



CÓMO ESCUCHAR A
TUS ÁNGELES

Doreen

Virtue





CÓMO ESCUCHAR A
TUS ÁNGELES
Doreen

Virtue

CÓMO ESCUCHARA

TUS ÁNGELES

Doreen

Virtue

Doreen Virtue

Doctora en psicología

Traducción del inglés de Montserrat Navarro Vilar

Sintoniza la transmisión de Hay House en: www.hayhouseradio.com



La intención de la autora en este libro es solamente la de dar información general para ayudarle en la búsqueda de su bienestar emocional y espiritual. En el caso de que usted utilice la información que se da en este libro para su uso personal, ni la autora ni la editorial se responsabilizan de sus acciones.

Todos los derechos reservados.

Título original: *How to Hear Your Angels*

© 2007 Doreen Virtue, Ph. D.

Originalmente publicado en 2007 por Hay House Inc. USA

© De la traducción: Montserrat Navarro Vilar

© De la edición en español: EDITORIAL ELEFThERÍA, S.L.

Olivella, Barcelona, España

www.editorialeleftheria.com

Primera edición: Noviembre de 2015

© De la ilustración de cubierta: Marius Michael-George

Maquetación y diseño: Estudio Signos S.C.

ISBN: 978-84-935274-3-3

CONTENIDO

[Introducción](#)

[Nota dirigida al lector](#)

[Capítulo 1](#)

[Quiénes son los ángeles](#)

[Capítulo 2](#)

[Sobre nuestros seres queridos fallecidos](#)

[Capítulo 3](#)

[Mensajes de los niños que se hallan en el Cielo](#)

[Capítulo 4](#)

[Cómo puedes saber si verdaderamente son tus ángeles o tu imaginación](#)

[Capítulo 5](#)

[Cómo sentir a tus ángeles](#)

[Capítulo 6](#)

[Cómo reconocer y recibir las ideas divinas y los pensamientos profundos](#)

[Capítulo 7](#)

[Cómo oír a tus ángeles](#)

[Capítulo 8](#)

[Cómo ver a tus ángeles](#)

[Capítulo 9](#)

[Recibir mensajes de tus ángeles](#)

[Epílogo](#)

[Deja que el Cielo te ayude](#)

[Notas finales](#)

[Acerca de la autora](#)

En un principio, gran parte del material que se encuentra en este libro lo escribí para Mensajes de tus ángeles. Este libro se centraba en los mensajes canalizados del reino de los ángeles y al final se encontraban las directrices, casi enterradas, que ahora se detallan en los siguientes capítulos.

Sin embargo, siempre quise que formara parte de otro libro.

La información que contiene este libro debe ser leída por mis alumnos que asisten al curso de certificación llamado *Angel Therapy Practitioner*® (Practicante de Terapia Angélica) ya que resume muchos de los procesos que llevamos a cabo en mis clases y también en algunos de mis talleres.

Tengo una visión clara del futuro de nuestro mundo y es muy positiva. Veo que cada persona escucha las directrices que marcan sus ángeles y, como resultado de ello, se convierten en personas más pacíficas, sanas y felices.

Como psicoterapeuta puedo decir que hablar con nuestros ángeles guardianes es el camino más rápido para alcanzar la paz interior y la felicidad. Sus cualidades sanadoras superan todos los métodos terapéuticos creados por el hombre que he aprendido durante mi formación universitaria y que mi experiencia clínica me ha enseñado. Rezo para que todo individuo se tome su tiempo para escuchar a sus ángeles.

Desde 1995 he realizado talleres en todo el mundo sobre cómo conectar con los ángeles, sanar con ellos y aprender a escucharlos.

Este libro nace como resultado de las experiencias que he tenido con todo tipo de alumnos, sin que ni su origen ni su edad importen. He aprendido que todos tienen la capacidad de oír a los ángeles si únicamente confían y dejan de lado sus dudas. Si utilizas los métodos que aquí describo, podrás conseguirlo también.

¡Estoy contigo en espíritu a cada paso de tu camino!

Con amor y las bendiciones de los ángeles
Doreen Virtue

Capítulo 1

QUIÉNES SON LOS ÁNGELES

La palabra ángel significa “mensajero”. Los ángeles traen mensajes de la Mente Divina de nuestro Creador.

Son regalos que Dios nos entrega y nos envía para que nos ayuden a recordar nuestra naturaleza Divina, para que nos amemos y seamos amables, para que descubramos y pulamos nuestros talentos para el bien del mundo y para alejarnos del camino del mal. También nos guían en los campos de las relaciones, la salud, el trabajo e incluso el dinero.

Tus ángeles están contigo para llevar a cabo el plan de paz establecido por Dios. Ayudan a calmarnos para que cada individuo, uno a uno, vaya formando un mundo de personas pacíficas que conllevará a un mundo de paz. Ésta es la razón por la cual tus ángeles desean ayudarte para que consigas esta serenidad. No los estarás molestando ni les harás perder el tiempo si les pides “pequeños” favores ya que saben que por más pequeño que sea lo que nos irrite, poco a poco se van añadiendo factores nuevos que nos llevan al estrés; así que es un placer para ellos ayudarte con cualquier cosa que se interponga en tu camino.

Aunque es verdad que los retos nos hacen crecer, los ángeles también dicen que la paz lleva a un crecimiento todavía mayor. A través de la tranquilidad, nuestros planes y nuestra creatividad están más abiertos a prestar servicios y nuestros cuerpos trabajan de modo saludable. Nuestras relaciones prosperan y dan sus frutos y somos claros ejemplos del amor de Dios.

De vez en cuando recibo alguna carta de alguien que me acusa de rendir culto a los ángeles, haciendo hincapié en que sólo debemos rendir culto a Dios. Siempre respondo del mismo modo: con amor. Todos caemos en el error de suponer algo de alguien sin haber comprobado antes los hechos. Cualquiera que haya leído alguno de mis libros, escuchado alguno de mis programas o asistido a alguno de mis talleres se habrá dado cuenta que siempre subrayo que toda gloria va dirigida a Dios. Evidentemente, los ángeles no desean que se les rinda culto y nunca lo he sugerido.

Una vez dicho esto, sigo con un pequeño recordatorio: Dios está en todas partes. Lo Divino está en ti, en mí y, por supuesto, en todos los ángeles. Algunos de los que acuden a mis clases y que han tenido algún que otro problema con la religión organizada no quieren oír esta afirmación. Una mujer que haya sido víctima de abusos por parte de su padre rechazará todas las figuras paternas, incluida la de Dios. (Por supuesto que Dios es una fuerza andrógina que realiza el papel de Madre y Padre espiritual, aunque utilizo el pronombre masculino para evitar el uso de Él/La). Alguien que haya sufrido a causa de algún miembro de una religión organizada rechazará cualquier tipo de fe, aunque se trate de sus guías espirituales o de sus ángeles; o simplemente para algunas personas lo Divino es ilógico así que deciden no pensar en cosas que puedan ser espirituales. Quizás alguien se sienta culpable por su estilo de vida y en el fondo tema que Dios le “castigue”, por lo que intenta bloquear toda conciencia de un Poder Superior. Quizás una mujer tema que Dios intente controlarla y la empuje hacia una vida desprovista de diversión.

