

# © **DESCUBRIRSE A SÍ MISMO**

**2ª PARTE**

**Autora: Mª ENCARNACIÓN CERRATO GARCÍA**

## YO NO SOY, PERO SOY QUIEN YO SOY

### CONSEJO DEL AUTOR.

Como en el libro anterior permítame aconsejarte.  
Si sacas un poquito de tu tiempo diario  
procura con tranquilidad leer estos versos y relatos.  
Si me permites, te daría un pequeño consejo,  
lee dos o tres diarios  
para que así puedas reflexionar y sentir en tu corazón  
qué tienen ellos de razón.

## PRÓLOGO: DESCUBRIRSE A SÍ MISMO

Dios es energía, la energía es el “todo“, todo y todos pertenecemos a ella.

Cada uno somos una partícula, por eso Jesús dijo: “Somos hechos a su imagen y semejanza”.

La energía se compone de: energía positiva y energía negativa.

La positiva es luz, es amor.

La negativa es oscuridad.

El ser para evolucionar tiene que deshacer la energía negativa.

Para lograrlo, la oración, la meditación y la contemplación; te llevarán la conciencia a un nivel de pureza.

Cuando se está en esa espiral, en determinados momentos, se tienen unas sensaciones inexplicables: un estado de semiinconsciencia, mucha paz, tanta como si el tiempo se detuviera.

El “yo soy” entra en estado positivo, de gracia; se podría llamar luz interior.

En ese momento se siente un gran amor, en ese momento se está conectado con el “todo“.

A medida que se repiten esas sensaciones, la conciencia, tu “yo” interior, se hace más pura, más transparente. Con esa mayor claridad, se descubren cosas que antes no se podían entender, para así poder discernir lo positivo de lo negativo y no caer en errores anteriormente cometidos.

Nadie es más que nadie ante Dios; tan sólo es, su estado de evolución.

Todos tenemos la misma oportunidad de evolucionar positivamente.

El “gran tesoro” está dentro de nosotros mismos, tan cerca como nuestros latidos del corazón.

Busquémosle y nos dirá:

“Si me buscas me hallarás,

si me buscas me sentirás

si me buscas tendrás paz,

si me buscas sabrás discernir y tendrás sabiduría,

si me buscas sentirás mi gran amor y estarás siempre conmigo, toda la eternidad”.

Muchos santos a través de los siglos le encontraron y le encontrarán, le sintieron y le sentirán.

## EL TRIUNFADOR

El triunfador tiene su objetivo logrado,  
por su tesón y dedicación  
las energías ha puesto  
en un movimiento positivo.

## REFLEXIÓN SOBRE EL AMBIENTE QUE NOS RODEA

En todo el ambiente que nos rodea hay energías positivas y negativas. Que se han generado a través de los siglos.

Cuando en un lugar, hay un mayor número de energías negativas que de positivas, se genera algún motivo que no es de desear. Esas fuerzas se adueñan de la situación, absorbiendo y destruyendo todo lo que se ponga por medio. Tienen un gran poder.

Mientras las mentes sigan generando esas energías no deseadas, seguirán chocando contra los seres y la naturaleza.

Hay que cambiar para que esto no suceda.

Se ha de generar suficiente energía positiva para vencer a la negativa, y de este modo, limpiar el ambiente que nos rodea. De esta forma, se irá mejorando por el bien de todos, porque todos los seres son como gotas de agua del mar. Si se contasen serían una infinidad.

Así son los seres, están sueltos pero alguna vez tienen que unirse entre sí, para que todo sea luz y cual gotas de mar, todas unidas, forman el mar.

## EL SER

El Ser que dice la verdad, da luz y engrandece.

El ser que miente, asume la oscuridad y ennegrece.

## REFLEXIÓN

Cuando se viene a vivir a la tierra  
hay que dejar abierta esa parcela  
que llevamos dentro, para que nos dirija  
sabiamente, en la vida.

## REFLEXIÓN

Tenemos luz por dentro y por fuera  
de mayor o menor intensidad,  
de nuestro grado de perfección depende ésta.

## LA DECLARACIÓN

En el silencio me has hablado  
y te has declarado.  
Una voz de muy adentro  
me dice: “Te amo, te quiero.  
Soy Dios, me llevas adentro.  
Te abro el firmamento  
para acogerte con los brazos abiertos”.  
Yo, emocionada por tanto embeleso  
por lo bajito le digo:  
“Te amo, te quiero“..  
Lo tengo que proclamar  
a los cuatro vientos  
para que me oigan todos,  
“llevo a Dios dentro“.  
Abriros hermanos  
para estar en contacto,  
no perdáis más tiempo.  
Llegaréis a Él, no le dejéis  
en ningún momento,  
porque también lo lleváis dentro.  
Sentiréis lo que yo siento,  
os desaparecerá la ambición y el ego  
y resurgirá mucho amor por dentro,  
como el que por Él, yo siento.

## REFLEXIÓN: PONER LA OTRA MEJILLA

Poner la otra mejilla. Se le llama así, el entender todos los aspectos de un suceso.  
Ejemplo: Cuando hay una discusión, hay que actuar al revés del enfurecido porque si se sigue en la misma línea, se llegará a límites insospechados y se eclipsará la razón. Hay que saber controlarse.

## AL PARTIR

Al partir sólo os llevaréis el amor  
porque el amor es creación,  
el amor no es destrucción.  
Todo lo que hagáis con amor, germinará;  
por eso, debe de ser todo amor.  
El amor es la unión,  
el amor es el Todo.

## REFLEXIÓN PARA EL DESPERTAR

Hay muchos caminos para el despertar.

Esto sucede cuando se está en un estado de sensibilización; entonces, llegan cosas que salen de dentro hacia fuera que nos hacen pensar de forma diferente.

Se siente una paz y una tranquilidad fuera de lo normal.

A partir de ahí, hay que estar abierto a recibir lo que con tanta fluidez llega. Hay que analizar qué sucede en esos momentos tan bellos, y a la vez desconocidos. Se ha operado una transformación, luego viene la transfiguración en nuestro interior.

Se nos ha abierto la puerta y por ella entra la luz, esa luz especial que nos eleva y nos hace comprender ese misterio que antes no podíamos percibir porque teníamos nuestro corazón cerrado. Estábamos ciegos y no teníamos visión interior.

## EL MAESTRO

Jesús vino a enseñar a ascender  
pero no le supieron comprender,  
creyeron que era un farsante  
y le llevaron hasta la muerte.  
Hay que analizar y agradecer  
el que viniera con tanto interés  
a comunicarnos el trabajo que hemos de hacer;  
y transmitirnos, que como él  
todos somos hijos del Padre  
y tenemos el mismo poder.  
Pero tenemos que saber,  
que nuestra luz tiene que resplandecer  
para parecernos a él.

## REFLEXIÓN

Cuando un ser tiene interés y ganas de cambiar para poder ascender, tiene que ser consciente.

Cuando quiera obtener respuestas, debe consultar a su parte Divina (Yo Soy), ésta le dará lo que es más apropiado para hacer en ese momento.

Por muy difíciles que parezcan las situaciones, tener siempre presente que hay que pedir ayuda “a aquel que sabe”.

## REFLEXIÓN

Muchos dones tiene un humano sabio,  
puede llegar a la perfección.

## REFLEXIÓN: EL SANTUARIO

El Santuario lo lleváis dentro. “Yo” estoy en Él..

Las iglesias, son un punto de concentración donde deposité un rayo de luz para que el que voluntariamente acuda, se impregne de él.

A la vez, todos unidos formáis unos anillos, ellos fluctúan y se expanden (como ondas expansivas) Serán de mayor o menor intensidad dependiendo de la concentración mental de los seres que ahí estén.

Si estáis conscientes de lo que os ha llevado ahí para meditar y rezar; entonces, esos anillos (esa energía) serán más intensos, porque son centros colectivos de recogimiento interior.

El que es consciente, puede sentirme en cualquier sitio y momento, porque “Yo” estoy dentro de él.

