemos manifestado de forma física para cumplir un propósito. También afirma que cada un@ de nosotr@s tiene un talento singular y una manera peculiar de expresarlo. Existe algo que cada un@ de nosotr@s puede hacer mejor que

nadie más en todo el mundo. Y para cada talento singular y para cada expresión peculiar de ese talento existen también unas necesidades determinadas. Cuando éstas se corresponden con la expresión creativa de nuestro talento, surge la chispa que crea riqueza y abundancia ilimitadas.

Esta ley tiene tres componentes. El primero dice que cada un@ de nosotr@s estamos aquí para descubrir nuestro Yo verdadero, para que averigüemos por nuestra cuenta que nuestra esencia es espiritual, que somos seres espirituales con forma física y experiencias humanas de cuando en cuando. El segundo componente es la expresión de nuestros talentos singulares, aquellos que sólo cada un@ podemos manifestar y hacerlo de una determinada manera, eso que, mientras lo estamos haciendo, perdemos la noción del tiempo, conociendo y conectando con la atemporalidad, con la eternidad del instante en la que confluyen los tres tiempos humanos: pasado, presente y futuro. El tercer componente es el servicio a la humanidad, preguntándonos: ¿cómo y en qué puedo ser útil?, ¿cómo y en qué puedo ayudar a todas aquellas personas con las que me relaciono?, ¿qué les puedo aportar que contribuya a aumentar su felicidad?

Para aprovechar al máximo la Ley del propósito en la vida, tenemos que establecer varios compromisos:

1. Buscar a mi Yo Superior, que está más allá de mi ego, a través de la práctica espiritual.
2. Descubrir mis talentos singulares y, a continuación: disfrutar, porque el disfrute llega cuando entro en un conocimiento atemporal, lo que sucede cuando estoy en un estado de dicha.
3. Preguntarme a mí mism@ en qué sentido estoy mejor dotad@ para servir, humildemente, a la humanidad.

APLICACIÓN DE LA LEY DEL DHARMA O DEL PROPÓSITO EN LA VIDA

Para llevar a la práctica la **Ley del Dharma o del Propósito en la Vida** me comprometo a dar cada día los pasos siguientes:

1. Hoy nutro con amor a la diosa o al dios que está dentro de mi alma en estado embrionario. Presto atención al espíritu que está dentro de mí y

METAMORFOSIS – NÚMERO 13 – ABRIL 2010

que anima tanto mi cuerpo como mi mente. Me despierto a esta profunda quietud que está dentro de mi corazón. Llevo conmigo la conciencia del Ser atemporal, eterno, dentro de la experiencia temporal.

2. Preparar una lista de mis talentos singulares y, a continuación: una lista de todas las cosas que me gusta hacer mientras expreso esos talentos particulares y únicos. Cuando expreso mis talentos, singulares y los pongo al servicio de la humanidad, pierdo la noción del tiempo y genero abundancia: en mi vida y en la vida de otras personas.
3. Preguntarme: *¿cómo puedo servir?* y *¿cómo puedo ayudar?*. Las respuestas a estas preguntas me permiten ayudar y servir con amor a mi prójimo humano.

❖ D. CHOPRA: *Las siete leyes espirituales del éxito* - Editorial Edaf



Enciclopedia Encarta, Photo Researchers, Inc./Tomomi Saito

ALCÁNTARA PSICOLOGÍA Y ESPIRITUALIDAD

C/ Alcántara, 67 – 2º B – 28006 Madrid – Tel. 91 401 55 70 – 627 12 09 47

www.solucionespsicologia.com

mariadoloresdetoro@hotmail.com

ESPECIALIDADES:

Psicología Clínica: depresión, ansiedad, estrés, fobias..., terapia de pareja y de familia

