



# ***El librito viajero...***

Viene de las estrellas... va de mi  
hacia vos y de vos hacia otros...



## **La llamada inevitable.**

(Serie de narraciones breves y simples escritos para compartir, conocernos y avanzar juntos hacia el nuevo mundo.)

## ÍNDICE:

- Introducción

- El camino del despertar

Cap. 1: “Me presento”

Cap. 2: “La sanación”

Cap. 3: “Callar a la loca de la casa”

Cap. 5: “El camino empedrado”

Cap. 6: “Despertando”

Cap. 7: “La muerte no existe”

Cap. 8: “La Resurrección y la Vida”

- Eso que somos

Cap. 1: “De barriletes y de flores”

Cap. 2: “El lugar mágico”

Cap. 3: “Inmensos como el mar”

Cap. 4: “Luces y sombras”

Cap. 5: “No estamos solos”

Cap. 6: “Desconectarse para conectarse”

- Perlitas:

- De notas y melodías.

- El arca

- El amor – para aquellos que anhelan el verdadero amor de pareja.

- Sentir
- Buscar la verdad
- Hermanos mayores
- Enseñanzas
- Caminar descalzos
- Gratitud
  
- Y un día ¡Limpiarás!
  
- Los milagros
  
- Las pruebas
  
- Estrella de Sirio
  
- A.M.O.R. Las cuatro letras de lo inconmensurable
  
- Mi alma viajera
  
- Palabras finales

## Introducción:

Las líneas que voy a compartir aquí no pretenden ser un manual de vida, antes bien, son producto de mi experiencia, sentires que me atravesaron y atraviesan, verdades que como luces iluminan mi camino y me alientan. En algunas instancias son monólogos internos, me encuentro interpelándome mientras escribo y lo comparto, quizás también te interpela.

Tampoco se exponen a debate, porque como toda verdad que brota del corazón, es simplemente lo que puedo compartir desde el amor más profundo que soy, sabiendo que todos somos uno y que más allá de las formas y apariencias de nuestras vidas en la tierra, atravesamos temores, vivenciamos la culpa, sufrimos, nos angustiamos, y todas estas emociones han llegado al extremo de enfermarnos hasta la locura, en muchos casos.

Esto no tiene porque ser así, y tras un empeño en ampliar mi conciencia, en procurar y pedir ver de otra manera, hoy vivo y siento en un estado casi pleno de libertad.

Digo casi, porque todos estamos en proceso, porque nos fabricamos pruebas a cada paso, y porque este aprendizaje requiere voluntad, alinear nuestra mente a nuestro corazón y sobre todo, atrevernos.

Es un proceso continuo que nace de un llamado, un pequeño sonido persistente, que cobra intensidad a medida que nos damos cuenta que algo anda mal.... Pero que puede haber una salida y más que seguro, no es aquello que llamamos muerte.

Por eso escribo, porque un día decidí escuchar ese llamado de mi alma pidiendo auxilio.

No sabía cómo, de qué modo iba a hacerlo, pero ya había elegido escucharla.

Elegir, siempre podemos elegir, porque somos libres, aunque  
atravesados por infinidad de patrones limitantes, creencias  
erróneas, percepciones equivocadas pero ancladas en la mente.  
Y somos libres aunque el mundo parezca decirnos lo contrario.  
Aunque hayamos crecido aprendiendo que todo es culpa de las  
circunstancias.

Nada de esto forma parte de la verdad, ahora, ir en su búsqueda,  
abrirnos a recibirla, trabajarla, vernos y empezar a correr los  
velos, requiere tu compromiso y el deseo de CONFIAR.

Acá vamos...

## El camino del despertar

## Capítulo 1 – “Me presento”

Tengo un nombre en esta vida, más no soy ese nombre, dicen que es mi función ¿Cuál será? Creí haberla encontrado poniendo los ojos en los demás: ¡Ayudar! Ayudar a despertar luego de un largo proceso de sanación.

Grosa equivocación, quizás sea una parte, tan sólo una parte, pero ayer una información inesperada llegó como torrente de agua que todo lo lava. Foja cero.

Entiendo que empecé mi proceso de buscar otra forma de ser y estar en el mundo tiempo atrás, antes de tomar la decisión de darle un giro a mi vida. Tenía cuarenta años, ya estaba muy cansada de no encontrarle un sentido a mi existencia. Cansada del sufrimiento que se me había hecho un hábito, de apretar los dientes, de guardar silencio y tragarme tracas de dolor.

Explotaba, sí que explotaba, ahora veo que era mi alma implorando de mil modos ser liberada de esa jaula que yo había construido para domarla. Para cegarla y cegarme. Para creer que esa era mi realidad y tratar de sobrevivir en ella.

Adjudiqué todo el dolor a los últimos veintitrés años de mi vida en ese entonces y esperé dos más para finalmente abrir la puerta e iniciar el camino de verdad.

Cuarenta y dos años, un click, un basta, un vacío y un comienzo sin saber hacia dónde me dirigía.

Creí que estaba. Juro que creí que estaba. Ayer pude animarme a recibir algo de la “info” que pujaba por salir, pero me esperaba, amorosamente me esperaba ¿A que estuviera más preparada? No, a que pudiera asimilar que había más, mucho más que sólo veintitrés años, a que viera que éstos no fueron causa, sino consecuencia.



A veces el alma duele y lo hace de una manera que se nos acaban las respuestas ¿Por qué duele tanto? ¿Por qué no cesa? Sigo construyendo mi vida cada día, estoy orgullosa de mi presente, sin embargo el ruido comenzó a hacerse más fuerte y persistente. Me saltaban las lágrimas, o bajaban lentamente, en cualquier momento.

¿Qué me pasa? Fue la pregunta recurrente. Todo me detonaba, todo me interpelaba, comencé a pasar por torbellinos de emociones, tratando de volver siempre a mi eje de paz. Muchos momentos de quietud, paso a paso lograba foquitos de verdad... y a trabajarlos.

Lloré tanto, y lloro. Pero la pregunta seguía sin respuestas ¿De dónde viene tanta tristeza?

Soy una persona constituida desde la Fe, siempre me sostuvo, desde muy pequeña, juntaba mis manitos y le rezaba al ángel de la guarda. Siempre rezaba a María, a Jesús, al Espíritu Santo. Niñez, adolescencia, juventud, edad adulta, recé. Esa Fe me mantuvo viva, lo sé. Mi Fe, tal como me la habían enseñado, aunque siempre un poco a mi manera, guiaba mi relación con estos “seres” de amor, que aunque siempre presentes, creía que estaban más allá, lejanos, casi superhéroes, inalcanzables y diferentes.

Aprendí a arrodillarme y rezar. También aprendí a agradecer todo. Así crecí en este “valle de lágrimas” (odio esa frase y a pesar de eso, así siempre solía entender la vida)

Me veía sufrir, crecí con una madre sufriente y un papá al que amé con el alma y al que vi sufrir. Vi sufrir y alejarse a mi hermano y sentí sufrir siempre a mi hermana, hasta que se fue de casa para ver si así “vivíamos” todos mejor... Ella no cree en el sufrimiento, no lo acepta, pero yo crecí viéndola sufrir.

Me enamoré a mis quince años y sufrí. Me enamoré a los diecisiete, me encarcelé y sufrí. Fui madre, me recibí, conseguí con los años un trabajo excelente, renuncié, intenté suicidarme, sobreviví, volví a empezar y a cada paso de este camino descripto: sufrí.

Sufrí y vi sufrir, al final esa frase nefasta que tanto odié decir cuando había que rezar en la escuela la oración que la contenía – valle de lágrimas – parece el reflejo fiel de esto que llamamos vida.

Y me harté, un día me harté. Un día sin siquiera saber cómo, giré y tomé la colectora. ¡Basta! – dije. Y así fue. Tenía cuarenta y dos años, dos hijos adolescentes – a los que por supuesto vi crecer en sufrimiento- mi trabajo y mis perros (otro grupo de seres que siempre, desde que nací estuvieron a mi lado como seres de luz. Crecí y amo a los perros con locura, llegué a amarlos mucho más que a cualquier humano, por años – salvo a mis hijos, no por obvio, sino porque así fue, las únicas personas a las que amaba más que a los perros)

La maternidad nunca había estado en mis planes – de esas cosas que cualquiera que observaba mi vida desde fuera no podría comprender. Pero ellos llegaron y ¡cómo los amé! Me encontré amando a estos peques ¡incluso más que a los perros! Ni yo lo podía creer. Mamá leona si lo fui, mi vida era bastante parecida a lo que pensamos un infierno, hasta demonios de carne y hueso había, y a ellos les tocó nacer y crecer ahí. Sólo Dios, mi Ángel, Jesús, María, San Expedito y algún otro – saben de qué manera velé y cuidé a mis hijos. Errores, miles. Una mamá viviendo en tinieblas juro que hace lo que más puede y más, pero no siempre encuentra la luz para brillar. De todos modos los amé y amo

entrañablemente y ellos fueron la mejor sorpresa que me dio la vida.

Durante muchos años fueron los únicos niños a los que amé. Tuve un tema con la infancia, se ve, y esos “locos bajitos” ajenos – porque los míos siempre fueron mi lugar de amor – se encargaban de mostrarme que ahí había algo no resuelto, sólo que nunca quise ver. Sostuve siempre que mi infancia fue feliz y que sólo no aguantaba a los niños (salvo a los míos, no me alcanzan las palabras para escribir lo que este amor significaba para mí)

En fin, con esa afirmación que mantuve toda mi vida, hasta que empezaron a llegar mis sobrinos nietos y algo empezó a cambiar, me mentí, todo el tiempo me mentí. Me sorprendía porque yo soy un ser amoroso, no entendía qué me pasaba con los niños, no me gustaba esa sensación, pero ya la había incorporado.

Podés elegir quedarte en esa. Creer que lo que siempre creíste es eso y no hay más, o permitir que la verdad llegue, cuando estés listo para escuchar.

En fin, no soy, sino que me han puesto un nombre y un apellido, otra vez, en esta vida - Valiente apellido materno, valga su incorporación. Y hoy empiezo el camino del Amor Propio.

Crecí amando a los demás, ojalá logre que ese amor vaya hacia adentro, me toca a mí. Me da miedo. Here I go again!

## Capítulo 2: Amarme

Me resulta más fácil hablarles a otros, sacarlos adelante, contarles con amor y énfasis todo lo que sé, todo lo aprendido desde que decidí desaprender. Me resulta más fácil que hablarme a mí con amor.

“Sé lo que valgo”, me repito, eso creo, pero ¿lo es?

El camino del amor propio creo que es para mí el más arduo. El del verdadero amor propio, no chamullo, ni baratijas.

Empieza observando la oscuridad que albergamos, llorando con ganas de gritar y con gritos que no salen – no pueden escucharnos los vecinos, ni los hijos, se asustan los perrihijos, no hay lugar para gritar. Se tapa la garganta y ese chakra se hace un nudo.

Por ahí hay que empezar, escuchar el nudo hasta que asfixie. Se siente y se escucha porque grita en el silencio.

Cada vez que quiero liberar mis emociones mi hijiperri varón se altera. Siempre hubo un perro a mi lado. Siempre se alteraron al verme sufrir. Se asustan, se agitan, se inquietan. Quizás ellos ven los fantasmas que albergo. Quizás ellos los ven.

Son fantasmas añejados, eso creo, porque han esperado pacientemente a que construya mi presente, un lugar más cálido, más cómodo, verdadero, adonde los pueda ver y así escuchar que me tienen que decir. Y ese presente tardó en llegar. Tomó años ... ¿Siglos?

Hoy, 12 de mayo de 2023, tengo ese lugar. Hoy en esta vida, bajo este nombre, tengo ese lugar y lo comparto con mis hijos y perrihijos – estos dos ¡siempre presentes!

Mi lugar es mi templo, lo llamo la casa de Dios e invito a sus ángeles, a los elementales, con total libertad. Llámenme loca... loca linda, si se quiere. Es mi hogar e invito sólo a los que quiero.

Ya no hay “tengo que”, ni obligaciones sociales, ni mucho menos familiares. A mi lugar viene sólo quien yo quiero. A veces vienen personas que no conozco, pero mi hogar se encarga de que se sientan bienvenidas, después transmutamos energías sino trajeron las mejores.

Mi hogar y yo somos uno y nos extendemos para recibir con amor, y nos contraemos para albergarnos el uno en el otro y nadie más – a excepción de los cuatro patas, son uno conmigo, creo que tomaron el lugar de mis hijos cuando eran chiquitos, siempre conmigo, siempre tres en uno, hasta que tomaron sus alas y más allá del lugar físico, tomaron sus caminos.

Siempre soy una conciencia proyectada, noto, en mi presente: soy yo y los dos de cola larga. En mi rol de mamá joven fui siempre yo y mis dos pequeños... ¿Por qué no puedo verme como una entidad? Siempre trina... ahí hay algo! (Será tema a investigar.)

Salí a fumar, instintivamente miré al cielo, la eternidad, las estrellas. Hay una en particular que en el último tiempo veo siempre titilar.

Dicen que vengo de allá, de las estrellas, que tengo una familia estelar. Los extraño, muchas veces sentía una melancolía enorme que no podía explicar, parece que estoy empezando a recordar, que extraño mi hogar. Saber quien soy en verdad. Saberme amada tal cual soy, así como yo me quiero amar.

En mis redes me he presentado con ciertos adjetivos que definen mis roles, estudios, profesión y mi pasión por el rock. Hoy sumaría un dato que conforma mi ADN: Espiritual, porque eso sí es lo que soy, espiritual. Tengo un mundo interno inmenso, poblado de luces y sombras en el que me gusta bucear. Adonde sea que físicamente estoy, cada tanto buceo en mi inmensidad y así logro vislumbrar detalles de lo que soy. Recorrí múltiples caminos

espirituales para hoy forjar el mío, mezclo un poco de todo y le pongo mis condimentos.

Y así, en el buceo, surgen dudas y verdades. Veo mi camino, entre lágrimas y risas que afloran al hacerlo, algo me susurraba: “es hora del amor propio”.

Y llegaron dos hermosos seres de luz, a los que ignoré, no quería bucear ahí, no quería saber cuánto aún tenía que hacer por mí.

(En alguna otra historia quizás contaré acerca de estos maravillosos seres y de mi maestro)

Hubo un tiempo en el que creí haber sanado todo... no fui ilusa, sólo tuve miedo de bucear en las razones de mi falta de amor propio.

Yo era la salvadora, pero no me animaba a salvarme a fondo.

Este capítulo se llama “Amarme”, porque soy amada y porque amo, pero hoy sé que falta algo. Amarme.

No puedo sacarme fotos, nunca pude. Hubo un año en el que creí haberlo logrado, 2019 fue el año de un gran salto cuántico.

Experimenté la libertad de muchas cosas que había postergado, salidas a mi gusto, mucho rock, nuevos amigos, estaba feliz. En casa mil cosas que arreglar, les puse todo el corazón y mucha paciencia, y me nutría de todo aquello que hacía años quería hacer: estar sola, escuchar la radio y tomarme un vino, escuchar rock y sumergirme en las canciones. Salir sin miedo, invitar amigas a mi mundo. Compartir libertad.

Bueno, ese año me saqué muchas fotos, sonriendo, estaba orgullosa de mí. Había recuperado mi libertad de acción y de pensamiento. Empezaba a dejar que mi alma se expresara en movimiento, luego de más de un año de escucharla en soledad y silencio, en mi silla verde en el patio. En busca de la libertad, volví

a fumar... hoy es una muleta a la que agradezco pero que quiero dejar, voy para atrás y para adelante con esto. Hoy me espero. Algo pasó, no me puedo sacar más fotos. Volví a verme fea por momentos, no me gusta mi imagen, me avergüenzo de mis marcas en la piel y en el cuerpo. 2019 ¿por qué te fuiste? Porque tenía que seguir buceando y ver que no puedo avanzar si no dejo mis mochilas de adoquines: mi falta de autoestima.

Hoy le saco fotos a mis hijipierros, miles de fotos y las subo orgullosa a mis estados. Ya lo dije, en ellos me veo: mi ternura, su fidelidad refleja la mía hacia quienes amo. Su felicidad con lo simple me representa. Sólo que ellos sí saben de su propia inocencia. Me falta aceptarme y amarme... ¡y eso que tengo amor a mansalva!

Amo a Dios, mi Padre, mi Fuente. Amo a mis Maestros y Guías, amo a mis amigas y amigos, a mis compañeros – aunque trabajo la aceptación con algunos. Amo a mi hermana y a su familia, demás está decir que amo a mis hijos. Amo a mis vecinos, al chico que cuida los autos en el trabajo y a su perrita. Amo a las personas, ¡que loco! Hoy las amo, aunque les temí y desconfié mucho tiempo. Aún sigo por momentos andando de puntitas, ya no quiero salir herida. Selecciono mucho quien entra en mi cuore, pero igual amo.

Y ¿qué pasa conmigo?

Tengo 48 años, me dijeron que mi nombre significa: “luz en el camino”, que así sea.

### Capítulo 3: La sanación

La sanación es un camino que empieza con tu decisión, es cuando venís sintiendo que hay algo en vos que te habla, te incomoda, cuando no querés escuchar y no te abandona.

Vivimos, sin saberlo, esperando ese día. Aprendimos tantas formas del deber ser y estar en el mundo y no hemos escuchado la propia.

Solemos decirnos: “quiero ser feliz”, pero no nos permitimos oírnos por mucho tiempo. Y así crecemos, tenemos infinitos momentos de felicidad, pero son eso, momentos.

Hay diversas vidas, tantas formas de vida como personas hay en el mundo. Pero hay patrones, casi universales, otros propios de cada cultura y de del micro mundo social en el que nos desarrollamos, nos enseñan y creemos que nos dan seguridad. Así que vivimos dentro y desde esas creencias, la gran mayoría de las cuales son limitantes.

Obedecemos a nuestros padres, maestros, mayores que nos “guían” en el camino; hacemos siempre, a cada paso, lo mejor que podemos. Eso sabemos y nos enojamos o frustramos en las distintas etapas, cuando no logramos aquello que nos han señalado.

Tenemos muchas exigencias, ser buenos, respetuosos, amables, son algunas de ellas. Esforzarnos por lograr las metas que nos harán ser alguien: colegio, estudio, familia propia, trabajo.

Lejos está de mi corazón expresar si esto está bien o está mal, procuro vivir desde el no juicio hace tiempo. Pero ¿no es acaso cierto, o pareciera serlo, que muchos ni nos hemos cuestionado si todo lo impuesto es lo que realmente anhelamos? ¿Por qué he tomado el camino señalado?



Aprendí que nunca es el por qué, la pregunta, sino el “para qué”. En este camino de sanación el cambio del porqué al para qué, ha sido una puerta inconmensurable.

¿Para qué? ¿Para qué experimento cada suceso en mi vida? Ahí comienza un buceo interno que paso a paso nos invita a sumergirnos en una inmensidad que al inicio ni nos imaginamos. Cada uno bucea a su manera, recorre a su modo los laberintos internos y encuentra sus múltiples y propias respuestas, de las que surgen nuevas preguntas y te convertís, felizmente, en un buceador incansable.

Si bien hay paradas, lugares oscuros, algunos fríos, incertidumbre y, por qué no, aparece el miedo en sus mil caras, siempre podés detectar una pequeña y lejana luz guía. Esa es tu alma, la luz de la verdad que te da la bienvenida. Y es así cómo se abren más y más puertas, ¡que inconmensurable, es el espacio de nuestra intimidad! Ese espacio intangible y eterno que contiene todo.

Hoy lo sé, “mi mundo contiene todo” – igual que el tuyo, el de él o el de ella. Porque todo es de todos, sólo que por mucho tiempo no lo supe. El no saber nunca es el fin de algo, sino el inicio.

En ese buceo en la inmensidad se encuentra el camino espiritual. Ese camino que transitamos en profunda libertad porque caminamos “en” lo que somos y ahí no hay reglas, sólo somos. Sanación – camino espiritual. Sí, es lo que siento, en él confío y por él transito siendo quien verdaderamente soy. Despojada de máscaras, mi alma y yo – mi función actual: la Pata.

Muchas personas le temen a la palabra espiritual, eso es, se quedan en la palabra, que como todo símbolo es una construcción colectiva cargada de significantes fabricados y de significados sociales más que reales. Confundir espiritualidad con religión ha

sido uno de los más grandes engaños e impedimentos que nosotros mismos hemos fabricado para no animarnos a entrar. Esto no es un juicio sobre las religiones, ellas han sido espacios que hemos necesitado como humanidad, pero hay que animarse a dar un paso más. Porque fuimos creados libres, sin patrones ni estructuras y con todo lo que nos constituye para ser uno en la completud del Padre y del Todo.

En fin, de esto se trata la sanación, por ahí va. De esto se trata la espiritualidad, por ahí va. Entender que el concepto es uno, indiviso y eterno, es un gran comienzo.

Ser espirituales viviendo la humanidad, experimentando dualidad para volver a encontrarnos.

Desaprender lo aprendido para dejar que nuestro verdadero Ser nos guíe en el camino del recorrido del despertar.

¡Hay tantos hermosos hermanos y hermanas proclamando esta bella y liberadora verdad desde sus corazones abiertos! Pero, en mi caso, no fue hasta que me lo dijo mi hermano amado a quien llamo J (Jota), al que conocen como Jesús de Nazaret, que esta verdad me interpeló fuerte. Me sacudió íntegramente en todas mis estructuras. Desaprender todo, olvidarte y abandonar todo lo que sabés acerca de vos mismo y del mundo y volver a empezar: ese es el inicio del camino espiritual.

Pero antes, acordate, está el ruido, ese ruidito molesto que te llama y persigue: ¡Eu! ¡Eu! ¡Eu! ¡Estoy acá! ¡Hay algo que no está bien, ya no estoy cómodo, déjame salir!!

Después, sólo después, viene todo lo demás.

El que piense que el camino de la sanación es un lecho de rosas, desde mi punto de vista, o experiencia, puedo decir que cae en una equivocación. Siempre manifiesto que la sanación real es para

valientes y que es un largo camino que se desenvuelve en distintos ciclos.

Está el inicio, después de la molestia, en el que empezamos a buscar y es probable que leamos frases de autoayuda llenas de positivismo, nos incentivan a tener aún más ganas de continuar. Hay tantas hermosas personas hablando acerca de otras maneras de mirar.

En mi caso empecé en el silencio, luego de salir de a poco de un extenso período de ira que se forjó en la inmovilidad del estar sin estar. El silencio me llevó a buscar, y en estos tiempos de redes sociales, éstas fueron de gran utilidad. Encontré páginas con frases motivadoras, luego con explicaciones más extensas acerca del árbol genealógico y de todo lo que acarreamos de generaciones sufrientes que nos antecedieron, de karmas no resueltos y otras hierbas. Escuchaba y leía acerca de sanar para que no lo tengan que hacer nuestros hijos – ¡enorme motivación para el cambio si las hay! Del pensamiento positivo como herramienta del cambio, en fin cada quien encontrará en este inicio, disparadores que funcionan como sogas de las cuales nos agarramos para elevarnos un poco por sobre lo que conocemos como nuestra propia realidad.