Como os digo, lleváis “Mi Santuario” dentro.

## LLORAN LOS OJOS Y EL CORAZÓN

Lloran mis ojos,  
sangra mi corazón  
de tristeza y pasión.  
Pero alguien al oírlo susurró:  
“Levanta los ojos y ese corazón  
porque Dios no quiere tanta desazón,  
os quiere alegres y contentos  
para que éste mundo que ha fabricado  
lo disfrutéis con sabiduría y amor”.

## REFLEXIÓN SOBRE LO ESPIRITUAL

En lo espiritual sois como gotas de mar o partículas de arena.

Si no seguís la ley del amor, estaréis perdidos, la gota de agua se evaporará o a la partícula de arena la arrastrará el viento y sola se perderá.

El amor es la unión, todos somos uno. La unión hace la fuerza.

Por eso venís aquí, para encontrar el camino.

Mirar los sufrimientos y penalidades, estáis perdidos, tenéis que encontrar el camino, sois una partícula de Dios, tenéis fuerza y poder, pero al haberos desnudado por la falta de la ley de amor, os ha entrado el miedo; y de ahí, proceden todas las anomalías y luego viene la destrucción de vosotros mismos.

## TU INTERÉS ES GRANDE

Tu interés es grande y tu exterior lo quiere tapar,  
no te dejes llevar por los impulsos que no te dejan pensar,  
deja que de dentro te salga y luego actúa.

## REFLEXIÓN: EL APOCALIPSIS

El Apocalipsis sería la destrucción total, si se llevaría a cabo.

Dependiendo de la situación de profunda oscuridad de la humanidad, se generarían en su ambiente unas corrientes difíciles de parar. Esas corrientes no deseadas llevarían a una catástrofe terrenal. Pero hay que tener Fe en que las personas de buena voluntad hagan de contrapeso para que no suceda, teniendo en cuenta que siempre hay almas de apoyo. En todo caso, si el ambiente estuviera muy deteriorado parcialmente, el equilibrio sufriría y costaría mucho la regeneración pues sería una amputación que se haría a la Tierra y habría muchos desajustes. Y esto, está en las manos de los seres humanos, que se tienen que concienciar y obrar con sabiduría para que no suceda, porque sería el mal para todos.

## REFLEXIÓN: CAMINO DE LUZ

Si vas por el camino de la Luz, ascenderás escaleras e irás hacia la perfección. Esto se consigue con el pensamiento, palabra y acción.

Si tu interior lo revistes de blanco se te verá, brillarás, estarás ágil y ascenderás. Pero, si tu interior lo revistes de negro, no se te verá y estarás atrapado, todo te pesará y no te podrás elevar.

Ejemplo: Las nubes blancas se deshacen fácilmente, las negras están pesadas y para agilizarse tienen que descargar todo su peso. Así hemos de aligerar nuestro interior, tenemos que perder peso para con ligereza poder ascender.

## EL DESCUBRIMIENTO

Señor, qué alegría siento  
aunque tarde, haber descubierto  
que te llevo dentro,  
mas te pido por favor,  
que cuando cometa un error  
con firmeza me des una sensación  
para darme cuenta  
que he cometido una equivocación.

## REFLEXIÓN: LA EVOLUCIÓN DE CADA SER

Todos los seres son distintos.  
Está muy bien fijarse en los maestros; pero cada cuál, tendrá que hacer su evolución original.



## REFLEXIÓN: NUESTRO INTERIOR

Por nuestro interior pasan corrientes muy sensibles.

Si hacemos las cosas perfectas, siendo amables, condescendientes, amando sin recibir nada a cambio, etc., estas corrientes nos beneficiarán.

Pero si son imperfectas, esas corrientes impulsivas nos perjudicarán, siendo éstas generadas por la falsedad, la envidia, la mentira, etc. ¡Y pensar que lo hacemos para hacer daño a los demás! ¡Qué equivocados estamos!

Entendamos que los primeros y más afectados somos nosotros mismos, porque las hemos creado; y esto, nos repercutirá en la salud corporal, mental y espiritual.

## LA VIDA

Un sueño es la vida,

la Eternidad es la Vida.

Tenéis que ganaros y mereceros la vida  
a través del sueño, sintiendo la Vida.

## REFLEXIÓN: RESPETAR LAS LEYES

Cada uno tiene que evolucionar por sí mismo. Todos os necesitáis, tenéis que respetar las leyes para regiros; y si las transgredís, vosotros sois los primeros en perjudicaros, luego trasciende a la masa.

## LA PERFECCIÓN

Cuando hay perfección, hay unión.

Cuando no hay perfección, hay destrucción, desintegración.

## LA INTUICIÓN

La intuición, es un sentimiento interior  
que en vosotros está llevarlo a cabo.

Siempre da buenos resultados.

## LOS SENTIMIENTOS: CORAZONADAS

Estos sentimientos son una información  
que nos llega a través de nuestro Ser Superior.

## ME HICISTE VER...

Mirando la arena inconsciente, me hiciste ver y comprender que hay partículas más o menos brillantes.

Así también, de acuerdo a su evolución, en la tierra y en el cielo, hay seres que tienen esa misma brillantez.

## REFLEXIÓN

El suelo, dentro de la perfección del cuerpo humano, sirve para renovar las energías.

## REFLEXIÓN

Dios es el eje de todo,  
Dios es el cómputo de todo.

## REFLEXIÓN

El ser debe saber estar consciente.  
Para evolucionar tiene que seguir las leyes naturales, éstas son: equilibrio, armonía, paz, unión, amor, luz.

## REFLEXIÓN

Cuando hay Fe y Amor  
hay Compasión  
y se va camino de la Perfección,  
entonces empieza la Ascensión.

## REFLEXIÓN

El que se despierte del letargo y conscientemente me sienta dentro de él, su corazón se abrirá como una flor en Éste y su semilla que es la perfección será la que le guíe.

Su parte cerebral tiene que buscar el acoplamiento, para eso habéis venido a manifestar vuestra conducta imperfecta, para hacerla perfecta y poder ir hacia la Luz.

## EL MILAGRO DE DIOS

Soy Yo, es un regalo de Dios temporal  
Yo Soy, es un milagro de Dios para toda la eternidad.

## EL SER

Soy lo que soy,  
no quiero ser como soy  
mas quiero ser yo  
como lo que está dentro de mi corazón.

## QUÉ GRANDE ERES!

Señor Dios, ¡qué grande eres!,  
estás en todas partes  
pero qué poca gente te siente,  
dame tú Señor, ese Don para poder verte.  
Me verás pues soy de infinidad de formas,  
adonde extiendas la vista,  
ese Soy Yo, en persona, animal o cosa,  
pero mírame con Amor y me sentirás.

## ESCUCHA ATENTO

Escucha atento tu corazón porque tienes dos tic tacs , uno que mantiene tu cuerpo y el otro, el que nunca muere porque es eterno.

Escúchale, hazle caso que es sabio, te abrirá pasadizos secretos y caminos insospechados, te sentirás transportado, como una pluma volando.

Abre los ojos, verás todo abajo. Te parecerá un sueño porque lo de abajo dura poco; y no tendrás ninguna duda de ese tic tac, el que está en el fondo, es el verdadero porque con él estamos unidos.

## LOS TRES ESTADOS

Ahí, en lo terrenal, tenéis pasado, presente y futuro.  
Aquí, en lo celestial, no hay tiempo ni espacio, es siempre una constante.

## CIERTOS SERES

¿Son conscientes los seres que se hacen mortales con alguna deficiencia, (deficientes)?

Para ganar posiciones llegan especialmente a ciertas familias, y así intentan abrirles el camino que por alguna razón tenían colapsado.

## LOS OJOS

Los ojos transcriben el estado del cuerpo, el alma y el espíritu; si hay bondad, agresividad, amor...

Es conveniente mirar a los ojos de los hermanos y así los conoceréis.

## LAS INDECISIONES

Dentro de mi brota un chorro de energía.  
Quiero estar atento y sentirla,  
que cuando tenga indecisiones le pregunte y me dirija  
por el camino de la perfección y sabiduría.

