

---

# Diálogos con Mi Guía

La integración  
Sintonizando nuestro dial



Alegra

---

# **Diálogos con Mi Guía**

**La integración  
Sintonizando nuestro dial**

**Alegra**

Fecha edición: Enero 2016

**@Gabriela Sánchez Lara**

Derechos exclusivos de edición en castellano  
reservados para todo el mundo:



**info@vitalsigneditions.com**

**ISBN 978-987-3610-28-8**

1. Espiritualidad. I. Título CDD 291.4

Fecha de catalogación: 28/11/2014

**Editado en Argentina**

Ninguna parte de esta publicación, incluido el diseño de portada, puede ser reproducida, almacenada o transmitida en manera alguna ni por ningún medio, sin permiso previo del editor.

A El Cristo

## **Dedicatoria**

Comparto estos escritos con todos los viajeros de este nuevo camino, que sentimos pero que aún no podemos definir.

Mi historia con respecto a ellos fue de resistencia, hasta que finalmente volví a experimentar todo aquello que necesitaba vivir, y entonces estos escritos me sirvieron de guía. Por eso puedo compartirlos hoy, entendiendo que a otros, tal vez, también les puedan resonar.

No son nuevos... ¡sólo tienen la intención de hacernos recordar!

Con amor, Alegra

Buenos Aires, 4 de mayo 2011

## Agradecimientos

Primero quiero agradecer a la vida por haberme llevado por todas las experiencias vividas para traerme hasta acá.

A **Dios**.

A **Mi Guía**, por su incalculable paciencia y amor.

A **Ana Inés** quien, con su amor y su sabidura me rescató cuando estaba perdida, ¡y me hizo ver la verdadera forma de vivir! Siempre me alentó a conocerme y ser fiel a mí misma. Me alentó en cada paso del camino para hacer este libro, además de conducirme hacia las personas correctas para editarlo y publicarlo.

A **Ana Guillot**, por su entusiasmo y su orientación, su conocimiento, su amor, su espíritu, su humildad. Agradecerle por su compañía, más allá de todo lo relacionado con el libro, por nuestra afinidad, que me despertó a este nuevo mundo. También por su perseverancia cuando yo solía aflojar. ¡Y por corregir el libro con tanto respeto y amor! ¡Gracias, Lucecita!

A **mi hermana**, por su regalo (¡la publicación de este libro!), por su compañía, por sus imágenes, por conocerme tan bien y poder interpretar siempre lo que quiero.

A **toda mi familia y mis amigos**, porque ellos son parte de mi vida ¡y los amo!

A **Bibi**, porque fue otro hermoso hallazgo en este camino, desde el primer momento que hablamos.

A **Signo Vital Ediciones** por darnos la bella oportunidad de permitir que podamos publicar nuestro material.

¡Gracias!

## Prólogo

“La voz que escuchamos sonar desde dentro es incomprensible, pero es la única voz, y no hay más que eso, excepción hecha de las caras vagamente conocidas, y de los soles y de los planetas...” dice el argentino Juan José Saer en su magnífico cuento “Sombras sobre un vidrio esmerilado”. Efectivamente, algo resuena en nuestro interior cuando hacemos silencio y escuchamos. No sabemos bien desde dónde viene ni qué es, pero algo hay: algo que decimos o que nos es dicho, ¿cómo saberlo? Y aún más: ¿es nuestra voz eso que suena?, ¿llegamos a conocerla/nos?, ¿tenemos verdadero acceso a la recepción y comprensión del otro, del “ajeno de mí”? ¿funcionamos como espejos?, ¿existe algo/alguien más allá de nosotros mismos? Preguntas sin respuesta cierta. Respuestas, si las hay, siempre subjetivas: un recorte de la realidad que creemos que nos pertenece y/o que nos es familiar.

Surge entonces el desasosiego. Y es que haber salido del Paraíso (del modo como lo imaginemos) no es tarea sencilla. Hay que afrontar las vicisitudes cotidianas lidiando con un cuerpecito que llora al salir del bello mar amniótico y que, tal vez, continúa llorando ad aeternum por esa separación del cordón de origen; hay que ponerse el vacío interior a cuestas y meterse en la cotidianidad a fin de llevar adelante miles de cuestiones que se suman a ese exilio (ruptura) fundacional. Y si bien existen momentos de enorme felicidad, y secuencias alegres y francamente vivificadoras, la mayoría, creo, nos sentimos muchas veces huérfanos, distantes del verdadero yo, del humus esencial que da tierra firme a nuestros pasos. Lo perentorio abruma y volvemos, pues, a los interrogantes. La finitud marca un límite y puede tornar incomprensible el paso por la Vida. Resulta fundamental y sanador darle un sentido y convertir la odisea (como la de Ulises, sí) en una aventura que nos lleve a entender, inteligir, suponer, creer, averiguar para y por qué estamos.

Desde ese lugar la filosofía y la metafísica han elaborado diversas teorías y/o sistemas de pensamiento que incluso parecen antagónicos aunque, en el fondo, quizás no lo sean. Siglos de oponer unas ideas a otras. Años intentando resolver si Parménides o Heráclito, si Platón o Aristóteles, si ciencia o filosofía, si Idea o materia, si creencia o nihilismo puro.