Si seguimos en el camino, alimentándonos de herramientas disponibles que nos impulsan a ir dando saltos, es probable que empecemos a sanar. Buscar ayuda psicológica eligen muchos, y de hecho, luego de una frustrada experiencia en plena noche oscura del alma, debo decir que volver a terapia fue una especie de salida. Cuando la decisión está tomada, las personas que tienen que llegar llegan, los recursos y las señales, son los indicados, como si “alguien” los estuviera acercando y colocando en el camino.

Es sólo escuchar el alma, no sirve tomar atajos cuando uno sólo quiere emparchar y seguir estancado. Es seguro que todo lo que hagamos desde ese lugar no nos conducirá a ningún lado. A veces nos empeñamos en emparchar vínculos, creemos que ahí está el error, desoyendo que somos nosotros los que necesitamos sanación. Entonces entendí que lo que debía sanar no estaba fuera, estaba dentro y fuera, arriba y abajo, me circundaba y habitaba, era yo, luego vendrían las circunstancias. Empecé a escuchar acerca del perdón, la ley del espejo y otras miradas me llevaron por nuevos y más profundos caminos, así es como se va adentrando, de a poco, amorosamente y con sabiduría. Todo parece muy lento, todo paso a paso, todo con mucha voluntad. El Hoponopono me enseñó a “soltar y confiar” y otras cosas muy bellas que empecé a escuchar. Buscar, cambiar, seguir explorando, escuchar a los que hablan diferente, pasar de lo más simple a introducirte en un mundo espiritual que se expande ( en los inicios es inimaginable cuanto) Pero que no siempre es de rosas... es necesario saberlo.

## Capítulo 4: “Callar a la loca de la casa”

¿Quién será? Me podrán preguntar. Viste esa vocecita que no para todo el día, que habita en un lugar de tu mente y te habla: “tenés que”, “deberías”, “¡así NO!, ¡Te equivocaste otra vez! “Si vos no podes”, “mirá lo que te hizo” y bla, bla, bla....

Supermercado, entrega de trabajo, horarios, médicos, tu madre, la tarea de los chicos, el calefón que no anda y ese maldito técnico que te cobró carísimo, y así... no para, nunca para y sentís que tu cabeza va a explotar. Que todo es un caos, que no alcanza el día y que paren el tren que te querés bajar.

Entre tanto pensamiento ruidoso la vida sí que parece un caos. ¿Cuánta gente conocés que apenas la saludas te dice: ¡Ay, acá estoy a lo loco! Y así cada vez que la ves...?

Así, eso que algunos predicán: “buscá tu paz interior”, parece una quimera. Si vieran tu caos, tu angustia por no poder con todo, tus escasos momentos de felicidad para los cuales tenés que mover toda una agenda, no se atreverían a mencionarlo. Quizás alguna vez llegaste a pensar: “Está loco/a, ¿de qué me habla? ¿De meditar? Éste es de otro planeta. No tiene mi vida, vive del aire, es un fumado”, y así múltiples maneras de mirar a ese otro que te habla de paz, de silencio, de meditación, de encuentro con vos. Sin embargo, callar a la loca de la casa es el primer paso. Quizás no es lo primero que se logra, pero sí el primer objetivo. Sólo desde ahí, con esa intención, podemos tratar de comprender lo que significa “suelta y confía”.

Mi “loca de la casa” era muy parlanchina. Creía imposible haberla alguna vez conocido silenciada. Solía llenar mi cabeza de ruidos y pocas veces me alegraba escucharla. Pero ella no se callaba. Me acompañaba a todas partes. Creo que ni al dormir paraba, porque

me levantaba y ya todo eran reglas y cosas por hacer ¡había tanto que hacer!, todo era hacer. Obligarme a hacer y en el medio transcurría lo que yo creía era la vida.

Había cumpleaños, reuniones sociales, familiares... ¡Cuántos por atender!, todo implicaba estar al servicio “de”. La mirada puesta afuera, todo el tiempo, el reloj marcaba el tiempo que nunca alcanzaba. Y “ella” sólo hablaba.

Paraba a llorar de a ratos, la vida era literalmente ese valle de lágrimas aunque éstas no siempre se manifestaban. Había momentos lindos, sobre todo con las amigas, claro que sí, pero el reloj era el tirano al que yo obedecía – porque “ella” hablaba.

A veces no hay que pasar por experiencias hiper traumáticas para decir basta – aunque de estas ya hablaré más adelante.

A veces sólo es cansancio, ese agotamiento que nos pesa en los hombros, en la espalda. Nos pesa la vida, que paradójica, cuando la vida, nos dicen, es un regalo (y lo es).

A veces no queremos escuchar ese cansancio porque aprendimos que la vida es lucha, y descansar es de flojos. Y entonces seguimos acarreado las viejas mochilas, las maletas que se nos dijo que aceptemos, eran la razón de la vida. Un trabajo cada vez mejor – lo cual significa en este mundo, cada vez más exigente, en donde subimos en la cadena de mando, nos da más plata, para comprar más cosas. Dejan la vida para descansar quince días en un viaje, o más viajes y más herramientas de confort en la casa, las que pagan con vida...

Me agota sólo escribirlo, espero que ustedes sientan el mismo cansancio al leerlo, señal de que hay algo adentro que se ve reflejado en esto.

Bueno, ese ruido al que nos acostumbramos y del cual creemos imposible salir, o para hacerlo prendemos la “tele” – díganme si

no somos increíbles - lo genera "la loca de la casa", que no es más que una pequeña porción de nuestra mente a la que hemos alimentado años, décadas, siglos.

Su alimento son los patrones sociales adoptados, las creencias limitantes, lo que hemos aceptado como cierto sin cuestionarlos. Nadie tiene la culpa en esto, porque incluso aquellos de quienes hemos mamado nuestros miedos, frustraciones y culpas, también los han acarreado.

Pero que la mayoría viva loco y atormentado, no avala esta mentira.

El grito de basta llega, pero está en cada uno escucharlo, aceptarlo, cuestionarnos que parte nuestra es la que dice basta.

## Capítulo 5: “El camino empedrado”

¿Cuántos años tenés? Le pregunto a quien lee estas líneas.

¿Dieciocho, veinticinco, cuarenta – que edad bisagra – cincuenta?

¿O quizás ya hayas pasado los setenta?

No importa, mirá tu vida. Ponete los lentes de la verdad y mirá tu vida, no importa cuán extensa sea. Mirá tu vida y después de un rato en la que la hayas contemplado te pregunto ¿Cómo fueron tus caminos?

El mío fue un camino empedrado, ya no tengo miedo de mirarlo. Nací en una familia sufriente, con seres amorosos pero sufrientes. Y luego fabriqué mi propia estructura sufriente. Pero esto es otra historia, la tuya seguro fue diferente, porque cada vida es diferente.

Sin embargo hay, hubo, vimos muchas señales de tránsito similares: ¡Atención escuela! ¡Tenés que ser buen alumno! ¡Obediencia! ¡Adolescencia! ¡Encajar en el grupo! ¡No te atrevas a ser diferente! ¡Fiestas! ¡A bailar! ¡A reírte! ¡Socializa y encaja! ¡Moda! ¡Cuerpos perfectos! ¡No al acné! ¡No a los lentes! ¡Atención club! ¡El deportista destacado! ¡Temporada de entrenamiento! ¡Salir campeones!

Imposible seguir, porque los carteles indicadores han sido infinitos y por más que hay muchas líneas de colectivo, todas hacen siempre el mismo recorrido y todas trasladan enormes caudales de gente – se entiende la metáfora, ¿no?

No importan los carteles, no importa el colectivo. Te subiste a uno, quizás cambiaste de línea, pero siempre había carteles y un recorrido establecido.



Cuando estamos acostumbrados a sólo subirnos al colectivo y atender a cuanta señal aparece en el camino, éste suele ser empedrado.

Cumplimos, no queremos defraudar a nadie, ni a mamá, ni a papá, ni a los maestros, ni a los hijos, ni a los abuelos, ni a los suegros, ni al vecino, ni a la pareja. Peleas, discusiones, amarguras, ¿por qué habría tantas si todos hacemos caso, si todos vamos en los colectivos?

Porque en estos caminos empedrados a alguien hay que echarle la culpa, entonces levanto defensas y ataco, y así vamos. ¡Ojo! con algunos momentos que consideramos geniales. Si, momentos. La vida no es un grupo de momentos. La vida es un continuo. Esos recorridos que he descripto, los miles de recorridos “establecidos”, nos hacen creer que estamos eligiendo en libertad. ¿Será eso la libertad?

Cuando construimos nuestra vida con la mirada afuera, vamos fabricando múltiples situaciones, relaciones, conexiones, que al ser conocidas nos resultan reales y por eso incuestionables. ¡Qué vamos a hacer, la vida es así! “Una de cal y una de arena”. Sin embargo somos nosotros los que fabricamos el camino empedrado.

Toda esta “intro” va para que quien ha oído ese grito, empiece a revisar sus caminos empedrados y de a poquito, sin pretender arreglarlo todo ya, sepa que al ser uno quien puso las piedras, uno puede quitarlas.

Nadie dice que sea una tarea fácil, pero sí he aprendido que es la única tarea.

Habrán hermanos, hermanas, en el camino, que igual que vos, decidieron escuchar el grito. Algunos ya van más adelante, han quitado con esmero y amor ya varias de sus piedras, están

dispuestos a ayudarte. A muchos los llamamos maestros, en realidad son solo hermanos que escucharon antes. También hay quienes vamos a la par, con los que resonamos y que agradable es darnos una mano.

Lo que sí es cierto es que hay dos instancias solitarias: la escucha del propio grito y la bella – aunque tan real y auténtica que se nos pone áspera- tarea de quitar las piedras. Nadie puede hacer ninguna de estas cosas por vos o por mí, sólo uno.

Hubo una noche en que sólo fue oscuridad en mi vida. Había tocado fondo y me vi acurrucada en una callecita, debajo de un arbusto, con las correas de mis hijiperros en las manos. Había huido, corrido, escapado, para encontrarme con la muerte cara a cara, con la muerte de mi alma que sonreía tenebrosamente.

Fue la noche más fría de mi alma. No dejé mi cuerpo, Ellos vinieron. Luego vino el desenlace, varios días inconsciente y... ¡abracadabra! ¡Estaba de vuelta!

¡Qué odio! ¡Qué enojo! ¿Qué había salido mal? ¿Qué hacía de nuevo acá?

Y el enojo pasó, el odio pasó, la ira conmigo misma, con la vida, se calmó. Pero la pregunta surgió: ¿Para qué estoy acá? “Para sanar”, escuché, “para vivir la vida que realmente merecés”. ¿Qué vida?, pregunté. ¿Qué vida? Y no paré.

Hice silencio, mucho silencio. Seguí en el día a día, mis hijos eran aún muy chicos, cada día tenía sus tareas, pero yo ya no era la misma aunque aún no lo viera. ¿Qué vida? ¿A qué se referían? Siempre amé. Amé a mis padres, a mis hermanos, amé a mis amigas con profunda devoción, y amé con locura a mis hijos. Amé, siempre amé y de muchos recibí infinito amor. Entonces, ¿qué pasó? ¿Por qué fabriqué un mundo de tanto dolor? Porque puedo jurarles que fue de dolor, de inmenso y lacerante dolor.

Conozco el miedo, le vi la cara, sé cómo se siente mi cuerpo en el miedo. Las piedras en el camino están hechas de miedo, mandatos, el miedo como materia prima es muy dúctil y adopta diversas formas.

Lo bueno, para poner un poco de ganas de seguir leyendo, es que el miedo no es invencible. Y todas sus mentiras, porque es lo único que produce, son desenmascaradas. Entonces el miedo se queda sin raíces y por más que lo intente, ya no es creíble.

Sí, esto es casi el final de la historia, en realidad está a mitad de camino, porque tras descubrir las mentiras que nos dijo el miedo, seguiremos con amor desandando y deshaciendo. Sólo recuerden, esto es tarea de valientes, no hay un único proceso, paciencia, amor y búsqueda de nuestra propia verdad son las herramientas. Caminar se camina, deshacer se deshace, pero cada uno a su ritmo y en sus tiempos.

¡Qué bello es sanar! ¡Qué grandioso haber oído el grito! ¡Qué hermoso el empeño! Aún cuando he aclarado los ciclos, y que no es de rosas el sendero que pone a, en, desde, sobre, la luz, a la verdad y a la libertad.

Cerrando este capítulo quiero compartir que callar a “la loca de la casa”, es todo un desafío. Pero vale la pena intentarlo. Vale la pena empezar a querer escucharnos, no a esa pequeña parte de la mente a la que le dimos bastante protagonismo por tantos años, sino a esa “otra mente” que no es otra, que es todo, pero que permanece calma, paciente, esperando su turno.

Mi Maestro me enseñó que en ella se encuentra el Cielo, es el cielo de mi mente santa, y me enamoré de ella al imaginarla. “El cielo de mi mente santa”. Pero pasaron varios años hasta que supiera de ella, años en los que, sin embargo, trabajé en callar a “esa loca de la casa”.

Desde este encuentro, el encuentro con el cielo de la mente santa que nos habita en silencio, comenzamos a desandar el camino empedrado.

## Capítulo 6: “Despertando”

Hubo una vez una silla verde de plástico. Se transformó en mi compañera y aliada. Me sentaba en ella sin saber que buscaba. El gran salto había sido dado. El tablero pateado, la estructura desmoronada, en etapas, y ahora estaba... la nada. Y mi silla verde en el patio.

La radio, los puchos, la nada. Sólo una bandera flameaba: PAZ. Eso buscaba y me callaba. Me sentaba por horas y me callaba. Mi hijo un día me pregunta: - ¿Qué hacés mamá? Yo: - Nada. Y esa nada era todo. Era hacer nada. Trabajar en silencio. En conocerlo. En dejar que la oruga reconozca su capullo, faltaba para que sea una real mariposa. ¡Uf que faltaba! Había que conocer el capullo desde la nada.

Conocer el capullo es conocer ese lugar adonde habitás, es el aura que te rodea, es tu soledad sagrada, es tu alma, es tu entorno mágico, es tu silencio, es tu volátil espacio de nada. De todo. Tuyo, próximos, etéreo, profundo.

Cada uno tiene su capullo y cuando en verdad nos habita, desde él se expande.

El capullo no se conoce en el ruido, éste lo tapa. Salidas, ruidos externos e internos, laburo exagerado, gritos, peleas, risas desmadradas. Ruido. Eso tapa el capullo, lo amedrenta, lo empequeñece y lo espanta.

El capullo es tibio, te acaricia, entibia el alma, te llama despacito, te acerca a vos mismo, te serena, te abraza. El capullo no aísla, encuentra. Te encuentra con vos y desde ahí con otro verdadero, también silencioso, enriquecido, en búsqueda.

El capullo es la sala de la sanación preferida, interioridad y exterioridad que se funden en perfecta armonía, en danza, te

habitan y cobijan al mismo tiempo. Te expande en la introspección más íntima para después abrir tus alas.

La etapa del capullo es cálida, es hogar y verdad. Encuentro y el inicio de lo que un día será unicidad.

El capullo no es defensa, no es un muro. Sus paredes son sutiles, su aire fresco y reparador. El capullo sos vos. En él habitan tus amados y también tus miedos, pero su ritmo es el amor, lento y pausado. Su herramienta el perdón, a vos, a los otros, al mundo. Su certeza es tu yo, en la divinidad que lo constituye, aunque para verla hay que llamar a una amiga: la paciencia.

Porque el capullo no sabe de tiempos, tiene su ritmo. Hoy sólo sé que hubo un tiempo en que descubrí a mi capullo. Lo habité de manera consciente por largo tiempo y hoy, varios años después, a él vuelvo. Porque el camino espiritual al que te lleva, no tiene un fin, es eterno. Podés entrar y salir del capullo cuantas veces quieras, y una vez que lo sientas, ahí está. Ahí se queda, para que vuelvas a él a renovar fuerzas.

Encontrar el capullo fue mi despertar, por eso así se llama este capítulo. Desde mi silla verde, en la nada y el silencio, desperté. Infinito mundo real se expandía para mí. Hoy, varios años después, aún sé que hay mucho más, tanto más que conocí la felicidad que me trajo esa “nada”, aún en sus bravas tormentas. El capullo es como ese ojo del huracán, desde donde pase lo que pase, se desmorone lo que se desmorone, vos ves el cielo azul y te acaricia el sol templado. Sentís las fuertes tormentas y los horribles vientos alocados, pero estás en tu capullo, la mirada te llama una y otra vez a la calma.

En el capullo se llora, y a veces se ríe al mismo tiempo. Es mágico, no es de este mundo. Pero acordate, todos tienen su capullo, sólo que algunos nunca entran.

No es de este mundo, y quienes entramos en ellos, tampoco.  
Y esta verdad libera. Hay otra forma de ver al despertar, como los pájaros, ver tu libertad. Libertad de visión... que bien se siente.  
El capullo es la antesala a la libertad. Nada tiene que ver con prisión, sino que es tu transformación. Y lo más hermoso es que nunca se va.

Un día desplegarás tus alas, te permitirás volar. De a poco y desde tu espacio, el capullo, empezarás la tarea de perdonar. Todo. Tus creencias, tus limitaciones, tus fabricaciones, tu jaula, al otro y a los otros, y finalmente a vos.

Desde el capullo, paso a paso. El amor lo vence al miedo y ves como siempre la luz le gana a la oscuridad. Por eso el capullo abierto, expandido, etéreo, eterno, liviano, seguro, amplio, abierto, espacioso en su inmensidad, es para VALIENTES.

Están quienes construyen estructuras de pseudo felicidad, se refugian en ellas, levantan muros que ni siquiera ven y son “felices”. Pero nunca vieron su propia oscuridad, o la vieron, que sé yo. Yo no sé nada. Pero una construcción así no expande, resguarda. Al resguardarte puede que todo parezca estar bien, pero ¡guarda! Mentirse a uno mismo no es el capullo. Es creer que te has resguardado de algo, de alguien. Y mi Maestro me dijo, si has levantado defensas, por más bonitas que parezcan, es porque te sentís atacado... Y el ataque externo: es falso.

El capullo te permite ver verdades que un día te llevarán a la verdad. Al inicio, al origen, a la paz. A la fuente, a la unicidad, al Todo.

Las murallas, por más lindas que parezcan, te resguardan y nunca es el camino resguardarte de la oscuridad.

Cuando los rayos de luz empiezan a iluminar tus zonas oscuras, cuando esa voz tantas veces callada se empieza a escuchar... ese

es el despertar. Sólo el despertar, el trabajo es hermoso, intenso, diferente para cada uno.

Por eso no hay una fórmula. La construís vos, dejándote guiar (no sé si será en este escrito que te hable de esto, pero es dejándote guiar)

Buscá la Verdad. Eso sólo puedo decir acá. Estamos en un mundo de apariencias. Corré los velos que has fabricado, buscá la verdad. No es fácil te dije, no es un lecho de rosas, pero es inmensamente liberadora, y es “La Verdad”.



## Capítulo 7: La muerte no existe.

Te hablé de esa callecita oscura, en la que fui a buscar la muerte. ¿Qué muerte? La muerte no existe, sólo dejamos un cuerpo físico, sólo no pudimos ver y entonces creemos en la muerte.

Hemos crecido en una sociedad que le teme a la muerte, la siente oscura y fría, desconocida la mira con recelo, le huele a pérdida, abandono, desdicha, frustración, soledad, fin.

Sin embargo, ¿qué sabemos realmente acerca de lo que es la muerte?

Estoy convencida que en más de una oportunidad la muerte transcurre en esto que llamamos vida. Cuando llevamos años inmovilizados por dentro, sin tiempo, corriendo como el conejo tras una zanahoria que va cambiando de apariencias.

Desfiguramos incluso la palabra vida.

El tema de dejar el cuerpo físico, el coche, no es un punto que pretendo desarrollar acá, sino qué es lo que hacemos con todo lo otro que somos, más allá del coche, mientras vamos festejando cumpleaños, creciendo en edad, transitando.

Hay un sentimiento casi colectivo sobre cómo debemos funcionar. Encajar en la sociedad y poner la mirada en todo lo que está afuera de nosotros mismos, incluyendo el “coche”.

Veo, en el día a día, personas hermosas que aún no han descubierto su propia luz. Las veo ir de acá para allá, con una sonrisa que a veces parece dibujada y que sólo por momentos refleja verdaderamente el alma.

¿Cómo se reflejaría nuestra alma sino lleváramos esa sonrisa siempre dibujada?

Despertar nos lleva a encontrarnos con la muerte en vida y nos anima lentamente a avanzar hacia nuestra propia Resurrección.

Mi Maestro decía: “Yo soy la Resurrección y la Vida”, y poco tenía que ver con sus manifestaciones posteriores, etéricas, sino con enseñarnos a resucitar en vida.

Esa es nuestra gran posibilidad, sabernos capaces de resucitar, de generar por nosotros mismos el milagro de abrazarnos, contemplarnos, amarnos, escucharnos. Nos frena el miedo a romper esquemas, estructuras construidas en las que aprendimos a vivir. Para eso es para lo que creamos ese espacio interno, místico, en donde aflora la sabiduría divina, mística, ese espacio infinito llamado silencio.

Desde el silencio la vida empieza a adquirir otro sentido, vislumbramos cuál es el auténtico sendero por el que queremos transitar, evolucionar, avanzar hasta esa anhelada paz.

La paz no se encuentra en ningún lugar, o mejor dicho habita en todos lados: en el trabajo, el hogar, las reuniones, en los viajes, en tus proyectos, tus salidas, tus mates en la cama, en el auto, incluso en las calles atiborradas de autos. La paz se encuentra en todos lados, porque la paz mora adentro.

Cuando adentro hay miedo, afuera hay miedo. Cuando nos hemos quedado dormidos en el sin sentido, llenamos de sin sentido el principio sublime de la vida. Morimos por dentro, pero sonreímos. El sentido de muerte en estas líneas está vinculado con el sentido que le damos a la vida. Fabricamos tantas realidades efímeras creyendo que ahí está la vida. Quizás hasta nos sintamos cómodos y satisfechos con eso que vemos fuera. No importa si vuelvo a casa después de diez horas de trabajo en los que hubo conflictos en la oficina, bocinazos en el trayecto, discusiones en el kiosco, o si me esperan conflictos hogareños, ¡es la vida! Decimos.

Vamos pasando por alto cada momento sin detenernos a sentir qué es todo esto. Qué nos está mostrando, qué es lo que veo y

cómo me siento con ello. Hay días mejores que otros, días en los que parecemos exuberantes de alegría, pasamos buenos momentos, nos aprobaron un proyecto por el que llevábamos meses sin dormir, el jefe nos felicitó, compramos el auto nuevo por el cual estuvimos días mordiendo los dientes apretadamente y viendo cómo gestionar una parte en negro.

Sí, hay días con muy buenos momentos. Otros que llamamos “para el olvido”.

Así, en un vaivén tipo montaña rusa, vivimos. Así, en un vaivén tipo montaña rusa, morimos.