A veces me preguntan si es correcto o blasfemo hablar directamente con Dios o con

los ángeles y yo aconsejo que cada uno siga sus propias creencias. De todos modos, si Dios, los maestros ascendidos y los ángeles son verdaderamente uno, entonces ¿por qué sería incorrecto hablar directamente con ellos? ¿No estás simplemente aceptando un regalo que el Cielo te ha concedido? Tú y tus ángeles no estáis conspirando en contra de Dios en ningún tipo de trama sediciosa. Los ángeles (del mismo modo que tu Yo Supremo) nunca desafiarán el deseo de Dios, así que no existe la posibilidad de que cometas un error.

Los ángeles son conscientes de tu “sueño al temor” y de la verdad de tu afecto Divino. Dios, que es amor total, lo único que conoce es amor. El Creador te podrá decir cuando tu conciencia está cerrada a Él y que tienes un mal sueño, pero no te podrá contar cuál es el contenido del mismo; para ello sería preciso que Dios no fuera amor al 100 por ciento.

Los ángeles son un puente entre la verdad y la ilusión espeluznante de problemas. Pueden ayudarte a regresar de este horror y volver de nuevo al estado de buena salud, felicidad, paz y abundancia. Trabajan conjuntamente con tu Yo Supremo y con el alma al que uno está alineado espiritualmente, como puede ser Jesús, Moisés, Quan Yin, el Espíritu Santo, Buda, Yogananda o cualquier otro. Los ángeles no juzgan tus creencias sino que trabajan con tus pensamientos para llegar a ti.

Un Curso en Milagros dice que Dios no nos ayuda durante los momentos difíciles ya que no cree que sea necesario (ve sólo amor y perfección, y no la ilusión de carencia o problemas). De todos modos, Dios envía a ayudantes cuando creemos que tenemos algún problema, o sea, no nos ignora; es sólo que el modo Divino de prestarnos ayuda es saber que todo está resuelto en verdad, pero, sólo en el caso de que insistamos en mantenernos despiertos a este hecho, Dios creó a los ángeles para que nos ayudaran a encontrar el camino de salida a las pesadillas que creamos.

Los ángeles me han dicho que no los necesitaríamos si fuéramos totalmente conscientes de la presencia constante del amor. Pasamos del temor al amor con mucha facilidad y rapidez y por ello Dios nos envía asistentes Celestiales para que nos ayuden.

Cuando ha llegado la hora para que una persona nos deje

En mi trabajo como médium clarividente que conversa con los difuntos y como investigadora que ha revisado cientos de casos de experiencias próximas a la muerte, estoy convencida de que no nos podemos morir a menos que haya llegado nuestra hora. Podemos jugar con nuestras vidas y con nuestros cuerpos y podemos tener algún que otro susto, pero a menos que haya llegado nuestra hora, la muerte no llamará a nuestra puerta.

Cada uno de nosotros crea un plan básico de vida previo a la encarnación donde se incluye cuál será nuestro propósito de vida (seremos escritores, sanadores, músicos, profesores, etc.) y también se esbozan algunas de las experiencias y de las relaciones más importantes con la que nos encontraremos.

No es una filosofía fatalista, cada uno de nosotros escoge estas experiencias antes de venir a la Tierra: nuestra voluntad libre está totalmente involucrada en ello. Además, no planeamos antes de hora nuestra vida en su totalidad ya que ello sería aburrido, sólo concebimos las intersecciones más importantes y algunos temas globales, como las lecciones personales que aprenderemos durante nuestra encarnación (paciencia o compasión, por ejemplo).

También se sugieren dos, tres o más edades en las que saldremos del plano físico y volveremos a nuestra casa Divina, por ejemplo a la edad de 18, 47 y 89. Cada vez que cumples una de estas edades ocurre una intersección (como podría ser un accidente, una enfermedad o un pensamiento suicida) que te dará la opción de ir al Cielo o de permanecer aquí. La mayoría de las personas optan por tener una vida larga para así permanecer junto a sus familias terrenales durante una o dos generaciones. Pero algunos planean su pronta salida y vuelven a Casa antes de que sus cuerpos alcancen la plena madurez. Aunque físicamente sean pequeños, sus almas pueden ser mayores que la tuya o la mía cuando abandonan la Tierra.

Tu sabiduría interior conoce los diferentes espacios de tiempo que has elegido para salir y puedes saber cuáles son simplemente preguntando a tu Yo Supremo, “A qué edad abandonaré este cuerpo físico?”. La mayoría de vosotros, de forma automática, oiréis (con vuestros oídos interiores) tres edades; algunos veréis números mostrándose delante de vosotros y algunos no recibiréis nada porque subconscientemente no queréis conocer la respuesta.

Algunos oirán una edad que está ya muy próxima y luego no oirán nada más. Ello puede significar que se les está acabando su tiempo o que su ego está descontrolado intentado asustarlos. Después de todo, el ego trabaja desde el miedo. El noventa y nueve por ciento de las veces surgen edades más tardías, pero el temor evita que puedas oír estos números. La relajación, los ejercicios de respiración y la meditación pueden ayudarte a recibir las respuestas con toda claridad.

El comité que nos ayuda a elaborar este plan lo forman los seres que estarán a nuestro lado como ángeles guardianes o guías espirituales. Cada uno de nosotros tiene

por lo menos dos ángeles guardianes desde que nacemos hasta el final de nuestra vida y todos tenemos por lo menos un guía espiritual, aunque a veces podemos tener más de uno. Los ángeles guardianes son aquellos seres que no se han encarnado en forma humana (a menos que fueran ángeles encarnados, un tema que va más allá de lo que este trabajo abarca pero que es tratado en mi libro *Realms of the Earth Angels* (Los Reinos de los Ángeles en la Tierra) y *Earth Angels* (Ángeles en la Tierra). Tus guías espirituales son con frecuencia los seres queridos ya fallecidos. Si eres joven, a menudo son los parientes que fallecieron antes de que tú nacieras.

Estos seres nos mantienen en el camino para que cumplamos con nuestro propósito y aprendamos nuestras lecciones personales. También nos ayudan a evitar que arruinemos nuestras vidas o maltratemos nuestros cuerpos. Intervienen, sin la necesidad de que les demos nuestro permiso, si nos encontramos cerca de la muerte y aún no nos ha llegado nuestra hora. Si una de nuestras edades de “intersección” llega y tenemos la oportunidad de decidir, entonces los ángeles y guías nos ayudan a tomar nuestra decisión. Normalmente, si aún no hemos cumplido con nuestro propósito ni hemos aprendido nuestras lecciones, y especialmente si tenemos a seres queridos a nuestro alrededor, escogeremos permanecer en la Tierra hasta que nuestra próxima edad de intersección llegue.

Aprendí de primera mano que los ángeles sólo pueden ayudarnos hasta el punto que nosotros les permitamos. En 1995 una clara voz angelical masculina me avisó que, a menos que pusiera la capota a mi descapotable, me lo robarían. Por varias razones no seguí este consejo y una hora más tarde me asaltaron en mi propio automóvil. Luego el ángel me dijo que gritara con todas mis fuerzas. Esta vez lo escuché y mis gritos atrajeron la atención de algunas personas que acudieron en mi ayuda.