Me pregunto (nos preguntamos muchos) si no será posible conciliar a los que, aún pareciendo opuestos, no son más que los extremos de una mismo eje, de una misma vara (como la mágica de los cuentos maravillosos, sí otra vez). Entendemos el frío en contraposición al calor, lo alto respecto de lo bajo y, sobre todo, lo bueno en contraposición a lo malo (y viceversa). Pero, ¿en dónde comienza uno y termina el otro?, ¿por que no suponer que esto de la coniunctio oppositorum (o matrimonio interior) puede aportar una interesante resolución: ni muy muy ni tan tan, más bien un matrimonio y/o hierogamia que resuelva la antinomias y nos lleve hacia nuestro propio eje para calzarnos en un lugar más esencial.

En el “camino del héroe” (y de la heroína, claro está) la búsqueda supone enfrentar situaciones, matar al dragón y/o incorporar a la sombra, disfrutar del don u objeto mágico que la vida nos ha regalado para, finalmente, acceder a ese punto en donde logremos casarnos con nosotros mismos: conocernos, honrarnos, respetarnos y, sobre todo, perdonarnos y amarnos. Esta búsqueda individual no excluye la existencia de un compañero/a o de una bella y enorme familia. Pero el camino es personal, lo sabemos; así que hay que salir nomás y hacer el viaje. Cabe entonces pensar: ¿no podría ser todo un poco más sencillo? ¿Habrá, finalmente, una clave que ayude a disminuir la dispersión y canalice los esfuerzos de manera más efectiva y genuina?

Este libro trae soluciones o, al menos, marca un rumbo sensible e interesante, emotivo e inteligente a la vez. Un camino por el que comenzar a andar, una perspectiva lúcida y amorosa. Sencilla aunque elocuente, constante, voluntariosa, y hasta con humor.

Es que para Alegra la voz no fue incomprensible (aunque tal vez sí lo fueron sus primeros encuentros con ella). Hay que leer su historia de vida para dilucidarlo y disfrutar de dicha irrupción; pero ciertamente fue clara, resuelta, contundente. ¿Se trata de su propia voz?, ¿es un murmullo que brota de su Conciencia Superior?... ¿refiere, en efecto, a una presencia angélica? No sé si es importante definirlo taxativamente: eso ya nos ciñe a una postura demasiado cerebral: prefiero sentir, intuir, divertirme con esta propuesta, averiguar. Podemos concluir que ya sea un ángel o nuestra propia Sabiduría interior, siempre existe “alguien” que nos acompaña a través de un canal por el que esa información fluye. Y es, justamente, la inminencia la que nos distrae de algo tan luminoso/numinoso: los apuros, toxicidades, enojos, miedos, disrupciones, el ego. Sin embargo, si logramos hacer silencio, la presencia comienza a manifestarse con una potencia cada vez mayor.

Los diálogos entre la autora y su Ángel no sólo son amenos y espontáneos, sino que evidencian una hondura reverencial. Ella (¿o su Ángel?... ambos, me gusta concluir) abordan temas de metafísica bien “complicados”, pero los exponen con una sencillez brutal (en el mejor sentido de la palabra).

Conocí a Alegra a través de alguien a quien mucho admiro: Ana Inés Avruj (enhorabuena tu idea, Ana Inés querida). Llegó a casa “para escribir un libro”. Libro que, en rigor de verdad, ya tenía escrito y que no presentaba fisuras: su Ángel había hablado con mucha claridad, evidentemente; aún de temas que ella decía desconocer... y eso fue lo verdaderamente mágico, casi perturbador. Para ser honesta le dije que me dejara el material, que podía mirarlo y supervisararlo para que quedara lo más prolijo posible, y listo. Pero ella insistió en encontrarnos alrededor de una vez por mes para hacer ese trabajo juntas. Celebro, ahora, esa idea (¿de ella o de su Ángel?, sonrío) porque me permitió realizar la travesía también a mí, permearme con su sonrisa y su alegría, llegar a abrazos de alma con la misma intensidad que si nos hubiéramos conocido por años. Su Ángel visitaba mi escritorio y entonces todo era pura algarabía. Me



alegra (sic) verla llegar, me alegran sus mails y me alegra, sobre todo, que ya esté en vísperas de un segundo texto. Su compañía ha sido reconfortante en mis momentos difíciles, y chispeante y divertida cuando las cosas iban sobre rieles. Si todo fuera tan sencillo, podemos suspirar. Es que todo es/podría ser tan sencillo, concluyo. Somos los seres humanos quienes lo complicamos.

Por eso los invito a que la sigan. A que disfruten de sus reflexiones de “pe a pa”, o que las “abran” en alguna página, cualquier día. Siempre habrá un mensaje que despeje bosques enmarañados o tienda puentes (¿levadizos?), que disipe las nubes e ilumine. Y entonces, lo garantizo, el corazón se pondrá tibio y más feliz. Estos textos son una bendición. El murmullo de lo sagrado en la pantalla de la PC.

Un abrazo para todos también de mi parte (si cabe), ¡y el mejor trayecto para cada uno de ustedes!

**Ana Guillot**

## **Re-cordar**

Este libro es sólo para ayudarte a “re-cordar”, para que vuelvas a “cordar” o “reconectar”<sup>1</sup> con aquello que siempre fue, debería haber sido y Es: la dulce suavidad del alma, la dulcificación de la vida por el Ser.