Así, en un torbellino de ruido, no sentimos. Pasamos por alto nuestras más profundas emociones y la mayoría de las veces no podemos ver que están sintiendo, en verdad, nuestros hermanos queridos – hijos, compañeros, padres, y cada una de las personas que conforman nuestro círculo de amor. Nos quedamos en charlas vanas, la rutina, las cuestiones diarias, nos tomamos unos lisos, y seguimos – no vaya a ser que algo nos interpele.

Estas líneas quizás no reflejen a todos, pero es lo que siento. Hubo un tiempo en el que viví así, morí así. No pude percibir lo que sentía mi entorno, más que una tensión persistente en el aire en la que era mejor no ahondar. Me perdí en la inconsciencia, emociones profundas de mis hijos, me perdí a mi misma.

La tranquilidad parecía tirarme en la cama a ver Netflix, evitar discusiones de la forma que sea. Callar, envolver el sentimiento de hastío. Procurar dormir con un “clona”, levantarme y arrancar. Prender la radio en el auto, no vaya a ser que falte el ruido y se filtre una gota de verdad...

Eso es la muerte para mí. Así la entiendo, así la palpo. He visto muchas hermosas personas transitando muertos o en estado vegetativo. Aunque sonreían, iban a fiestas, adquirirían bienes,

viajaban, el tick tock del tiempo va apagando el sentido o lo tiñe de un falso sentido, opuesto al hermoso sonido del ser. Quedó un poco oscuro este capítulo, vamos a echar luz, vamos a hablar de la Resurrección y la Vida.

## Capítulo 8: La Resurrección y la Vida

Veo una cruz llena de flores en mi repisa, veo el símbolo de la resurrección y la vida.

De una cruz puede surgir la vida. Hemos fabricado cruces, incluso nos hemos ayudado a construirlas. Caminamos con ellas en nuestras espaldas, hemos ayudado a otros a cargarlas y alivianamos su paso. Nos han ayudado a cargarlas y alivianaron el nuestro. Pero la cruz no es sinónimo de vida, no tiene por qué serlo.

¿Cuántos años pensás que podés tener como expectativa de vida física? ¿Cuántos te quedan entonces, adentro de este coche al que le pusieron tu nombre? ¿Qué deseas hacer con ellos?

Un día elegí la vida. Miré hacia adelante, en este mundo edificado sobre una línea de tiempo, y sentí la urgente necesidad de descubrir la vida. No fue necesario dejar el coche, sino mirar más allá de él y entender que este bello coche al que llamo cuerpo, puede ser visto como la más destacada y valiosa herramienta para experimentar a través de él, el verdadero significado de la vida. Él no es mi vida, él no me la dirige, él sólo me lleva. El cuerpo no es motor, y el mundo tal como me lo enseñaron, no es el tablero establecido. El motor tampoco es la mente chiquita, el verdadero motor es la chispa de la vida, la esencia que somos, aquello que puede darnos el verdadero impulso hacia adelante.

Se llama Amor, nos constituye, nos nutre, nos sostiene, nos impulsa y nos mueve al cambio, nos crea magníficas experiencias y nos sonríe. ¡Niña! – me dijo – “soy tu Amor, la fibra divina que te acompaña desde siempre y para siempre” “ Soy Vos, inseparable y eterno, somos uno. Vos, yo, uno, amor. ¿Tenés ganas de escucharme?” – preguntó.

“Tengo mucho para recordarte” – siguió – “acerca de vos misma, de tus relaciones, de tu mundo externo y tu inexplorado mundo interior, desde ahí podemos crear juntos, jugar y experimentar para reencontrarnos”. “el Juego se llama Resurrección y consiste en juntos, sacar velos”.

“Ah, bueno, ¡Estoy chiflada! – me dije. “Pero ¿qué pierdo con escucharlo, con probar si es cierto que he fabricado velos? Quizás era eso lo que me nublaba”

Y así le tomé la mano al amor y empezó el juego. El amor se hizo mi amigo, mi compañero y poco a poco fui transformando mi mirada. Desde adentro hacia afuera, mi mirada cambiaba y en esta danza, mis pensamientos cambiaban. Es sorprendente cómo llegamos al verdadero sentido de la vida cuando cambiamos la mirada.

Requiere un ejercicio constante, lento, paulatino. Requiere el deseo potente de querer ver. Ver con los ojos del alma, sin patrones, sin juicios, sin establecer lo que está bien, lo que está mal, hasta llegar a la conclusión de que no sabemos nada.

Hay tanto, tanto que no vemos, que no recordamos, que olvidamos. No sabemos nada de nosotros, salvo lo que nos dijeron, lo aprendido, menos sabemos de los otros, pero juzgamos y nos juzgamos. Se trata de soltar, todo.

Eso no quiere decir que debo salir corriendo de la vida en la que transcurro cada día, o quizás sí, no lo sabemos porque no hay un solo juego. Sólo unas premisas: dejar de mirar con los patrones establecidos, alejarse un poquito cada día del ruido, bucear en ese mar tranquilo que mora dentro, no preguntar desde lugares establecidos, no responder, escucharnos.

Las respuestas llegan desde adentro, con una voz calma que nos sostiene cuando el mensaje no parece divertido. Llegan desde

adentro y si las escuchamos, confrontamos el miedo y las seguimos, mágicamente comienzan a manifestarse fuera. Se abren nuevas puertas, se nos cruzan nuevas personas, escuchamos con el alma canciones que interpelan, nos llama la atención un libro. Nos detenemos en una charla que brinda una persona a la que nunca habiéramos escuchado y quedamos maravillados.

Empezamos a descubrir en nuestro entorno maravillas, gestos, olores, flores, observamos el vuelo de los pájaros, las formas de las nubes, escuchamos de otra forma las palabras de los otros, quizás una charla entre pasajeros del colectivo, nos interpela y moviliza.

Es un juego increíble que entusiasma, de a poco todo, absolutamente todo, cobra otro sentido. Ya nada es casual, todo nos trae un mensaje y empezamos a ver otras cosas, otros detalles que pasaban desapercibidos. La conciencia se expande, las emociones afloran y aprendemos a transitarlas de la mano del amor, sin juzgarlas.

Ya no importa si irrumpe el miedo, si llega una oleada de tristeza, porque tenemos nuestro templo de silencio, verdad y cobijo. Siempre nos recibe y no hay emoción que no pueda ser “observada”, transmutada, abrazada y soltada, liberada cuando ya nos trajo su mensaje y fue comprendido.

No importa cuántas veces vuelvan, hay mucho por explorar en nosotros mismos, hay mucho que sanar y hay mucho a lo que darle la bienvenida.

Este es el viaje, el juego de la resurrección y la vida, para cambiar la mirada, para recuperar la inocencia, para recordar quienes somos, para “ver” al otro. Para amar al mundo.

Parece utópico, pero es el camino.

De adentro hacia afuera, nunca a la inversa. Las señales de tránsito que conocemos están mal puestas. Nos equivocamos, pero todo error tiene solución. Ésta empieza en uno, se contagia, se hace comunidad de almas, y luego colectivo.

Podemos construir de nuevo si queremos. Yo lo quiero ¿venís conmigo?

Te amo,

L.U.X.33 -



“Eso que somos”

## Capítulo 1: “De barriletes y de flores”

En algún lugar del mundo una niña juega. Su pelo rubio corte “taza”, sus grandes ojos brillantes y sus manitos con ganas de explorar el mundo. Es pequeña, más no es frágil, lleva dentro una sabiduría milenaria que comparte en su mirada, que pone a andar en cada aventura de su vida, en cada travesura.

Su alma libre trepa a los árboles, habla con escarabajos y elementales, ha improvisado nidos a los pájaros. Interpreta personajes, diseña casitas, toma el té con un amigo imaginario. Se ensucia, se embarra, camina descalza cuando la dejan, crea soniditos con su madre para llevar a la escuela.

Es una niña pequeña, de apenas 5, 6, 7 años, sin embargo, al observarla a la distancia veo cómo lo que es la sobrepasa. Guarda tanta riqueza y alegría que no caben en su pequeño cuerpo.

Guarda también tristezas olvidadas y duras experiencias.

Ella crea, crea y crea y expande su luz con su sola presencia. No todos la entienden ni ven su grandeza, muchos sólo la ven como una niña pequeña. Su imaginación inmensa devela en sus juegos y relatos diversos escenarios recorridos, hace mucho más que ocho años.

Ella viene de otros lados, fue cambiando de apariencias. Ella decidió una y otra vez volver a la tierra.

Siempre había más esperándola para experimentar y aprender. Siempre había más para enseñar, siempre había resabios que le pedían sanar. Y ella iba y volvía. Viajaba a través de los siglos, descubría y recordaba.

Cuando vemos un niño, un bebé que nace, nos enternece su inocencia y lo vemos pequeño y vulnerable.

Todos fuimos niños, una y otra vez, hay un niño eterno en nuestra alma, en nuestro corazón, que nos acompaña en cada viaje, procurando que al crecer y comenzar a vivir las experiencias del mundo adulto, no lo olvidemos, no lo callemos, no lo abandonemos y sobre todo recordemos acunarlo de tanto en tanto.

Querido lector, ¿cómo recuerdas a tu niño, a tu niña interior? ¿Le hablas de vez en cuando? ¿Escuchas su voz? ¿Recuerdas sus sueños? ¿Su mundo mágico? ¿Su fructífera imaginación?

Ese niño que reía a carcajadas, que se deslumbraba con las estrellas, con los bicho bolitas y con las chicharras, que amaba lo simple y descubría intuitivamente las maravillas, no sabía mucho de reglas. No entendía por qué lo retaban. Por qué los adultos interrumpían con ceño fruncido sus juegos. No entendía de buenos modales, pero extendía sus manitos para abrazar, besaba con la boquita llena de restos de chocolate, o dejaba ver sus lágrimas si algo lo lastimaba sin vergüenza de desnudar su alma. Todos fuimos ese niño, libre, salvaje, preguntón, aventurero. Todos fuimos ese niño que sólo vino a la tierra a ser feliz, a compartir su luz y expandirla.

¿Qué pasó con ese niño cuando los años avanzaron en la línea cronológica del tiempo? ¿Cuánto de ese niño puedes ver reflejado hoy en tu yo adulto? ¡Ojalá que mucho!

Hay quienes no queremos olvidar al niño, y si acaso nos fuimos tan lejos que ya no lo recordamos, sentimos de vez en cuando una añoranza por su ternura e inocencia.

Todos fuimos ese niño, miles de veces fuimos ese niño, a través de distintas experiencias. Niño, niña, alto, bajo, lector, dibujante, constructor, cantante, deportista, caballero, princesa, brujita; niño pobre, niño rico, en una mansión, en una casilla de chapa. De pies

descalzos, de zapatos de charol. Diversas apariencias y circunstancias, pero niñas y niños.

En cada línea de tiempo en la que experimentamos nuestras vidas, esos niños y niñas han sido olvidados. Avanzamos hacia nuevas experiencias, nos hacemos adultos y los olvidamos. Así fue, una y otra vez.

Es tiempo de recordar a esos niños, este es el momento de recuperar nuestras infancias, abrazarlas, invitarlas a nuestro mundo adulto, sanarlas e incorporarlas.

Los invito a no dejar que otra vida se nos vaya sin haber abrazado a nuestros niños, que un día nos llenaron de energía para afrontar la aventura de la vida.

Somos adultos con un eterno niño que nos acompaña, un niño quizás ignorado, callado, tapado en el ritmo de una agenda agitada. Un niño que nos trae su juguete preferido y al que le damos la espalda.

Hoy que escribo estas líneas, pavada de sincronicidad, me tocaba un ejercicio de amor propio que se refería al niño interior y encontré unas palabras que nunca se me habían mostrado tan reales. Llevo tiempo trabajando a mi niña, años, pero nunca me di cuenta que esta adulta que hoy soy aún reta y reprime a esa niña. Creí que como adulta me enojaba, fastidiaba, criticaba y anulaba a mi “yo adulto”. Hoy leí que a quienes continuamos castigando y limitando es a ese “yo pequeño” y vulnerable de la infancia.

Pude verme asumiendo el rol de adulto que con tan malos ojos veo, el del adulto que señala con el dedo. Y ese dedo que me señalaba a mí, hacía llorar a mi pequeña niñita. Era ella quien lloraba, se sentía incomprendida y sentía esas ganas de correr a esconderse, abrazarse a su leoncito y quedarse calladita, sin que nadie la vea. Lo había hecho mal otra vez.

Mi yo adulta retaba a mi yo niña, ya no necesitamos intimidaciones externas, las hemos hecho propias, carne, y el dedo acusador es nuestro propio índice.

Hace poco viví una situación de las que tanta veces me suceden, en las que me siento sapo de otro poso, se me acaba el aire, me asfixio, me quiero ir pero me quedo: “tengo que quedarme”. Era una reunión social, mi “deber” era estar ahí. No lograba conectar con el entorno, con los temas, comencé a asustarme y a nublar-me. Parece que en un intento de huida, pero petrificada en la silla, me fui de copas. Afloraron algunos comentarios ácidos, esos que me afloran cuando no controlo mi inconsciente. Son una especie de ataque hacia el mundo, se levantan mis defensas, me escondo tras un disfraz desfachatado y... me hiero. Me castigo. Porque cuando todo pasa, vuelvo a mi hogar, me calmo, respiro, sé que algo salió mal. En esos momentos, en lugar de abrazarme y contenerme, me machaco: “Lo arruinaste otra vez”, ¿Por qué no te comportás como se debe?, “Cuarenta y ocho años y no podés disimular con delicadeza”, “Lo arruinaste”... y me voy sintiendo tan culpable, inservible, mala.

Es cierto, ya no necesito un adulto externo, soy mi propio adulto represor que me obliga a ir a lugares en los que simplemente no encajo, sólo por no permitirme sentir a mi niña y preguntarle: ¿está bien si vamos? ¿Cómo te vas a sentir? ¿Te hará feliz? Tengo miedo de escucharla y consentirla y decirle lo que ella quiere oír de mi: “Elegí tranquila mi amor, que es tu vida y lo más importante sos vos”; “No pasa nada”, “Elegí tranquila y decime tu verdad”.

Muy al contrario, la callo, la obligo a ponerse bonita aunque sus fantasmas adolescentes la atormenten y la mando al muere.

Sé que ella de alguna forma va a encontrar la manera de manifestarse, siempre lo hace, y mi yo adulto, socialmente bien formado, quedará en ridículo. El círculo se cierra con los retos posteriores que le profiero y mi alma se encoje.

Somos adultos pero seguimos siendo niños y niñas, sacarlos de ese cuarto oscuro adonde corre a esconderse para que ya no lo retes, es regalarle una flor y un barrilete.

La flor le recuerda su belleza, su conexión con la vida, el barrilete le hace elevar sus ojos al cielo, sentirse libre y en casa, volar con sus propias alas y ver los hermosos colores del arco iris que es su sonrisa.

No lo retes, no te retes, no lo obligues, no te obligues, escuchalo.

## Capítulo 2: “El lugar mágico”

Cae la tarde de un domingo otoñal, reposo tranquila en mi habitación, introspeccionando ¿existe la palabra? Igual amo inventar palabras. Buceando, escuchando mis charlas. El domingo es mi día favorito de la semana. Su serenidad me abraza, no hay apuros, no hay reloj, soy dueña de sus horas y sólo el sol me indica cómo va avanzando el día.

Los domingos suelen ser días silenciosos, disfruto de la forma en que me habla el barrio. Los perros cuando ladran – hay un montón en mi cuadra - los pájaros, a lo lejos aún se escuchan los llamados del diariero – lo cual parece mantener a mi barrio unos años atrás en el tiempo.

Son silenciosos mis domingos, caminatas por la costanera, infaltables mates, mi espacio y mi tiempo en su mayor expresión. Es por eso que aprovecho este instante conmigo para ver que surge, que interrogantes dejo aflorar de mi mundo interior. Me río con mis hijiperros, los abrazo, los arropo, compartimos el cuadrilátero que algunos llaman cama. Son los únicos testigos de mi calma.

En esos espacios mágicos de pausa que me he creado, cierro los ojos con frecuencia y aparecen mis colores, recordándome ese caleidoscopio que me fascinaba de niña. Y entre las formas deslumbrantes que se mezclan suelen aparecer imágenes, rostros, fragmentos de situaciones. Todo aparece, se funde y desaparece para dar paso a otras formaciones. Todo transcurre en un lugar no físico, al cerrar los ojos e ir para adentro. Adónde, no lo sé. Suele surgir mi pradera, aquella de hierbas frescas con su acantilado, el mar allá abajo, un atardecer a veces y yo, o mi yo cuántico: un

jean gastado, el buzo gris muy flojito que me heredó mi hija, el pelo largo.

Siempre aparezco igual, los brazos desplegados, miro al cielo y al mar, siento la tierra y dejo que llegue quien quiera llegar. Suelo reunir ahí a mi manada, cada una de mis compañeras de cuatro patas que ya cruzaron el arco iris me encuentran por momentos en ese bello lugar, tan propio, intangible, lejano, cercano.

A mis peques de este tiempo también les gusta ir conmigo a este lugar, me hacen una ronda, algunos juegan, otros sólo contemplan conmigo la inmensidad. En ocasiones volamos sobre el mar y me gusta llamar a Fermín, mi amado ángel de la guarda. Él ya no es niño, es más bien un ser perfecto, inmaculado, pero me lleva y jugamos. Todos jugamos.

Amo tanto este lugar que me cuesta dejarlo. No imagino, siento, abro el corazón y todo acontece.

Es el lugar de las verdades y de la paz. ¿Dónde está ese lugar?

¿Quién me lo regala? ¿Cuándo lo encontré? Ya no recuerdo, me es muy familiar, sé que alguna vez lo habité, era parte de mi realidad. Hoy llego allá desde mi interioridad, pero hubo un tiempo en que en verdad era mi hogar. El hogar es donde el corazón vibra, creo que por eso hoy, siglos después, aún está.

En el lugar mágico aflora una risa tan pura, tan mía, tan rebotante de felicidad y caen las lágrimas genuinas, ahí no hay nada que ocultar.

¿Por qué voy a ese lugar y de qué me habla? Cada vez que vuelvo a la conciencia de mi cuerpo, abro los ojos y me veo, la pregunta es inevitable, ¿a quién veo en el espejo? Desde ahí puedo darme cuenta que hay algo que soy, una identidad inmensa y olvidada, no soy sólo quien se refleja en el espejo.



A mi acantilado llegan muchas veces otros seres, todos son amigos, todos me son familiares, son mis guías, mis maestros y maestras.

Seres infinitamente amorosos, sabios y luminosos a los que inconscientemente fui dejando presentarse en mi vida. Ellos no hablan a los gritos, ellos no irrumpen en el ritmo alocado, a ellos los conocés en el silencio y luego te visitan en lugares como estos. Imparten sus enseñanzas o simplemente te acompañan y luego, cuando estás inmerso en tu vida, ellos encontrarán mil formas de decirte: “acá estamos”.

Todo eso me trajo mi lugar mágico, un mundo que permanecía velado, un mundo que está más allá de las formas y apariencias, un mundo que nos espera y que aguarda nuestra respuesta a su llamado.

Un día hace tiempo, creo ya haberlo contado, pedí ver, quería ver el mundo de otra manera, quería verme de otra manera, quería ver a mis hermanos de otra manera. Y así fue. Lento, como todo proceso, así fue y así es.

Bucear adentro, hacer silencio, te lleva por nuevos caminos, te nutre de nuevas percepciones y miradas, todo cobra un nuevo sentido, te pasan cosas “mágicas”. Se va acabando la queja que te llena de ruido y se transforma en pregunta que ya no acepta respuestas banales y obvias...

Se terminan los victimarios y llegan los mensajeros, cada hermano se transforma en un canal de aprendizaje. Se va diluyendo el odio, el juicio, la crítica, nos va nutriendo la luz, la mirada abierta y profunda, el entendimiento. Y llega la más hermosa sabiduría: No estamos solos.

Todo esto empezó a hacerse visible para mí desde ese lugar mágico. Allí me nutro, allí me sano y desde allí vuelvo al mundo,

despojado de mi armadura de víctima. Abierta a todo, a recibir los aprendizajes que requiera mi alma.

Este mundo es nuestra escuela, ¡a veces se pone tan difícil que parece Harvard! Pero aprendemos si queremos y avanzamos y evolucionamos.

Cambia el valor que le damos a las cosas, se enriquecen las metas y objetivos con propósitos más profundos.

Hay expansión que se siente. Si desde este lugar mágico volvemos al mundo, en cada experiencia la conciencia se expande.

### Capítulo 3: “Inmensos como el mar”

¿Hay algo más imponente que el mar? La fuerza de sus olas cuando rompen, su ritmo sincronizado, la diversidad de vidas que sostiene, la generosidad de su entrega.

Mi Maestro me dijo que nosotros somos más inmensos que el mar, y él no se anda con vueltas, no dice cosas sólo para endulzar las orejas. Lo que él dice es Verdad. Somos más inmensos que el mar, y si fuéramos conscientes de nuestra fuerza e ímpetu, no comprenderíamos porque nos hemos limitado.

Rogamos por ayuda, hay momentos en que nos sentimos insignificantes, impotentes, tememos arriesgarnos a soñar a lo grande. “Yo no puedo”, que muletilla colectivamente compartida. Deshacerla es una de nuestras grandes tareas y para eso, en parte, estamos en la Tierra. Para recuperar el recuerdo de quienes somos... inmensos como el mar.

Ponemos en evidencia nuestra fortaleza cuando superamos las pruebas, saltamos los obstáculos con creatividad, alcanzamos aquello que anhelábamos. En ocasiones somos imparables e invencibles, eso me maravilla y me hace creer en lo que dice mi Maestro. Sólo que hay más, mucho más.

La vida es una montaña rusa de experiencias, un camino laberíntico en el cual las cosas que pasan, a veces, carecen de explicación. Y así se destapan las emociones.

Las emociones nos constituyen, las sentimos llegar como torrente. Miedo, alegría, ira, compasión, tristeza, orgullo, todas nos habitan, forman parte de esa inmensidad que somos. Algunas nos asustan, otras nos alientan, otras nos impulsan a movernos, nos llaman a compartir, a amar, a alejarnos, a protegernos. ¡Cuán inmensos somos! ¡Todo esto en uno!

Y los pensamientos, tremendo poder el de nuestros pensamientos, la fuerza creadora o destructiva que llevamos dentro.

Hay quienes aún creen que los pensamientos son pasivos, quien sabe como surgen, pero los creen inocuos o inconsistentes.

Tenemos tanta variedad de pensamientos, ellos son los ladrillos de nuestro mundo manifestado, incluso aquellos que parecen más ocultos. Poderosos imanes de atracción a los que requerimos empezar a prestar nuestra atención. Debemos estar atentos a nuestros pensamientos.

Ellos son “aire”, son fuerza, son energía, una vez que aflora un pensamiento toma vida propia y va en busca de lo que le da sentido.

Así fabricamos las situaciones, atraemos relaciones, avanzamos o nos estancamos. Nunca subestimes el poder del pensamiento.

Una vez suelto el pensamiento encuentra afines, todas las personas pensamos, y lo creamos o no, estas concepciones abstractas son toda una varita mágica.