En ambos casos, cuando el ángel intentaba ayudarme, tuve la oportunidad de escucharlo o ignorarlo. Si hubiera ignorado su segundo aviso: “gritar con todas mis fuerzas” no sé si hoy aún estaría viva. Pero sé que si hubiera fallecido, por lo menos hubiera sabido que los ángeles hicieron todo lo posible por intervenir y evitar mi muerte. He visto este mismo tipo de elección libre en todas las personas con las que he hablado: tanto los que han rozado la muerte y los que han perecido y luego me han hablado desde el Otro Lado.

Ángeles guardianes

Tal y como he dicho anteriormente, los ángeles guardianes se asignan a modo personal para que te acompañen a lo largo de toda tu vida. De nuevo, nunca han vivido como humanos en la Tierra a menos que hayan sido “ángeles encarnados” (los que toman forma humana, durante poco tiempo o durante toda una vida).

Más allá de la fe, la personalidad o del modo de vida, todos tenemos por lo menos dos ángeles guardianes (si los escuchamos o no es un tema totalmente distinto). Uno es tu ángel extrovertido que te empuja a hacer tus elecciones y a alcanzar tu Yo Supremo. Conoce tus habilidades y tus potenciales y te anima para que brilles con todo tu resplandor en todas las facetas posibles. (Abordaré un poco más tarde los distintos géneros de ángeles)

El otro ángel guardián es más sosegado en su voz y en su nivel de energía. Te consuela cuando te sientes triste, sola o decepcionada; te abraza cuando no consigues el trabajo o el hogar que deseas con tanto desespero y te calma cuando tu cita de fin de semana no aparece.

Puedes tener más de dos ángeles guardianes: de hecho, la mayoría de las personas que he conocido tienen a varios ángeles a su alrededor. De todos modos, baso mis ejemplos en las personas que asisten a mis talleres y, generalmente, aquellos a quienes les gustan los ángeles atraen a más de uno. No quiero decir con ello que los ángeles se decanten a favor de sus fans, simplemente aquellos que tienen una tendencia más angelical suelen pedir más ayuda. Esta petición siempre se satisface, sin importar quién la pida.

Nuestros ángeles tienen energías con género (masculino y femenino) que los hace parecer y actuar de modo distinto. De todos modos, cada uno de nosotros tiene compañeros Divinos con proporciones distintas de masculinidad y feminidad. Así que puede que tengas tres compañeros varones y uno hembra y puede que tu hermana tenga a dos compañeros hembras.

Todos los ángeles tienen alas y un aspecto celestial muy parecido a los que se dibujaban en las postales o en las reproducciones de arte religioso de la época renacentista. No utilizan estas alas para trasladarse ya que puedo decir que nunca he visto un ángel extender sus alas con este propósito. Personalmente sólo he visto a los ángeles mover sus alas cuando rodean con ellas a alguien que necesita ser consolado.

Una vez, los ángeles me dijeron que la única razón por la cual tenían alas era para satisfacer las expectativas de los occidentales. Dijeron: Los primeros pintores que empezaron a pintar a los ángeles confundieron nuestra aura de luz por alas, así que nos reflejaron con alas en sus pinturas y de este modo aparecimos ante vosotros. De esta forma sabéis que somos nosotros, vuestros ángeles.

Es interesante saber que los ángeles guardianes que rodean a las personas cuyas

inclinaciones religiosas son orientales, como aquellos que practican el budismo o el hinduismo, normalmente no tienen alas. Sus ángeles son parecidos a los bodhisattvas (seres luminosos ascendidos) y tienen el mismo papel que los ángeles guardianes occidentales: amar, proteger y guiar a las personas a quienes han sido designados. Las únicas excepciones son aquellos orientales que proceden de ambientes eclécticos o del New Age. A esos individuos les rodea un gran número de ayudantes espirituales. Es muy normal que una persona así me dijera: “¡Invoco a cualquier ser celestial para que me rodee y me ayude!”.

Los arcángeles

Los arcángeles supervisan a los ángeles guardianes. Suelen ser más grandes, más fuertes y más poderosos. Dependiendo de las creencias de cada uno, hay cuatro, siete o un número infinito de arcángeles. En un futuro próximo conoceremos a más arcángeles; es como descubrir nuevos planetas o nuevos sistemas solares.

Los arcángeles son no confesionales, ayudan a cualquier individuo sin importar su religión ni si es o no religioso. Son capaces de estar con cada uno de nosotros, de forma individual o simultáneamente ya que no tienen ninguna restricción ni de espacio ni de tiempo. ¡Imagina cómo sería tu vida si pudieras estar en varios lugares al mismo tiempo! Bien, los ángeles dicen que la única razón por la que no experimentamos bilocalidad es porque creemos que sólo podemos estar en un sitio a la vez. Pronto aprenderemos cómo levantar esta restricción, según ellos.

La razón por la que doy importancia a este punto es que a algunas personas les preocupa el hecho de llamar al arcángel Miguel, por ejemplo, por si debe abandonar una misión más “importante”. ¡Así es como proyectamos nuestras limitaciones humanas! El hecho es que los arcángeles y los maestros ascendidos pueden estar con cualquiera que necesite su ayuda y tienen una experiencia completamente única con cada ser. Así que debes saber que puedes llamar a los arcángeles con sólo pedirles mentalmente que te ayuden. No es necesaria ninguna oración formal.

El número exacto de arcángeles que existen depende de nuestras creencias o del texto espiritual al que consultemos. Tanto en la Biblia, el Corán, el Testamento de Leví, el Tercer Libro de Enoc y los escritos de Dionisio listan y describen distintos números y nombres.

Es suficiente decir que hay muchos arcángeles, aunque normalmente destaco a Miguel, Rafael, Uriel y Gabriel en mis libros y en mis talleres. De todos modos, los demás últimamente me han pedido que los involucre en mi vida y en mi trabajo, así que a continuación describo a varios arcángeles y cómo puedes desear trabajar con ellos. Los distintos nombramientos de géneros proceden de mis interacciones con estos arcángeles. Ya que los ángeles y los arcángeles no tienen un cuerpo físico, sus géneros se relacionan con la energía de sus especialidades. Por ejemplo, el arcángel Miguel es muy masculino por su fuerte sentido de la protección, mientras que el arcángel Jofiel es femenino ya que se centra en la belleza.

- **Arcángel Ariel**

Su nombre significa “león o leona de Dios”. Se conoce a Ariel como al Arcángel de la Tierra porque trabaja incansablemente en nombre de los planetas. Revisa el reino elemental y ayuda a sanar a los animales, especialmente a los animales salvajes. Invocamos a Ariel para conocer mejor a las hadas, para que nos ayude con

los asuntos medioambientales o para sanar a las aves silvestres heridas o a cualquier otro animal salvaje.

- **Arcángel Azrael**

Su nombre significa “a quien Dios ayuda”. A Azrael también se le conoce como al Ángel de la Muerte porque se encuentra con las personas en el momento de la muerte física y las escolta hacia el otro lado. Ayuda a estas almas que se encuentran en esta transición a sentirse cómodas y muy amadas. Este arcángel ayuda a los sacerdotes de todas las religiones y también a los maestros espirituales. Lo invocamos cuando un ser querido fallece o está a punto de morir, y también para ayudar a nuestros sacerdotes.

- **Arcángel Chamuel**

Su nombre significa “el que busca a Dios”. Nos ayuda a encontrar partes importantes de nuestras vidas.