## REFLEXIÓN: MENTE Y CORAZÓN

Debemos ser conscientes que en nuestro corazón está la Gran Luz, la Sabiduría y el Amor.

Nuestra mente tiene un gran potencial que tenemos que conducir con nuestro corazón.

Despiertos iremos por el camino de la perfección, mas si cerramos nuestro corazón y sólo actuamos con la mente no llegaremos a ninguna parte; estaremos a oscuras y no evolucionaremos.

Lo cerebral no tiene luz, sólo tienen cabida las imperfecciones, las cuales venimos a quitar. Ese es el pecado original, nuestras imperfecciones.

Abramos nuestro corazón y dejemos fluir por él nuestra mente; así los dos unidos, conseguirán la armonía, la paz y el amor. Ahí radica la verdad.

Jesús a eso vino, a transmitírnoslo, pero no supimos entenderle porque cuando el corazón se tiene cerrado no se está a cierto nivel, somos escépticos y no tenemos fe.

Abramos el corazón y lo sentiremos.

## EL SENTIR

Al sentirte me siento transportada, feliz y fascinada; y mis deseos son, que mis ojos trasluzcan parte de Ti a mis hermanos.

## MUY IMPORTANTE

Pensad con la ayuda del corazón  
luego, actuad de corazón.  
Dejaros llevar por el corazón,  
es donde está la sabiduría unida con Dios.

## LA ENERGÍA

La energía es vida,  
la energía es transmutable,  
la energía es transparente,  
la energía es luz,  
la energía nos sostiene,  
la energía es imprescindible,  
la energía hay que saberla dirigir (usar),  
la energía mal empleada es dañina,  
la energía bien empleada es beneficiosa,  
la energía nunca se acaba, no muere,  
la energía es Todo.

La Energía Espiritual que lleváis dentro es parte mía y parte vuestra, por eso estáis ligados a mí. Dichosos los que me sienten, están en el camino de la Verdad. Sed conscientes y obrar con sabiduría para engrandecer vuestra misión, la que cada uno tenéis que culminar.

## UN DÍA

Señor, un día me iluminaste y desperté,  
aquí a la tierra venimos a aprender  
a dar amor y que nos den,  
llevarlo a la práctica  
y así, poder ascender  
ganándonos la auténtica vida  
que tú Jesús, nos diste a entender.

## EL CIEGO

No por ver más, se ve  
mas no hace falta ver  
sino ver las cosas que no se ven,  
y así el ciego sin ver, vio.

## REFLEXIÓN

Los seres que tienen abierto su corazón  
tienen poder de sensibilización y atracción;  
además, pueden sentir y ver cosas que otros seres  
por estar cerrados no sienten.

## LAS ESTRELLAS DEL MAR

¡Qué hermosa visión!  
pececitos con sus trajes de plata  
en estrellitas se convirtieron,  
parece que del cielo descendieron  
y al mar cayeron,  
alegres y contentos emergieron  
para que captásemos  
esos bellos momentos  
y dentro, en la retina, los llevemos.

## LA VERDAD

Sólo hay una verdad, es única y verdadera.  
En este mundo, el que dice tener la verdad,  
no tiene tal verdad.  
Cada uno, de distinta forma verá  
sin imponerse a los demás  
porque ellos tienen, su verdad.  
Entonces, no hay tal verdad,  
sólo hay una verdad  
que es, amar de verdad.

## EL ECO

Eco del corazón,  
está continuamente llamando,  
nos dice: “No paséis de largo  
que tenéis que prestarme atención”.  
Escuchadle, habladle con amor  
que ese corazón es sabio,  
os guiará a la salvación  
cuando con vuestro consentimiento  
abráis el corazón.

## LA FUERZA

El ser que siente su fuerza interior, por muy difíciles que se le presenten las cosas en la vida, con su fuerza las deshará (disolverá) y triunfará, porque está en contacto, está unido a Mi.

## REFLEXIÓN: BLANCO Y NEGRO

La vida terrenal aparentemente no es como la veis, lo que os parece negro puede ser blanco y lo blanco negro.

Los seres que venís a este mundo y que os creéis normales, venís a modificaros, a cambiar y perfeccionaros, siempre con vuestra libertad, si lo deseáis. Sois anormales, espiritualmente defectuosos.

Sin embargo, los que son perfectos, se brindan a venir y se sitúan en un conjunto de seres, que necesitan una lección para aprender.

A esos seres se les llama de varias formas, ejemplo: "Síndrome de Dawn". Éstos tienen rasgos sacados de un mismo patrón y al analizarlos vemos que no son egoístas, no critican, no tienen ego alto...y sobre todo dan todo su amor, que es la única Ley de Dios, Amar (no tienen vida larga porque su trabajo ya lo tienen hecho).

Os están dando una lección, y vosotros ciegos por tantas afecciones no veis el fondo, no veis la realidad, que negro puede ser blanco y blanco negro.

## EL SUEÑO

En la vida creamos un sueño,  
de éste sueño nos formamos  
en el tiempo y espacio,  
si no despertamos entraremos en un letargo  
mas si despertamos viviremos viviendo  
para alcanzar y subir rápido  
donde no hay tiempo ni espacio.

## REFLEXIÓN BREVE SOBRE LA ENERGÍA

Poco se conoce y la debemos de ir entendiendo poco a poco.

Las leyes del universo jamás se podrán cambiar.

Toda energía se puede transformar.

Hay infinidad de energías: solar, lunar, eólica, marina...

Los seres humanos también sois energía, compuesta por infinidad de núcleos con sus átomos, que la mente pone en movimiento.

Luego está la energía que no se ve ni se puede tocar, la desconocéis y como es intangible no la creéis. Ésta está unida a Mi, y a través de ella Yo lo estoy a vosotros. No es transferible, ni extingible, ni agotable; pero si la podéis hacer más extensible (ejemplo: una bombilla puede tener 20W ó 100W, dependerá de vosotros el generar más luz con vuestras obras de amabilidad, cordialidad, paciencia, falta de egoísmo...)

La acción suprema es el Amor a todo, y con éstos (impulsos) actos de amor eclipsaréis a todos los demás. Es la que os iluminará, es Energía Universal.

## AMOR PROPIO

El amor propio está bien porque es querer superarse a uno mismo, es avanzar en todos los sentidos.

## DAR GRACIAS

Padre, con todo tu amor has creado estos alimentos que vamos a tomar y por ellos, Señor, te damos gracias.

## POCA FE

Hombres de poca fe, tenéis milagros a cada instante y viéndolos no lo creéis, ¿cómo vais a creer en lo que no veis? Tenéis que abriros y sentirme en vuestro ser y os transformaréis, entonces subiréis hacia lo desconocido y lo entenderéis.

## CON DIOS

Con Dios me acuesto,  
con Dios me levanto,  
y durante el día lo llevo  
guardado dentro, muy adentro.

## LA PALOMA

¡Oh! paloma mensajera,  
símbolo da la paz,  
¿cuándo en ésta región te posarás  
trayéndonos esa ansiada paz?  
Son pocos los que te espantan  
y no te dejan descansar.  
¡Qué sensible eres!  
Soberbia y prepotencia aquí sientes  
y no sé cuántas cosas más.  
Tú pasas una vez y muchas más sin parar,  
ese día ansiado tendrá que llegar.  
Te posarás en los corazones que han cambiado de mentalidad  
y todo el pueblo a una proclamará  
contigo paloma, la paz.



## REFLEXIÓN

¿Qué es la fe?

La fe, es creer en lo que no se ve.

¿Qué es creer?

Creer, es un sentir.

¿Qué es un sentir?

Sentir, es una sensación en lo más profundo del ser sintiendo la verdad.

¿Qué es la verdad?

La verdad, es el camino de la luz.

¿Qué es la luz?

La luz, es el descubrimiento de la vida.

¿Qué es la vida?

La vida es amor.

¿Qué es amor?

Amor es Dios.

¿Qué es Dios?