- Astrología Psicológica y Alquimia: La Carta Natal como instrumento de autoconocimiento, comprensión, transformación y transmutación
- Psicología Arquetípica
- Psicoterapia Humanista
- Desarrollo Personal y Transformación Interior
- Trabajo con mujeres para sanar, honrar y regenerar lo femenino
- Psicoterapia Espiritual
- Rituales de Luna Nueva

CURSOS PRINCIPALES:

- **INICIACIÓN A LA ASTROLOGÍA:** Estudiar las características y la influencia de los astros y aprender a levantar la Carta Astral correspondiente al momento exacto de nuestro nacimiento, nos aporta conocimiento y comprensión, mostrándonos los recursos y las capacidades que traemos a la existencia, necesarios para vivir las experiencias y las relaciones que nos correspondan, hacer los aprendizajes precisos para nuestra evolución, superar los obstáculos y las dificultades, realizar las misiones de vida que tenemos encomendadas, elevar nuestra consciencia y la de quienes nos rodean.
- **LAS DIOSAS DE CADA MUJER:** El estudio y el trabajo activo con las principales diosas griegas tienen tres metas importantes para las mujeres: el conocimiento de nuestra psique, la transformación interior cultivando las facetas y rasgos menos desarrollados o empleados hasta el presente, así como la utilización de estos aprendizajes en el logro de objetivos vitales
- **MEDITACIÓN CREATIVA:** Aunando la meditación creativa, la visualización y la programación neurolingüística, podemos atraer a nuestra vida lo que necesitamos en cada momento, materializando así nuestros sueños y posibilidades
- **LOS DIOS DE CADA HOMBRE:** El estudio y el trabajo activo con los principales dioses griegos tienen tres metas importantes para los hombres: el conocimiento de la psique masculina, la transformación interior cultivando las facetas y rasgos menos desarrollados o empleados hasta el presente, así como la utilización de estos aprendizajes en el logro de objetivos vitales
- **TRANSFORMACIÓN INTERIOR Y RENACIMIENTO CONSCIENTE:** De manera completamente consciente, podemos volver a aquellas épocas y situaciones de nuestro pasado en las que sufrimos algún tipo de trauma, dolor, disgusto, herida..., que aún permanece latente e influye en nuestra vida actual, impidiéndonos avanzar y evolucionar. Una vez comprendido y sanado nuestro pasado, podemos dejarlo atrás, dedicándonos de lleno a vivir y mejorar el presente y a proyectar un futuro aún más feliz
- **LA UNIÓN DE LA PAREJA INTERIOR:** Trabajar activamente con las energías femenina y masculina, nos permite mejorar, integrar, equilibrar y transformar nuestra psique. Una vez logrado el matrimonio interior entre los dos tipos de fuerzas con las que contamos, podemos sanar, mejorar y enriquecer nuestras relaciones de todo tipo y especialmente las de pareja

- **INTELIGENCIA PERSONAL Y VITAL:** Cultivar y desarrollar nuestras potencialidades, internas y externas, es un trabajo imprescindible que tod@s debemos realizar. Primero para conocer profundamente quién somos en realidad, en segundo lugar para decidir qué queremos hacer con ello y en tercero, para elegir la vida que queremos vivir y cómo pretendemos hacerlo.

AGENDA ABRIL 2010

CURSOS Y TALLERES

RENACIMIENTO CONSCIENTE Y TRANSFORMACIÓN INTERIOR

Fechas: Lunes **5, 12, 19** y **26** de **Abril**, a las **19** horas

Lugar: **Alcántara Psicología y Espiritualidad**

Dirección: C/ Alcántara, 67 2º B – 28006 Madrid

Impartido por: **Mª Dolores Sánchez-Villacañas**, Psicóloga Clínica y Astróloga

Importe: **80 Euros** al mes. Incluye manual del curso y certificado de asistencia