Invocamos a Chamuel para encontrar un nuevo amor, nuevos amigos, un trabajo nuevo o algo que hemos perdido. Una vez encontrado, nos ayudará a mantenerlo y a construir nuestra nueva situación. Pedimos su ayuda si necesitamos solucionar algún malentendido en nuestras relaciones personales o laborales.

- **Arcángel Gabriel**

Su nombre significa “Dios es mi fortaleza”. En las primeras pinturas renacentistas se dibujaba a Gabriel como un arcángel femenino, aunque en los escritos posteriores para referirse al arcángel Gabriel se utilizaban pronombres masculinos (quizá debido a la edición masiva de escrituras del Concilio de Nicea). Es el ángel mensajero que ayuda a todos los mensajeros terrenales tales como escritores, maestros y periodistas. Invocamos a Gabriel para superar el miedo o las dilaciones en cualquier intento que implique comunicación o en cualquier aspecto relacionado con la concepción y adopción de un hijo, embarazo o infancia.

- **Arcángel Haniel**

Su nombre significa “gloria de Dios”. Invocamos a este ángel cuando deseamos atraer el amor y todos sus efectos (paz, serenidad, disfrutar en compañía de buenos amigos, belleza, armonía, etc.) a nuestra vida. También podemos pedir su ayuda antes de que se lleve a cabo cualquier acontecimiento en el cual deseamos ser la gracia personificada, como podría ser antes de una presentación importante, antes de una entrevista de trabajo o antes de una primera cita.

- **Arcángel Jeremiel**

Su nombre significa “misericordia de Dios”. Es un inspirador que nos incita a consagrarnos a actos espirituales de servicio. También está involucrado con el proceso de alcanzar la sabiduría Divina. Invocamos a Jeremiel cuando nos

sentimos “atascados” espiritualmente y para recuperar el entusiasmo en cuanto a nuestro camino espiritual y a nuestra misión Divina. Jeremiel nos conforta para la sanación emocional y es un gran ayudante en temas de perdón.

- **Arcángel Jofiel**

Su nombre significa “belleza de Dios”. Es el patrón arcángel de los artistas que nos ayuda a ver y a mantener la belleza en la vida. Invocamos al arcángel Jofiel antes de empezar un proyecto artístico. Ya que Jofiel está comprometido en embellecer el planeta limpiándolo de los elementos contaminantes, le podemos pedir que nos asigne alguna tarea para ayudar en esta misión de gran importancia. También llamo a Jofiel el ángel “Feng Shui” porque puede ayudarte a ordenar tu oficina, tu casa e incluso tu vida en general.

- **Arcángel Metatrón**

Su nombre significa “ángel de la Presencia”. Se cree que es el arcángel más joven y más alto y uno de los dos arcángeles que fue en un tiempo humano (se le conocía como el profeta Enoc). Metatrón trabaja con la Madre María para ayudar a los niños, tanto a los que viven como a los que están en transición. Invocamos al arcángel Metatrón cuando necesitamos cualquier tipo de ayuda con nuestros hijos. Sus intervenciones a menudo conllevan a ayudar a jóvenes a abrir su conciencia y su comprensión espiritual. También ayuda a los niños Cristal e Índigo a mantener sus dones espirituales despiertos y a lidiar con la escuela, la casa y con otros aspectos de la vida.

- **Arcángel Miguel**

Su nombre significa “él quién como Dios” o “el que se parece a Dios”. Es un arcángel que libera los efectos del temor del planeta y de sus habitantes. Es el patrón de los oficiales de policía y nos da a todos el coraje y las agallas para seguir nuestra verdad y cumplir nuestra misión Divina. Invocamos a Miguel cuando sentimos miedo o estamos confundidos sobre nuestra seguridad personal, nuestra misión Divina o si debemos hacer algún cambio necesario en nuestra vida. También podemos pedirle ayuda si necesitamos reparar cualquier problema eléctrico o mecánico. Además, Miguel nos puede ayudar a recordar nuestro propósito de vida y luego darnos el coraje para alcanzarlo.

- **Arcángel Ragüel**

Su nombre significa “amigo de Dios”. A menudo se le llama el Arcángel de la Justicia y de la Igualdad y es el campeón de los débiles y oprimidos. Le pedimos ayuda cuando sentimos que estamos siendo dominados o manipulados. Ragüel intervendrá dándonos unas pautas sobre cómo obtener una fuerza equilibrada y justa dentro de la estructura de nuestras relaciones personales y de comunidad. También podemos requerir la ayuda de Raguel en nombre de otra

persona que está siendo tratada injustamente. Nos ayudará además a armonizar todas nuestras relaciones.

- **Arcángel Rafael**

Su nombre significa “Dios sana” y es el responsable de la curación física. Ayuda a todos aquellos que se dedican a la salud y al bienestar incluyendo a aquellos que no están aún activamente en este campo. Invocamos a Rafael cuando sufrimos lesiones o enfermedades o cuando otros las sufren (incluyendo a los animales). Nos puede ayudar en nuestros trabajos de sanación, incluyendo formación o la apertura de una práctica privada. Además, el arcángel Rafael ayuda a aquellos que viajan proporcionándoles un viaje seguro y armonioso.

- **Arcángel Raziel**

Su nombre significa “secreto de Dios”. Se cree que se encuentra muy cerca de Dios, así que oye todas las conversaciones Divinas sobre los secretos y misterios universales. Escribió estos secretos en un documento que dio a Adán y que finalmente acabó en manos de los profetas Enoc y Samuel. Invocamos a Raziel cuando necesitamos comprender el material esotérico (incluyendo nuestros sueños) o para participar en alquimia.

- **Arcángel Sandalfón**

Su nombre significa “hermano” porque, al igual que el arcángel Metatrón, también fue en una ocasión un profeta humano (Elijah) que ascendió al reino de los arcángeles. Sandalfón es el arcángel de la música y de la oración. Ayuda al arcángel Miguel a quitar el miedo y sus efectos (con la música). Pon algo de música suave e invoca al arcángel Sandalfón para que disipe cualquier confusión espiritual.

- **Arcángel Uriel**

Su nombre significa “Dios es luz”. Este ser celestial da luz a una situación inquietante, ilumina nuestra capacidad para solucionar problemas. Invocamos a Uriel cuando estamos en una situación delicada y necesitamos pensar con claridad para encontrar respuestas. Uriel también ayuda a los estudiantes y a aquellos que necesitan ayuda intelectual.

- **Arcángel Zadkiel**

Su nombre significa “el justo de Dios”. Durante mucho tiempo había sido considerado como el ángel de la buena memoria y, como Uriel, es de gran ayuda a los estudiantes. Invocamos a Zadkiel para que nos ayude a recordar cualquier cosa, incluyendo nuestra propia divinidad.

Maestros ascendidos Los arcángeles

Los maestros ascendidos son seres que han estado en la Tierra y han sido grandes líderes, maestros y sanadores y continúan ayudándonos desde sus posiciones aventajadas en el mundo de los espíritus. Entre los más famosos encontramos a Jesús, Moisés, Buda, Quan Yin, María, Yogananda y los santos; y entre los no tan famosos encontramos a los yoguis, quienes superaron las restricciones físicas durante su vida, inventores pioneros y héroes no cantados. Con su amor desbordante en su corazón y una devoción firme hacia nosotros, ayudan a cualquier persona que los invoque. En mi libro *Archangels and Ascended Masters* (Arcángeles y Maestros Ascendidos), describo en detalle estos seres distintos y hablo sobre cómo trabajar con cada uno de ellos.