Sin más palabras, seguro que tu corazón te indicará el camino.

Buenos Aires, 2 de mayo del 2011.

---

<sup>1</sup> Cordar: del latín “cordare”; es decir, “dar el corazón”. También lo usa Dante, con este mismo sentido en “La Divina Comedia”

## Te sugiero

Leer este libro de a poco, con tiempo, sin correr, ¡no hay ningún lugar adonde ir!

Tal vez una lectura por día, mañana o noche, cuando vos lo sientas y dejes que las palabras, solas, lleguen a tu alma.

También puedes preguntar algo y abrir donde surja para que te dé una respuesta, o “sentir” el número de la página y allí abrirlo.

No tienes que hacer mucho más. De hecho, sólo tienes que disfrutarlo; y tu alma sabrá qué hacer con lo leído.

¡Buen viaje!

## Sintonizando nuestro dial

El Universo está dividido en frecuencias, en distintos estadíos, eso me muestra Mi guía. Es nuestro trabajo buscar y encontrar la frecuencia adecuada que vaya con nosotros, que nos permita Ser quienes somos.

También, cada tanto, podremos saltar de una banda de frecuencia energética a otra y, en ese momento, deberemos volver a buscar lo acorde con la nueva banda energética.

Es por esto que, en ciertos momentos, necesitaremos buscar nuevamente; replantearnos qué nos hace bien en ese nuevo estadío. Tal vez, algunas técnicas que conocemos ya no nos sirvan, y otras nuevas nos serán entonces más amigables.

Deberemos ver qué es necesario soltar, y qué nuevas enseñanzas nos acerca esta nueva banda energética de frecuencia.

Es un nuevo nacimiento (o palingenesia), un nuevo empezar, una nueva vida que, muchas veces surge como consecuencia del trabajo energético anterior; mientras que otras veces irrumpe en nosotros desde el Universo. Pero siempre nos muestra algo nuevo, algo más íntegro, algo más Divino.

Al igual que cuando queremos escuchar una radio, sintonizamos el dial con la música que nos endulza los oídos y deseamos oír, en la vida tendremos que aprender a sintonizar nuestro dial para ser felices.

Las distintas bandas energéticas coexisten en este momento: nada es bueno y/o malo.

¿Qué dial eliges hoy?

17 de agosto del 2011.

## Introducción

Hace un tiempo comencé a recibir mensajes que brotaban en mi mente, sin necesidad de pensarlos, simplemente provenían de algún lado.

Los primeros mensajes no eran claros para mí, no podía entenderlos.

Con el tiempo comencé a comprenderlos y a encontrar en ellos respuestas a las situaciones de mi vida. Estas respuestas eran totalmente imparciales. Y tampoco eran respuestas que yo podría haberme dado a mí misma.

Pasó el tiempo y, a partir de mi aceptación de esta realidad, a la cual resistí y negué por mucho tiempo, pregunté quién era el que me enviaba estos mensajes, y la respuesta fue que era Mi guía. Comencé entonces a percibirlo en mis sesiones energéticas, y luego en otros momentos del día en los cuales estaba disfrutando, o simplemente mi mente dejaba su incesante parloteo.

Los diálogos se presentaban cuando menos lo esperaba, y no siempre.

Luego de transcurrido un tiempo, se comenzaron a hacer frecuentes, y comencé también a poder percibir a los guías de otras personas dándome estos mensajes.

Por supuesto, mi mente racional no daba crédito a esto; pero luego me daban pruebas físicas de los mensajes que me enviaban.

Así, de a poco, fui aceptando esta nueva realidad hasta que se convirtió en una parte cotidiana de mi vida de la cual hoy disfruto, porque el amor que uno puede sentir en presencia de estas entidades es tan especial que es imposible de poner en palabras

Ahora esto se ha tornado en algo natural para mí, y sé que la presencia de Mi Guía ha cambiado mi vida para siempre.

No sé si es que lo percibo porque yo cambié, o que cambié a medida que comencé a percibirlo. En todo caso, no tiene importancia; sólo importa que hoy puedo ver la vida de una manera más amorosa, cosa que por momentos pensé que nunca sucedería.

En este libro comparto contigo algunas de las charlas que hemos mantenido durante todo este tiempo. Seguramente ya conozcas algunos de los conceptos de los diálogos. Otros serán nuevos. A otros los encontrarás, como me sucede a mí a menudo, en palabras parecidas en escritos muy antiguos; y otros, en contemporáneos. Pero los comparto contigo porque él tiene una manera muy especial de explicármelos, y

como siempre le digo: “¡Así explicado parece tan fácil!”

Desde ese día he comprendido de qué se trata todo este proceso, y no puedo más que agradecer por su compañía, ya que la vida comenzó a tener otro significado.

En los momentos difíciles, en los que mi ego no sabe cómo actuar, le solicito ayuda. Y él, con su claridad y sabiduría, me permite ver las cosas desde otra perspectiva.

Comparto aquí las líneas de los escritos que considero más importantes con la intención de que puedan serte de ayuda.

Con amor, Alegra.