Inmensos como el mar y con su fuerza, nuestros pensamientos serían las olas y forman la marea. No importa que pensemos, atraemos. Y ese pensamiento se conforma en materia, a su ritmo y en su tiempo, fabrica y plasma aquello que le dio origen.

Emociones y pensamientos. No se tocan, no se ven, no los podemos agarrar y encerrar, una vez liberados allá están.

Creemos que quedan flotando en algún no lugar de lo que llamamos mente y que al no ponerlos en palabras ni llevarlos a la acción, allí quedan, flotando en un éter, o que con una aguja invisible pinchamos sus burbujas y desaparecen.

Nada más alejado a lo que son nuestros pensamientos.

Ser conscientes de nuestros pensamientos, de nuestras emociones, implica asumir que somos mucho más que un cuerpo, y comenzar a comprender nuestra inmensidad. En ella radica la fuerza y la direccionamos desde el pensamiento.

Cuerpo mental, cuerpo emocional, cuerpo físico, cuerpo espiritual... y cuántas dimensiones, planos, realidades, en las que nos movemos y actuamos. Empezar a reflexionar sobre esto, es querer reconocer nuestra inmensidad.

Nada está determinado, todo es cambiante, está en continuo movimiento, nada es afuera, todo es adentro.

Respondemos a leyes universales aunque no tengamos consciencia de ellas. Llegó la hora de despertar, de hacernos cargo de nuestra inmensidad y de lo que queremos hacer con ella.

Responsables, no víctimas; creadores, no títeres de las circunstancias. Inmensos, no pequeños. Porque somos espíritu libre, encarnamos en un cuerpo, vivimos experiencias, aprendemos o no de ellas.

No es fácil, acostumbrados a seguir patrones y líneas de pensamiento, asumir quienes somos en verdad y qué hacemos acá.

Es más fácil transitar cada día con los lentes de la rutina, en el ruido, la distracción, sumergidos en obligaciones, sostener que hacemos lo que nos dictan, es más fácil que buscar adentro, es más fácil que crear nuestro espacio y deslumbrarnos con la maravilla. Eso requiere el ejercicio de nuestra libertad y de nuestra responsabilidad, no víctimas, co- creadores de la realidad. Somos luces y sombras, a las dos abrazamos, se complementan, no las negamos, nos hacemos cargo. Sanamos al niño al mirar sus miedos, guiamos al adulto al animarnos a decirle que es inmenso, que no hay límites y que todo lo puede... sólo que, sin velos.

Esta tarea sin dudas es para valientes, no hay más cabida para las mentiras, nos abrazamos y entregamos a la verdad de lo que somos, indagamos en nosotros, cobijamos nuestras sombras hasta encontrar sus causas y liberarlas, bendecimos nuestra luz y la expandimos.

Vamos hacia un mundo nuevo, somos el barco y el océano. Somos inmensos.

## Capítulo 4: “Luces y sombras”

Somos seres inmensos, infinitos, eternos, que hemos tomado la valiente decisión de olvidarnos quiénes somos y reencarnar en esta tierra una y otra vez. En el extenso recorrido de nuestra alma hemos vivido tantas experiencias, conocido la tristeza y la alegría en sus múltiples formas, todo está guardado en ese archivo personal que enriquecemos cada día sin darnos cuenta. Todo nos constituye y así, si bien nuestra esencia es pura luz, aquí en cada cuerpo que habitamos y cada personalidad que forjamos, están repletos de luces y de sombras.

Hay días nublados y días a pleno sol, días de tormentas con truenos y rayos y días de profunda calma: “Como es adentro es afuera”, “como es arriba es abajo”, y esto mismo somos.

Aprender a aceptarnos con nuestras luces y nuestras sombras es uno de nuestros desafíos. Observarlos, ver sus causas profundas. ¿Alguien ha experimentado momentos o períodos de una aguda tristeza, o vacío, algo a lo que no puede encontrarle el sentido? A veces buscamos respuestas inmediatas, hayamos pequeños detonantes en la rutina, algo nos hizo enojar, algo nos nubló la mirada, dejamos caer las lágrimas de dolor o de rabia, también de alegría y ternura ante algo muy simple que contemplamos. Pero la emoción es muy grande, su tamaño no se explica por esa circunstancia reciente. Algunos siguen de largo repitiéndose: “Ya pasa”; otros buscamos.

Llevamos muchas vidas y en nuestro registro quedan grabadas situaciones que luego olvidamos. Pero estas realidades vividas no se extinguen simplemente, no se esfuman sólo con el paso del tiempo. Sus raíces permanecen.

Incluso en la vida presente, nada queda sólo en el olvido, las heridas no sanadas, las heridas heredadas, laten por salir, buscan la manera de llamar nuestra atención, para que no olvidemos que son una tarea pendiente.

Forman nuestras mochilas, las que nos hacen doler los hombros, la cabeza, las articulaciones, la cintura. Las que nos enferman y bajan las defensas. En este andar por la vida todo lo que alguna vez vivimos nos acompaña hasta que seamos conscientes, acudamos al llamado y tomemos la decisión de prestarles atención, atenderlo y sanarlo.

Somos seres tan inmensamente ricos que estamos compuestos por capas y capas de realidades y verdades. Este camino es toda una aventura de autoconocimiento. Para descubrir quiénes somos y volver íntegros al origen, a casa.

Cada situación que vivimos es un aprendizaje, un recordatorio, una posibilidad de corregir errores, de hacerlo de nuevo, superarlo y superarnos. Si hacemos la vista a un lado, es muy probable que todo se repita hasta que aprendamos.

En eso consiste el juego de las luces y las sombras. No le temas a tus sombras. Tienen mucho que contarte, no les des vuelta la cara porque pesarán en tu espalda, el camino se hace más duro y uno se pregunta por qué no avanza.

Es imposible caminar con grilletes en los pies y éstos sólo se liberan al observarlos y sanarlos. Ahí es cuando aflora la luz, la genuina alegría de nuestra alma. Lo superamos, lo vimos, no importa cuánto tiempo creamos haber tardado.

Mi Maestro dice: “Nunca estás enojado por la razón que crees”, es una invitación a buscar. ¿Qué me enoja? ¿Qué detona mis emociones más densas? No te quedes en las apariencias, en lo que ven tus ojos físicos, lo que oyen tus oídos “cerrados”, lo que



te dice tu tacto. Estos sentidos sólo tienen un fin práctico, y lo creas o no, también sirven para impedirte preguntar si hay algo más allá de lo que ves.

Cuando la Verdad llega, por más dolorosa que parezca, trae calma, entendimiento, perdón a los otros y a uno mismo.

Funcionamos mediante la ley del espejo, sólo que no lo sabemos. El mundo entero es un reflejo, los otros nos traen el reflejo de lo que hay adentro. Si abandonamos los juicios y las condenas a nosotros y al mundo entero, la verdad llega. Juicios y condena son herramientas de la oscuridad que no quiere ser disipada, que fácil y rápido resulta enjuiciar, así no me interpelo, salgo ileso.

“Le doy la bienvenida a la verdad tal como es porque necesito perdonarme”, que hermosa herramienta encontré en uno de mis caminos espirituales. No tomamos dimensión de lo que significa que llegue la verdad hasta que abrimos con sinceridad y humildad el corazón, nos despojamos de todo lo aprendido, respiramos fuerte... y recibimos.

La verdad siempre nos hace libres, rompemos cadenas, patrones, exigencias adquiridas; comprendemos un poco más, como me gusta decirlo: “Se expande la conciencia”.

Aprender a no limitarnos a explicaciones superficiales o vanas que nos trae nuestra mente chiquita, sino dejar que lleguen desde nuestra inmensa Mente Santa.

La mente chiquita es la que fabricamos en cada vida mientras vamos creciendo, es la que desarrollamos con tanto ahínco y esmero para asimilar todo lo que el mundo nos dice que debemos aprender. Nuestra Mente es la que es sabia, y es esa la que callamos y velamos por eones de años.

Luces y sobras en un mundo dual, existe ese otro mundo real en el que sólo es luz, pero para recordar nuestro hogar debemos

empezar por asombrarnos acá, pedir ver, elegir no asustarnos y saber que todo lo que somos y que todo lo que nos pasa está bien, y es el camino de regreso a casa.

## Capítulo 5: “No estamos solos”

Cuando se nos ha hecho un hábito volver cada tanto a nuestro espacio mágico y cuando descubrimos el disfrute y la calma de estar en ese vacío sereno en el que se respira vida, lentamente comenzamos a sentir que no estamos solos. Nuevas vías de conexión despiertan, nuevas sensaciones, nuevas presencias. Inmensas, cálidas, etéreas, abrazadoras, nos tranquilizan, nos consuelan. Suelen manifestarse de múltiples formas, susurros, brisas, colores, aromas. Pero la calidez en el pecho y la tranquilidad que nos rodea cuando llegan, son una constante. ¿Quiénes son estas presencias?

Por tantos miles de años nos hemos enseñado que la raza humana es el centro del universo, que todo lo logramos por nuestro esfuerzo y empeño. El Homo Sapiens nos hemos clasificado y muchos con eso se quedaron. La persona humana razona y eso la diferencia de los otros seres de los reinos que nos acompañan, todos visibles, todos tangibles. La razón nos hace superiores, nos dijeron. Pareciera que todo es materia, por inmensa o diminuta que sea, eso es todo.

Al experimentar el vasto mundo interior que nos habita, podemos comprender sin manuales sofisticados y estudios avanzados, que hay mucho más. Que somos mucho más y que por lo tanto el mundo, la realidad, son infinitamente más.

Aún con los increíbles avances de la ciencia, hay tantas otras realidades a las que aún tecnológicamente no podemos llegar. Sólo hay una vía, el corazón; un camino, la confianza; una manera, la expansión de conciencia.

A medida que corremos los velos a lo que tanto hemos dado credibilidad, vamos aligerando la carga y comenzamos a ver de

otra manera, se despiertan sentidos dormidos, capacidades innatas y el amor que somos comienza a hablarnos y a mostrarnos. El mundo se ensancha, nos sacamos las capas y le sacamos las capas, empezamos a “vernos” y empezamos a “verlos”. ¿Qué hay más allá de lo que mis sentidos físicos me dicen?

Cuando el corazón se abre, la vida se abre y nos dice que no todo tiene que ser tan pesado, que no estamos solos y que hay seres hermosos dispuestos a ayudarnos.

Con suerte muchos de nosotros hemos aprendido a regañadientes a pedir ayuda a nuestros congéneres: hermanos, compañeros, familia. Y hay muchos que aún creen que solos todo lo pueden, se sienten agotados, exhaustos, pero esa manía de querer controlar todo es más fuerte: “Yo sé lo que hago”, “No sé delegar”, “A veces delego, pero controlo por las dudas”, “Yo Puedo”.

¡Es obvio que podemos! ¡Todo lo podemos! Pero no desde el lugar que creemos. Lo podemos todo porque estamos constituidos de amor, fortaleza, libertad, sabiduría... pero estamos acá, en el mundo terrenal, limitados a un cuerpo con el que mucho podemos y hacemos, pero ¿por qué quedamos tantas veces agotados, agobiados, estresados? ¿Por qué elegimos hacer todo solos desde nuestra finita humanidad?

Como es afuera es adentro, dijimos. Si en el diario trajín de la vida no sabemos pedir ayuda para alivianarnos la rutina, tampoco lo hacemos con nuestras angustias, nuestros miedos y tristezas, incertidumbres y soledad, ni con los sentimientos de vacío.

Algunos llegamos al punto de ver nuestras sombras y la forma en que se exteriorizan, se proyectan como problemas, enfermedades, relaciones conflictivas. Muchos creen que así es la

vida y que cada uno lidia con estas emociones y situaciones como puede.

¡Qué lástima haber creído esto tanto tiempo! ¡Cuánto dolor y sufrimiento nos habríamos ahorrado si le permitiéramos al corazón llamarnos, hablarnos con dulzura y recordarnos: Todo puede ser de otra manera, todo es de otra manera!

No estamos solos, no somos el centro del universo y no sólo contamos con los otros hermanos humanos.

No necesitamos arrodillarnos y pedir como si fuera una limosna lo que buscamos recibir. O que algo externo, que alguien o algo nos libere de esto. No es la manera en que vamos a permitir que se nos muestre que estamos acompañados.

Hay miles de caminos para encontrar respuestas, para sentir más allá del cuerpo, para liberarnos, para sabernos tan amados y partes de un todo infinito que siempre escucha, siempre responde. Sólo tenemos que pedirlo para manifestarlo. Salirnos de la matrix, de todo lo que nos han enseñado.

Personas humanas, bellas, complejas, con un don en sus manos que nos hace particulares: libre albedrío lo llamamos. Es la libertad de elección, de dar permiso para que “otros” se hagan presentes en nuestra vida. Es una elección que va más allá de lo cotidiano y que sin embargo, cuando somos conscientes de su inmenso poder, transforma nuestra realidad en aquello que soñamos.

El libre albedrío lo ejercemos a diario y a medida que elegimos cada vez más ese viaje interno, profundo, nos damos el tiempo, creamos nuestro espacio, lo vamos conociendo y aprendemos a usarlo. Elijo ser libre o esclavo, nacer o morir a cada paso, estancarme o avanzar., elijo seguir solo o acompañado. Elijo ser feliz o desdichado.

¿Desde qué lugar elijo con absoluta libertad? Desde mi lugar mágico, desde donde escucho mi alma, le saco los barrotes, le doy sus alas. Ella traerá otras “alas”, traerá una luz incandescente de esperanza que dirá: “No estás solo, escúchalos”.

A estos seres inmensos los llamamos Seres de Luz, porque muchos de ellos ya han estado varias veces en la tierra pero su camino evolutivo los ha llevado hasta dimensiones superiores desde donde siempre están dispuestos a ayudarnos. Otros nunca han experimentado el plano físico, han sido creados como luz y nunca la han abandonado, y han sido creados con la misión específica de cuidarnos y velar por el planeta entero, por el universo, por las múltiples galaxias y sus seres.

Ellos también tienen funciones, ya conocen el amor incondicional y son nuestros Guías, Maestros y Maestras. ¡Tan hermosos! Me emociona pensarlos...

A ellos hay que llamarlos, invitarlos a nuestras vidas, convocarlos y pedirles desde la conexión del corazón su asistencia. Respetan nuestro libre albedrío, saben que cada uno tiene sus tiempos, no invaden, nos observan. Algunos de manera específica nos cuidan, los llamamos en algunas tradiciones Ángeles de la Guarda, pero en su misión sólo actúan ante nuestro pedido, más allá que son los que sin llamarlos, conocerlos o invocarlos, muchas veces actúan para que no desviemos tanto el camino.

Si tomamos consciencia de su existencia y decidimos hacerlos partes de nuestras vidas, les generamos una alegría inmensa y es ahí donde pueden darnos herramientas, señales, comunicarse más claramente, visitarnos en nuestro espacio mágico, hablarnos. Ellos no están para resolver nuestros problemas, nos respetan y saben ante todo que la libertad es de uno, que a cada paso elegimos aprender y evolucionar o estancarnos y retroceder. Libre

albedrío. Pero puedo asegurarles que conocerlos y entender que nos aman, honrar su presencia y sabiduría... nos cambia la vida. Ellos no necesitan nombres, reconocen cada forma que tenemos de llamarlos. Estos cambian con las culturas, con las religiones que alguna vez profesamos o a las que nos hemos acercado. Ellos trascienden religiones y rituales, no saben de patrones, ellos solo aman y nos guían a la luz por el camino del amor y del perdón.

A medida que afianzamos nuestro vínculo con estos seres inmensos y bondadosos, vamos recordando quienes somos, descubrimos nuestro propósito y manifestamos en la vida todo lo que en el origen nos fue dado: paz, felicidad, abundancia y todos sus derivados.

Muchos de ellos ya estuvieron tantas veces acá, saben de este camino de luces y sombras, nuestras dificultades, nuestros velos y conocen el miedo como sistema de pensamiento del ego... Por lo que hablar con ellos es hablar con un hermano, son familia y las explicaciones sobran.

Nada me ha hecho más feliz que conocerlos, sin necesidad de arrodillarme, sin súplicas ni sacrificios, sin protocolos ni horarios o días establecidos, ni esquemas específicos.

Los hay de todas vibraciones, colores, poderosos encargados de las llamas, de los rayos, de las más altas frecuencias. Ángeles, Arcángeles, Maestros y Maestras Ascendidas, Seres Cósmicos, amigos. Llevan en ellos la más pura energía femenina – masculina, no saben de género, de inclinación sexual, de diferencias, sus corazones solo rezan: Todos somos uno y la fuerza vital que nos alienta e impulsa está en Todo lo que Es. Somos Uno, experimentando diversas formas de este único ser, cumpliendo diversas y mutuamente complementarias funciones.

Sus enseñanzas son preciosas, sus presencias emocionan hasta las lágrimas, su sabiduría ilumina, su amor incondicional sana.

Ellos nos acompañan a ver nuestras sombras, parte indispensable de este viaje, su amorosidad le gana al miedo y sus palabras siempre son de aliento. Poneles el nombre que quieras, o el que conozcas, pero sentilos amigos y cercanos.

Serán dioses y diosas, sabios y sabias, pero las características más bellas que conforman su divinidad son la humildad y el amor incondicional. Desde ahí nos hablan y nos muestran nuestra propia divinidad, nos alientan a hacer crecer la chispa divina que nos constituye, todos la tenemos, sino simplemente, no seríamos. Seres de luz cuyas chispas se hicieron llamarada y nunca jamás se acaba, se expande y comparte, como la tuya y la mía podrán hacerlo algún día. Llámalos, deciles que te ayuden a ser consciente de tu chispa divina si es que aún no sabés que mora dentro tuyo. Descubrirla es un gran inicio.

Recordá, ellos sólo esperan, vigilan, y cuando nuestro corazón los llame, no dudes que el Amor responde y se queda.

“Nunca estamos solos”.



## Capítulo 6: “Desconectarse para conectarse”

Quizás, a esta altura de los relatos, algunos habrán tirado la toalla y se preguntarán ¡que he fumado! Y está bien, no pasa nada. Cada uno a su ritmo, cada uno a su tiempo, cada uno sus propias experiencias. Pero estamos aquí para compartir, para ofrecer y dar aquello que nos enriquece, guardar ciertas verdades por temer ser diferente es parte del sistema del miedo. Ya bastante hemos callado en estos eones de años, ya bastantes murieron en hogueras por vivir y expresarse de maneras que no le servían al sistema, es tiempo de abrir los corazones y las mentes, volar en libertad y compartir todo aquello que sentimos que no se puede esconder ni guardar en un placar.

Mi banda de música favorita dice en una de sus canciones, “Es tiempo de sanar estas miserias” y por callar, por no escuchar, el mundo se llenó de miserias. Y es tiempo de llenarlo de sonrisas, de hacer vivas las palabras pronunciadas hace más de 2000 años que pocos comprendieron y aquellas preservadas para quienes querían oírlas, desde inconmensurable tiempo atrás. Ya no es hora de crucifixión, sino de vida. Celebro a todos y todas aquellas que fueron valientes, desde el inicio de los siglos, hablaron de verdad y libertad, fue así, hubo mucho que transitar para que lleguen los días en que más buscamos despertar. En que el corazón de la humanidad clame por amor, elija la verdad y se anime a ir por ella.

Es hoy, y en las formas que nos particularizan, encontraremos las verdades y las respuestas a medida que le damos cabida al alma. No hay una única manera de acercarnos a la verdad, pero sí, la Verdad es una.

Para abrir el corazón, para escuchar la Voz que habla por Dios – llamalo Fuente, Universo, el Uno, como más te guste – para ver con los ojos de Cristo – de la esencia, de lo que realmente somos, de la verdad, llamalo como quieras – es necesario desconectarse y volver a conectarse.

Desconectarse del “mundanal ruido”, su negatividad constante, lo que nos dicen las noticias, la toxicidad de las redes sociales. Lo banal, la diversión efímera, burlona y grotesca, el morbo colectivo. El ruido, la polución de pensamientos socialmente compartidos, vestidos de queja, de ira, que hablan de víctimas y victimarios. Usamos lentes oscuros, detengámonos a reflexionar un rato: ¿Cuáles son nuestros diálogos? Si no es llevar y traer noticias siniestras sobre política, economía, quejas sobre educación, las finanzas, nos escuchamos rivalizando con el deporte, defenestrando la cultura, ensalzando figuras que viven del chisme y del conflicto. En gran medida, estas temáticas conforman el diálogo del día a día. Ruido, fabricación, mentiras. Nos sentimos enfadados y molestos, traicionados, limitados, pequeños.

Alimentamos falsos ídolos vacíos. Ruido.

Y si procuramos ser positivos, hablamos de pavadas, compartimos memes, esparcimos chismes suaves, pasamos el tiempo en Netflix – todo el tiempo que tengamos libre, si no hay reuniones ruidosas a las que asistir o algún plan pasatista para matar el tiempo.

¿Nos da miedo estar solos, en silencio con nosotros mismos? ¿No sabemos hacerlo? Si lo estamos, seguro lo hacemos conectado a un dispositivo, consumiendo algún material efímero que a lo sumo nos arranca algunas lágrimas o sonrisas, pero que ni siquiera nos preguntamos: En verdad, por qué nos emociona, por qué nos interpela. Sólo lloramos o reímos y después apagamos el tele, el celu, la tablet, y seguimos.

Vivir en automático lo llamo, muchos ya están hablando de esta forma de ser y estar, en la que parecemos conectados pero estamos anestesiados.

El incesante ruido no deja espacio al enriquecedor silencio y entonces nos perdemos la mejor parte de este viaje, que es mucho más que la rutina del día a día.

Sin embargo, aunque esto aún es la regla, ¡ya hay tantas excepciones! Como islas en el océano se va generando el despertar de conciencia y afloran acá y allá personas que interpelan por su mensaje diferente, por sus vidas diferentes, por sus visiones diferentes. Destellos de verdad que entretejen otros discursos y se enriquecen y completan y forman vivas y fantásticas redes.

Ya no toda la raza humana quiere vivir en automático y ser – aunque no se asuma – títeres de una gran red de poder y mentiras. Esta red sostuvo y conformó al mundo por miles de años, sus formas fueron cambiando, pero siempre el miedo y el control fueron las armas con las que callaron la libertad del alma. Se generaron los sistemas políticos, económicos, de salud, de educación, de entretenimiento, redes de contención en las que parecíamos elegir entre opciones que en realidad fueron diseñadas para mantenernos en fila, alineados a otros fines tan oscuros que no son materia de estas líneas ( Hay mucho escrito sobre esto que podés encontrar como: la sociedad distópica) Mentiras y miedo. Coerción, luchas, guerras, tecnologías de control, discursos tergiversados orquestados para mantener el sistema. ¿En dónde entra en esta matrix el amor? ¿La Verdad? ¿La misericordia? ¿La compasión? ¿La alegría genuina? ¿La libertad? Velos, velos y más velos. Para los de almas más rebeldes que siempre soñaron con un mundo mejor, que supieron que esto

simplemente no podía ser todo, para estas almas ya no es creíble tanta mentira. Y no combaten este mundo, porque no se trata de sanar odio con odio, sino que siembran luz y verdad en esta tierra hermosa, a la que saben destinada a otra realidad. Ante la mentira no hay lucha, hay verdad, ante un mundo que parece mostrar odio, no será la lucha el camino. Sino sentir que tiene que haber más y hacia allí van, unidos en un amor que resulta inentendible para los que no quieren ver, ellos sostienen que esto no puede ser la vida, diga quien lo diga.