Dios es todo en uno.

## IMAGINEMOS QUE LOS SERES SOMOS GOTAS DEL MAR

¿Qué es el mar?

El mar es vida.

¿Qué es la vida?

La vida es una energía.

¿Qué es la energía?

Una energía es el conjunto de gotas de agua.

¿Qué son gotas de agua?

Gotas de agua son las que estando unidas forman el mar.

Si por alguna razón una gota de mar se desvía, se para su vida, se aletarga (se convierte en sal), ya no forma parte de esa energía. Si en algún momento quiere volver a su estado natural y formar parte de esa energía, tendrá que tener Fe, volverse gota y unirse a su Padre, el Mar.

## A JESÚS

Jesús, Maestro, ¿cómo no nos dejaste nada escrito sabiendo tanto?

Mi misión era y es, enseñaros el camino de la Fe, enseñanza que os sirviese a través de los siglos.

No dejé constancia material pues no vine para eso. Mi misión es enseñaros el camino de lo inmortal, lo que está en el aire, que no se ve pero que está ahí; las virtudes: amor, esperanza y caridad.

## PARA TENER BUENA CONEXIÓN

A través de Jesús, con Dios:

- 1º.-Hacer una relajación.
- 2º.-Hacer una contemplación.
- 3º.-Hacer una meditación.
- 4º.-Sentir un grado de sensibilidad.
- 5º.-Sentir una identificación.
- 6º.-Sentir una sintonización.
- 7º.-Sentir una unión.
- 8º.-Abrir el corazón.

Y con éste sentir sintiendo, hacer una buena realización que esté dentro del Amor, como Jesús nos enseñó.

## LOS SERES

A los seres que dedican su tiempo a otros seres desinteresadamente, mi rayo de luz les entra automáticamente y se expande en su interior, les guiará hacia la ascensión.

## REFLEXIÓN: LISTO, INTELIGENTE Y SABIO

¿Qué es ser listo?

Listo es tener reflejos espontáneos que abarquen diversos frentes, éstos son: la sutileza, la agilidad mental, la sagacidad, la capacidad de creación, el don de gentes, la facilidad de palabra, ser buen observador, la intuición, estar en movimiento...

¿Qué es ser inteligente?

Ser inteligente es tener reflejos coordinados, tener retentiva, capacidad de memorización y de recapacitar, ser constante, plantearse un objetivo, tener capacidad de asimilación...

¿Qué es ser sabio?

Ser sabio es tener a favor el flujo de todas las energías positivas (virtudes): ser un gran pensador, recto de actuación, saber esquivar los vicios, ser realista y transparente, tener objetividad de lo racional, ser justo, saber escuchar...

## EL BARCO

Soy como un frágil barco  
que por el viento huracanado  
va a la deriva en el océano.  
¡Páralo! Señor, con tus potentes manos  
para que llegue erguido a buen puerto,  
al punto exacto  
y pueda darme cuenta, que tú siempre estás a mi lado.

## REFLEXIÓN: MIEDO Y FE

Dios no construyó el miedo, lo fabricó el ser humano que generación tras generación lo arraigó, lo potenció y a medida que ha ido pasando el tiempo, éste se ha ido agrandando.

¿Qué causas produce el miedo?

El miedo es una reacción muy fuerte, empieza por el interior anclándolo y el exterior se estremece, se eclipsa, no tiene claridad, imposibilita los sentidos, los agarrota y entra en una disfunción el cuerpo, alterando todo el ser.

Hay que pensar por qué tenemos miedo. Tenemos miedo al dolor, a la soledad, a la muerte...casi siempre es a lo desconocido. Si el miedo es muy constante, lleva a la enfermedad corporal afectando a lo espiritual.

Con la Fe, que es lo supremo, tenemos la gran pureza y fuerza de anular el miedo.

¿Qué es la Fe?

La Fe es creer ver sin ver, depositando toda confianza al poder que llevamos dentro.

Originada y creada para ser usada en beneficio de todo el conjunto, es ese gran carro fuente de luz. Pero la carne es tan débil que el miedo no nos deja ver la luz, por eso hemos de vencer el miedo a través de la Fe.

## REFLEXIÓN

El héroe, es el que realiza una acción espontánea.

El fanático, es el que realiza una acción incontrolada.

Ambos, van por vías distintas al mismo punto de peligrosidad.

## EL PECADO ORIGINAL

El ser humano al nacer viene con una serie de desequilibrios, actuando de forma inarmónica. Estos actos son originados por impulsos que son espontáneos e incontrolados.

Cuando el ser se hace consciente de esa anomalía, tiene que controlarlos y expulsarlos para establecer la armonía.

## LAS ESPINAS

Al pasar por el camino lleno de espinas y guijarros no te detengas que no te harán daño, te hacen una reverencia, han escondido sus espinas.

La vida, es ese camino con amor. Con amor todo dolor habrá desaparecido, como las espinas se doblegará a tu paso.

## AL OTRO LADO

Con sólo dar un paso  
se está al otro lado.  
Allí hay que hacer otro trabajo  
que no está pagado con dinero fatuo;  
porque allí, al otro lado,  
se hace de corazón.  
Hay tal coordinación  
que todo es perfección.  
Al otro lado,  
no existe el ego ni la ambición ,  
ni la mentira ni la traición.  
Al otro lado,  
como somos hijos de Dios  
trabajamos como Él, por Amor.

## VISIÓN INTERIOR: EL PAVO REAL

Yendo paseando un pavo real se presentó,  
de frente te paró y su cola abrió.  
¡Qué belleza! ¡Qué color!  
Y una voz habló:  
“Así hay que abrir el corazón  
porque el ser humano, dentro,  
tiene tanta belleza y color  
que nada tiene comparación.

## VISIÓN INTERIOR: DISCURRIR COMO EL RIO

Se me presentó un río.  
El ir contra corriente es dificultoso y penoso,  
así no se logrará el objetivo,  
mas si vas con la corriente, no te agotarás  
y a éste (objetivo) llegarás.  
La vida humana es igual,  
sigue la corriente y tu objetivo obtendrás.

## VISIÓN INTERIOR: LAS MONTAÑAS

Unas grandes montañas de rocas se me presentaron. Siendo tan duras, despacio, con el tiempo se transformaron.  
Por duro que sea vuestro corazón, también se transformará con el tiempo.

## VISIÓN INTERIOR: LA PARRA

Se me presentó una parra, tenía varias guías.

Desde la tierra el arbusto crecía y un hermoso racimo de uvas se mecía.

Una voz, me hizo ver de dónde cada uva iba prendida.

Vosotros los seres humanos así estáis prendidos desde arriba, mas inquirió qué más tenía cada uva.

Y le dije: “Las pepitas, que son como nuestro corazón que lo tenemos que plantar para que germine y de fruta (fruto)”.

## DISCERNIR

Me despedí de Ti  
y bajé aquí  
para aprender a discernir  
qué es lo que tengo que hacer aquí,  
mi trabajo cumplir  
y volver de nuevo con fuerza a Ti.

## VISIÓN INTERIOR

Jesús, con el mirar hacia arriba, me animó a extender los brazos en son de agradecimiento.

Y vi, una luminosa energía que lo abarcaba todo, giraba a la vez que de ella se desprendían partículas de luz, lucecitas.

Entonces me hizo entender, que a cada ser se le insertaba esa partícula de energía al nacer. No se destruye nunca ese vínculo, es por el que estamos unidos.

## REFLEXIÓN: EL PECADO ORIGINAL

El pecado original es como un borrón de tinta sobre un papel blanco.

El ser humano llega interiormente con borrones que equivalen a desequilibrios, unos con más otros con menos, unos más profundos otros más ligeros. A esto se ha venido, a borrarlos.

## EL BAUTISMO

El bautismo es un símbolo de limpieza.

El que libre y conscientemente llega a él, lo hace para renovarse e ir hacia lo nuevo.

## VISIÓN INTERIOR

Ejemplo: A un tornillo que inicia su incrustación, hay que darle vueltas poco a poco para que llegue a su final. Su cometido es sujetar o sostener.