Ángeles naturales

A menudo se les llama hadas, elementales, devas. Estos seres son tan ángeles de Dios como lo son los ángeles guardianes y los arcángeles. Vistos con recelo, a menudo no son comprendidos ni tenidos en cuenta. Recientemente visité una gran librería y observé que en uno de los estantes etiquetado con el nombre de “Ángeles” se encontraban todos los libros de ángeles pero me pregunté dónde estarían los libros que trataban sobre las hadas. Busqué por las secciones New Age y espiritualidad, pero no encontré ninguno. Finalmente los encontré en la sección “Mitología”. En nombre de las hadas me entristecí y entendí la razón por la cual se me había encomendado la tarea de ayudar a que resurja de nuevo esta palabra en mis libros y en mis talleres.

Existe la percepción de que las hadas son benéficas en su mejor faceta y perversas en la peor. A diferencia de los ángeles guardianes o de los arcángeles, estos seres tienen ego. Son ángeles que viven cerca de la Tierra

Los ángeles naturales, incluyendo las hadas, son los ayudantes medioambientales de Dios. Revisan la atmósfera de la Tierra, el paisaje, las extensiones de agua y los animales. Si eres alguien que respeta el medioambiente, por ejemplo, si reciclas y recoges la basura, las hadas te respetarán. Si además eres también amable con los animales y utilizas productos de limpieza no tóxicos, estos espíritus estarán encantados de conocerte y de trabajar contigo.

Los ángeles naturales examinan cuidadosamente a cada persona con la que van a contactar y, rápidamente, conocen su nivel de compromiso con el medio ambiente. Tan pronto como empiezas a comunicarte con ellos intentarán afiliarte como asistente en sus campañas para salvar nuestro mundo.

Aquellos cuyo propósito de vida implica ayudar a los animales o al medioambiente, a menudo tienen a las hadas o a otros elementales cerca y actúan como ángeles guardianes, aunque también siguen teniendo a sus ángeles guardianes y a sus guías. He descubierto que se comportan bastante bien y que no interfieren con la voluntad libre de los humanos ni con su felicidad. Sus intervenciones a menudo se limitan a espolear para que nos involucremos en causas medioambientales y para que nos ocupemos de los movimientos corporales para liberar el alma. Puedes leer más sobre los elementales en mi libro *Fairies 101*.

Capítulo 2

SOBRE
NUESTROS
SERES
QUERIDOS
FALLECIDOS

Si has perdido a algún ser cercano a ti, hay muchas probabilidades de que haya pasado tiempo contigo una vez que cruzó al Otro Mundo e incluso puede que regularmente esté contigo. Después de todo, no sólo tienes la ayuda de los ángeles, los arcángeles y los maestros ascendidos, también cuentas con la ayuda de personas próximas a ti y que ya no están con nosotros. Podría tratarse de parientes que perecieron antes de que tú nacieras, de personas con las que has mantenido un estrecho vínculo, o de personas de tu pasado que pueden enseñarte una habilidad específica que te servirá para alcanzar tu propósito de vida.

Cuando las personas dejan este plano, con el tiempo, se les ofrece la opción de realizar trabajos sociales, tanto para ampliar su propio progreso espiritual, como para ayudar a los demás. Algunos se ofrecen como voluntarios para convertirse en guías de sus seres queridos que aún siguen vivos. Normalmente eligen quedarse hasta el final de la vida física de aquéllos que deciden cuidar. La medida del tiempo es distinta en el Cielo, así que si vives hasta los 90, este mismo espacio de tiempo parece ser muy inferior en el Otro Lado.

Estos seres están contigo porque se preocupan por ti. Además, quizá tú tengas una misión parecida con respecto a tus seres queridos fallecidos que están a tu lado; es decir, estar contigo es un modo indirecto de cumplir con su propósito de vida si no lo consiguieron mientras sus cuerpos eran terrenales. Si te pusieron el nombre de tu querida tía Annette ya fallecida, hay muchas posibilidades de que ella sea tu guía espiritual. Las personas cercanas que tienen el mismo nombre que tú casi siempre permanecen a tu lado. Probablemente te pusieron este nombre porque tus padres, de modo intuitivo, notaron las similitudes del camino del alma.

Así que cuando tía Annette decide ser tu guía espiritual, debe primero asistir a un programa de formación que equivale a consejero espiritual. En esta escuela celestial aprende el modo de estar contigo para apoyarte sin interferir con tu libre voluntad, aprende cómo viajar por el plano astral y mantenerse lo bastante cerca por si necesitas su ayuda. Aprende a comunicarse contigo a través de tu canal espiritual-comunicativo, como son tus sueños, la voz interior, las premoniciones o las percepciones intelectuales. Formarse para convertirse en un guía espiritual precisa de tiempo y esta es la razón por la cual los seres queridos que han perecido recientemente no están contigo de forma continua. Sólo alguien que ha realizado este largo periodo de formación puede estar a tu lado noche y día.

Digamos que tía Annette era una muy conocida periodista y tú eres una aspirante a autora. De hecho, la escritura es parte del propósito de tu vida; así que cuando pides al Cielo, “¿Cuál es mi misión en la vida?”, tu tía de forma telepática te anima a escribir. Por supuesto, sólo lo hace porque sabe cuál es la misión Divina que Dios te tiene encomendada.

A veces se me pregunta si es correcto hablar con los muertos. Me repiten las advertencias que se encuentran en el Torá en cuanto a hablar con ellos y los médiums.

Puedo entender estas advertencias porque es un error rendir nuestras vidas hacia aquellos quienes han perecido, pero tampoco es correcto dar control a aquéllos que viven.

Nuestro Yo Supremo, junto con nuestro Creador, es de quién debemos hacernos cargo. Nuestros seres queridos fallecidos pueden ayudarnos, pero no son santos, ni ángeles ni parapsicólogos sólo porque sus almas se encuentran en el mundo de los muertos, pero aún así, pueden trabajar conjuntamente con Dios, con el Espíritu Santo, con los maestros ascendidos y con los ángeles para que nos ayuden a cumplir la voluntad Divina (que es una de las intenciones de nuestro Yo Supremo). Creo que la razón principal para contactar con estos guías es para conseguir este pequeño empujón que nos puede ayudar y para mantener o profundizar nuestras relaciones con ellos.

También me preguntan si no estamos molestando a nuestros seres queridos desaparecidos cuando los invocamos para que nos ayuden. Al igual que los seres vivos tienen la opción de negarse cuando no quieren ser molestados, los seres celestiales tienen esta misma opción, aunque mi experiencia me ha demostrado que a los que ya no están junto a nosotros les encanta ser útiles, ya que además ahora tienen todo el tiempo del Otro Mundo y la mayoría están dispuestos a ayudar porque nos aman.