Estas almas despiertas existieron siempre y desde siempre confrontaron al sistema con pensamientos auténticos que asustaban. Fueron perseguidos, aniquilados, pero sus voces nunca fueron totalmente acalladas. Y la verdad permaneció en el tiempo, escondida, resguardada muchas veces, por siglos compartida en esos pequeños grupos de personas diferentes. Muchas de esas personas son hoy, aquellos Maestros y Maestras de los que hemos hablado.

En el presente estamos asistiendo a una etapa maravillosa de la evolución de la Tierra, ya no es posible hablar de un pequeño puñado de almas despiertas. Este puñado se hizo océano y son miles y miles de gotas esparcidas por todos los continentes. Una red invisible de nuevos pensamientos y sentires que está impactando cada vez en más gente.

Ya no todos están cómodos en este sistema de reglas y ruido. Ya hay muchos mirando adentro, preguntándose otras cosas, revisando sus creencias, buscando un sentido que ha sido tapado y escondido.

La Verdad espera. Ella no tiene prisa ni reglas, ella es misericordia pura, luz que barrerá todas las sombras.

Adentro y afuera, cada uno que despierta empieza su camino y manifiesta afuera transformando otras formas de vida. La Verdad se plasma y se manifiesta y contagia y toca y finalmente abraza. Empecé mi camino de despertar cuando me agotó el sufrimiento y me dejó sin fuerzas. El sufrimiento tiene un límite – me dijo mi Maestro – el amor es ilimitado y eterno, se expande desde sí hacia otros y se expande hacia sí mismo.

El Amor es verdad y luz, todo lo demás es puro cuento.

Tenebroso, difícil, sostenido por siglos, arraigado en nuestro ADN, pero es cuento.

Siento que la humanidad evoluciona, siento las oleadas de nueva energía, el reencuentro con Madre Tierra, el reflotar de la sabiduría perenne. Nuevas voces que no callan, que transmiten lo que les dice su alma. Nuevas voces se unen y entonan la canción de libertad que se eleva al cielo, ese cielo no físico, el de nuestras mentes santas, y se unen y cantamos la canción olvidada.

Creo en este mundo, en este despertar. Creo que somos la Resurrección y la Vida.

Podrán pensar que estoy loca o fumada. Pero estoy feliz y esperanzada. Estoy alegre porque no estamos solos y porque la humanidad despierta y se abraza.

Porque nos abrazamos y nos abrazan. Nos guiamos y nos guían y porque la nueva era está cerca y casi, casi, lista.

Allá vamos, libres y desconectados de mentiras.

Libres y conectados al alma. ¿Qué nos espera? Lo escribiremos en un tiempo sin tiempo, pero seguro será un libro rebosante de alegría.

Allí te espero.

L.U.X. 33



**Perlitas** - mini compendio de pensamientos que con amor suelto a los corazones anhelantes de alegrías y de sueños.

## “De notas y melodías”

Hace un tiempo una frase me capturó el corazón, la mente, me robó una sonrisa de sorpresas, la canción olvidada, decía. ¿Qué canción era? ¿Cómo no me la acuerdo? ¿En dónde la cantaba? Hasta que de a poquito fui entendiendo, todos somos esa canción olvidada, cada persona humana, cada ser en el planeta, la oruguita que será mariposa, la calandria con su canto, el viento y su zumbido, el baile de estrellas, los árboles y su energía, el agua que fluye en la laguna cerca de mi casa. Todos somos notas de esa gran canción olvidada. Somos vida haciendo vida, extendiendo vida, el escarabajo y la hormiga, vos y tu amiga, tus padres, tu familia.

Hay un lugar en el cual todos nos damos la mano, nos fundimos y cantamos la canción olvidada.

Se trata de la vida que nos une y sostiene, que nos da el ritmo y le ponemos la cadencia, los colores, y es eterna.

Hay un lugar adonde seguimos cantando, flotando, fluyendo. El eterno mundo donde todos somos uno.

De ahí creímos irnos, y ahí llegamos tras el largo viaje en el que entonamos diversas melodías. Pero cada acto, cada pensamiento, cada emoción que emanó amor en nuestras vidas, tejió y teje esta melodía.

Por eso es rica y fecunda, variada e interminable, porque cada ser puso su esencia, aquella que nunca estuvo ni estará contaminada. La canción olvidada surge de la fuente, son sus hijos entonándola y expandiendo y creando. En lo profundo del alma todos entonamos la canción olvidada, la melancolía nos envuelve



cuando no recordamos porqué cantamos, ni con quienes cantamos, el olvido es el cajón donde se guarda la canción. Pero no es hermético, tiene grietas pequeñas, las luces se filtran y se encuentran y retornan al gran corazón que es la viva fuente de emanación.

Nunca morimos, nunca dejamos de entonar la canción olvidada, si así lo hiciéramos, esto ya no tendría sentido. Como un gran flautista nos llama cuando hemos olvidado las notas que habíamos creado, volver a unirnos al coro de la vida y hacerlo con la alegría de saber que entre todos la co - creamos, de la mano del único motor posible: el Amor, que nunca termina.

## “El arca”

¿Sabías que hay un arca en la que Dios, atesora tus recuerdos amorosos? Ese espacio maravilloso en el cual va guardando cada momento de amor que vos creás.

Desde la amorosidad que expandís creás momentos inolvidables.

¡Somos tan mágicos al conectar con lo que realmente somos!

Me pregunto por qué cuesta tanto recordarlo.

Nos hemos acostumbrados a sufrir, a auto boicotearnos, a enjuiciar y condenar sin saber nada, del otro ni de nosotros. A todo le ponemos etiquetas

¿Por qué cuesta tanto fluir con el vaivén de la vida? ¿Por qué cuesta tanto elevarnos sobre el pequeño yo y el automatismo?

¿Por qué elegimos tan erróneamente, si es tan simple aprender, recordar lo que somos, dejarse guiar y celebrar la vida?

Lo pregunto desde mi auto interpelación, para quien me lo pueda contestar... ¡porque caigo tantas veces!

Pero tras la caída presto atención y en algún momento freno, rechazo lo elegido y lo entrego para su transmutación.

Conozco a quienes parecen haberlo logrado sin siquiera tener que poner esfuerzo en intentarlo, o al menos así lo reflejan cuando los ves actuar, libres y fluyendo, sonrisa simple y mirada clara, sin engaños, no venden nada, sólo aman la vida y la agradecen sin más vueltas. Vendrán de milenarios aprendizajes hoy logrados, pienso, los admiro, respiro y me digo: “ya lo vas a lograr”.

Pero la gran mayoría debe al menos planteárselo. ¿Qué estoy haciendo de mi vida, anclada en el sufrimiento y la queja, el miedo, el afuera, la negatividad, la dificultad? ¿Qué estoy haciendo si a cada instante puedo elegir de nuevo y ser feliz de

verdad! Sin caretas ni artificios. Sólo siendo y dejándome guiar por ese amor supremo que vive dentro de mí.

Nos la complicamos. La vida es cada instante que tenemos, pero la llenamos de miradas críticas hacia nosotros mismos, enjuiciamos al mundo y culpamos al otro de realidades que nosotros fabricamos.

Aprendamos juntos.

La vida está llena de hermosas anécdotas, co- creadas desde la amorosidad que somos.

Escribo y recuerdo una noche en que mis amigas me regalaron uno de tantos momentos preciosos, recuerdo este en particular por la espontaneidad con la que se generó y la luz que compartimos al hacerlo realidad. Música, bailar juntas, cantar, desde el corazón, dar y disfrutar. Es claro que no necesitamos irnos lejos para encontrar la felicidad, ella está dentro, nos habita, y al compartirla la recibimos y se forma un increíble tejido en el ritmo de ida y vuelta. Doy, recibo, vuelvo a dar, agradezco, recibo... Un mandala de luz, tejido entre seres de luz, sus puntos son la sinceridad y las sonrisas, las ganas de decir te quiero y demostrarlo, una carcajada cristalina y las miradas que brillan. Un mandala que refleja que dar es igual que recibir.

Las situaciones difíciles nos interpelan... Es así. Y ciego el que sólo las tape con la mano y no aprenda de ellas.

Pero podemos elegir mirar de otra manera. Ayudarnos a ver cada situación como una lección que aprendo con amor y así no tener que repetirla... a menos que sea ¡maravillosa!

Disfrutar la vida no es lo mismo que ponerse caretas de “gente feliz” sólo por encajar en una sociedad de apariencias. Es compartirla, generar vínculos sanos, auténticos y duraderos. Es sostenernos entre todos. Alegrarnos mutuamente el alma con

caricias, contenernos, ayudarnos a avanzar. Hablar del alma y su viaje, hablar desde el alma. Compartir lo que aprendimos, las lecciones sabias de la vida. Iluminar los caminos.

La vida me regala cantidades increíbles de momentos dulces con mis amigas y los atesoro en mi arca, se los ofrezco a Dios, al Universo.

Hay que detenerse a verlos, a ver todo, a sentir, y a caminar juntos en los tiempos de cambios difíciles que nos fortalecen si los dejamos interpelarnos.

O vas por la vida sin detenerte a ver nada... ¡o elegís ver todo! TODO. No mentirte y no tapar nada. Sanar. Lo no sanado y la ceguera ante aquello que preferís pasar por alto, son tan obstructivos como anclarte en el sufrimiento absurdo y enquistado.

Hoy agradezco a mis amigas que me aman, conocen y respetan y me prestan sus ojos del alma para ver con claridad las cosas cuando se me nubla la mirada. Agradezco el amor que recibo de mis hijos, de mi hermana...

Aquello que me dan y que no tiene precio material, intangible y eterno. Aquello que doy en gratitud y a mansalva a quien quiera recibirlo.

Dar, siempre dar, la vida se encarga del resto. Aunque los caminos parezcan con espinas, tu corazón guarda todos los remedios.

Tengo un arca repleta de recuerdos amorosos, algún día me encontraré con mi arca, abriré esa tapa y veré que las tristezas sólo fueron un mal sueño. Hoy despierto y agradezco, me levanto y sigo. Con la sonrisa al cielo, celebro. Me animo a VER. Observo. Perdono. Me perdono. Recibo.-

“El amor” – para aquellos que anhelan el verdadero amor de pareja.

El amor es magia, el amor todo lo puede... Irrumpe en el corazón como un vendaval de luz y llena el alma de alegría y esperanza.

Nace en vos, se proyecta y trae otro en igual sintonía.

Crea la magia del estar juntos. La magia de la sonrisa compartida.

Trae la luz que yace en ambos y la potencia.

El amor es alegría. Nada se opone a él. Ni los miedos iniciales, ni los prejuicios que uno abriga, pueden con su arrolladora fuerza.

El amor triunfa y no hay diferencias. Sólo completud... Y paz.

Saberse amado. Anidando en el corazón de otro, es indescriptible.

Es la fuerza motora que trae la maravillosa experiencia de nacer en vos. Nadie te la da. Nadie te la quita. Es tuya para compartirla.

El amor es lo que somos y sólo dándolo se reproduce, crece. Y todo lo inunda.

Inundación fecunda de ganas, vestida en abrazos y besos, en caricias y lágrimas de emoción por encontrarte. Por encontrarnos.

Doy gracias al amor por nunca abandonarme. Por encontrar las formas de manifestarse. Por llevarme a vos. Por traerte a mí. Por ser en mi y desde mi, traspasarme e invitarte a ser parte de un uno compartido.

La vida es mágica con sus vaivenes. Trae su luz al que ya la tiene. Y se expande.

La vida es desafiar los miedos y perseguir los sueños. Hoy estamos juntos, ¡disfrutemos!

Honrar la vida, creer en ella. Todo cambia. Pero el amor perdura.-

## “Sentir”

Sentir es pensar con el corazón. Es abrazar la vida con todos sus matices... Pero no quedarte ni en los negros, ni en los grises.

Sentir es buscar los colores aunque el mundo te diga que veas en negro, que pongas en duda, que no es cierto.

Sentir es elegir amar aunque sientas el ardor de las heridas. Éstas sanan con tus risas, se deshacen en ese lugar sin tiempo. No son nada, sólo polvo en el viento.

Sentir es sonreír después de las lágrimas, porque hay algo que te dice que aún hay vida.

Hay un corazón sintiente en quien se arriesga a la magia de la vida. En quien mira atentamente, pero no se detiene en un pasado sin sentido, sólo observa lo que ya no quiere y entonces... mira al cielo. Pide. Cree.

Sentir. Creer. Confiar. Es de valientes. Ver el miedo y darle la despedida. El miedo nunca es tu amigo. Y no le presto oídos a quien no es mi amigo.

Me susurra y molesta. Más lo dejo que hable como un loco, la demencia nunca es el camino.

Sentir con el alma es prender la antorcha que te guía. Porque no estás solo, hay un Cielo, y porque la vida recompensa a los que creen en ella.

¡Podés tener tantos sueños en ese corazón inmenso! No los apagues con el miedo.

La luz siempre le gana a la oscuridad.

Nunca pero nunca, tu lugar es el miedo.-

## “Buscar la Verdad”

¿Qué encontramos quienes buscamos la verdad?

La verdad yace latente allí donde duerme nuestra alma. Clama por abrazarte, por iluminarte y llevarte en su “merkaba” más allá de todo sueño, de toda ilusión.

La verdad es para valientes. Valientes buscadores de lo que sólo es real.

Podemos elegir el triste sueño del automatismo, o el feliz resplandor del despertar.

Despertar es mucho más que una palabra bonita... que suena a new age de baratijas... Despertar es asumir querer contemplar las luces y las sombras que han edificado tu camino. Mirarlas de cara, con la frente en alto y el corazón abierto.

Despertar es animarse a observar los errores y corregirlos. Nadie puede despertar sin mirar desde el alma todo lo transcurrido. Sólo así se deja atrás un pasado.

No es tapar con tierra aquello que lastima y seguir cual marioneta sin rumbo.

Es detenerse. Es observar. Llorar o sonreír según el caso, ante los logros y fracasos, ante las traiciones y los abrazos.

Pero quien sólo avanza en automático se pierde lo rico e incommensurable de los aprendizajes. Cree avanzar, más se ha olvidado de cortar dulcemente las cadenas que aún, sin verlas, le pesan. Es así como ellas vuelven, una y otra vez. Inconscientes no sabemos qué nos pasa. ¿Por qué vuelve la tristeza? ¿Por qué llega otra vez el miedo? ¡De qué forma se presentan estos frenos que no entendemos?

Nadie avanza sin verdad. Ella espera. Ella y sólo ella trae la claridad y la calma. No importa cuánto temblemos al

contemplarla. Todo temblor descascara... y así se salen las capas que ya no sirven, se caen y desvanecen en un espacio infinito de amor que las repara y desde allí nos fortalece.

Observarse y observar es de valientes... elijo ser valiente. Elijo buscar y mirar. No es anclarme en el pasado... es más bien liberarme. Quien no se adentra, no sale.

Podés engañarte mil veces...

La verdad espera y en su abrazo trae la luz y la paz, el reencuentro con uno mismo en la grandeza, la plenitud y la paz.-

PD: “Merkaba” – figura de luz abrazadora, regalo de mi amado Metatrón, en la que nos envuelve, nos lleva de viaje más allá de la contingencia terrenal.-



“Hermanos mayores”

(A esos seres de luz que muchos llaman “mascotas”, para esos maestros de las estrellas, sabios compañeros de vida)

A veces sólo hay que saber mirar. No lo hacemos solos... ¡nos sería imposible!

Pero nunca estamos solos. Sólo hay que saber pedir mirar.

Hoy veo en mis seres de luz de cuatro patas el símbolo del amor puro, la inocencia, eso que somos y que hemos olvidado entre el ruido del mundo que hemos fabricado, la rapidez y la automaticidad que nos ciega.

Quiero ver. Sólo quiero ver, eso pedí una vez... Ver más allá de las formas, ver lo que subyace, ver la verdad.

Ver más allá de los juicios y prejuicios que levantan barreras. Más allá del tiempo y su tic toc que parece imparable... ¿Qué hay detrás?

¿Qué tal si corremos los velos juntos? ¿Qué tal si buscamos la paz? ¿Qué pasa si dejamos las grietas, las divisiones, las razas, las religiones y creencias?

¿Qué pasa si nos despojamos de todo lo que “creemos” ver y abrimos esos ojos dormidos pero sedientos de luz, de claridad?

Creo que todos queremos VER, pero no nos animamos. Es más fácil sumergirnos en la queja, el victimismo, creer que la culpa la tiene el otro, que todo está mal. Creer que “yo” estoy mal...

¡Claro que es más fácil construir un afuera tenebroso! ¡La culpa está allá! “Yo hago lo que puedo”... en mi pequeñez y debilidad, hago lo que puedo.

¡No! Mirá más adentro. ¡Buscá! Como es adentro es afuera, por eso **ellos**, son sólo paz.

Hoy, como cada día, los observo, son mis hijos, mis hijiperros. Los veo cerrar sus ojos en paz. Se sienten protegidos y amados, y confían.

Hay veces, muchas, que sólo miro al cielo... y ahí encuentro la libertad. En las aves, esos pájaros hermosos que se despiertan y fluyen. Despliegan sus alas y vuelan. Y cantan. Y embellecen el mundo.

Libertad, eso veo: libertad. Sin cadenas de miedo. Sin sufrimiento. Sin culpa. Libertad.

La luna. Ella sola rompe la oscuridad. Las estrellas la acompañan en su viaje. Cada una desvanece toda niebla que las circunda... ¿Y vos? ¿Y yo? ¿Qué esperamos? ¿Qué esperamos para expandir luz? Elegimos vivir en la oscuridad. Elegimos...

No hay situación que no pueda ser vista con los ojos del alma. Así como ven “ellos”, todo pureza, todo esperanza. Estamos de paso en nuestros cuerpos físicos, más somos eternos... Como ellos, nuestros hijiperros, hijigatos, animales, flores, árboles y cada ser vivo.

Sólo que la naturaleza lo sabe, esta verdad la alienta, no la impacta. La aceptan los hermanos de otros reinos de la naturaleza. La integran y ahí radica su inocencia.

Fluyen, confían, aman, iluminan, nos enseñan.

Quisiera algún día tener la dicha de saberme su igual. Sólo ahí habrá terminado el camino. Cuando mi alma alcance su plenitud. La que ellos me muestran cada día, en su simple forma de ser amor incondicional, eso que a nosotros nos lleva mil vidas.

Es domingo y casi cae la medianoche, los observo a mis hijos, estos peques que emanan amor y confianza, y me transmiten la magia de la vida. Me interpelan. Me guían. Si, no caben dudas, en la rueda evolutiva, ellos son nuestros hermanos mayores.

(Para toda mi manada a la que vi dormir liviana, siempre a los pies de mi cama)

## “Enseñanzas”

Amo la vida porque me enseña a cada paso.

Porque me recuerda que no hay distancia ni tiempo que pueda contra el amor.

Porque me muestra el rostro de la esperanza en cada hermano que me cruzo, los he visto batallar, cruzar montañas y muros que parecían infranqueables, los he visto resucitar, albergar amor en sus corazones después de ásperas experiencias. Los veo brillar, en sus ojos, siempre los veo brillar...

Amo la vida porque aprendo con cada lección. Nada me tumba aunque parezca, tengo raíces en la madre tierra y rayos que me llevan a volar.

Hubo un día, sin tiempo, en que sólo fue tormenta... pero sin saberlo ahí estaba la luz. Un día.

Elijo el día presente. Cada día el día presente.

Sin juicios. Sin expectativas ilusorias que se hacen añicos en el más mínimo soplo de una “supuesta” tempestad.

Elijo el presente con cada lección que traiga, ellas sólo me enseñan el camino que quiero transitar.

Mirar sin miedo. Sin nubes oscuras. Mirar la claridad de un hoy que brilla invitándome a Ser.

Gracias Vida. Gracias sueño. Porque me llevas dulcemente a casa si te dejas. Tenés permiso. Mi más sagrado permiso para redescubrirme en mi innata felicidad. Porque a eso vine, a quitar las espesas nubes, a saber quién soy, a verme en los otros. A entender que el único camino es el amor.

No hay océano que separe, ni tiempo que distancie, si lo sabemos transitar. No hay amor que se termine si es amor de verdad. No confundas apego con amor, es una gran falsedad.

Guardo en mi memoria todos los recuerdos amorosos de lo vivido en el camino. Lo demás lo entrego, como lecciones que no quiero volver a necesitar.

Ya aprendí bastante desde la oscura noche del alma. Y quedó todo tan atrás.

Todo es perfecto cuando se ve desde el corazón. Cuando se aguarda con paciencia que aflore la verdad. Todo lo bueno es eterno y lo demás sólo sirve para enseñar.

Aprendemos que nunca hay daño que sea externo y por tanto, siempre podemos sanar.

Gracias vida por darme la mano una y otra vez, por confiar en mi fortaleza aunque yo no la vea.

Por rodearme de gente hermosa y valiosa, sus vidas nunca son en vano, son mis maestros y mis hermanos, no importan sus roles, hoy les doy las gracias.

Me despido de algunos, porque nada nos ata. Nos encontraremos quizás en otras vueltas de esta eterna vida. Ojalá hayamos aprendido las enseñanzas, y nos veamos más lúcidos, más brillantes.

No hay tiempos ni distancias, un eterno ahora, un aprendizaje, hasta volver al Hogar.-

## “Caminar descalzos”

En mis paseos por la costanera observo a mis hermanos.

Los veo sonreír, distenderse, compartir un mate, charlar con amigos, conversar y abrazar a sus parejas.

Los veo en la arena jugando con sus perros, escucho carcajadas y susurros, palabras bellas.

Ve rostros frescos, con amor a la vida, disfrutando ese tiempo libre, para uno, algunos van en bicicleta, otros hacen ejercicios. La costanera es ese espacio en donde siento la unidad de un sentir colectivo que busca libertad.

¿Qué preciados son esos instantes de libertad? ¿Y si sólo fuera libertad? ¿Es acaso una quimera?

He procurado en mi vida, hacer de esos espacios la rutina, y en medio de ellos cumpla mis obligaciones con más alegría. Los hombros se aflojan, ya no hay tensión en la espalda, la mente se calma y todo acontece sin tanto esfuerzo, sólo pasa. Los días tienen otro aroma, el aire es menos denso.

Todos podemos vivir de otra manera si así lo deseamos, a ritmo más lento, con más pausas, la vida no tiene porqué ser una carrera desenfrenada en donde si paro pierdo y otro me gana.

Nos educaron así, pareció ser sí. Pero cada vez veo más gente procurando ser feliz. Auténticamente feliz. Empezar de a ratitos hasta que la felicidad lo sea todo.