Así en el ser humano, la mente tiene un gran poder sobre el cuerpo físico. Pero el poder absoluto es el Espíritu, que junto con la mente, irá poco a poco haciendo entender a ésta, que somos esa chispa de Luz Divina. Y esto será, cuando hayamos comprendido, confiado y aceptado.

El Espíritu hará lo equivalente al tornillo, sostener todo lo que nos envuelve.

## VISIÓN INTERIOR: LAS AMAPOLAS

Se me presentó un camino; y a ambos lados, un trigal verde con amapolas en ciertos puntos.

¿Qué hacen esas amapolas con su bello color rojo en el trigal verde?

Son como corazones, los seres humanos necesitan otros corazones para que les ayuden a madurar, como en el trigal verde.

## SI ME QUERÉIS

Lloráis y sufrís porque queréis.  
Si me buscáis, me hallaréis  
y juntos no notaréis  
lo que dentro os oprime, lo liberaréis.  
Soy como ese clavo ardiendo  
al que os agarráis  
en caso de peligro,  
pero conmigo no os quemaréis.

## VISIÓN INTERIOR: EL JARDÍN

Se me presentó un jardín bello y hermoso.

Y una voz me dijo: “Si lo cuidáis tendrá vida pero si no, morirá”.

Se os pone todo en vuestras manos, tenéis que saber cuidarlo y administrarlo como el jardín; y con amor, seguir creando.

## EL AGUA

La vida se escapa si no la atrapas, como el agua que se va de entre las manos.

La vida como el agua, ¡sirven para tantas cosas!

Por eso, hay que saber usarlas conscientemente.

## LA MENTE

La mente del ser es débil, mentirosa e infiel.  
Pero, dentro del ser, hay una gran fuerza que no se puede romper nunca. Nunca os será infiel.

## EL SUEÑO

En el sueño el hombre es cargado por la energía cósmica, de la cual depende toda la vida.

## LA ENERGÍA EN MOVIMIENTO

Ésta es la energía que es visible, que se palpa.  
El mar, los ríos, las plantas, los animales y los seres humanos, son energía en movimiento en constante renovación, por lo tanto tiene su tiempo y espacio.  
La energía que es, no es visible ni tiene cuerpo, es la etérica, la que envuelve todo el universo. Es en suma la del Todo, no tiene tiempo ni espacio, su potente energía no es destructible, es la perfecta creadora.

Cada ser humano tiene su diminuta parte en el cosmos, pero tiene un potencial enorme, gracias a esa energía que no se ve. Si no la emplea bien provoca desajustes. Como ejemplo de esto último podemos tomar el aire puro, el cual si lo contaminamos nos producirá asfixia y nos destruirá. Así sucede con toda creación.

## LA CREACIÓN

De tu ilusión  
hiciste una verdadera creación,  
de la luz vida.  
Diste vida y libertad  
para esa luz agrandar  
y de nuevo, a casa regresar.

## EL EJE

Vivía dormida sin saberlo,  
me curaste varias veces del dolor  
y yo sin saberlo.  
Y llegó ese mágico momento  
en que volví a la vida, pero sabiendo  
que eres el eje del universo.  
Ahora, poco a poco, te voy conociendo.

## EL TESORO

No hay tesoro que se pueda igualar  
al que te voy a enseñar,  
la luz celestial.  
Acude a ella cuando la necesites  
que nunca, nunca te fallará,  
siempre, siempre te ayudará.

## LA CONEXIÓN

Señor, contigo conectar  
es una sensación distinta a las demás,  
no hay nada igual.  
Todo lo que nos ata:  
egoísmos, envidias,  
querer ser más que los demás...  
desaparece, y al instante llega  
la tranquilidad,  
la paz, la felicidad.

## LA MENTE

La mente doblega al cuerpo, éste ha de estar a su servicio; si no es así, el cuerpo tendrá sufrimiento.

Hay que saber conducirla, obteniendo así beneficio. Es necesario un buen entrenamiento y conocimiento, porque la mente es muy poderosa por su libertad, entendimiento y perfeccionamiento. Para ello, tenemos el guía que es el complemento.

Antes de poner la mente en movimiento consultar sobre la acción sólo así saldrá la perfección.

## JESÚS DIJO...

No sólo de pan vive el hombre.

El cuerpo tiene poder regenerador, por la noche se repone cuando descansa su mente, aparca sus inquietudes y desaparecen sus maquinaciones. Sólo entonces la energía entra en acción para reponer el desgaste.

El hombre todavía no sabe este misterio. ¡Es tan fácil! La tiene delante, es la energía que no se ve y que tienen todos por igual, es la mano Divina que se desprende y que en su seno nos acoge.

Por eso Jesús nos dijo: “No sólo de pan vive el hombre”.



## LUZ

Luz de Luz Divina, la que a los ojos no deslumbra ni hace daño, sino que hace ver la vida de la vida y a la vez llama a la puerta del corazón.

Si tú abres, ya te has iluminado con ese resplandor.

## LA PROSTITUCIÓN

¿Por qué es pecado la prostitución?

Es un abuso desmedido de un órgano que está preparado para la procreación.

A cambio, se obtienen resultados no deseados; como por ejemplo, los contagios de diversas enfermedades.

Ahí está el pecado, en que no se ha querido a sí mismo y ha desequilibrado su cuerpo.

## LA CODICIA

Con la codicia se genera un estado inconsciente profundo que produce gran malestar.

## PERSONAL

Si no escribo lo que me viene al momento  
se me va del pensamiento,  
como las nubes rápidas, las deshace el viento.

## LA UNIÓN

¡Oh, Señor Jesús!, ¿cómo sentiste la Realidad?

En mi silencio y soledad interior, me sentí atraído por un fuerte imán y transportado al más allá, sentí y ví la Gran Verdad, que es el poder de nuestro ser, el Amor, con él se obtiene la creación. Una gran fuerza interior me invadió, entonces comprendí mi misión, mi deber. Ví que tenía que abrir la puerta de par en par, para que todos la puedan traspasar y llegar al final, a la Unión Universal.

## REFLEXIÓN: EL SER HUMANO

El ser humano se crea de un pensamiento que se condensa, se materializa. Tiene tiempo y se obtiene un resultado.

Luego se diluye y desaparece con el tiempo. Sólo queda el efecto, el resultado.

Ejemplo: Las nubes se forman, descargan y desaparecen. Sólo queda el beneficio. Con esa agua que ha caído se obtiene un resultado.

## REFLEXIÓN: AL NACER

¿Por qué lloramos al nacer los humanos?  
Es una reacción impulsiva para ser autónomos.  
Toda separación del amor, produce dolor  
después de estar en el claustro materno.

## LA GRAN FUERZA

Jesús, viniste a enseñarnos  
que tenemos una gran fuerza dentro.  
¡Y nosotros sin saberlo!  
Hiciste sacrificios y milagros.  
¡Y nosotros sin creerlo!  
Es más, todos los días y a cada momento  
los milagros están sucediendo.  
Como por ejemplo  
que de unas semillas nos reproducimos.  
Con los animales vegetales pasa lo mismo.  
Otros son, los ciclos del verano al invierno  
o los ciclos del día y la noche.  
¡Y nosotros pasamos de ello!  
¡Qué nos tendrá que pasar para que abramos  
los ojos del corazón, te comprendamos  
y creamos que tenemos una gran fuerza dentro!

## RAYO DE LUZ

Un día, un rayo salió de Ti  
y ese rayo, cayó sobre mí;  
los dos acoplados,  
fue un frenesí.  
Yo, ya sin ti  
no sé vivir.  
No te alejes de mí  
porque sería un vivir  
sin sentir.

## YO SIN TI

Yo sin ti no sé quién soy  
mas si contigo estoy  
sé quien soy.

## MI CÓMPLICE

Jesús, tú eres mi amado cómplice,  
a ti quiero parecerme,  
sentir lo que tú sientes.  
Dame la mano para elevarme.  
Te pido que no me abandones  
y que yo nunca te olvide,  
porque tú eres la existencia viviente  
que en mi corazón, toda la eternidad, late.