## Nuestra Canción

Una maravillosa mañana de sol del mes de enero del 2010, viajando en mi auto rumbo al trabajo, sonaron los primeros acordes de esta hermosa canción, que jamás había escuchado. Entonces él, dulcemente, me dice: “Te dedico esta canción a ti”.

Luego de escucharla mi corazón podía sentir la hermosura de las palabras sonando en mi interior. Entonces comprendí la dulzura del “amor en entrega”.

### **JUST FOR YOU<sup>2</sup>**

I will climb the highest mountain  
just for you.

Bring gold and silver to your door  
just for you.

I will raise my glass up to the sky  
just for you.

I will be your strength and be your pride  
be with you.

I'll make sweet soul music all night long  
just for you.

Make you feel that you belong  
just for you.

We'll take a ride in the tunnel of love  
just us two.

I will scream aloud at the altar of God  
I love you.

### **[Chorus]**

Just for you I'll wash you down,

---

<sup>2</sup> Escrita por Mike Pickering, Paul Heard, Heather Small

cleanse your soul and be around,  
hold your hand and lead the way,  
be with you all through your day.

Just for you I'll sacrifice  
everything in my life,  
I will give all this to you,  
dedicate my self to you...

Just for you, just for you, just for you, yeah (just for you)  
Just for you, just for you, just for you (just for you)  
Just for you, just for you, just for you, yeah (just for you)  
Just for you, just for you, just for you (just for you)

I'll be a shooting star in the sky at night  
just for you.

I'll lock the door, throw away the key  
just for you.

I am the air that you breathe  
I am you

### **[Chorus]**

Just for you I'll wash you down,  
cleanse your soul and be around,  
hold your hand and lead the way,  
be with you all through your day.

Just for you I'll sacrifice  
everything in my life,  
I will give all this to you,  
dedicate my self to you...

Just for you, just for you, just for you, yeah (just for you)  
Just for you, just for you, just for you (just for you)  
Just for you, just for you, just for you, yeah (just for you)  
Just for you, just for you, just for you (just for you)

I'll climb the highest mountain,



until I reach the top.

I'll climb the highest mountain,  
and I will not stop.

And I will not stop (highest mountain, never stop)

And I will not stop (highest mountain, reach the top)

Higher and higher and higher (highest mountain, never stop)

Higher and higher and higher (highest mountain, reach the top)

Just for you. ...

**Traducción:**

Treparé a la montaña más alta,

Sólo por ti

Traeré oro y plata a tu puerta

Sólo para ti

Alzaré mi copa al cielo

Sólo por ti

Seré tu fuerza y será tu orgullo

Estaré contigo

Haré dulce música para el alma toda la noche

Sólo para ti

Te haré sentir que perteneces

Sólo para ti

Tomaremos un paseo en el túnel del amor

Sólo los dos

Gritaré fuerte en el altar de Dios

Te amo

**(Coro)**

Sólo por ti te lavaré y limpiaré tu alma  
y estaré a tu alrededor  
Tomaré tu mano y te guiaré por el camino  
Estaré contigo a través del día  
Sólo por ti sacrificaré,  
Todo lo que hay en mi vida  
te daré todo esto a ti,  
Me dedicaré a ti.  
Sólo por ti, sólo por ti, sólo por ti  
Sólo por ti, sólo por ti, sólo por ti  
Sólo por ti, sólo por ti, sólo por ti  
Sólo por ti, sólo por ti, sólo por ti  
Seré una estrella en el firmamento para ti  
Cerraré la puerta y tiraré la llave  
Sólo por ti  
Estoy en el aire que respiras.  
¡Yo soy tú!

**(Coro)**

Sólo por ti lavaré y limpiaré tu alma  
y estaré a tu alrededor  
Tomaré tu mano y te guiaré por el camino  
Estaré contigo a través del día  
Sólo por ti sacrificaré,  
Todo lo que hay en mi vida  
te daré todo esto a ti,  
Me dedicaré a ti.  
Sólo por ti, sólo por ti, sólo por ti  
Sólo por ti, sólo por ti, sólo por ti  
  
Sólo por ti, sólo por ti sólo por ti  
Sólo por ti, sólo por ti, sólo por ti  
Tregaré la montaña más alta

Hasta que llegue a la cima

Treparé la montaña más alta

Y nunca me detendré

Y no nos detendremos

Y no nos detendremos

Alto, más alto y más alto

Alto, más alto y más alto

Sólo para ti

## **Diario de viaje**

## **14-10-2009. La lucha más grande**

La lucha más grande siempre es dentro de ti... ¡Todo es dentro de ti!

Ya no creas más que es afuera, ya no vayas más intentando generar cosas externas y esforzándote: el único “esfuerzo” debe ser destinado a cambiar tu interior y alinearlo con “Dios El Creador”. Confiando en que Él te dará lo que necesites, todo será satisfecho.

Es cierto que es un tema de actitud: pero es un tema de permanecer centrada y teniendo en cuenta quién eres y qué deseas. ¡Eso es todo!

¡Comienza a definir lo que deseas, comienza a creer en lo que deseas!

## 14-10-2009. Sobre lo concreto y lo sutil

Lo denso es más concreto, genera más ataduras, se densifica más rápidamente y da un sentido de posesión (aunque no es real). Pero la gente cree que porque lo “vemos”, “está”; que porque hay un “papel firmado”, existe. Lo paradójico es que no hay nada, pero les parece muy concreto.