Caminar descalzos, con la frente en alto, mirar al cielo, acariciar un árbol. Tirarte al piso a jugar con tu gato, con tu perro y ganarte ese lengüetazo, reírte con tus niños, cantar en vos alta aunque estés trabajando.

Cuidar de tus plantas, charlar con el vecino en la vereda de lo lindo que está el barrio, del tornillo suelto que nos falta, de lo bueno que es tenerlo al lado; preparar una torta, llenar tu día de esas pequeñas y enormes maravillas que hacen que el tiempo se llene de vida.

Generar espacios de amor que pronto sean “el” espacio, una nueva forma de ser y estar que nos conecte con lo más bello que atesoramos.

Observo mucho a la gente y aún veo rostros obtusos y opacos, caras sin sonrisas de dientes apretados. Escucho los gritos de conductores enfadados, bocinazos, discusiones estériles que nos llenan de amargura, gente apurada respondiendo a una agenda repleta de ocupaciones vanas.

Porque eso son, ocupaciones vanas. Puedo reconocerme en esas caras, en ese apuro, en esa desesperanza, viví así, morí así. Eran días de un trajín inusitado, de una locura exagerada, no había lugar para el disfrute, la calma era mala palabra. Viví así, hace mucho tiempo viví así, y fue mucho tiempo.

Veo las dos caras, las de un mundo de estructuras carcelarias y las de una nueva realidad creada.

Elijo caminar descalza, a ritmo lento y pausado. Tener el tiempo para recibir a esa amiga que te “cae” de sorpresa, con alguna pena, con alguna alegría.

Tiempo para un mate, para un libro, para escribir estas líneas, mientras espero ir desponjándome de todo lo que aún me falta. En un lento pero constante proceso de aprendizaje.

## “Gratitud”

Gracias hija, porque tu mensaje es un bálsamo.

Gracias hijo, porque tu canción hace vibrar mi alma.

Gracias amigas por amarme en mi noche oscura del alma, por continuar a mi lado, por ayudarme a encontrarme, por darme ese abrazo mientras te llenaba tu remera de lágrimas.

Gracias madre por darme la vida y ser todo lo que pudiste ser, incluso cuando te era imposible pensar que amar era posible.

Gracias viejo por tu amor constante, por estar, estar, estar y estar, tu partida repentina fue la sacudida que necesitó mi vida.

Para estar en mí, para ser mi propia fuerza y mi guía. Gracias por tu guía desde siempre que potenció la mía, gracias por no dejarme nunca y enseñarme el continuo que es la vida.

Gratitud, hacia lo que alguna vez consideré malo. Gratitud a la esperanza que me hacía toc toc en el alma. Gratitud a mi fortaleza, gratitud por dar aún sin saber que estaba dando, gratitud por lo recibido a cada paso.

Porque mi vida es abundancia, porque aunque alguna vez bajé los brazos, hubo quienes me los levantaron.

Gratitud por mi presente y el futuro que me espera.

Gratitud, la magia de manifestar la abundancia.

Gratitud aún en los momentos ásperos, gratitud que inunda el alma.

Gratitud a mis Maestros por mostrarme su presencia, porque vienen al llamarlos, porque son inmensos y cercanos.

Gratitud porque sé que si me caigo, me levanto, que la sonrisa no se fuerza, que la ternura no se acaba y que la dulzura suaviza y extirpa cada espina para que las entreguemos a Gaia.



Gratitud al mirar el cielo, gratitud por mis pies en la tierra fecunda  
rebotante de vida.

Gratitud a mi barrio que atesora los recuerdos de mi infancia,  
porque sus sonidos son familia y sus rincones mi estampa.

Gratitud porque todo lo tengo, porque sé que todo me ha sido  
dado, por ese Amor infinito y eterno en cuyos brazos descanso.

A Vos vuelvo sin irme, desde Vos me expando.

Gratitud porque me pensaste y existo.

Gratitud, sólo gratitud, aunque las sombras vuelvan a veces,  
aunque aún derrame lágrimas, las sé sabias y al dejarlas correr  
ellas me lavan en amorosa danza.

Gratitud por las noches solitarias de encuentro conmigo, noches  
que me llevan más allá de este plano a volar en Sus alas, a viajar  
en el Merkaba...

Cuando sientas la magia de la gratitud, verás que ésta nunca se  
acaba y que es tu varita mágica.-

“Y un día, ¡limpiarás!”

## 1 - “Limpiar”

Somos seres energéticos, emanamos y absorbemos energía todo el tiempo, y como bien sabemos, lo que damos es lo que recibimos. La energía es color, es música, se comparte y genera los ambientes por donde transitamos nuestros días.

Compartimos la energía unos con otros, y ésta nunca se pierde ni es inocua.

Podemos saberlo o no, pero nuestra energía es nuestra batería, el motor de realización para todas nuestras acciones, el alimento de las relaciones, se expande en el aire y cobra vida en cada paso que damos.

La energía no queda quieta e inmóvil, siempre va a los saltos, de uno en otro, se hace densa o liviana, nos impulsa o retrasa y más de una vez nos estanca.

Ser conscientes de nuestra energía es vital para conocernos y para comprender que dentro nuestro tenemos el potencial de sumar o restar en el mundo en el que vivimos. La energía se emana fundamentalmente de nuestros pensamientos y luego se plasma en emociones, en palabras o en acciones, algunas veces.

La energía mueve al mundo y cada persona que lo habita es co – constructor de la plataforma que nos sirve de sostén en nuestras vidas.

Nadie es víctima, todos somos responsables. Aquello que pensamos, que compartimos, que transmitimos en nuestros actos, gestos, conversaciones, miradas, conforma la energía colectiva. Podemos opacar nuestro mundo o elegir iluminarlo, y la antorcha de la luz es el amor.

Suelo estar muy atenta a las energías que hay en cada lugar que visito, en las calles por las que camino, cuando ingreso a cualquier sitio soy consciente de lo que recibo y también de lo que emano. Con tristeza vemos que nuestro mundo parece un caos, que la gente anda enojada, cabizbaja, con ceño fruncido, apurada. Escondiendo las cosas, cerrando con llave sus puertas, cajones, armarios, cerrando con llaves su vida. La radio, las redes, la tele, nos bombardean de noticias nefastas y luego las comentamos, una y otra vez en el día las comentamos. El miedo crece, abrume y envuelve. Muy pocos se sienten libres...

La energía se pone tan densa y opaca, que a veces sólo los niños y los animales son los únicos que intentan cambiar el panorama. En este contexto, claro que es difícil hablar de cambios, de alegría genuina, de bailes del alma, de sonrisas abiertas y despejadas. Sin embargo, todos somos energía, que como toda vibración, es posible y certero manejarla. Son dos polos y una amplia gama de tonalidades, las herramientas más mágicas para hacer del juego de la polaridad un instrumento real y concreto para ir de a poco cambiando nuestro propio mundo, llegar al ambiente que nos rodea, expandirnos más y colmar el lugar de trabajo, el edificio, el barrio, la ciudad, la región, el país, el planeta.

Si todos aprendemos a manejar nuestras propias energías, cambiaremos la colectiva. Esto no es una ilusión, esta es la verdad, la ilusión es creer que no podemos hacer nada, que las cosas son como son, negras, oscuras, nefastas y que de vez en cuando podemos estar un poco mejor.

Podemos limpiar el mundo, si cada vez somos más los que apostamos a la verdad y no a lo que hace siglos venimos sosteniendo como colectivo que se estanca, que se pone trabas, que genera malestar, angustia y dolor. Porque esto lo hemos

fabricado todos y entre todos, los mismos fabricantes podemos y deberíamos anhelar solucionarlo.

La fórmula no es mágica, aunque nos invite a la magia. Porque despierta nuestra propia magia interna, esa que yace dormida en nuestro interior, esa que nos hemos olvidado que existía, esa magia que nos espera con inmensas ganas de ser descubierta y compartida.

Pudimos fabricar este mundo, en un trabajo arduo y constante de aprendizajes machacados aún con sangre, un trabajo que nos costó eones de años. Pasamos civilizaciones enteras fabricando los conceptos de sacrificio, culpa, poderosos y vencidos, látigos, hogueras, guerras, maniobras políticas en todos los ámbitos, sucios negociados, la carrera de la rata, la ley del más fuerte, ojo por ojo, la ley del talión. Enseñamos a generaciones de niños, que luego fueron adultos y enseñaron a otras miles de generaciones de niños, y estos crecieron y transmitieron lo mismo a todas las que siguieron: Sacrificio, esfuerzo, la vida es lucha, cuidate del otro que cuando pueda te pasa por encima, no confíes ni en tu sombra, no cuentes las cosas que te hacen feliz, guarda con la envidia, cuidate del que es distinto.

Nos separamos por naciones, por razas, por religiones, por cuestiones de género, por ideas políticas, por estatus social, creamos sectas, tribus urbanas, de la manera que sea, separamos, dividimos y agrupamos.

Generamos un macro ambiente aterrador. Y la energía que alimenta y nutre este ambiente, no podría ser de otra manera: aterradora y densa. Esa energía no viene del aire, esa energía es nuestra energía, desde las acciones más nefastas que se desarrollan a niveles micro o a nivel macro, hasta los pensamientos de queja constante que emitimos en un atasco de

tránsito. Nada es más o menos que nada, la energía es energía y se retroalimenta y se refuerza al encontrar energías afines. Así funciona la energía, esta que se pone en marcha desde nuestras mentes, los pensamientos, no son inocuos y una vez emanados – que no implica que los hayamos manifestado verbalmente – cobran vida propia. Se mueven y se unen a otros pensamientos afines, pero nunca abandonan su fuente... crecen, crecen y crecen y son ese miedo colectivo que se manifiesta de múltiples formas.

Se mueve en un constante vaivén de ida y vuelta, pero a su vuelta.... Regresa potenciado. Captó, se alimentó y creció al contacto con otros pensamientos, ya no se separan, más todos vuelven a casa, tu mente.

Los cuerpos se enferman, las situaciones se torna más difíciles, las relaciones se vuelven tóxicas, y nadie entiende nada, ni cómo salir de esta espiral que como loco huracán se come los días y arrasa con todo.

Están los que gestan desde el poder en todas sus aristas estos contextos, fomentan este clima energético que nos ahoga sabiendo lo que hacen y alimentan, y están quienes dormidos, se suman a estas olas, poniendo sus propios egrégos oscuros, creyéndose inocentes y víctimas.

Dormidos, la gran masa de gente está aún dormida, desconoce su propio poder creador, se siente víctima y como los ratones tras el flautista siguen este ruido. Si tan sólo desearan buscar salir de este embrollo, parar la pelota, buscar al otro, darse la mano y mirar con calma.

Creo en el cambio. Confío en el cambio, lo veo vislumbrar de a poco en el horizonte y siento una nueva energía que emerge de

tantos seres que ya no compran el verso de una sola y posible manera de vivir impuesta.

Ver con otros ojos nos permite descubrir las oleadas de cambio, las personas que ya han logrado y las que procuran salir de esta matrix que ya ha colapsado.

Porque ha colapsado, las viejas estructuras de miedo están cayendo y la luz, aún tenue en el colectivo, que emerge de miles de corazones que laten a un ritmo no impuesto, está siendo el faro del cambio.

Limpiar, limpiarnos. Nosotros tenemos esa magia dormida adentro, esa pequeña chispa creadora y divina que si se enciende se torna hoguera y como es fuego, transmuta, deshace todo aquello que ya no queremos.

Sí, la tenemos, todos la tenemos, y el que no lo crea seguirá atrapado en el sinsentido de un mundo obsoleto, antiguo.

El cambio viene de adentro, empieza en casa, en nuestro templo interno, pero para eso hay que saber que tenemos un templo, un lugar sagrado en donde somos, en donde nadie nos manda, en donde respiramos libertad y luz, en donde somos luz y magia.

El cambio es una elección, es sentir esa llamada de tu alma de la que hemos hablado, y elegir escucharla ¡tiene tanta verdad guardada! Como elección que es nunca podría ser impuesto, sólo las mentiras se imponen, la libertad se respira, se elige, se vive. El cambio es el camino de aquellos que sienten que la jaula les quedó chica, que no les permite desplegar las alas que se descubrieron y de las cuales se asombraron.... Teníamos alas, y nos habíamos olvidado de desplegarlas.

El cambio y la elección que lo sustenta es para valientes, hay todo un sistema que te tildará de loco e incongruente, que te dirá que dejes las “ilusiones” para los cuentos, y que no saben que la ilusión es justamente defender aquello que no somos y vivir como si lo fuéramos.

Somos energía, en permanente cambio, en expansión, somos energía, libertad y vida, somos todo lo que nos negaron y nos negamos ser. Somos lo bello y lo bueno, el poder y la acción, y sólo moviéndonos hacia el polo positivo pondremos a andar la verdadera cualidad de aquello que nos conforma.

Para eso es requisito indispensable limpiar.

Luego de sentir, observar, descubrir que tenemos alas y quienes somos en verdad, debemos limpiar. Limpiarnos de patrones y creencias limitantes, limpiarnos de juicios y prejuicios, limpiarnos de pensamientos oscuros, limpiarnos de la ira, limpiarnos de las frustraciones y de a poco, a ritmo lento, limpiarnos de las tristezas.

Nos limpiamos en silencio, solos, encontrando el camino de regreso a casa, al templo. Nos limpiamos compartiendo la experiencia con otros que están haciendo sus propias limpiezas, compartimos el descubrimiento de estas genuinas formas de habitarlos, y nos sentimos hermanados, el amor empieza a fluir de otra manera, se exterioriza en nuestros gestos, miradas, y cobra vida y limpia.

Esta limpieza interna que requiere constancia, nunca retrocede. Parece a veces que hemos caído, pero la luz que entra – desde adentro, que increíble – impulsa y levanta y encontrará otras luces que acompañan.

Veo estas luces multiplicarse cada día, redes de luces que limpian, que contagian, que comparten nuevas músicas, nuevos textos,

nuevas obras de arte, nuevos diálogos, todo es nuevo, y todo genera el cambio.

Estamos en un momento histórico crucial, podemos verlo, las nuevas generaciones son las que van al frente, animándose a mostrar su luz, enarbolando una bandera de creatividad y libertad. Pero lo más hermoso es ver como, quienes ya no somos tan nuevos en este mundo – aunque nadie es nuevo en verdad - ponemos nuestras propias semillas de cambio, e incluso los despertamos a ellos, que obvio, se suman y van más rápido.

Las almas que en este momento histórico están acá, en la tierra, tienen una misión aunque no la sepan: limpiar.

Limpiar y expandir luz. Cambiar el eje del miedo al amor y mostrar que es posible. Habrá resistencias, la oscuridad está acostumbrada al poder, pero si algo es cierto es que la luz siempre le gana a la oscuridad, basta con prender un encendedor en una habitación a oscuras, para quien aún sea incrédulo de esta gran verdad.

## 2 - “De sahumerios, musiquitas y rituales”

Limpiamos por dentro, limpiamos por fuera, limpiamos el templo interno, limpiamos el mundo, e invitamos a quien lo sienta a sumar su ¡maravillosa e inmensa obra de limpieza! Energía brillante que fluye liviana y expande.... La gran ola de los “surfers”, que desafía y encanta.



Quien empieza su proceso de limpieza, quien va de a poco rompiendo sus cadenas, recupera las ganas genuinas de vivir. Se olvida que alguna vez fue sobrevivir y entretenerse con lo que el mundo del sistema le ofrecía para creerse feliz, y pasa a la nueva y genial fase de Ser Feliz.

Se pone las gafas internas de rayos infrarrojos y escanea todo lo que hay adentro, no le teme a las sombras, las observa, las invita a salir con profundo amor propio y cuando está listo, las despide tiernamente, sin castigo y sin prisa.

Conoce su propia Llama Violeta de transmutación y las invita a ir al interior de esa bella hoguera, las transmuta en fortaleza y en armonía. Recordemos, todo es energía – nuestros miedos más profundos, penas e ira, todo es energía - y la energía nunca muere, pero si cambia y transmuta bajo nuestro propio arte de creación.

Quien empieza su proceso de limpieza cambia sus hábitos y gustos, aquello con lo que alimenta su alma es energía de auténtica magia. Ya no hay noticieros, ya no hay ruido ni chismes, ni espantos, ni música vacía, estridente, de letras pobres y repetitivas. Ya no hay películas de terror, ni pornografía, ya no hay intoxicación visual ni auditiva.

Limpia, se limpia, me limpio y limpio.

El paso uno, es vaciarme del ruido, de lo que sobra, de lo que me asusta, de lo que me denigra, de lo que me aturde. Recuerdo, como es afuera es adentro, y si busco llenar mi tiempo con esta clase de ruido, esos serán los lentes con los que miro, exteriorizo lo que hay adentro y no limpio, fomento, engordo, engroso, me encierro, me atasco, me atoro, me quedo.

El juego del adentro y del afuera es crucial, coherencia, limpiar requiere elegir sabiamente con que voy a alimentar mi alma. Si con luz o con oscuridad, aquello que consumo, visual y auditivamente, aquello de lo que hablo, refleja el estado de mi conciencia. El que elige ser parte de este cambio tan posible, debe ir por la expansión de su conciencia, ambos movimientos van de la mano, el cambio a la luz, tomar el camino de la verdad y de la libertad conlleva la expansión de conciencia y esta a su vez nos mantiene en el camino.

Nos limpiamos por dentro, y a su vez, limpiamos nuestros entornos para que entre la luz, esa que nos trae el sol cada mañana, para que entre la brisa, esa que barre y nos llena de hermosos elementales cuando la invitamos. Limpiamos para que entre la lluvia y lave, ese vientito cargado de gotas mágicas que nos regala Madre Tierra como bálsamo curativo de aroma a tierra. Limpiamos y vamos deshaciéndonos de todo lo material que ya no nos sirve, que hemos acumulado. Acumulamos por el miedo a la escasez, cuando el universo es abundante, nosotros somos parte de ese universo, nosotros somos abundantes. Tan patente es el miedo cuando vemos todo lo que hemos acumulado, por años, por miedo a que nos falte, o por aferrarnos al pasado. Así nos estancamos, la energía no fluye, nos paralizamos y no sabemos por qué. Todo lo que ya no nos es necesario, seguramente habrá otro que pueda usarlo y así la rueda gira, la energía se mueve, se da el intercambio. No acumules por miedo, no acumules para aferrarte a un pasado, eso para tu instinto natural a fluir. La vida es un continuo, recordalo, nadie se fue, nadie se muere, nadie se queda en un objeto, nada bueno surge de los apegos. Limpiá roperos, placares, cajones, bibliotecas, regalá esos libros que ya leíste hace veinte años, hay quienes no saben de ellos y pueden

fascinarse con sus historias, regalá los juguetes de tus niños que crecieron, hay otras infancias esperando, regalá la ropa que hace años que cuelga de una percha, siempre existe quien la luzca y quede bonito o se abrigue con ella. Limpiá, hacé lugar para lo nuevo. Creé en la abundancia y ella llega.

Ventilá, limpiá, ordená, iluminá tus ambientes, los de tu casa, los de tu lugar de trabajo, llenalos de vida, de ricos aromas, despejá los caminos eliminando todo lo que ya no sirve, ayudá al cartonero, al que junta botellas, hacé girar la energía.

Trabajá con música suave y de genuina alegría, de versos ricos en buena energía, de palabras sabias y notas mágicas. Caminá descalzo, maravillate con la noche, la luna y las estrellas, llená tus ojos de esa profundidad milagrosa, esperá esa estrella fugaz que te trae un mensaje; caminá por la playa, llenate de mar, de río, de lagos y lagunas, llenate de bosques, de árboles, observá las aves, disfrutá sus cantos, dejate sorprender por las formas de las nubes, báñate en sol, en el resplandor de un arcoiris, mojate con la lluvia, saltá los charcos, juntá las hojas en otoño y descubrí la cantidad de colores que te ofrecen. Limpiate. Limpiate de tecnología vacías, de horas de computadora obligada, combinalas con vida.

Limpiate.

Inventate rituales, creé en tu magia, la canción que te salga, los movimientos que surjan, estírate, elegí sahumerios, combiná las hierbas, preparate algo rico para regalarte mirando la puesta del sol, o el amanecer. Tomate tu tiempo para rezar, esos rezos propios tan íntimos, creá tus rezos y regaláelos a quien vos quieras, al universo, a la fuente, a los ángeles, a la vida, pero creá esos momentos de rezos internos y ciertos, rezá en canciones, con palabras sueltas, con pensamientos bellos. Eleválos, ellos llegan al

lugar del cual todo surge, se funden con otros, renuevan su energía y vuelven potenciados.

Creá rituales para potenciar tu energía positiva, para los días grises, para cuando atacan las sombras, creá rituales para limpiar tu aura, para volver a la armonía. Porque somos humanos y estamos en proceso, y los bajones, las caídas forman parte del camino. Puedo quedarme en mi tristeza si aparece, debo oírla, pero también debo decidir trascenderla. Creá tus rituales para lograr elevarte por sobre las nubes de la tristeza cuando haya pasado un tiempo prudente que te permita verlas.

No te quedes en la ira, nunca, nunca te quedes en la ira y si esto acontece: limpia.... Limpiá los ambientes hasta de tu propia energía alicaída, si lloraste demasiado, si te enojaste fuerte, si sentiste el golpe del fracaso, limpiate, cuando pase, y limpiá ese ambiente. De eso se trata transmutar la energía, para no sumar dolor al mundo, para no contribuir con esa masa pesada que nos aplasta. Limpiá y transmutá tu energía.

La limpieza más dura quizás es la que atañe a nuestras relaciones, pasar el tamiz, elegir quien se queda en nuestra vida, a quien le damos la despedida agradeciendo lo vivido, pero ya no más.

Vibrar, saber con quién vibrar, saber quién nos sube la energía hasta sumar nuevos colores y quien se empeña en llenarla de un oscuro negro. Saber que cuando empezamos este camino, habrá muchos que ya no resonarán, nos transformaremos en extraños, criticarán nuestros puntos de vista, no habrá más puntos en común, se acabará el diálogo o se reducirá a simples comentarios anecdóticos acerca de cuestiones vacías.

No te empeñes en cambiar a nadie, respetá los ritmos y tiempos de cada uno, nunca pero nunca creas que la verdad está en tu

boca, escuchá, respetá, y elegí. Pero no te olvides de elegir, si vibramos en libertad puedo elegir todo, incluso y sobre todo con quien estar. Con quienes pasar mi tiempo enriqueciéndolo, con quienes mantener diálogos fructíferos, ya no vamos a ir por el relleno, ya no va a existir la frase “matar el tiempo”. Tu tiempo será oro, porque en tu tiempo te cultivas, te observas, te limpias, te abrazas, te amas, te conectas con otros planos, te sientes y sientes que ya no estás solo. Tu “soledad será sagrada” y ya no habrá “otro” si no te llena el alma, vas a elegir compañeros de verdad, de vida, de una ruta nueva.