Para aquéllos quienes son adoptados

A menudo la gente me pregunta sobre los espíritus guías de las personas que son adoptadas. Me he fijado de que estas personas tienen más ángeles y seres queridos muertos que otros individuos. Una persona adoptada siempre tiene un guía espiritual que ha sido pariente de su familia biológica. No existe excepción. Puede que sea uno de los padres, un hermano, un abuelo, tía o tío que ha fallecido. No importa si la persona adoptada no ha conocido nunca a este miembro de su familia biológica, el lazo existe independientemente de si hubo una relación mientras los dos estaban con vida.

Además, estas personas tienen como guías a los amigos y a los miembros de la familia adoptiva con quienes han estado a lo largo de su vida. Creo que tienen más ángeles que aquéllos que no han sido adoptados para protegerlos y ayudarlos a ajustarse a los cambios que han sufrido en su vida y que han sido el resultado de su proceso de adopción.

Profundizando en tu relación con los seres queridos fallecidos

“¿Los seres queridos que ya no están aquí, se encuentran bien?”. Ésta es una pregunta que constantemente me hacen, y la razón es simple: es el miedo a que alguien pueda estar en algún lugar “infernol”, de modo literal o figurado. Mi experiencia me dice que el 90 por ciento de las personas fallecidas están bien. Su única molestia tiene que ver con vosotros y conmigo, especialmente si estamos consternados hasta el punto de la obsesión o de la parálisis emocional. Ellos siguen con sus vidas y quieren que nosotros hagamos lo mismo. Si detienes tu progreso espiritual o tu felicidad a causa de la pena que sientes por haber perdido a un ser querido, aquéllos que han perecido tampoco avanzarán.

De hecho, sería cierto decir que ¡nosotros somos el único problema que tienen la mayoría de personas que se encuentran en el Cielo! Si continuáramos viviendo felices y con una vida productiva, nuestros seres queridos fallecidos lo festejarían con cantos y bailes.

En el Otro Lado, los espíritus se sienten muy bien físicamente. Todas las enfermedades, lesiones, discapacidades desaparecen una vez liberado su cuerpo. El alma queda intacta y en perfecta salud. Todos se sienten como si fueran ellos mismos pero sin la pesadez y el dolor de tener limitaciones terrenales.

En el Cielo las almas también se sienten emocionalmente de maravilla. Todo lo material ha desaparecido, no existe límite de tiempo; no existen presiones ni preocupaciones (a menos que nosotros estemos desmesuradamente desolados y deprimamos emocionalmente a nuestros difuntos). Alguien en el Cielo es libre de expresar cualquier situación o estado, como un viaje a través del mundo, un buen hogar, trabajo voluntario, y tener tiempo para estar con su familia y sus amigos (vivos y muertos). A menudo me preguntan: “¿qué ocurre si los seres queridos que han fallecido están disgustados conmigo?”.

Esto preocupa por varias razones:

- Porque no se encontraban con la persona moribunda al final de su vida o durante su último suspiro.
- Porque tuvieron que tomar la decisión de desconectar los sistemas de respiración artificial.
- Porque durante su vida han tenido que tomar algunas decisiones que creen que no serían del agrado del ser querido fallecido.
- Porque han peleado con otros miembros de la familia por temas de herencia.
- Porque creen que podrían haber evitado la muerte, o de algún modo se sienten culpables.

- Porque aún no han encontrado a la persona que podría ser el responsable del asesinato o del accidente, o aún no se ha hecho justicia.
- Por haber discutido con la persona justo antes de su muerte.

El hecho es que nunca he conocido a una persona fallecida que estuviera enfadada por ninguna de las razones que acabo de mencionar. En el Cielo te liberas de muchas de las preocupaciones que te agobian en la Tierra. Ves con mayor claridad las verdaderas motivaciones de las personas, así que tus seres queridos que ya no están en la Tierra comprenden mucho mejor la razón por la que uno actúa (o lo continúa haciendo) de uno u otro modo. En lugar de juzgarte, te miran con compasión. Sólo interfieren en tu modo de comportarte (por ejemplo, si tienes alguna adicción) y ven que el ritmo de vida que has escogido te está matando o te impide cumplir con el propósito de tu vida.

Y que no te preocupe si tu abuelo te está mirando mientras te duchas o haces el amor. Estas almas no son mironas. De hecho existen evidencias que los guías espirituales no pueden vernos físicamente en la Tierra, únicamente notan nuestra energía y ven la luz que desprenden nuestros cuerpos. Simplemente comprenden nuestros pensamientos y sentimientos verdaderos en cada circunstancia.

Ya que los guías espirituales son conscientes de cómo nos sentimos y de cómo pensamos, no hay necesidad de esconderles nuestras preocupaciones. Pongamos por ejemplo que tienes sentimientos opuestos por la muerte de tu padre. Estás enfadada porque el abuso del tabaco y del alcohol ha avanzado su muerte, pero además te sientes culpable porque sabes que no es “correcto” estar enfadado con una persona muerta, sobre todo si es tu padre.

Tu padre sabe cómo te sientes porque puede leer tu mente y tu corazón desde su posición ventajosa en el Cielo. Tus difuntos seres queridos quieren que sean transparentes con ellos, que hablen corazón con corazón con ellos sobre tu enfado, tus miedos, tu culpabilidad y tus preocupaciones. Puedes tener esta charla escribiendo una carta a la persona que ha fallecido, pensando en lo que quieres transmitir o hablando en voz alta.

Te puedes comunicar con tus seres queridos fallecidos a cualquier hora y en cualquier lugar. Sus almas no se encuentran en el cementerio, son libres y viajan a través del universo. Y no te preocupes que no perturbas su paz. Todos quieren sanar asuntos inacabados en sus relaciones, tanto si están vivos o no, así que los que ya no se encuentran con nosotros se sienten muy felices y motivados para hablar como nosotros.

Ángeles animales

¿Te sorprendería saber que entre nuestros seres queridos fallecidos que nos vigilan se encuentran algunos de tus animales de compañía? Tus perros, gatos, caballos y cualquier otro animal al que hayas querido profundamente están contigo aunque ya no se encuentren físicamente. El lazo que has construido cuando estaban vivos es como una correa que los mantiene eternamente a tu lado mucho después de su muerte.

Cuando realizo los talleres, hablo a mis alumnos sobre los perros y los gatos que veo correr y jugar por la habitación. Normalmente sabemos con bastante rapidez a quién pertenece el animal porque estas criaturas no se separan del lado de sus amos. Estas reuniones, en las cuales los asistentes descubren que sus animales queridos siguen aún con ellos, son bastante enternecedoras y emocionales. Mis alumnos descubren que sus animales de compañía continúan teniendo la misma personalidad, apariencia y comportamiento que cuando estaban vivos. Si el animal era juguetón, hiperactivo, afectuoso, bien criado o asombrosamente tranquilo, ella o él mantiene estas mismas características tras su muerte física. Los cachorros juguetones saltan sobre las hojas etéricas y corren tras los balones. No podría decir si estas hojas o estas pelotas u otros juguetes aparecen con la imaginación del perro.

Los gatos también permanecen junto a sus amos, aunque no están tan apegados a su cuerpo como los perros ya que son animales más independientes. Así que en mis talleres, me es difícil adivinar a quién pertenecen los felinos. Los describo cuando corren por la habitación y así sus amos los pueden reconocer.