Más información e inscripciones: Tel. 91 401 55 70 – 627 12 09 47

mariadoloresdetoro@hotmail.com

MEDITACIÓN CREATIVA PARA MATERIALIZAR LOS SUEÑOS

Fechas: Martes **6, 13, 20** y **27** de **Abril**, a las **19** horas

Lugar: **Alcántara Psicología y Espiritualidad**

Dirección: C/ Alcántara, 67 2º B – 28006 Madrid

Impartido por: **Mª Dolores Sánchez-Villacañas**, Psicóloga Clínica y Astróloga

Importe: **80 Euros** al mes. Incluye manual del curso y certificado de asistencia

Más información e inscripciones: Tel. 91 401 55 70 – 627 12 09 47

mariadoloresdetoro@hotmail.com

INICIACIÓN A LA ASTROLOGÍA

Fechas: Miércoles **7, 14, 21** y **28** de **Abril**, a las **19** horas

Lugar: **Alcántara Psicología y Espiritualidad**

Dirección: C/ Alcántara, 67 2º B – 28006 Madrid

Impartido por: **Mª Dolores Sánchez-Villacañas**, Psicóloga Clínica y Astróloga

Importe: **80 Euros** al mes. Incluye manual del curso y certificado de asistencia

Más información e inscripciones: Tel. 91 401 55 70 – 627 12 09 47

mariadoloresdetoro@hotmail.com

LAS DIOSAS DE CADA MUJER

Fechas: Viernes **9, 16, 23** y **30** de **Abril**, a las **19** horas

Lugar: **Alcántara Psicología y Espiritualidad**

Dirección: C/ Alcántara, 67 2º B – 28006 Madrid

Impartido por: **Mª Dolores Sánchez-Villacañas**, Psicóloga Clínica y Astróloga

Importe: **80 Euros** al mes. Incluye manual del curso y certificado de asistencia

Más información e inscripciones: Tel. 91 401 55 70 – 627 12 09 47

mariadoloresdetoro@hotmail.com

PENSAMIENTO POSITIVO Y ABUNDANCIA MATERIAL

Fecha: Jueves **8** de **Abril**, de **19** a **21** horas

Lugar: **Alcántara Psicología y Espiritualidad**

Dirección: C/ Alcántara, 67 2º B – 28006 Madrid

Impartido por: **Mª Dolores Sánchez-Villacañas**, Psicóloga Clínica y Astróloga

Importe: **30 Euros**

Más información e inscripciones: Tel. 91 401 55 70 – 627 12 09 47

mariadoloresdetoro@hotmail.com

CONTROL MENTAL Y ATENCIÓN PLENA PARA FLUIR CON LA VIDA

Fecha: Sábado **10** de **Abril**, de **17** a **20** horas

Lugar: **Alcántara Psicología y Espiritualidad**

Dirección: C/ Alcántara, 67 2º B – 28006 Madrid

Impartido por: **Mª Dolores Sánchez-Villacañas**, Psicóloga Clínica y Astróloga

Importe: **50 Euros** al mes. Incluye manual del curso y certificado de asistencia