## TODOS UNIDOS

Jesús, si tú quieres, yo desearía que fueras mi guía  
para que me lleves por los caminos de la Fe, el Amor y al Alegría.  
Que cuando veamos  
a seres que miren con ira  
al cruzarse su mirada con la tuya y mía,  
con dulzura nos sonrían.  
Cuando visitemos a los enfermos,  
no sientan sus heridas  
y mejoren día a día.  
Los hombres de duro corazón  
a guerras nos envían,  
que con tu fuerza y la mía  
se paren y sólo haya Amor y Armonía;  
y todos unidos, formemos una gran familia  
para toda la vida.

## REFLEXIÓN: LA ENERGÍA

Dios es energía, y esa energía es todo lo creado y lo no creado  
El Universo es energía. El ser humano es energía.  
El cuerpo tiene limitaciones, pero su mente unida al Espíritu no las tiene. Por lo tanto, todos y todo estamos dentro de esa energía que llamamos Dios; y Él, dentro de nosotros.

Cuando nos despojamos del cuerpo humano, sigue existiendo esa energía; y a esa, es a la que Jesús llama Resurrección.

Esa energía nunca se destruye. La podremos transformar pero nunca destruir, porque es parte de Dios, por eso somos sus hijos y Él nuestro Padre, y nos ha hecho a su imagen y semejanza.

Él es todo Amor y nosotros tenemos que ser como Él, Todo Amor.

## LA ESCRITURA

La escritura es una forma de expresión,  
para que quede plasmado  
lo que viene del corazón  
y así no olvidarlo.

## EN LA MEDITACIÓN

Cuando sientas silencio,  
en ese momento mágico,  
te acoplas a Dios;  
y con el Todo, los dos en uno,  
te llegarán unos reflejos  
que te harán sentir algo nuevo;  
y con eso, que te era desconocido  
sentirás sabiduría, el verdadero camino.

## TU ÚNICA LEY

Señor, ya sé que tu Ley Única es el Amor,  
y a su alrededor tiene que circular todo lo demás.

## LA ENERGÍA

Los seres humanos somos acumuladores de energía.  
Tenemos dos clases de energía, la corporal y la Espiritual.  
La corporal es transitoria.  
La Espiritual es la que acumulamos, es progresiva, no se desvanece nunca.

## REFLEXIÓN: EL AMOR DEL PADRE Y DEL HIJO

El amor del padre es desinteresado, inmenso e intenso.  
El del hijo, ni es inmenso ni intenso.  
Sólo cuando el hijo sea padre podrá entenderlo y comprobarlo.  
Por eso se dice, que el amor viene de arriba a abajo.  
Así hacemos con el Padre (Dios), le pedimos y pedimos y no le damos nada a cambio.

## AUSENTE

Si ausente estoy, no me siento ni te siento;  
soy como un barco a la deriva, al que le lleva el viento.

## LA LLUVIA

Lluvia que del cielo caes  
con tanta rapidez a veces,  
para limpiar y beber, eres.  
¡Qué lluvia tendrá que caer  
para que por dentro me quite la sed!  
Por mucho beber no me la quita, dime:  
¿de qué manantial he de beber?  
Que quite la sed sólo hay una fuente,  
el Amor, bebe de Él.

## EL CUMPLEAÑOS

Hoy mi cuerpo cumple años  
en el tiempo.  
Con éste, las células se van destruyendo,  
como la flor  
cuando sus pétalos se van cayendo  
pero queda la semilla dentro;  
por eso, alegre me siento,  
que por dentro  
no tengo edad, no pasa el tiempo.  
Yo soy, como el día de mi nacimiento.  
Nada se destruye, todo es eterno;  
por eso, estoy llena de proyectos,  
viajarán contigo a través de los tiempos.

## REFLEXIÓN: LA VOLUNTAD

La voluntad es un estado de reacción  
para llevar a cabo una acción  
la cual puede ser positiva o negativa.  
Se pueden tener muchos proyectos  
pero sin voluntad,  
quedan en meros pensamientos.

## LAS ENERGÍAS

Movéis las energías de acuerdo a vuestro proceder. Sois potentes y no lo sabéis.

Tenéis que despertaros y obrar con cordura, y todo discurrirá a la perfección, pero tiene que ser en conjunto para que se sienta.

Cuando hay seres débiles, no hay perfección y arrastran a los dormidos de corazón. Se aprovechan de sus energías para manejarles a su antojo, entonces es cuanto las energías entran en ebullición arrastrando todo a su paso.

Esas corrientes lo envuelven todo y apropiándose, los líderes de esa situación, crean un desequilibrio; entonces, es cuando ocurre lo no deseado.

## EL ANIVERSARIO

Hoy es nuestro aniversario de boda,  
son cuarenta y cuatro años de existencia.  
En el camino hay espinas y rosas  
pero queda la fragancia,  
es la que da fuerza  
para seguir la vida diaria.

## DESTRUIR Y CREAR

Si queréis, en vosotros está  
el quererme mirar  
y todo misterio desaparecerá.  
Sois partículas de mi desprendidas,  
os doy libertad,  
tenéis la gran fuerza que de mi emana.  
De vosotros dependerá  
el destruir o crear.

## IRTE DESCUBRIENDO

Señor, en mi estás dentro,  
en mi hay agradecimiento,  
quiero que me lleves de la mano  
para subir un escalón diario  
e irte descubriendo.

## LA VIDA

La vida es bella  
si hacemos el bien en ella.

## LA LUZ

Eres luz en la oscuridad,  
el que te quiera  
te encontrará,  
cuando te conozca  
nunca se separará  
porque te sentirá.

## LA GENEROSIDAD

Eres tan generoso  
que todo lo das.  
Te desprendes en partículas  
para ser semilla,  
en nosotros te depositas  
para así todos juntos, formar  
el todo uno, y no más.  
Ese vacío lleno  
es tu generosidad.

## LA GRAN TRAGEDIA

El once de septiembre del año dos mil uno  
repicaron las campanas, se retorcieron de dolor.  
Una gran tragedia ese día al mundo asoló,  
unos seres que su mente alguien anuló  
llevaron a cabo la destrucción  
de las torres más altas de Nueva York.  
Segaron la vida de miles de seres humanos  
que pagaron con su vida esa actuación.  
¡Qué desequilibrio tan grande hubo  
entre el odio y el amor,  
que llevó a tanta desolación!

## PROFUNDIZA

Profundiza con la mente, así se va alcanzando la conciencia pura.  
Con la mente en silencio, te fusionas y sientes el ser que llevas dentro.  
¡Escúchalo!, sentirás una sensación y llegarás a la realización.

## ME HAS INVITADO A ENTRAR

Has abierto la puerta,  
me has invitado a entrar;  
una vez dentro, tú me llevas de la mano  
para que aprenda a caminar.  
Me has enseñado cosas  
que jamás podría imaginar.  
Sentía que me amabas,  
y yo te amaba.  
Algo dentro de mí explotaba  
con tal fuerza, que era  
como si de un volcán se tratara.  
Todos los sentimientos juntos  
a la vez, entraron en erupción,  
se fundieron con la lava;  
paz, alegría, equilibrio, armonía,  
muchoa felicidad.  
El cuerpo como una pluma,  
no pesaba;  
el tiempo parecía que no contaba.  
Y sentía que yo,  
de ti me enamoraba.

## BODAS DE ORO

¡Oh, Dios!,  
un día nos pusiste en el mismo camino  
y brotó el amor.  
Hoy hace cincuenta años  
que nos diste la bendición.  
Dos hijos nacieron (Miguel Ángel y Joseph)  
de ese amor.  
Con el paso del tiempo  
la familia se amplió,  
la esposa del hijo mayor  
a nosotros se unió;  
se llama Encarnación,  
como yo.  
Éstos, dieron vida a dos preciosos nietos:  
Estíbaliz y Javier.  
Y la historia sigue,  
para lo que crea más adecuado Dios.  
Gracias Señor, por permitirnos  
llegar a este día tan señalado,  
lleno de emoción.