Entonces tienen el auto, la casa, la esposa, los hijos, el perro... algunos mínimos momentos de felicidad; aunque, en realidad, por ese “tener” se generan grandes miedos, y paranoia. Todo por el afán de acaparar, en vez de compartir.

En cambio lo sutil no parece poseerse, simplemente los llena de gozo y alegría.

Lo denso tiene papel de posesión, pero puede ser superfluo.

El verdadero amor es el amor que da libertad, el amor que da alegría, el amor que da belleza.

El verdadero amor no se asegura con contratos, sólo se siente en el corazón.

¿Qué pones primero hoy? ¿Lo concreto o el Ser?

“Eres” cuando puedes decir tu verdad sin ofender a nadie... cuando estás en tu centro y te sientes, ¡y “nos” sientes!

La máxima protección es la Actitud, la reserva sin estrategia, el amor, el servicio, la contribución.

Entonces decides decir “sí” a tu propósito y comienzas, sin expectativas, sólo por amor, sólo por confiar!

## 26-10-2009. El trabajo diario

El trabajo definitivo en estos tiempos es dentro de ustedes.

Cada día, la auto-observación de sus estados y el auto-centramiento.

Para generar el cambio es importante, primero, que ustedes aprendan a ser, que aprendan a ser sus propios líderes y maestros, que aprendan a llevarse bien con ustedes mismos.

Porque para cambiar y que surja lo nuevo se necesita más y más gente que se lidere a sí misma.

Sus mentes llevan años de caminos errados y es necesario cambiar eso.

Sabemos que todo es energía, que tus pensamientos son energía. Entonces, imagina que tú tienes en tu poder unos pomos de colores para teñir (tus pensamientos).

El Todo es el mar; el agua infinita e indomable.

Por lo tanto, tus pensamientos “tiñen” la realidad; pero no sólo la tuya (los pensamientos te afectan primeramente a ti) sino a todos.

Cada pensamiento o acción que eliges contribuye al color del Todo: eliges negro, tu negro se expandirá y se mezclarán con los colores de los otros.

Entonces ocurre que el negro es el color más fuerte; así que va tiñendo todo. Se aclara un poco, pero sigue gris.

Por otro lado, si eliges blanco, el blanco ayuda siempre a “aclarar” los colores ¡y las cosas!

¿Comprendes?

¡Es igual con los pensamientos de todos!

Por eso, en estos momentos en los que el cambio aún no es concreto, la energía que baja es poderosa aunque sutil.

Puedes utilizar esa energía eligiendo el blanco o el negro.

Para el blanco requieres pureza de corazón. Y no hablo de mojigatería aquí; hablo de verdad, ¡de sinceridad!

Lo único que hay que hacer es permanecer centrado, auto-observarse y enviar siempre lo mejor de cada uno: ¡Amor!

Al estar confundido, envías colores varios, pero sin fuerza; y ellos no contribuyen al estado general del Todo.

El cambio se producirá cuando todos puedan centrarse en sí mismos, conectar con su naturaleza y desde ahí Ser e irradiar.

Entonces no habrá miedos, ni mentiras.

Tú no puedes ayudar a otros, sólo puedes ayudarte a ti mismo: el trabajo consiste tan sencillamente en trabajar en ti.

¡Cuidar tu Ser!

¡Cuidar tu mente!

¡Respetarte! ¡Respetar Tu ser! ¡Venerarlo!

¿Cómo?

Registra todo lo que ingresa en ti, y todo lo que sale de ti. Y luego cambia aquello que no se sienta bien: así como ingresas alimentación, también ingresas lecturas, música, ambientes, compañías. ¡Recuerda que todo es energía! ¡Elige lo acorde!

Salen de ti ideas, pensamientos, palabras, sentimientos; irradas energía. Recuerda: primero lo que ingresa para nutrirte y luego observar lo que sale.

Cuida cada aspecto; no con control, pero sí con amor y cuidado.

Para cambiar no mires lejos, mira cerca, bien cerca: ¡en ti!

Lo demás te lo prometo, ¡será dado!

¡Sean el cambio!

Aprende a ser para generar, no a generar sin tener la idea del Ser.



**31-10-2009. Lo nuevo**

**-¿Qué tienes hoy para mí?**

Calma, sin grandes esfuerzos. A veces tratas de que sea todo el tiempo.

La verdad que no hace falta eso, sólo fluir y dejar fluir, eso sólo. Nada más.

Acompaña los procesos, permítete volar, permítete sentir.

**-El tema es que no veo nada para mi futuro ni imagino nada.**

Porque crees que son grandes cosas, y no lo son: ¡no ves nada porque ya estás ahí! Eso significa que el interior es todo. Entiendes que la vida simplemente es un estado del ser y comienzas a hacer carne ese estado del ser. De ese estado surgirá la ayuda y servicio a los demás.

Sencillamente comenzarás a vivir otra vida. Comprobarás que ordenando y alineando los pensamientos-emociones- sentimientos con El Creador todo es más sencillo.

*“Todo lo de Dios es sencillo.”*

Cuando algo en la vida no es como les gustaría o no sigue los cánones “normales” (que ustedes llaman normales) entonces ven su vida como un fracaso. Su sensibilidad, exagerada por la mente, los lleva a crear un bloqueo energético, una situación de trauma (grandes y pequeños) y así lo convierten en la lección a aprender y la repiten hasta poder hacerlo. Siguen creyendo que El Creador elige, siguen poniendo el poder afuera.