Muchos de los asistentes a mis talleres dicen haber visto o haber sentido apariciones de sus animales fallecidos. Pongamos un ejemplo, puedes sentir a Fluffy, tu gato, saltar sobre tu cama o notar como Red, tu perro, está tumbado sobre el sofá. Con tu visión periférica, incluso puedes ver a tu mascota salir disparada de la habitación. Ello ocurre porque el raballo de tu ojo es más sensible a la luz y al movimiento que la parte frontal del mismo, así que a menudo ves visiones físicas a través del raballo del ojo. Cuando quieres visualizar la imagen con la parte frontal del ojo, ésta desaparece.

He visto algunos caballos e incluso a un conejillo de indias rondando como ángeles guardianes. Se trata de mascotas amadas por sus amos, y siguen leales a su lado. Estos animales ayudan infundiéndonos su energía de amor Divina y dándonos compañía y probablemente sólo nuestro inconsciente es consciente de ello.

También he observado que existen espíritus de animales tótem. Se trata de águilas, lobos y osos que van dando vueltas alrededor de sus cabezas humanas, protegiéndolos y dándoles sabiduría natural. (Puedes leer sobre los espíritus de los animales en *Power Animals* y *Animal Spirit Guides* escritos por mi esposo, Steven Farmer).

He observado a delfines con personas involucradas en asuntos oceanográficos y también a unicornios alrededor de aquellas personas armonizadas con la naturaleza y el reino elemental. No he visto nunca a un pez de colores, pero éstos al final de su vida pasan por un tipo de canal de luz muy distinto, ¿verdad?

Puedes mantener una conversación con todos tus seres queridos fallecidos, incluyendo tus mascotas a través de los procesos descritos en este punto.

Capítulo 3

MENSAJES
DE LOS NIÑOS
QUE SE
HALLAN
EN EL CIELO

Probablemente no existe nada más trágico que despedirse de un niño, aunque las almas de los pequeños son muy enérgicas en el Cielo y podríamos decir que viven felizmente y de modo lógico. Durante varios años limité mi práctica privada de terapia angélica a dar lecturas gratuitas a los padres cuyos hijos habían fallecido. Aprendí mucho hablando con estas jóvenes personas que se encontraban al Otro Lado.

Perder a un niño conlleva sentirse más culpable de lo que nunca se había experimentado. La mayoría de padres están consternados, y se preguntan si de algún modo podían haberlo evitado, o si de alguna manera fueron ellos los que provocaron su muerte. Se castigan a sí mismos con “Ojalá..”. “Ojalá no hubiera dejado a Amy conducir el coche aquella noche”, “Ojalá le hubiera prestado más atención a Dan cuando decía que no era feliz”, o “Ojalá hubiera sido más estricto con Jacob y no le hubiera permitido llegar a casa tan tarde”.

Por supuesto, recriminándote no devolverás la vida a tu hijo. De todos modos, me gustaría compartir esta información contigo y de algún modo quizás ayude a cicatrizar tu corazón.

Los niños tienen una perspectiva distinta sobre la muerte.

Los niños de cinco años o menores no conciben la muerte del mismo modo que nosotros, y por ello nos resulta complicado explicarle a un niño que algún ser querido ya no volverá a estar entre nosotros. “¿Pero cuándo volverá el abuelo?”, preguntará con frecuencia un niño, sin importar las veces que le expliques que su abuelo se encuentra ahora en el Cielo.

Cuando los bebés y los niños fallecen, no son conscientes de que están muertos, ya que al fin y al cabo se sienten felices y vivos. ¿Por qué todo el mundo llora? - se preguntan. Ya que no son conscientes de que han fallecido, corren a la ayuda de sus desconsoladas familias y les ofrecen regalos etéricos para animarlos. Una vez, cuando estaba con una madre que había perdido a su hija de cuatro años, la mujer empezó a llorar desconsoladamente. Desde el mundo de los espíritus, la pequeña empezó a dibujar un arco iris para consolar a su madre. Cuando le entregaba cada dibujo, le conté lo que estaba sucediendo. “Cuando estaba viva, le encantaba dibujar arco iris”, dijo su madre con melancolía. “Sabía, además, que con ello me hacía sonreír”.

Los niños no guardan rencor en el Cielo.

No he conocido jamás a un niño muerto (o a un adulto, en cualquier caso) que culpe a los demás por su muerte. Incluso las víctimas de asesinato perdonan a sus asesinos, ya que se dan cuenta que el enfado duele. Las víctimas quizás ayuden a encancelar al criminal, no para vengarse, sino para evitar que cometa más asesinatos. Los bebés abortados no culpan a sus padres ni son conscientes que están muertos. De hecho, el alma de los pequeños que no han madurado hasta el punto de nacer debido a que se ha optado por el aborto provocado, el aborto espontáneo y el de los niños que han perecido en el parto, permanecen al lado de sus madres. Estas almas más tarde tienen su “primera elección” en el siguiente cuerpo que su madre concibe. Así que, si has perdido a un bebé o a un feto y desde entonces has tenido otro hijo, hay muchas probabilidades que sea la misma alma. Si la mujer no concibe más hijos, esta alma crece cerca de la madre y actúa como guía espiritual. O, el espíritu del chico quizás entre en el mundo físico y se introduzca en la familia materna de algún otro modo, como por ejemplo a través de una adopción o convirtiéndose en su sobrino o sobrina.

El alma de un niño puede albergar mucha sabiduría.

Aunque el cuerpo de un niño es pequeño, ello no significa que su espíritu sea joven, desventurado e inocente. Deberíamos tener en cuenta que el alma de un niño puede haber tenido responsabilidades en el momento de su muerte. El texto del tomo espiritual *A Course in Miracles* (Un curso en milagros) dice: “Nadie muere sin su propio consentimiento”, y me he dado cuenta de que esto es verdad. Pregúntale a cualquier enfermera o médico y te podrá contar historias de personas que murieron a causa de leves enfermedades porque así lo desearon. También podrán relatarte historias sobre aquéllos que decidieron vivir a pesar de que médicamente todo estaba en su contra.

Aunque sea difícil de aceptar, tu hijo puede haber tomado la decisión de ir al Cielo antes de que tú estuvieras preparado para dejarlo partir. En mi libro *Angel Therapy* (Terapia Angélica), cuento que los ángeles dijeron que no entendían de dónde procedía la idea de ¡que todos asumen vivir hasta la edad de 90 años!

Tal y como he dicho previamente, antes de nuestra concepción, decidimos, junto con los ángeles y guías, la edad en la que dejaremos nuestros cuerpos físicos. Un joven que murió a causa de un accidente de coche, me dijo que tras el accidente los ángeles le dieron la oportunidad de elegir entre vivir o morir y le mostraron las consecuencias de cada elección. Durante el tiempo que estuve con este chico y con su madre, que estaba viva, le dijo a través de mí:

“Te hice un regalo escogiendo morir, aunque no lo entiendas. Me mostraron que si escogía vivir estaría gravemente incapacitado. Me di cuenta que sería muy estresante para ti y para mí, y además sería una carga económica. Supe que el estrés afectaría también a tu matrimonio. ¡Me hubiera sentido impotente y culpable si hubiera escogido vivir! Así que por favor, perdóname porque elegí abandonar mi cuerpo. Los ángeles me mostraron que, aunque sería muy doloroso para ti, con el tiempo te recuperarías y seguirías adelante. También me mostraron que tú y papá continuaríais juntos y os apoyaríais el uno al otro.