Este proceso puede ser doloroso, así nos parecerá al principio, incluso, nos sentiremos solos, como sapos de otro pozo. ¿Cómo es que ya no encajo? ¿Cómo es que esto ya no me da risa? ¿Por qué se me estruja el alma si tengo que cumplir con actividades que sólo siento como compromisos? Ya no resuenas en ciertos lados, ya no resuenas con cierta gente, has cambiado, elegiste la luz, la vida, la verdad, y estas elecciones también traen su limpieza. No es falta de amor, no es juicio, no es condena, es decir: me muevo, elijo otro camino, elijo ser fiel a mí mismo.

Cuando uno despierta, muchas cosas cambian, porque cambia la mirada, la ruta y las decisiones de cada día. No pasa nada, nadie pierde nunca, quienes ya no resuenen se irán, o te alejarás gentilmente, cada uno seguirá su camino, siempre me despido con amor, aunque no lo diga, en gratitud y sabiendo que todos somos uno, sin importar lo que parezca. Pero no te quedes por el qué dirán, no te quedes por miedo a la soledad. Como en todo, dejar lo viejo, lo que ya no resuena, hace lugar para la llegada de lo nuevo, nuevas personas en tu misma frecuencia, nuevos trabajos, nuevos vínculos, nuevos lugares. Y todo, sin miedo. Confía. Limpiá.

Finalmente, no te quedes en ambientes densos a menos que no puedas evitarlo, y andá protegido, protegete y cuidate. Vas a comenzar a ser un gran detector de energías, al principio sorprende, después se hace un hábito.

Andá sabiendo que sos luz, que desde vos se expande una luz fuerte y brillante que opera como escudo si le das la fuerza, si creés en ella. Es tu halo de luz que te rodea y se torna impenetrable a medida que tomás conciencia de su existencia. Y si aún no sentís que puedas, pedí ayuda, a los que siempre están a nuestro lado. Los seres de luz que nos guían, ellos están para ayudarte. Sólo basta confiar, ¡cuánto perdemos si dejamos de confiar!

En mi caso son Miguel y Benito – San Miguel Arcángel y San Benito Abad, para los que no están familiarizados – hablo con ellos, les pido su protección y asistencia y que con sus escudos protejan mi círculo electrónico de fuerza divina. Voy con ellos a todas partes, con mi Ángel de la Guarda que se llama Fermín y con mi Maestro “J”. Ellos son “plantel estable”, pero siempre voy con varios, a todos lados, según lo que necesite a cada instante, recurro a Ellos y a Ellas, también limpian. Y Son fantásticos haciéndolo. Nos ayudan a limpiarnos de todos esos pensamientos dementes que hemos fabricado acerca de nosotros y acerca del mundo, nos ayudan cuando lo pedimos con la convicción de que, como los Hermanos amorosos que son, están tan próximos y atentos, que todo su poder se inyecta en brillante luz en nuestro ser y nos ayuda en la inigualable tarea de limpieza interna, esa que nos trae el entendimiento y la claridad para después manifestar otra realidad.

Confiar en estos hermanos llenos de luz, nos limpia de miedos, de soledad y de angustia, ellos nos limpian y a cambio nos comparten sus altísimas vibraciones, colores y frecuencias. Limpiá con ellos, con los ángeles de sus huestes, invitalos a tu casa, a tu lugar de trabajo sea cual fuera, pero invitalos, ellos no invaden, ellos esperan y cuando les das la bienvenida todo cambia.

Abrí tu corazón a la magia que vive en vos, que es una con la naturaleza, con los amados elementales, con la luz en todas sus formas y expresiones, combiná, creá, jugá. Limpiá el mundo limpiando tu altar, sacale las telas de araña, empezá a confiar y a escuchar esa otra voz que te habla de paz, de amor y de la certera posibilidad de crear entre todos un nuevo mundo. Empieza por casa. Empieza por vos.-

## “Los milagros”

¿Qué sabés de los milagros? ¿Qué aprendiste? ¿Qué te enseñaron?

En mi caso entendía que los milagros estaban reservados para los grandes seres, aquellos que me habían enseñado inalcanzables, lejanos, a los que había que llenar de reverencias, arrodillarnos y pedir en lágrimas que nos concedan el favor de los milagros....

Igual, siempre pedía milagros y milagritos, creyendo que como era pequeña o insignificante, un simple humano, sólo podía pedir cosas chiquitas, y de manera suplicante. Hay tanto por compartir acerca de los milagros, tanto por desaprender para permitir que la verdad aflore en nuestro corazón bajo la tutela del alma...

Mi Maestro amado dice que no hay grado de dificultad en los milagros y que todos, si, todos, somos hacedores de milagros, sólo basta saber quiénes somos en verdad y confiar, confiar en nosotros mismos, confiar en que no estamos solos, confiar en que todo nos ha sido dado y hacer nuestro magnífico trabajo de recordar nuestra verdadera esencia.

Somos espíritu viviendo una experiencia física acá en la Tierra, en un cuerpo que opera de vehículo, pero también de herramienta.

Me encanta saber y amar a mi cuerpo como herramienta de comunicación hacia el cielo y hacia la tierra, comunicación con mis hermanos de este y de otros planos, saber que a través de él puedo manifestar el amor que soy, que puedo poner mi boca, mis manos, mis pies, mis oídos, al servicio de un Plan mayor, amorosamente ideado para que todos podamos elevarnos y vivir mejor. Eso de por sí, ya es un milagro.

El animarnos a “ver” de otra manera es la fuente generadora de los milagros, el elegir de manera consciente y constante el sistema



de pensamiento del amor, es un milagro, el trabajar para acallar el ego, es un milagro, el saber que debo desaprender todo lo aprendido es un milagro. Ahí radica el fundamento de los milagros, su motor, porque como con tanta paciencia explica mi Maestro, los milagros operan en la mente y como todo lo proyectamos, se manifiestan en el plano físico. En un cambio de trabajo, en nuevas relaciones, en sonreír de manera más frecuente, en sanar una enfermedad porque hemos encontrado y trabajado su causa desde su causa y no desde los efectos, en saber que la vida no termina cuando dejamos el cuerpo físico, en abrazar la verdad de un ciclo de vidas que nos han traído a nuestro presente. Saber que nada termina, que todo se transforma, que estamos en el camino que nos llevará de nuevo a casa, que es más fácil amar que odiar, perdonar que vivir en el rencor y la culpa, que es más sencillo ser quien verdaderamente somos y soltar nuestra magia al mundo, que enroscarnos en patrones limitantes que nos tiran de las patas y nos inhabilitan las alas.

Todo eso es un milagro. Requiere de nuestras ganas de encontrar en nosotros la verdad, y trabajar con mucho amor, sin tiranías ni auto exigencias la conversión de nuestro sistema de pensamiento del ego al amor.

A quienes elijan vivir en el mundo del ruido y de los cinco sentidos físicos, esto les sonará a cuento de hadas, obviamente refutarán cada una de estas palabras, y está bien, elecciones, pero luego no pidan milagros. Porque los milagros se generan desde adentro y recuerden siempre, como es adentro es afuera. Pero no me cansaré de decir, cada uno a su tiempo, y si el mundo que crees ver es todo lo que podés y elegís ver, seguirás pensando que

necesitás arrodillarte, sacrificarte, dejar de hacer cosas que te gustan como ofrenda, para que “alguien” te conceda un milagro. El milagro sos vos, soy yo, es él y es ella.

Cuando vamos de a poquito eligiendo el único sistema de pensamiento posible, cuando vamos desaprendiendo, vamos desenmarañando y eliminando nuestros miedos con ayuda de los Guías y Maestros, cuando empezamos a entender que hay un “yo superior” que nos guía, que esto es sólo una escuela de aprendizaje, difícil, si, la hemos fabricado entre todos.... Cuando todo esto empieza a acontecer, de la mano del proceso suceden los milagros. Todo va cambiando, el ruido pasa a ser cada vez más leve, hasta convertirse en calma, y así hasta las nuevas pruebas que llegan se van haciendo más comprensibles, sabemos por donde vamos, ya no nos asustamos tanto, hemos abierto nuestra mente y permitido al entendimiento hablarnos.

Generamos milagros todo el tiempo, y muchas veces éstos tienen efectos en lugares que ni nos imaginamos. Todos somos uno, viviendo distintas experiencias en nuestras personalidades, pero uno. Y somos uno con Todo lo que es. Así como cuando generamos pensamientos negativos, emanamos miedo, rabia, agredimos, nos atacamos, verbal o mentalmente, nada de esto es inocuo sino que pasa a formar parte de la gran masa densa de la conciencia colectiva enferma, del mismo modo, cuando vamos trabajando en nosotros, nos damos cuenta que desde la mente cambiamos todo, y elegimos pensar y vibrar en amor, estos pensamientos también siguen su rumbo y también se unen a otros pensamientos amorosos y también generan una conciencia que se va elevando, que aliviana y que opera milagros.

Cambiar el pensamiento es generar un milagro, porque es hora de asumir que somos los creadores o fabricantes de nuestras

realidades y éstas se fabrican o se crean con y desde la mente. Así opera.

Hago la salvedad entre fabricar y crear porque lo primero es ilusorio, falso – aunque la mayoría lo siga sosteniendo - y la creación es nuestro verdadero poder, por eso es que somos co - creadores.

Desde una mente chiquita y velada, guiada por el ego y su sistema de miedo, fabricamos, levantamos defensas, y todo lo que ya hemos comentado. Tenemos terror ante una situación de examen, tenemos terror a que nos deje la pareja, tenemos terror a que nos despidan del trabajo, tenemos terror de salir a la calle por la noche, terror a enfermarnos, tenemos tantos terrores que ocuparía miles de páginas y cada uno tiene sus propios terrores, lo cual los torna infinitos, aunque en realidad sólo en apariencia.

Elegir el amor es elegir el camino de obrar milagros. Los milagros nunca son para uno sólo porque todo lo verdadero se comparte y se expande.

Elegir el amor es confiar, en que todo lo que es bueno nos está esperando, en que nuestras necesidades ya están cubiertas, sólo que no lo vemos y nos rebuscamos. Elegir el amor es hacer el camino interior para recordar el significado del auténtico amor propio y desde ahí empezar a sentir que es cierto, que hay un amor incondicional, y que no está lejos, está dentro y que ese es nuestro verdadero proceso, todo lo demás es externo. Si limpio adentro, trabajo adentro, ilumino adentro, eso es lo que manifiesto, mi mundo cambia, el mundo cambia. Si cada uno hace su parte, estas partes se unen, se hacen un maravilloso puente para que caminemos distinto, más livianos, más ligeros. Sólo es cuestión de cambiar de pensamientos.

Confiar, confiar en la verdad y en la luz, en la sabiduría milenaria que por tanto tiempo fue callada, o tergiversada por quienes no nos quisieron libres, esa sabiduría que nos decía: el poder está adentro tuyo.

Hoy suena tan new age, y hubo tantos tergiversando también esta visión de la vida, tantos memes, tanta burla, tanto chanta, todos defendiendo enmascaradamente sus ansias de poder. La Verdad no podía salir a flote, las conciencias no podían despertar, se les acaba el sistema si ya no tenemos miedo, si somos libres, si obramos milagros.

El milagro es un regalo que surge de tu mente y se expande, te cambia a vos y cambia al otro, y así a otro y a otros y se multiplica amorosamente. El milagro no sabe de apegos, se comparte por su propia naturaleza.

El milagro opera bajo la luz que nos dice, dar es igual que recibir. Nada más distante al sistema de pensamiento del ego.

Y también están nuestros hermanos y hermanas de luz, elevados, plenamente conscientes de la unicidad, acompañando, apoyando y sosteniéndonos en este proceso de descubrimiento de nuestra capacidad de obrar milagros. Entonces, también es válido, necesario y hermoso, recurrir a ellos, pero no desde el sacrificio y el sufrimiento, desde la gratitud y la alegría de saber que si unimos nuestra voluntad a la suya, nada puede salir mal. Esto se hace con CONFIANZA.

La verdadera confianza. Desarrollarla también es un hermoso milagro.

Así cambiaremos el mundo que hoy habitamos, obrando milagros. Desarrollando nuestro propio poder, ese que nos fue dado en el origen, el cual hemos olvidado. Es el poder ilimitado del amor. Con él no hay guerras, no hay hambre, no hay competencia, no

hay mentiras, no hay engaños, no hay trampas, no hay burlas, no hay celos ni traiciones de ningún tipo. No hay grado de dificultad en los milagros, ellos sólo surgen, se despliegan, se comparten y generan la magia de la verdadera vida.

El trabajo es de uno, es intenso y hermoso, difícil por todo lo que tenemos que dejar atrás, difícil porque nos hemos acostumbrado en siglos y ciclos de siglos a vivir mal. Acostumbrado, aprendido y enseñado entre todos, un sistema de pensamiento opuesto a lo que somos. Que a veces nos hace creer que somos felices, a veces, y luego nos pega el sacudón nuevamente. Que nos dio la definición de éxito, que nos habla de suerte, casualidades, que nos hace correr como el conejo tras la zanahoria que nunca alcanza. Porque siempre hay más y más y más, un sistema que nos muestra cada vez más infructuosas metas para tratar de llenar un vacío que no podemos explicar.

Ese no es un contexto de milagros. El milagro es amor en acción, trabaja para la verdad y para la luz, sus consecuencias van más allá de un mundo material, y opera hasta que logremos comprender fehacientemente quiénes somos y que hacemos acá. Luego dará paso al Conocimiento y la bienvenida a una nueva humanidad.

Sé que es posible. Deseo que elijas confiar y sumar tu amor a este trabajo colectivo de operar milagros y elevarnos. Somos Uno.-

## “Las pruebas”

A veces tendemos a caer en la idea equivocada que al iniciar con conciencia nuestro camino espiritual, la vida deja de manifestar situaciones de aprendizaje a las que llamamos pruebas.

Este hecho en sí, el poder mencionarlas de esta manera ya es todo un aliciente, pues quienes aún no han podido o elegido empezar a buscar las razones profundas de su existencia en la tierra, los llaman problemas, desgracias, injusticias, y el papel de víctimas los ahoga al punto de no poder ver más allá de las apariencias.

Doy gracias por haber elegido ver de otra manera, por transitar el camino sabiendo que soy responsable de mi propia vida y que llevo dentro todo el poder creador para manifestar aquello que anhelo...

Pero la espiritualidad, al estar inmersos en esta realidad 3D colmada de dualidad, implica transitar cada día con una conciencia receptiva, atentos a nuestros pensamientos, detectando firmemente y con amor lo que cada experiencia trae para decirnos y por qué hemos llegado a ella. Implica reconocer en nuestros hermanos o en las situaciones mismas a los mensajeros y procurar develar, desde la sabiduría del alma, ese mensaje que nos permitirá, si lo trascendemos, avanzar en la maravillosa escalera de ascensión que decidimos que nos llevará de vuelta al hogar.

Las situaciones de aprendizaje son múltiples y variadas, nos permiten limpiar el karma que hemos acumulado en esta o en otras vidas, todos vamos con equipaje y en cada lección tenemos la posibilidad de alivianarlo, acortar camino, acortar los tiempos. Se requiere auto sostenimiento y aprender a elevarnos del campo

de batalla. En el campo de batalla todo es caos, es imposible ver desde el caos.

Cada día trae un bagaje de aprendizajes, todos por más ásperos que parezcan son amorosos. Cuando no alcanzamos aquello que pensamos era lo mejor para nosotros, es muy probable que hayamos estado equivocados, y al transcurrir del tiempo, si ponemos nuestro corazón podremos develar como todo es parte de un plan mayor y perfecto. Si nuestra obstinación y terquedad nos hace luchar infructuosamente a partir de las propias creencias de lo que es bueno para uno, desde una visión pequeña y limitante, es muy probable que perdamos tiempo, que el agotamiento y la frustración aparezcan con virulencia y que nos sintamos derrotados.

Todas estas señales indican que éramos nosotros los equivocados, porque el camino del alma, en su libre fluir, es como el agua de un arroyo, que ve las piedras, pero no intenta correrlas, su liviandad y el estado de su ser, las recorre con paz y armonía, sigue su curso y es probable que llegue al próximo río y de allí al esplendoroso mar y finalmente vuelva al océano. El agua de ese arroyo, ve las piedras, pero lo hace armoniosamente, entendiendo que ellas tienen una razón de ser, no las esquiva, las abraza y acaricia a su paso, y así, guiada por el ritmo de la vida, avanza.

Toda la naturaleza nos permite aprender a movernos al ritmo de la aceptación y de la calma, es sólo la persona humana quien tiene que recordar cómo son las cosas y quien, sumido en la estructura del ego, opone resistencia y sufre.

Estos estancamientos obstaculizan nuestro camino, la lección se repetirá infructuosamente hasta que cedamos ante ella, la observemos con amor, utilicemos la herramienta del perdón y le podamos dar la vuelta. No pasamos de grado en esta escuela con

materias pendientes, porque esta escalera te conduce al verdadero estado del ser, ese estado propio y natural que ya no recordamos. Ahí no podremos llegar si seguimos cargando pesadas mochilas tales como rencores, celos, envidia, ganas de ser más que el otro, si nos seguimos sintiendo separados, si mantenemos nuestro deseo de ser especiales, si seguimos buscando el reconocimiento externo, o la felicidad ficticia basada en la codicia. No podremos llegar a recordar en plenitud quien verdaderamente somos y cambiar el rumbo de nuestras vidas si no recordamos que de lo que se trata es de amarnos, que no hay luchas, que no hay vencedores ni vencidos, que todos vamos, en distintos escalones, subiendo esta escalera hermosa en espiral ascendente.

Esas mochilas que debemos ir deshaciendo y transmutando mientras recorremos los peldaños, son las causas de cada situación que experimentamos. Aquello que una vez no aprendimos, deberemos algún día soltarlo. El orgullo, la soberbia, y en sus opuestos, el creernos insignificantes, no amados, las sensaciones de abandono o de pérdidas que arrastramos y que nos condicionan de tantas maneras.

Por eso es tan importante poder mirar de otra manera, eso de lo que ya he hablado tanto. Si seguimos por la vida como los pobres caballos a los que les ponen esos reductores de cuero para alinear su vista, nunca jamás podremos tener toda la perspectiva y la pregunta básica para el entendimiento ni siquiera podrá ser formulada.

¿Para qué estoy viviendo esta situación? ¿Para qué? ¿Qué debo aprender? ¿Qué me está mostrando que está en mí y no logro ver? Y cuando nuestra incapacidad de mirar dentro y observarnos con amor y detenimiento se transforma en un *modus operandi*,



nuestro cuerpo habla. Nos salen orzuelos, se nos tapan los oídos, generamos alergias, nuestros lentes necesitan cada vez más aumento, nos estalla la cabeza, explota el colon y se torna irritable, y estas son las manifestaciones leves con las que nuestro cuerpo nos habla. Nos volvemos hipertensos, diabéticos, celíacos, generamos el tan despreciado y angustiante cáncer. A mayor sordera, a mayor negación de aquello que debo aceptar y trascender, pero para ello debo buscar y animarme a ver, mayor será la manifestación de nuestro cuerpo, más compleja y dolorosa será cada situación.

Esto no es castigo por favor, esto es lo que nosotros fabricamos y la manera en que proyectamos todo lo que hay adentro. Esto es amorosidad para ayudarnos a aprender. Nadie nos pone trabas, nadie nos pone pruebas, no hay un Ser todo poderoso y maligno que se deleita dándonos castigos.

Lo que ocurre es que es más fácil seguir creyendo que todo es afuera, que nada es adentro, que asumir que esto es un paso. Que elegimos cada experiencia, en una instancia tan pura que nos cuesta imaginarla.

Las pruebas nos enseñan aceptación, desapego, confianza, en nosotros mismos, en los seres guías que nos rodean; nos enseñan sobre el amor incondicional, cuando entendemos la razón profunda del no juicio, porque todos somos uno experimentando las distintas vivencias para la evolución de nuestras almas, porque todos fuimos una vez los villanos en la historia de otro y porque nadie es mejor que nadie.

Las pruebas deben atravesarse con amor, desde el amor, es la única mirada posible que nos traerá la expansión de conciencia. Y éstas no cesan. Son los peldaños de la escalera, la manera en que nos vamos sacando las capas de velos para encontrarnos. Es duro

decirlo... pero abracemos las pruebas y ayudémonos a superarlas. Juntos es más fácil, aprender a alentarnos unos a otros y dejar las competencias de lado, a tender la mano cuando un hermano ha caído, porque mañana serás vos, seré yo, porque la rueda gira. No siempre estuviste arriba, no siempre estuviste abajo, la rueda gira, y la manera en que nos miramos unos a otros, nos entendemos, nos abrigamos, hace que todo sea más fácil o la complica.

La escalera es larga, la empezamos a subir hace muchísimos años, en distintas etapas de la historia de esta hermosa y aguerrida humanidad. Siempre hubo luces y sombras y siempre nos constituyeron internamente esas mismas luces y sombras.

Las llamadas pérdidas nunca son tal cosa, aprendamos que nada se pierde, que todo se transforma. Que la vida está llena de ciclos que concatenados tejen nuestra historia personal y colectiva.

Ciclos de relaciones, que quizás llevan vidas cerrar en amor y en paz, ciclos en esta vida presente, con relaciones que llegan y se van. Todo tiene un propósito, nada es casualidad. Todo es causa, ley de causa y efecto manifestada a cada paso. Y el hacedor de esas causas y de sus efectos es uno, seamos conscientes de nuestra libertad porque es una de las características más hermosas que tenemos las personas humanas.

Buscar nuestro Ser y dejar a los otros que se encuentren a sí mismos. Desapegarnos de todo, de las cosas materiales, de los vínculos, del pasado. El amor no tiene nada que ver con el apego, el amor es libertad, te dejo ser, te respeto, me dejo ser y me respeto.

Nadie vino a esta vida a encajar, sino a encontrar su propia individualidad y desde ahí construir la realidad. Entender que somos UNO, pero que en nuestras manifestaciones nos diferenciamos y le damos color al mundo. No imponer nada,

enriquecernos con otras miradas, encontrar aquellas con las que vamos resonando. No todos vibramos en el mismo momento con igual intensidad y hay que respetar la vibración de cada quien en su lugar... y elegir cómo y con quien quiero vibrar.

Todo eso nos enseñan las pruebas, todo eso enriquece nuestras existencias, todo eso nos hace subir la escalera. Podemos estar miles de años aferrados al mismo peldaño, o pegar un increíble salto cuántico.

Sé que las pruebas no nos gustan, que sería mejor ir con los ojos vendados echando la culpa a las circunstancias, o eligiendo una pseudo felicidad ficticia en la que simplemente elijo no ver ninguna de mis sombras, creer que ya todo lo he superado y sumergirme en un sistema que me quiere hacer creer que soy libre porque mi afuera parece estar en orden, porque creo que ya no tengo nada que aprender y no veo las murallas que he edificado para que nada intente atravesar mi espacio de seguridad.

La auténtica sensación de seguridad tiene una causa muy hermosa y profunda, que lleva tiempo humano develar. Radica en saber quién soy, quien me ha creado y que nunca me he separado de mi Fuente. Esa es la auténtica seguridad. Saber que adonde voy estoy a salvo porque nunca me he separado. Les juro que aceptar profundamente esta verdad lleva un tiempo, porque no es construir un presente en el que me siento a salvo y en el que no dejo que nada me saque de mi zona de confort, en donde he levantado murallas que pinté de bienestar y de flores de plástico, pero que no dejan de ser murallas.