Se resisten a dejar esta visión en la vida porque creen que la vida, si no, sería muy fría.

La realidad es que la vida es otra cosa distinta a lo que ustedes creen. Ustedes son quienes crean ciertas experiencias; pero no es para que se sientan culpables, sino para que aprendan ciertas cosas.

La vida se reduce a momentos, a la actitud con la que enfrentan la vida, a sentir el mundo sin tomarlo como algo personal.

Cada vez que se comparan con lo normal se bloquean a ustedes mismos.

Cada vez que racionalizan y dejan fuera la intuición (acá hablo de estar en un extremo de la mente donde no abarcan su parte intuitiva), se separan y ven sólo una parte.

Cada vez que se dejan llevar por el miedo, por la limitación, cierran puertas, se protegen con su coraza, quedan atrapados en un mundo chico, limitado.

Si pudiesen extenderse y expandirse, y abrazar la vida con una actitud de asombro, y sin expectativas ni ideas preconcebidas, ¡seguramente tendrían pocos bloqueos o ninguno!

Pero como siempre... todo es como debe ser; así que es importante la aceptación de lo que es, sabiendo lo que puede ser creado.

Sé que en estos días esto te ha preocupado porque sientes que tus deseos se han diluido y no sabes con qué seguir y te sientes trabajando un poco en automático. Esto es así, por lo general, cuando están dando un paso más allá, un cambio entre un escalón y otro. Luego todo comienza a fluir, casi con otro rumbo y ritmo, sin siquiera esfuerzo de tu parte.

Por eso es importante que te centres en ti, en hacer tus trabajos energéticos, en dedicar tu alma a El Creador, mientras el mundo real se arregla "solo".

Comprende, ¡eso es lo nuevo!

¡Lo nuevo es el nuevo Tú!

¡Tu nuevo ser!

Lo nuevo hará que no sea necesario concientizar porque la energía recibida hará lo suyo. Lo nuevo hará que todos sean y piensen acorde y en paz. Lo nuevo hará que las frecuencias se encuentren. ¡Lo nuevo hará que todo vibre y sea como deba ser!

En estos tiempos, y hasta que llegue plenamente esto nuevo, es cierto que sientes que mucho se pierde, pero te prometo que es mucho sin valor.

El valor viene de lo nuevo conseguido, viene cuando experimentas cómo tu paz interior va suplantando cualquier necesidad.

Esa paz interior te permite seguir adelante y tener una nueva visión, una visión de verdadera seguridad e independencia.

¡Céntrate en esa visión!

Lo nuevo... ¿qué es lo nuevo? Lo nuevo es la nada, la nada misma, un estado de contemplación donde nada necesitas porque nada es suficientemente fuerte, ¡más que tu SER!

## 2-11-2009. El proyector

Partiremos desde aquí: al Ser Feliz, al ser quien eres, vas generando todo lo demás que deseas.

Cuando pides algo desde el Ser, ya no hay dudas, no hay otras posibilidades. Te has centrado en ti, en quien "tú eres" y generas sólo una posibilidad de sentir.

Sabes lo que deseas, entonces no existen las dudas ni las posibles equivocaciones, simplemente eres.

Tu ser tiene una frecuencia, esa frecuencia busca esos "estados del ser"; y aquí viene lo que antes no veías y ahora sí: los estados del Ser son lo más importante, y son sutiles.

No son cosas concretas, pero luego "se concretan en cosas". Se manifiestan de esa manera. Primero los estados del ser... que luego se concretan en las cosas.

¡Por eso es inútil e infructuoso "buscar fuera" lo que no es dado adentro!

Por eso hay tantos problemas en la vida que se generan ustedes mismos. Hacen cosas por hacerlas, condicionados por la limitación que aceptan: recuerda que "Si no existe, lo construiremos".<sup>3</sup>

En esos estados del ser, lo que es ya existe; y lo que no, ya llegará el momento de que sea creado.

Las únicas acciones a realizar (y esto es lo difícil para todos) es "accionar" dentro de ustedes para ser cada vez más limpios, más transparentes, más "seres humanos". Eso es todo. Cada día encarnar más la bondad, ¡y el amor!

Estos sentimientos dan profunda paz; y la paz los hace inmovibles, centrados.

### **-¿Pero qué pasa cuando quiero hacer algo pero todavía no lo siento en mi interior?**

Lo que sucede allí es que comienzas conectándote con los estados del ser, pero luego tu mente desea convertirlos en "personas" y "cosas concretas", y comienzas a obligarte a generar acciones para obtener resultados.

Comprende que esto ya no funciona para ti, ¡es lo viejo!

Lo nuevo es desearlo, pero luego tu accionar es sólo mantener y sentir ese estado del Ser. ¡Eso es todo!

---

<sup>3</sup> esta frase es citada de las cartas sobre la creatividad.

¡Dejando en total libertad la manifestación!

Ten por seguro que se manifestará. Lo que no conoces es la forma; y lo increíble es que, cuando sucede, dices: “¡pero si no podría haber sido mejor!”