Más información e inscripciones: Tel. 91 401 55 70 – 627 12 09 47

mariadoloresdetoro@hotmail.com

RITUAL DE LUNA NUEVA

Fecha: Jueves **15** de **Abril**, a las **19** horas

Lugar: **Alcántara Psicología y Espiritualidad**

Dirección: C/ Alcántara, 67 2º B – 28006 Madrid

Impartido por: **Mª Dolores Sánchez-Villacañas**, Psicóloga Clínica y Astróloga

Importe: **10 Euros**

Más información e inscripciones: Tel. 91 401 55 70 – 627 12 09 47

mariadoloresdetoro@hotmail.com

AUTOESTIMA Y EXPANSIÓN LABORAL

Fecha: Jueves **22** de **Abril**, de **19** a **21** horas

Lugar: **Alcántara Psicología y Espiritualidad**

Dirección: C/ Alcántara, 67 2º B – 28006 Madrid

Impartido por: **Mª Dolores Sánchez-Villacañas**, Psicóloga Clínica y Astróloga

Importe: **30 Euros**

Más información e inscripciones: Tel. 91 401 55 70 – 627 12 09 47

mariadoloresdetoro@hotmail.com

ASERTIVIDAD Y RELACIONES CONSCIENTES

Fecha: Sábado **17** de **Abril**, de **17** a **20** horas

Lugar: **Alcántara Psicología y Espiritualidad**

Dirección: C/ Alcántara, 67 2º B – 28006 Madrid

Impartido por: **Mª Dolores Sánchez-Villacañas**, Psicóloga Clínica y Astróloga

Importe: **50 Euros**

Más información e inscripciones: Tel. 91 401 55 70 – 627 12 09 47

mariadoloresdetoro@hotmail.com

CONFERENCIA DE ENTRADA LIBRE

ILUMINAR NUESTRA SOMBRA PARA EVOLUCIONAR

Fecha: Jueves, **15** de **Abril**, a las **19** horas

Lugar: **Alcántara Psicología y Espiritualidad**

Dirección: C/ Alcántara, 67 2º B – 28006 Madrid

Impartida por: **Mª Dolores Sánchez-Villacañas**, Psicóloga Clínica y Astróloga

Confirmación de asistencia: Tel. 91 401 55 70 – 627 12 09 47

mariadoloresdetoro@hotmail.com

LIBROS RECOMENDADOS

BAILEY, Alice A. – ASTROLOGÍA ESOTÉRICA – FUNDACIÓN LUCIS

Éste libro es uno de los cinco tomos que constituyen el Tratado sobre los siete rayos, obras que el Maestro Djwhal Khul, también conocido como El Tibetano, inspiró durante varios años a Alice A. Bailey, fundadora en 1923 de la Escuela Arcana, para responder a la creciente demanda de una enseñanza y una formación profundas en la ciencia del alma.

Todas las obras de dicho Tratado, canalizadas por Bailey para acercar a la humanidad la sabiduría astrológica de la Era de Acuario, pretenden ir más allá de la Astrología exotérica, racional y académica, para adentrarse en su parte más intuitiva y causal, con la intención de completarla, volviendo al conocimiento de esta antigua disciplina que relacionó las constelaciones con nuestro sistema solar, consiguió atraer la atención sobre la naturaleza del Zodíaco e informó a la humanidad sobre las interrelaciones básicas que rigen y controlan los mundos, tanto de los fenómenos como el subjetivo.

La Astrología Esotérica, en concreto, trata de la Vida y de las Vidas que animan los puntos de luz dentro de la Vida universal. Constelaciones, sistemas solares, planetas, reinos de la naturaleza y el ser humano mismo, son el resultado de la actividad y la manifestación de la energía de ciertas Vidas, cuyos ciclos de expresión y sus infinitos propósitos están fuera de la comprensión de las mentes humanas, incluso de las más avanzadas e iluminadas de nuestro planeta. Se ocupa por tanto del efecto que producen en la sustancia las influencias, fuerzas y vibraciones de los distintos planetas y centros solares, muy diferentes y distantes de la Tierra, algunos de los cuales nos influyen y afectan directamente, mientras que otros lo hacen a través de las constelaciones astrológicas. También está dentro de esta gama de influencias la irradiada por nuestro propio planeta. Todo ello está oculto en el karma humano y la Astrología Esotérica pretende desvelarlo, con el fin de que la Luz, el Amor y el Poder restablezcan el Plan en la Tierra.

GOSWAMI, A. – EL MÉDICO CUÁNTICO – EDICIONES OBELISCO

Para el doctor Amit Goswami, un destacado físico cuántico, la medicina es el área adecuada de aplicación de una nueva ciencia basada en la primacía de la consciencia, que nos proporciona la espectacular posibilidad de integrar la ciencia

convencional con la espiritualidad y la sanación. Si existe un campo del saber humano que necesita de una integración, dice Goswami, ése es el campo de la medicina y la sanación, de ahí la necesidad de una Medicina Integral.