Sabernos a salvo, sentirlo y vivirlo, necesariamente implica haber atravesado nuestras propias sombras, enfrentar nuestros más

escondidos miedos, haber temblado y llorado con ellos y salir fortalecidos, pero abiertos a todo y receptivos.

En esta época que transitamos engañarnos nos retrasa.

La humanidad está avanzando, una vasta parte de quienes componen el colectivo humano está despertando o ha despertado y está en camino de los más grandes logros y hallazgos. Esos que nos trae el alma como verdades ancestrales.

Pruebas, de eso se trata. Darles la bienvenida, aceptarlas y procurar surfearlas desde el alma, sin imponer mis limitados criterios, abriéndome a la luz que todo lo sostiene. Pasado el huracán llegará la calma y la verdad irrumpirá hermosa y triunfante una vez más desde tu corazón al mundo, hasta la próxima prueba.

Peldaños.-

## “Estrella de Sirio”

Hermosa estrella de Sirio que me miras e iluminas desde  
kilómetros luz de distancia, tan cercana, tan brillante.  
Fascinante como un río de oro que desde tu lugar en la noche  
irrumpes en mi alma y me llamas.  
¿Qué historias tienes para contarme? De un pasado, un presente y  
un futuro que se unen en este instante. De lagos y montañas que  
surcan tus praderas. ¿En las estrellas hay praderas?  
Hay praderas y playas y bosques y acantilados, y mares y desiertos  
adonde crecen exóticas plantas y adonde hay oasis de agua clara.  
En las estrellas hay sueños que llegan desde corazones despiertos  
en la tierra y que aún no encuentran en estos lados como pintar  
sus mágicas realidades. Por eso viajan a las estrellas, allí cobran  
vida y se entrelazan en mágicas historias de alegrías compartidas.  
Allá todos somos uno, siendo distintos, iguales, diferentes en las  
formas, todos bellos y de almas titilantes.  
Allá hay piratas que comparten mapas de un universo azulado,  
para recorrer en grandes naves sanadoras y llegar a los lugares  
adonde aún no brilla el sol incandescente.  
Piratas de garfios dorados, que emanan luces de colores, que  
envuelven amorosamente en sus rayos transparentes las tristezas  
y dolores de quienes, en planetas aún fríos de mentes  
indiferentes, claman por volverse niños inocentes.  
He llamado a las estrellas, he pasado horas de noctambulismo  
absorta en su belleza y las he visto moverse, danzar, volverse  
grandes y pequeñas.  
La estrella de Sirio me llama y me envuelve, en mi pedacito de  
cielo, desde el balcón de mi casa, ella es amiga presente. Ella es  
puente.

Ella me recuerda que soy alma, espíritu, libertad, que tengo alas, auténticas alas enormes que un día me olvidé de usar.

Todos tenemos alas, todos las hemos dejado en un placar. Las estrellas se nos aparecen en lo alto, es su manera de llamarnos, llevarnos al placar, motivarnos a desempolvar las alas y viajar a visitarlas.

Te deseo un bello viaje, que elijas tu propia aventura como lo hacías con tus cuentos de aquella increíble saga, que te animes a crear miles de caminos, distintos fantásticos finales, que sepas que siempre hay otras opciones, que no te detengas. Que seas libre, que uses tus alas.

Feliz viaje de regreso a las estrellas, ida y vuelta, ida y vuelta, ida y vuelta...

“A.M.O.R, las cuatro letras de lo inconmensurable”

¡Qué difícil escribir sobre el Amor! Es un desafío para mí tratar de poner en palabras aquello que las trasciende, aquello que nos nutre, que anhelamos, que buscamos, que encontramos. Aquello que vemos manifestado en miles de lugares, gestos y acciones, pero que va más allá de todo, está en todo y constituye todo lo Real.

Nada que sea manifestado desde el miedo puede ser real, por más que así lo parezca, porque sólo lo que surge del soplo mágico del amor contiene vida y sólo la vida es real.

Amor, vida, esencia. Poder creador, fuente, puente, hilo de plata, de oro, hilo arcoiris, se revela en una sonrisa, se revela en las miradas.

Ahí está, si busco el lugar adonde veo el amor es en las miradas, porque es desde los ojos y su brillo que se refleja, aunque sea tenuemente el alma.

Alma, vida, esencia, soplo, me acercan a procurar encontrarle la vuelta a esto del amor.

Las miradas, la de un niño de ojos abiertos ante las sorpresas del mundo, de un anciano cansado de tanta lucha que pide con resignación consuelo, la del pibe que espera el cole, la de la vecina que riega su jardín, la de la chica del negocio que cuenta las horas para terminar su turno e irse corriendo a abrazar a su perro que la espera en casa.

La de ese perro callejero que busca una caricia que lo elija y lo saque del peligro, los ojos del científico en el microscopio, del obrero en el andamio, del sapo que vive en mi patio y la mirada del grillo que lo esquivo. La mirada de todos y de todo, es una manifestación de esa esencia que llamamos amor.

Vocablo pequeño que nos llena de desvelos, definir su existencia, sustancia, materia, forma, relevancia, trascendencia, ha demostrado ser una tarea imposible, y a la vez tan simple como percibir el primer rayo de luz solar en las mañanas.

Una vez mi Maestro dijo que no pretendería definir al Amor, ya que eso es en esta tierra imposible. Sin embargo, sus manifestaciones tangibles y sensibles, nos permiten vislumbrar algo de su naturaleza y verdad.

Estamos tan acostumbrados a las formas, a las apariencias, a lo que captamos con los cinco sentidos, que percibimos todo como externo, entonces encontramos la posibilidad de definir el amor desde lo externo. Como un gesto, unas palabras, una acción, un canto, un regalo, un logro colectivo, de mil formas y en miles de manera vemos el amor... afuera, en imágenes, olores, colores, gustos.

Lo vemos en quien cumple un rol de abuela y cuida a sus nietos con infinita paciencia, en el padre que despierta dulcemente a su hija a la mañana, en la madre que acomoda el ropero hecho un lío de su hijo adolescente y recuerda cuando ella misma lo era y se ríe y despide una lágrima de profunda gratitud por lo vivido.

Lo sentimos en las manos del reikista y en las del enfermero, en las que cosechan las verduras que irán a tu mesa mientras el sol acaricia su espalda. En la maestra que se agacha y ata los cordones de Fernando que aún no entiende como hacer ese nudo, en el youtuber que te inspira porque no se avergüenza de compartir lo que siente. En los que arman colectas, rescatan animales hambrientos, en los que expanden conciencias aún a sabiendas de verse un poco raros. Se cuela en la llamada de tu amiga que sabe que hoy estabas un poco triste, se filtra en las



masitas ricas que trajo tu compañero de trabajo para alivianar la mañana.

Nutre e inspira esa conversación con tu hijo que ya creció y hoy te acompaña a dejar salir tus sombras y las abraza.

Lo vemos en la naturaleza, ese hornero que prepara el nido y es ahora tu nuevo vecino, la paloma que se acerca a tu ventana, la florcita rosada que crece sin saber de su belleza entre hojas de tréboles alegrando tu vereda. Lo vemos en tu hermano que cuando te cobra el ticket del peaje te desea un buen día y en el maletero que acomoda una pesada valija con cuidado, para que nada se rompa. En el almacenero que devuelve plata que le diste demás sin darte cuenta, en el taxista que cuida el recorrido para que no salga tan caro el viaje.

Lo vemos en las montañas en la fuerza y paz que nos transmiten, en la selva y su exuberante vida, en el canto de los pájaros en la plaza del barrio. Lo vemos en el abrazo apretado de esa pareja enamorada, en la marea suave que limpia la playa, en las nubes que deleitan con sus formas mutantes.

Al amor lo sentimos en esa suave caricia del viento que roza tus mejillas y en esa ráfaga más fuerte que te despeina y saca de las estructuras a tu pelo, lo sentimos en las notas de una melodía que se escabulle desde una ventana porque una piba en el piano está componiendo su nueva canción.

Lo olemos en la torta recién horneada que prepara la vecina esperando a sus compañeras de los juegos de cartas, en los jazmines que crecieron tan grandes que se colaron por tu tapial, en el aroma del perfume de esa persona que te impactó en la sala de conferencias.

Lo tocamos cuando nos abrazamos sin vergüenzas, fuerte y apretado, cuando tendemos la mano para ayudar a alguien que se

ha caído, o recibimos una hermosa palmada de felicitaciones en la espalda.

El amor es la savia que nutre los árboles y recorre sus raíces uniéndolas bajo tierra en red solidaria, es la fuerza que impulsa a la hierba a crecer, a las olas del mar a llegar a la orilla una y otra vez, que sostiene las galaxias, las estrellas, cada planeta, cada minúscula o inmensa parte del universo infinito. Sostiene, crea, revitaliza una y otra vez. Transforma y transmuta la energía de cada ser que deja su envase físico, si una plantita se seca, no dudes que esa energía de amor será luego una mariposa, un bichito de luz, o quizás tu próxima mascota.

El amor es lo que nos dice: nada muere, la vida es eterna, todo fluye, cambia de apariencia y experimenta y evoluciona hacia más y más luz.

Si podés ver algunas de estas manifestaciones es porque el amor está adentro, sino serías ciego. Nadie ve lo que no tiene. Y la verdad es que todos lo vemos, lo sentimos, lo experimentamos de alguna manera, hasta en los lugares más oscuros, él filtra su brillo en algún momento.

Si al amor lo vemos, lo sentimos, el amor existe. El amor Es. El amor está más allá de todo lo descrito, y está dentro de todo ello y se manifiesta fuera y vuelve adentro, el amor fluye, se comparte, se expande, el amor es vida. Sólo él da vida, sólo él es vida. Y sólo la Vida es real.

Ocurre que los humanos nos hemos olvidado de esta verdad fundamental, nos hemos separado de quienes en verdad somos y por demasiado tiempo hemos elegido fabricar y sostener un sistema que nos mantenga alejados, perdidos, confundidos y desviados de nuestro rumbo, creyendo que esto era lo correcto.

Todo esto pasó hace años, y hemos estado siglos tratando de recordar que somos y que hacemos acá. En esa búsqueda nos confundimos demasiado, y experimentamos todo lo opuesto al amor, quizás fue necesario, para poder volver a ponerlo en valor. Dicen que no es posible conocer la luz sin la oscuridad, y así es. Pero ya basta, creo que ya hemos experimentado demasiado lo que no somos, y ya nos sentimos bastante mal. Este tiempo ha acabado, llegó la hora de acariciar nuestro corazón, destapar sus ojos y su boca y respirar con él de verdad.

En cada inhalación y exhalación entra en nuestros pulmones el aire del amor, con el cual vivimos, usarlo para una mera subsistencia es tirar el más grande tesoro a un contenedor de basura.

La prueba es muy fácil, vamos a plantear un par de opciones para elegir y definiremos que te trae cada una y con cual resonás en libertad:

- 1) reír a carcajadas o gritar enojado y maldecir... ¿cómo se siente tu cuerpo en cada situación? ¿cómo te quedás por dentro cuando este instante finaliza?
- 2) Levantarte sobresaltado cuando suena el despertador y que te arrasen las preocupaciones por todo lo que tu cabeza te dice que tenés que hacer, o sentir la alarma, esbozar una sonrisa, agradecer el nuevo día, estirarte, una y otra vez, levantarte suavemente y lavarte con agua fresca el rostro y ver ojos de mirada tranquila y bendecida, sabiendo que todo lo que pase ese día será justo lo que debe ocurrir para tu mayor bien.
- 3) Ir a toda prisa en el coche, maldiciendo los semáforos que te retrasan, peleándote con los demás conductores, o subir a tu auto, agradecerle que te lleva adonde necesites, poner música

tranquila, ir cantando bajito y bendecir los semáforos como pequeños instantes para ir sintiendo la fuerza del nuevo día.

- a. Subir al colectivo fastidiado porque casi lo perdés, mirar con cara de pocos amigos a los que están sentados porque no hay más lugar y echar alguna mala palabra en cada esquina que se detiene el bondi porque no llegás más; o subir con una sonrisa, respirar pensando que todos compartimos el mismo aire, y que distinto se siente si en lugar de malhumor todos ponemos una cuotita de alegría porque caminamos, podemos subir a ese cole y lo mejor, tenemos un lugar al cual ir. Mirás por las ventanillas, vas viendo el día despuntar, los pájaros ya se despertaron y hay vida en la ciudad.
- 4) Te enojás, rezongás y te oscurecés porque tu jefe llegó enchinchado otra vez, o simplemente lo mirás, sonreís, le deseas un buen día y sentís que sos dueño de tu atmósfera y que no hay fuerza externa que pueda cambiar tu día.

Y así podríamos seguir escribiendo muchísimas opciones, sólo se trata de jugar a percibir cómo nos sentimos en cada situación y detenernos a ver quien tiene el poder de revertir la realidad que estamos creando, y cuál es la herramienta, sustancia, fuego vital a través del cual la creamos en lugar de fabricar.

¿Lo hiciste? Si elegís la risa, la paz, la mirada tranquila, la cordialidad, es porque resonás en sintonía con lo que sos: AMOR. Todo lo que nos separe de nuestra fuente nos perturba y confunde, porque hay una parte nuestra que sabe quiénes somos y está cansada de usar un disfraz. Vos no sos esa cara enojada, no sos esa mente llena de preocupaciones y angustias por un sentimiento de ansiedad basado en la creencia en la escasez, vos no sos esa frustración por lo que otros piensan de vos, no sos esa frustración por esas metas irreales que te has

puesto y que nada tienen que ver con tu alma, vos no sos esa frecuencia baja que hace que camines apesadumbrado, vos No sos eso y por ese motivo no te sentís cómodo en ese lugar.

Es tan simple ver que si algo nos hace sentir mal, salirnos de nuestro eje, es lógico que ese algo, no nos constituye. Claro que es posible vibrar alto, claro que es posible manifestar nuestra paz, sentirnos seguros, cobijados, cuidados, claro que sí. Sin embargo siento que muchos dicen, ¡eso es imposible! ¡En el mundo que vivimos eso es demencia! ¿Quiénes van a poder vivir tranquilos con todo lo que tenemos que afrontar cada día? Y yo te respondo, muchos quienes, y quizás todos los quienes algún día, cuando la verdad ya no sea callada y cuando nos contagiemos de alegría porque vamos despertando.

Quien quiera seguir viviendo así, pues puede hacerlo, pero sepa que es su elección, la cual va en contra de su naturaleza, motivo por el cual la incomodidad lo va a perseguir hasta que se mueva de lugar. Y ese lugar está en un simple movimiento, de la mente al corazón, de la creencia limitante a la confianza de quien avanza hacia su auténtica meta, el encuentro con uno mismo en su más absoluta esencia de libertad.

Mientras que no hablemos de frente, sin miedos ni tapujos, sin pensar en que vamos a ser juzgados, sin velos, acerca de lo que realmente somos, la conciencia colectiva seguirá estancada y nosotros estancados en ella, todos perdidos, todos perturbados, buscando fuera y sin saber buscarlo, lo que llevamos dentro, dormido, tapado, pero que nunca nos ha abandonado.

El Amor no nos abandona por el simple hecho de que es lo que somos, desde él surgimos y nunca jamás nos hemos separado, caso contrario ya no seríamos y todo lo que es en el universo está hecho de amor, envuelto en diversas formas de manifestación pero la sustancia primaria indivisible y eterna es el AMOR.

Siento que nos hemos aproximado un poco a esto de entender el amor. Si lo has logrado, si has podido unirte y sentir este pensamiento como verdad, entonces, te aseguro no lo has hecho desde el personaje. Fue tu alma acompañándote y ella nunca está sola. Porque ella no necesita trajes, si bien te habita íntegramente, ella solo es lo que es: espíritu, y se rodea, está con, en, desde, y en todas las formas posibles de existencias, compartiendo su ser con otras almas, otros espíritus, todos uno, sabiéndose UNO desde, en y con el Amor que son.

Todo es Amor, lo tangible e intangible está hecho desde el amor y con amor y por el amor. No te olvides, medítalo cuando dudes, medítalo con tu alma, sentilo fuerte, intenso, luminoso y te va a mostrar quien sos en verdad. No tengas miedo de sacarte las capas, de desnudar el alma, ya es tiempo de encontrarnos, de dejar atrás las mentiras, las cadenas, si cada uno pone su corazón en esta hermosa tarea, ¡Cuánto nos ayudamos a hacerlo más rápido!

Tuvimos tanta pisa en fabricar aquellas estructuras que parecieron inflexibles por años y años, programas limitantes en los que marchábamos en automático con miedo a salirnos de las filas porque quedábamos rezagados y nos ganaban la carrera del éxito efímero que siempre se esfumaba.

Poné la mano en tu corazón, respirá profundo, cerrá tus ojos y respirá una o varias veces más de manera consciente. Esbozá una sonrisa y hacé pequeños círculos con tu mano derecha en la zona del pecho. Fijate si podés mantener esa sonrisa sin forzarla, si ella se queda simplemente porque te sentís a gusto, y ese corazón empieza a vibrar paz. De ser posible hacelo al sol, andate un ratito afuera y buscá un rayito adonde colocarte y que te dé en la cara, si es de noche buscá la luna o alguna estrella y si está nublado simplemente agradecé el aire fresco, si llueve, agradecé las gotas que caen y ponete al reparo pero que esa humedad suave te llegue.

Te invito a hacer unos minutos esto, sentir, sólo sentir, y escuchar que te dice tu cuerpo.

Unos instantes así, suelen hacernos volver a sentir vivos, a sentir la sangre que corre vital por nuestras venas, sentir los latidos del corazón, sentir el aire que entra, nutre y sale. Nada de esto es falso, nada de esto es con apuro, nada de esto es irreal, nada de esto nos exige una carrera con el otro, más bien, si otro llega a nuestra mente será desde el corazón. Este es nuestro ritmo verdadero, el tic toc pausado del corazón es el ritmo verdadero y cuando vamos a su ritmo, vamos al ritmo del amor.

Instantes de este encuentro con vos, cada día, te ayudarán a darte cuenta en donde reside la verdad, que es lo que ya no querés, cuáles son tus cadenas. Sumar un ratito más cada jornada, o repetirlo varias veces al día, te va a gustar, es simple, es sagrado, es saber que todo lo que escribimos juntos en estas líneas es verdad. Este regalo que te hagas a vos mismo, te puede llegar a conducir por mágicos lugares, porque será tu verdadero YO quien te hable. Es probable que se caigan lágrimas y quizás después torrentes de lagrimones, dejalos que caigan, ellos lavan, y cuando sientas que ya es suficiente, respirá profundo hasta recuperar la calma y decí: GRACIAS, GRACIAS, GRACIAS. El mayor tiempo posible o al inicio y al final, recordá los círculos con tu mano derecha mientras la izquierda se mantiene abierta y con su palma al cielo.

En estos momentos de calma será mágico sentir la vibración de amor, y más mágico será darte cuenta por fin, que ese amor sos vos. Vendrán a ayudarte a sentir, si de verdad conectás desde el corazón, te traerán respuestas, quizá no en ese instante pero tu percepción se va a ir ampliando, vas a empezar a ver de otra manera, y llegarán las señales, los símbolos del camino de la libertad. Siempre es tu elección, pero si lo hacés, te puedo asegurar que esto va a comenzar a suceder.

¿Quiénes llegan? Los seres de amor, de quienes nos diferenciamos sólo por su nivel de conciencia. Pero que igual que nosotros salieron de la fuente, viven en ella, desde ella y con ella se fusionan a nuestros corazones y guían nuestros sentimientos cuando lo permitimos, orientan el camino y nos traen las respuestas. Ellos, Ellas, los amo profundamente, porque son AMOR porque Soy Amor. Porque somos UNO, en, desde, por, para, con, el AMOR.

El Amor Es y nada más Es.-

### “Mi alma viajera”

Mi alma viajera hoy me sonríe, se acerca sin miedo a ser otra vez encarcelada.

Me mira tibia y se acurruca para que acaricie con mis manos su dulce y cálida energía.

Mi alma es liviana, amorosa, eterna, pero guarda una juvenil fuerza. Ella es soñadora, intrépida, es valiente, es alegre y divertida, se sabe dichosa y ríe.

Mi alma es hermosa, tan pura y valiosa, se sabe amada por quien le dio el soplo de vida, despliega esas bellas alas con inocencia y recorre siglos, dimensiones, décadas.

Se viste con distintos trajes, se esconde y se encuentra. Mi alma juega y recuerda. Despierta del sueño, descorre los velos, se anima y experimenta. Todo experimenta, ella es un alma inquieta.

Se trepa a los árboles y zambulle en el mar, surfea sus olas, camina en la hierba y de vez en cuando trepa las estrellas. Desde



allá me mira, tan alegre, tan niña, tan madura y poderosa, tan infinita, tan esplendorosa.

Esa es mi alma, a quien yo hoy amo, agradezco y me acerco.

Es amiga de mi ángel, su compañero eterno, juntos me hablan y por las noches me acarician para disipar miedos que aún son renuentes a abandonarme.

Mi alma es viajera, fue brujita y caballero templario, fue un forajido, y aprendiz de un sabio, ella fue muchas cosas que aún no me cuenta, vivió en muchos lados, en muchos planetas.

Amo a mi alma, hoy la he encontrado.

Seguimos viajando y expandiendo conciencia. Seguimos juntas el resto del camino, ya la he encontrado y se queda conmigo.-

*(“Alma mía ven a mí”, hermosa oración que me regaló Benito, te la comparto para llamar a tu alma... inspirás profundo la decís tres veces y luego exhalás con una sonrisa)*

## Palabras finales

Me despido por un rato, espero quedarme en tu corazón, te cobijo en el mío. Te agradezco leerme, leerte, leernos. Haber dispuesto tu tiempo para ver y sentir un poquito más allá, y más acá. Más cerca y más lejos.

Ojalá hayas sentido, ojalá te hayas movido, ojalá vibres más alto cada día y cuando esto no sea fácil, hagas ese pequeño ejercicio de los círculos en tu pecho.

Ojalá desempolves tus alas, ojalá te sientas libre, ojalá salgas del capullo y vuelvas a él fortalecido, fortalecida, unido a todo, uno con todo.

Ojalá volvamos a cruzarnos, ojalá este librito viaje, llegue a esas manos y esos ojos que lo buscan sin saberlo.

Ojalá lleguen a mi tus palabras, ojalá lleguen a mi otros libros, otras charlas que me ayuden y me expandan.

Ojalá cada vez seamos más caminando en el sendero que se eleva, hacia el lugar más allá de las nubes y al corazón de la Tierra.

Elevarte, elevarme, elevarnos, somos impulso hacia delante, somos luz, somos espíritu, somos poetas, somos magia. Somos UNO.-

*(Una vez que lo leas, si resonaste, pasalo a otras manos, a otro corazón, hagámoslo viajar, ese es mi deseo)*







*... Es puente, es camino, es esencia...*

*... ES...*

*junio de 2023*