Aquí es donde el esfuerzo juega en contra y la fe a favor. Es necesario dejarse Ser y evitar cualquier esfuerzo o visualización.

Permanecer en el Sentir, permitiendo que todo sea. De a poco sentirás y harás, guiada por tu corazón: tu corazón y tu mente trabajarán juntos.

**-Pero, ¿cómo podría ser?**

Para explicártelo usaré una imagen: tu mente es un proyector. Enciendes la luz e ilumina, depende de ti la película que quieras pasar por delante; y eso se proyectará en la pantalla.

Entonces es simple: diriges la luz (la energía de tu mente) solamente a enfocarse en el sentir que deseas.

¡Nada más!

No dejas que se focalice (haga foco) en lo que “no deseas”, en cómo “evitar”, en “qué pasaría si...”. ¡Sólo haces foco en el sentir de lo que deseas!

¿Verdad que es fácil?

**-Sí, verdaderamente; así explicado, lo es. Pero recién puedo sentirlo.**

## **14-11-2009. La vida, sólo una experiencia**

El cambio es cambio continuo. Cada vez que llegues a un descanso, es sólo eso: un descanso, un rato; luego, nuevamente, viene el cambio hacia algo nuevo. Es tu estabilidad interna la que va permitiendo que cambien las estaciones y tú permanezcas allí, contemplando el cambio sin inmutarte.

Permanece en ti. La vida pasa por ti, tú absorbes la experiencia y sencillamente creces y te expandes, nada más.

Permites que las experiencias te formen, y ellas lo hacen.

No piensas, no dudas, vives las energías, vives las experiencias.

## **14-11-2009. Actitud de Servicio**

¡Deseas algo, pero no permites que suceda!

¡Tienes la creatividad, pero no la expresas!

¡Tienes el don, pero no lo usas; no lo aceptas, lo escondes!

**-¿Pero qué es lo que tengo que hacer?**

Cualquier cosa que estés haciendo es lo que tienes que hacer.

Tu soporte para hacerlo: ¡El amor!

Cuando estás desde el amor, es cuando atiendes en apertura. Vas entendiendo, vas aprendiendo y, sobre todo, vas dejando entrar lo bueno y lo nuevo en ti, y en todos.

¡No hay mayor sentir que el sentir del amor, ni mayor conocimiento!

El amor permite la limpieza total de todos los campos.

En agradecimiento te vuelves canal, ¡y eso es todo!

## **15-11-2009. En ese punto existes Tú**

Entiende que mientras tu corazón vibre, mientras tu corazón esté en la Creación, y tu alma gobierne tus acciones, siempre es el presente ahora, y siempre es lo correcto, y siempre se hace el camino. ¡Comprende y estate en paz!

Ustedes tienen una debilidad por lo correcto, lo bueno y lo malo, lo blanco y lo negro. ¡Esto no existe! Es la misma energía en el extremo contrario, nada más.

La nada es el todo.

Lo vacío, está lleno.

Lo bueno también es malo.

Lo feo también es bello.

Lo mágico también es concreto.

El cielo y la tierra... el sol y la luna.

Todo es danza. Nada se detiene, uno lleva al otro. No puedes mantenerte mucho tiempo en una vibración porque aparece la otra de pronto.

Te paras justo suspendido en el medio del continuo de un extremo al otro: ¡en ese punto existes Tú!

¡Justamente ahí! ¡En ningún otro lado! Definitivamente no eres los extremos; y a su vez, lo eres. ¡Porque eres todo!



## 15-11-2009. La alimentación

*“No es lo que entra por la boca , lo que contamina al ser humano, sino lo que de ella sale”.<sup>4</sup>*

La nueva alimentación debe ser un concepto de alimentación expandido; no sólo el alimento en sí mismo, sino también los alimentos musicales, las compañías, los lugares, ¡todo aquello que significa elegirte a vos misma!

---

<sup>4</sup> Mateo, 15,11

**15-11-2009. Paciencia y confianza**

**-Hoy dime, ¿por qué tengo tanta ansiedad?**

Impaciencia e inacción. La impaciencia lleva a la inacción; porque al tensionarte tanto, te pones muy nerviosa y te conviertes en dudas.

Lo más maravilloso de todo es aceptar que para efectuar las cosas en la vida, simplemente tienes que comenzar a andar: ¡eso es todo!

¡Paciencia y confianza!

**-¿Por qué tengo miedo entonces?**

Porque el tema es que no comprendes la finalidad de todo: no se trata de tu ego, tu éxito o fracaso: ¡se trata del compartir!

Ama, todo es con Amor, la actitud en todo es el Amor: Amor por las actividades y para contigo. Si sabes que das lo mejor, entonces respétate, respeta los tiempos, ¡y respeta a los demás !

**15-11-2009. Sobre la compulsión**

**-¿Cómo puedo terminar con la compulsión?**

Vas liberando y liberando... no te preocupes por los tiempos; antes bien, atiende a tu corazón. ¡Comienza!

El problema no es aniquilar lo viejo, el tema es comenzar a darle espacio a lo nuevo.

De ese modo vas dejando que la vida sea, que la vida surja, que llegue lo que tenga que llegar.

No te aferres a definir, más bien asegúrate de liberar y vivir.

Siente qué es lo que te gusta, equilibra los tiempos y agradece la diversidad y multidimensionalidad en ti!