El médico cuántico interpreta audazmente los métodos de las medicinas naturales más destacadas: homeopatía, acupuntura, medicina china, ayurveda y de la medicina convencional desde el punto de vista de la física cuántica, mostrando que estos modelos, que parten de concepciones diferentes, se pueden integrar en un sistema de múltiples niveles basado en la nueva ciencia dentro de la consciencia.

¿Dónde tienen sus orígenes los *doshas* ayurvédicos? ¿Por qué nos resfriamos cuando cambia el tiempo? ¿Qué es la energía vital? ¿Cómo funciona la homeopatía? Éstas son algunas de las muchas preguntas que se responden en este libro.

En el corazón de toda enfermedad y en el centro de la sanación se halla la consciencia, dice Goswami. **El médico cuántico** ofrece a médic@s y pacientes una vía de aplicación de esta medicina totalmente nueva que apunta a unas posibilidades de curación ilimitadas.

GOSWAMI, A. – LA FÍSICA DEL ALMA – EDICIONES OBELISCO

Al fin la ciencia y el alma se dan la mano. Con un estilo tan lúcido como atractivo, tan divertido como profundo, el doctor Amit Goswami utiliza el lenguaje y los conceptos de la física cuántica para estudiar y demostrar científicamente las teorías metafísicas de la reencarnación y la inmortalidad.

En **La física del alma**, Goswami nos ayuda a comprender el modelo de realidad de la física cuántica y las profundas creencias de las milenarias tradiciones espirituales y religiosas del mundo, demostrando que, en lo esencial, se complementan unas a otras. El resultado es una visión cosmogónica amplia, excitante y rica, que integra por primera vez en un sistema coherente mente, espíritu y ciencia.

HEINDEL, M. – CONCEPTO ROSACRUZ DEL COSMOS – EDITORIAL KIER

Este libro nos ayuda a comprender el misterio de la vida y del ser, acercándonos la forma de alcanzar el

conocimiento oculto directo por métodos seguros que integran lo espiritual y lo científico.

Es una obra inspiradora que intenta satisfacer al intelecto y confortar los más profundos sentimientos del corazón humano, mostrándonos cómo se ha de equilibrar el conocimiento con el sentimiento y la mente con el corazón.

Su contenido describe los mundos visibles e invisibles, al ser humano y el método de evolución, el renacimiento y la ley de causa y efecto. Condensa el esquema evolutivo en general de nuestro sistema solar, junto con nuestra Tierra y su humanidad, así como los tres reinos inferiores de vida y forma.

Nos detalla fundamentalmente la vida de Jesús y la gran Misión del Cristo, descifrando simple y claramente los misterios de la Biblia, ocultos para el neófito y dando respuesta a las preguntas esenciales del ser humano: ¿quién soy?, ¿de dónde vengo?, ¿para qué estoy aquí?, ¿hacia dónde voy?

HEINDEL, M. – EL MENSAJE DE LAS ESTRELLAS – EDITORIAL KIER

Max Heindel y Agusta Foss comparten en este libro el fruto de sus investigaciones sobre el desenvolvimiento espiritual de la humanidad, brindando una nueva y más profunda significación de los símbolos antiguos en relación al Zodíaco, con el fin de capacitar al estudiante a recibir más luz en la comprensión de nuestra carrera evolutiva, por considerar a la Rueda Zodiacal, sus signos y planetas como la representación simbólica de las Jerarquías Divinas que los rigen y que se hallan intrínsecamente unidos al pasado, al presente y al futuro desarrollo del ser humano.

El mensaje de las estrellas nos tiene como destinatarios y nos ayuda a saber vivir nuestra existencia, señalando, en un marco filosófico y espiritual, un camino hacia la verdadera salud, amor y pureza a los que estamos llamados.

GRACIAS POR SER EL CAMBIO QUE DESEÁIS VER EN EL MUNDO