## BODAS DE PLATA DE MIS HIJOS ENCARNI Y MIGUEL ÁNGEL

A través de la fuente del ser,  
la “Vida” nos ha dejado  
un gran legado de amor  
que procede de nuestros antepasados.  
Por ese cordón umbilical,  
nosotros hasta estos días hemos heredado.  
Hoy vuestros padres y hermanos  
os felicitamos,  
Miguel Ángel y Encarni,  
por vuestros veinticinco años de amor.  
Que sigáis cumpliendo un sinfín de años.  
Que disfrutéis de vuestros hijos,  
Estíbaliz y Javier;  
y de los hijos de vuestros hijos,  
por ese cordón umbilical  
que no tiene final,  
porque éste lo creó Dios  
con todo su amor.

## PARA LUIS Y JULI EN SUS BODAS DE PLATA

Hubo un tiempo  
en que cupido apareció,  
a dos corazones con su flecha atravesó  
y brotó el amor.  
Con los años ese amor creció,  
crearon un gran tesoro  
que a tres seres vida les dio,  
forman una familia con mucho amor.  
Y cupido aunque ciego  
con su flecha acertó,  
en ese momento  
un gran amor nació.

## EL PARTIR

De ti venimos,  
a ti partiremos,  
y entre medias tenemos  
un lapso de tiempo.

## PASA EL TIEMPO

Pasa el tiempo  
y con él, los años se van cumpliendo;  
pero uno tiene que estar alegre y contento  
porque con él se obtiene sabiduría y talento.  
No hay que vivir añorando el pasado  
sino vivir el momento  
alegres y contentos.

## NOS ABRISTE LA PUERTA

Jesús, nos abriste la puerta.  
A lo lejos una luz se ve brillar  
para el que quiera pueda pasar  
y en esa mansión pernoctar.

## TODOS LO TENEMOS

Todos tenemos ese oculto sentir  
que nos da luz en la vida.

## MUJER

Madre de Francisco  
sonríe y ten alegría  
porque tu hijo  
era y es un ser muy especial.  
Tras el dolor despertó,  
encontró la luz,  
consciente y voluntariamente  
caminó hacia ella.  
Sé feliz, madre.

## DEDICADO A ROGER Y ANA EN EL DÍA DE SU UNIÓN

Hoy es un día muy especial para vosotros  
que selláis vuestro amor.  
Habéis creado un nudo entrelazado.  
Os deseamos que ese nudo  
permanezca siempre unido.  
Que seáis muy felices.

## REFLEXIÓN: NUESTRO INTERIOR

Si nuestro interior está inquieto, algo se está gestando en nosotros. Por eso debemos actuar, como cuando en nuestra parte física algo nos duele, que acudimos al médico para que nos repare el malestar.

Cuando nuestra parte espiritual nos está pidiendo que actuemos, entonces tenemos que ir en esa búsqueda constante. Y en ese caminar, en el momento más inesperado, salta la chispa, nos fusionamos y sentimos una evasión corporal; es como estar sin estar, se podría llamar entrar en éxtasis. De ahí surge mucha paz y un inmenso amor, no hay palabras suficientes para expresar tanto amor.

Resumiendo, ha sido como un parto, algo nuevo se ha gestado y ha dado su fruto. Nunca más nos querremos separa de Él. En adelante, poco a poco, se nos despejarán muchas incógnitas y dudas.

De verdad, de verdad, todos y todas sin distinción, tenemos esa llave para abrir esa puerta, adentrarnos en ella y dejarnos que Él nos lleve de su mano, porque todo Él es amor.

## TODO ES DE TODOS

Todo es de todos  
mas todos no tenéis nada.  
Si alguien se apropia de algo  
se le escapará, como el agua de las manos.  
Podéis disfrutarlo  
pero no apropiároslo,  
porque todo es de todos  
mas no sois dueños de nada.

## A MI NIETA ESTÍBALIZ EN SU QUINCEAVO CUMPLEAÑOS

Hoy para ti es un día muy especial,  
de niña te has hecho mujer.  
Tendrás que ser consciente,  
de ahora en adelante oír tu interior,  
sentirle,  
para que en tu caminar por la vida  
hagas una siembra con exquisitez  
y sabiduría,  
para luego poderla recoger.

## DEDICADO A JAVIER, EN SU DÉCIMO ANIVERSARIO

Javier hoy hace diez años  
que tus ojos por primera vez la luz vieron.  
¡Qué ojos !, Dios mío.  
Nada más hay que verlos,  
son tan azules como el mar  
cuando se refleja en él, el cielo.  
Que sigas cumpliendo años  
sin perder ese encanto,  
que posees innato.

## LA COMUNIÓN DE JAVIER

Con tu comunión, Javier, hoy es un día grande para ti, día de alegría, de ilusión, de felicidad.

Con tu comunión, que es la llave que abre la puerta para que cada día subas un escalón con tu buen hacer y tesón, conseguirás situarte en lo más alto. Al final, podrás verlo todo tan claro, tan claro, y contemplarás que un día hiciste la comunión; y ese día, se te abrió y brilló tu corazón.

## REFLEXIÓN: SAN JUAN DE LA CRUZ

San Juan de la Cruz nos dio a entender que fue por el camino de la luz. Ascendió tanto, que en sus noches oscuras tuvo tal enamoramiento, como él dice, que soñó despierto, se entregó totalmente.

Nos dejó un gran legado de amor, que sirve para todos los tiempos.

¿Qué nos aporta San Juan de la Cruz para vivir la vida cotidiana?

Cada uno tendremos nuestra visión particular de sus escritos, y tendremos que adaptarlos a nuestras posibilidades para crecer interiormente.

## SOMOS ERRANTES

Los hombres somos errantes peregrinos.  
En el caminar día a día la ambición  
el amor esconde.  
Tendremos que parar un instante, vaciarnos,  
dejar que nuestro interior nos hable  
y entregarnos a ese vuelo fascinante.

## REFLEXIÓN: SAN JUAN DE LA CRUZ

San Juan de la Cruz en su consciencia sintió la chispa, se entregó y avivó la llama del amor.

A través de los siglos se han encendido muchas llamas del amor, son las que nos sostienen (si no ya no existiríamos).

El amor es inagotable e invencible, es paciente, no tiene tiempo ni espacio, es un sentir.

Imaginemos que es una cerilla el cuerpo del ser humano y el alma el fuego. Con nuestra libertad podemos accionarla y saltará la chispa inmediatamente, produciéndose la llama que es, la llama del amor.

En el transcurso de éste caminar, se encenderán cada vez más llamas e irán deshaciéndose los espacios oscuros que son: la ambición, la envidia, la rabia, el rencor...que es lo que produce las guerras entre hermanos y nos tiene angustiados.

Y llegará el momento deseado. Todas las llamas se unirán, y con ese calor de fusión, se formará “la gran llama universal” del amor.

El amor habrá eliminado todos los obstáculos, y seremos todos, uno con Dios.

## A MI QUERIDO ESPOSO (EN SU CUMPLEAÑOS)

En tu transitar  
por la vida terrenal  
hay espinas y rosas,  
pero hay que dejar  
que la fragancia de las rosas  
nos invada,  
que sea como un bálsamo  
para cicatrizar  
y seguir cumpliendo años  
con fuerzas renovadas.

## CONSCIENTE DE TI

Cuando consciente de ti estaba  
tú a escribir me animabas.  
Grandes lecciones me dabas,  
¡me decías cosas tan bellas!  
Yo, feliz, contenta y relajada  
me encontraba.  
Poco a poco de ti me enamoraba,  
el tiempo pasaba.  
Y en éste presente, ahora,  
estoy de ti completamente enamorada.

## DEDICADO A ÁNGEL

Dedicado a un ser bueno  
con respeto y cariño.  
Ángel, con tu ascensión,  
en ese momento,  
con fuerza el cielo brilló  
y una nueva estrella nació.  
Por ese gran corazón que te caracterizó,  
aquí en la tierra has dejado  
una estela de luz por todos lados.  
Seguro que desde el cielo,  
a tus seres queridos,  
seguirás dando mucho amor.