Recuerda: es que la multidimensionalidad es un don.

Y recuerda que requiere tiempos de ocio para compensar y restablecer los circuitos energéticos.

## **22-11-2009. Sobre los sueños**

### **-¿Qué hay de los sueños?**

¡Hay mucho! Cuando los sueños se presentan es que hay concreción cerca.

Tu mente se ha recableado y comienzas a ver una nueva realidad.

Y entonces puedes comenzar a disfrutarlo.

El inconsciente, sobre todo si son buenos sueños, se ha limpiado y ya ha conectado con la nueva frecuencia energética, ¡y por eso puedes comenzar a sentir lo nuevo!

### **-¿Qué tengo que hacer?**

¡Sentir y no dudar! ¡No comenzar a pensar si será o no será! El sueño no siempre tiene que ver con las cosas o situaciones concretas del mismo, pero si con la cercanía, con poder sentir que ese sueño se te acerca.

En conclusión: cuando han limpiado, todo pueden sentir lo percibido: ¡entonces es que se está aproximando a la realidad física!

Es como que has iniciado el nuevo cableado neuronal; se han prendido las nuevas neuronas, el nuevo camino, ¡y entonces eso es lo que te dirige!

## 26-11-2009. Corazón y mente juntos

¿Me preguntas para qué sirve todo esto que te sucede?

¿Todo esto que sientes?

¿Para qué sirvo yo?

¿Para que sirve creer en El creador? O...

¿Para que sirve el Amor?

¿Te das cuenta de lo irracional de tu pregunta?

¡El orden es Sentir y luego pensar!

Cuando piensas, sin sentir, la mente puede ser una máquina totalmente fría; y, depende de cómo la uses, puede producir cosas “buenas” o “malas” (no es que así sea en realidad: todo es experiencia, pero hay cosas que los retienen en sufrimiento).

En cambio cuando primero sientes, y luego usas la mente para concretar eso que sientes, todos se benefician con ello. Entonces mente y corazón son aliados, ¡un buen equipo!

Uno sin el otro no pueden ser lo mejor que podrían llegar a manifestar: Tu más elevado Ser.

Ambos se complementan.

El corazón sin mente, no concreta; todo el amor no se puede reflejarse en ayudas concretas.

La mente sin corazón hasta puede dañar inclusive.

Pero ambos, juntos, pueden crear el más maravilloso de los mundos.

**28-11-2009. Ahora**

**-¿Y ahora qué sigue?**

¡AHORA! ¡Sólo eso!

**-¿Cómo hago para comenzar?**

¡Comienza!

**-¡¡¡Pero vos lo hacés tan simple!!! ¿Cómo decidirme?**

¡Probando!

**-Sí, claro, ¡como si fuese tan fácil!**

¡Lo es!

**-Por favor, ¡respóndeme!**

¡Lo hago!

(se ríe y me río)

**-¡Dale! ¡Por favor! Quiero instrucciones detalladas, es que estás medio vago últimamente.**

¿Yo o vos?

**-Sí, es cierto.**

Es tu trabajo.

Yo te doy las rutas, vos tomás los caminos.

Yo miro el mapa, vos conducís el auto.

Yo te guío, ¡vos hacés el trabajo!

**-Bueno, ¿y qué hago ahora?**

¡AHORA!

**-¿Qué significa?**

¡¡AHORA es AHORA!! ¡¡Lo Actual! ¡Lo que existe! ¡El paso que sigue al ya dado! ¿Entendés? Ya estás en la carretera, ¡sólo conduce ahora!

¡Si no entiendes puedes salir a conducir!

**-Pero, ¿y los pendientes?**

¿De quién?

**-Los míos, los de los trabajos, etc.**

Los pendientes no existen, están en tu mente; de ahí la resistencia.

¡La vida es simplemente "EL AHORA"! Para vivir el ahora sólo existes ahora.

¿Y cómo existes? ¡Sintiendo y haciendo lo que sientes AHORA!

Ese ahora te lleva a otro ahora. El "a-hora" significa: el tiempo correcto, el estar en armonía, estás "a-hora", "a-horario". ¿Con qué?

¡Con el todo!

Como la naturaleza. En la naturaleza todo es un "a-hora", y las rutinas que efectúan son "a-hora"; son naturales, sin pensamientos, sin "debes", ni "haberés". ¡Así es todo!

**-Sí, pero no es tan fácil, la vida que llevamos hoy... no es tan fácil.**

¡Pero es posible!

**-¿Y cómo se hace?**

¡Ahora! ¡Hoy! En cada momento que puedas ser consciente, ese momento es ¡AHORA! Por ejemplo, ¿qué sientes ahora?

**-Tengo ganas de disfrutar, de dar un paseo por la naturaleza.**

¡Bien! ¡Hazlo ahora! Eso es estar presente. Luego eso pasa, y tienes ganas de otro Ahora. Por ejemplo pensar y trabajar, y te apasionas por un proyecto, ¡y ahí hay otro Ahora! No pierdes energía, no te resistes, no planificas: ¡Vives!

La vida es vida, ¡y es ahora! No hay deseos, sólo un deseo: ¡Ahora!

Eso es la Plena felicidad. Y entonces confías... ¿cuándo? ¡Ahora!