## DEDICADO A MI AMIGA BEGOÑA

Mis ojos se empañan,  
se me hace un nudo en la garganta,  
quisiera decirte tantas cosas...  
pero mi mente se colapsa  
y no tengo palabras.  
Simplemente Begoña,  
quiero darte las gracias  
por tanto amor que de ti emana,  
ese que tú nos dabas.

## MI CUMPLEAÑOS

Un año más, la Tierra  
a toda velocidad va girando,  
de nuevo trescientos sesenta  
y cinco días han pasado.  
Yo, cómplice, en ella voy estando.  
Conscientemente se va adquiriendo  
sabiduría y talento,  
y se va viendo  
a los hijos y nietos  
que al mundo se van abriendo,  
como una flor.  
Al esposo que está día a día a mi lado  
y a todos los que estáis a mi alrededor  
os quiero enviar desde mi corazón  
una estela de amor.  
Gracias, os quiero.

### UNA CHISPITA

Yo soy una chispita de ti;  
yo de ti, toda soy.

### CUANDO PIENSO EN TI

Cuando pienso en ti  
me iluminas todo mi ser.  
Los dos acoplados  
volamos, volamos  
y el universo traspasamos.  
Se siente tal sensación  
que no tiene comparación.

### LA LUZ

Eres luz en la oscuridad.  
El que quiera te encontrará,  
cuando te conozca  
nunca se separará,  
porque te sentirá.

### LA UNIÓN

Cada ser es distinto,  
tiene que buscar su camino  
para llegar al mismo objetivo;  
que es, la unión contigo.

### EL INTERIOR

No hay que dejarse arrastrar por nadie,  
si no sería su anulación,  
porque la verdad está en el interior  
de cada uno.

### EL AMOR

El amor lo abarca todo,  
es el único requisito.

## VOLAR ALTO

Quisiera ser como un pájaro  
para volar alto muy alto  
y desde ahí verlo todo,  
venimos a mejorarlo.

## PARA MI NIETO JAVIER AL CUMPLIR LOS QUINCE AÑOS

Quince años, quince soles,  
quince flores  
para que te protejan en tus decisiones.

## EL TODO

Todos somos del todo,  
todos venimos de la nada,  
a la nada iremos todos,  
nada tenemos todos,  
todos tenemos todo,  
a todos no nos falta de nada.  
Gracias Señor por todo.

## LOS SERES

Los seres en la Tierra ciegos están,  
si conscientes se hacen de la luz que hay  
pronto de ella se enamorarán.

## LA CADENA

Yo soy un eslabón más  
de tu cadena.  
No dejes que me desuna  
porque estaré perdida.  
Dame fortaleza,  
para que todos unidos,  
formemos una gran cadena  
y volvamos al punto de partida,  
para lograr tu meta.



## EL AMOR

El amor no se ve  
ni se coge  
pero está ahí, en el aire.  
El amor es el núcleo del universo.  
Con el amor se obtiene todo.  
El amor tiene tal fuerza  
que destruye todas las adversidades.  
El amor lleva a un estado de pureza,  
el amor es la llave de la perfección.  
El amor es accesible a todos  
porque todos somos creados por amor.  
El amor es el todo.

## NO LO SABÍA

No sabía cuánto me quieres .  
Me has librado y curado de grandes enfermedades,  
en varias ocasiones.  
Tú, sutilmente, me has evitado accidentes  
y la muerte terrestre.  
Ahora, consciente,  
sí, siento lo mucho que me quieres.  
Enséñame a quererte  
como tú tanto me quieres.

## ¿QUÉ ES LO QUE QUIERES?

De mí, ¿qué es lo que quieres  
que no acierto a entenderte?  
Yo sé que soy torpe,  
hazme tú, sutilmente, comprenderte.

## ¿CÓMO QUERERTE?

Y ¿cómo quererte?  
La respuesta tú la tienes.  
A ti has de quererte y a toda la gente,  
plantas y animales;  
porque todo es tuyo  
y lo tuyo también lo es,  
de todos los seres.

## EL AMOR

El amor es el mejor cicatrizante, sirve de bálsamo para curar las heridas causadas por el egoísmo, la manipulación,,,

Cuando ésta sucede, es principio de evolución.

## REFLEXIÓN: LA EVOLUCIÓN

Una cosa es el cuerpo humano, “soy yo“; y otra, el espíritu “Yo Soy“.

El humano, a través de los siglos va evolucionando.

El “Yo Soy” de cada persona, tiene también que ir evolucionando; para ello, tiene que estar conscientemente despierto y abierto, su interior recibirá mucha fuerza y sabiduría. Es entonces, cuando se conducirá por el camino verdadero de la evolución.

Eso fue lo que Jesús, en vida humana, sintió. Y tuvo mucha fuerza para llegar al sacrificio, a la brutal agonía y muerte; y defender el Reino de Dios para todos.

## UN RECONOCIMIENTO A LOS QUE PARTIERON

Oí este comentario: “Cuando se marcha uno de este mundo no se acuerdan de nosotros, es como si no hubiéramos existido”.

He de decir a este respecto, que sucede todo lo contrario, se existe para toda la eternidad en otro plano.

Los que nos quedamos en el tiempo y espacio, tenemos que ser conscientes de esto, y debemos acordarnos más de nuestros seres queridos, que están presentes con nosotros.. Nos han dado tanto amor, que ese amor no se destruye, perdura. Nos tienen con ellos y ellos están con nosotros, en ese cordón de unión que nos rodea de amor.

## LA VELA

Soy tan frágil como una vela  
encendida al viento,  
pero si *Tú* estás conmigo  
no tengo miedo,  
la llama seguirá erguida  
aunque por los cuatro costados  
arrecie el viento.

## ME LLEVAS DE LA MANO

Tú me llevas de la mano, y los dos juntos navegamos por mi interior.

Tú me vas enseñando; yo, voy despertando y aprendiendo. Voy descubriendo cual es mi misión y lo que se halla al otro lado.

Así es mi amor.

## A BEGOÑITA

Begoña querida, éste día  
tu *Alma* en estrella se transformó.  
Una paloma blanca  
con sus alas extendidas  
muy alto voló,  
llevando un haz de luz y amor;  
y con su pico,  
en el cielo tu estrella depositó.

## JESÚS EL SALVADOR

El científico más importante que ha existido, es el descubridor del “*alma*”.  
En el “*alma*” está el potencial de cada ser.  
El descubridor sintió en sus entrañas ese potencial cuando se fundió con el *Todo*, y  
llegó a un enamoramiento total, tan fuerte, que se entregó en cuerpo y “*alma*”.  
Su “*alma*” le dotó de una sabiduría inmensa.  
Se entregó de tal forma, que dejó la vida cotidiana para difundir su sentir interior y  
darnos a conocer el gran beneficio, concienciarnos que cada ser tiene un “*alma*”.  
Éste es el gran descubrimiento, el “*Alma*”.  
¿A quién debemos este gran acontecimiento y sublime hallazgo?  
A nuestro amado *Jesús el Salvador*.

## GRAN VIAJE

A la tierra, con el alma viajé,  
anduve errante, de ella me fasciné  
y del alma me olvidé.  
Cuando conciente despierte,  
la recuperaré, y de donde vine,  
allí iré, partiré.

## ME HAS DADO TANTO AMOR

Me has dado tanto amor, que me enamoré de *Tí*.  
Los dos juntos, fue una fusión instantánea, muy fuerte. En ese halo, el cuerpo  
suspendido como una pluma en esa nube de algodón.  
Surgieron sensaciones inexplicables, no hay palabras, mucha paz, equilibrio,  
armonía... todos juntos, como una explosión dentro de mí, mucho amor.  
Me parecía que el tiempo se paró. Me costaba volver a lo terrenal, cuando eso  
sucedió me llené toda de emoción.