Así que, por favor, acepta mi regalo. ¡Por favor entiende mi elección! Siempre habías estado orgullosa de mí en el pasado, y ahora también necesito que sigas estando orgullosa de mí por esta decisión que hube de tomar. Por favor, créeme, soy muy, muy feliz aquí.

Su madre me dijo que cuando su hijo se encontraba en el quirófano, tras el accidente de coche, el médico le dijo que sus funciones vitales eran esporádicas. “Dijo que la vida de mi hijo era como una especie de estira y afloja. Mi hijo volvía a su cuerpo durante unos instantes, luego volvía a marchar y al cabo de unos instantes regresaba”.

Esta mujer prometió aceptar la decisión de su hijo, aunque le costara. Le aconsejé que trabajara con oraciones y que se uniera a un grupo de apoyo de personas que han perdido a un ser querido para recuperar su fe y comprender que su muerte no fue en vano y para saber, además, que él se encuentra feliz y en paz en el Cielo.

Ya no existe sufrimiento.

Muchos padres se vuelven locos imaginando el sufrimiento de sus hijos antes de su muerte. No lo endulzaré: muchas personas padecen dolor físico y tienen mucho miedo mientras están moribundos. Afortunadamente, la gracia de Dios ha creado algunas salvaguardas que nos ayudan a no ser conscientes de este abrumador dolor. El cuerpo humano puede desmayarse, el individuo puede disociarse (trasladar su conciencia), o el espíritu puede abandonar el cuerpo antes que nos invada la agonía. Sé que la imaginación de muchos de los padres es mucho peor que el sufrimiento real del niño.

Los niños nunca están solos en el Cielo.

Los abuelos, tías, tíos, mascotas y otros niños rodean a cualquier niño que ha fallecido. Normalmente, los niños viven en el Otro Lado con los parientes que conoció en la Tierra y/o que fueron sus guías espirituales. En el Cielo, puedes sentirte como en casa, así que allí los niños tienen unas vidas relativamente normales ya que se encuentran en hogares cómodos y están rodeados de los miembros de su familia y de amigos que los quieren. No he conocido jamás a un niño muerto que estuviera solo.

La gran mayoría de jóvenes que cometen suicidio se ajustan muy bien en el Cielo.

Existe el mito de que las personas que cometen suicidio van al infierno y sufren por su “pecado”. La película *What Dreams May Come* (Más allá de los sueños) con Robin Williams parece acentuar este mito. (Aunque creo que el guionista quiso hacer una metáfora del suicidio, muchas personas con las que he hablado, se tomaron el relato de forma literal).

El suicidio no se aprueba en el Cielo, porque malgasta un cuerpo que podría utilizarse en servicio de la Luz; de todas formas, nadie juzga a una víctima de suicidio y por supuesto no se le lanza al infierno ni se le conduce a la mazmorra. A través de la culpabilidad extrema que sienten cuando se percatan del dolor que han causado a los familiares que siguen en la Tierra, ya viven su propio infierno; aunque la mayoría de personas fallecidas con las que he hablado tras su suicidio, rápidamente se perdonan a sí mismos y a cualquiera con los que estuvieran enfadados.

Los ángeles y los guías rodean a estos individuos como si fuesen sus consejeros mentales. Tus oraciones también ayudan que su espíritu se eleve y sane. Muy a menudo, se les asigna algún tipo de trabajo o servicio comunitario para convertirse en guías espirituales temporales y aconsejar a otros suicidas para que no se quiten la vida.

La culpabilidad parental parece ir de la mano con la crianza de los niños, y esta terrible sensación se agrava cuando nuestros hijos enferman, se lesionan o mueren. De todos modos, *A Course in Miracles* nos recuerda que la culpa no es un modo de amar; es un ataque encubierto. Cuando nos sentimos culpables, en realidad nos estamos atacando a nosotros mismos y degradamos la libre voluntad de la otra persona. En el peor de los casos, la culpa es a menudo arrogancia; por ejemplo, cuando fantaseamos que pudimos haber intervenido y enderezar el día. Quizá lo hubiésemos hecho, o quizá no. Pero ¿de qué sirve cuestionarse una vez ocurrido? Nuestros seres queridos fallecidos, especialmente nuestros hijos, quieren que seamos felices y el mejor camino que conozco hacia la felicidad es prestando un servicio utilizando nuestros talentos naturales, nuestras pasiones e intereses. Este trabajo puede ser una memoria viva de un niño fallecido, algo que dé algún significado a la muerte aparentemente sin sentido. Por ejemplo, podrías plantar un árbol en honor a un niño, organizar una caminata de 5 km. a fin de recaudar fondos para otros niños que se encuentren en situaciones parecidas; dar charlas a grupos de padres sobre un tema que tenga que ver con la vida y la muerte de un niño; convertirte en donador de órganos y asegurarte de que tu familia conoce tus deseos de ser donador; escribir un artículo sobre tu hijo; ponerle el nombre a una estrella en recuerdo de tu hijo o emprender un programa de apoyo en nombre de tu hijo. Tanto si el esfuerzo parece pequeño o muy heroico, tu hijo lo agradecerá mucho y probablemente te ayudará también con cualquiera de estos proyectos.

La vida sigue

En los siguientes capítulos, leerás sobre algunos métodos para mantener tu relación con los seres queridos muertos a través de la comunicación espiritual. Tal y como hemos visto en los dos últimos capítulos, sus almas quieren que sigamos con nuestras vidas de modo saludable, feliz y con sentido. Y éste quizá sea el mejor monumento viviente que les podamos dar.

Capítulo 4

CÓMO PUEDES
SABER SI
VERDADERAMENTE
SON TUS
ÁNGELES
O ES TU
IMAGINACIÓN

Una chiquilla tiene la mirada perdida en el espacio y la dirige hacia la altura de su hombro izquierdo. Da la sensación de que está conversando sola.

— ¿Con quién hablas, cariño? — su madre le pregunta.

— Con mi ángel — contesta la niña con toda naturalidad.

La madre de la niña me comentó más tarde, “Me extraña, porque no somos una familia religiosa y nunca he hablado acerca de los ángeles en su presencia. Que yo sepa, nadie le ha hablado sobre este tema”.

He oído historias parecidas de padres de todo el mundo. Los niños son indudablemente más receptivos y pueden ver y oír a sus ángeles mejor que un adulto. ¿Y cuál es la razón? En mis investigaciones he descubierto que la razón principal es que a los niños no les importa si el ángel o sus mensajes constituyen una realidad o una fantasía; simplemente les divierte la experiencia sin cuestionarse su validez. Quizás ésta sea la razón por la cual en un estudio realizado por el Doctor William MacDonald de la Universidad del Estado de Ohio, se demostró que los niños tienen más experiencias físicas verificables que cualquier otro grupo de edad.

Nosotros, los adultos, nos ponemos tan nerviosos pensando en si estamos realmente imaginando la presencia angelical que a menudo descartamos el consejo Divino legítimo. Si pudiéramos parecernos a los niños y evitáramos la incredulidad durante unos momentos, disfrutaríamos más intensamente de las ricas experiencias de Dios y del reino angelical.

De todos modos, nuestro hemisferio izquierdo a menudo decide y exige pruebas y evidencias; y quizás hayan sido las experiencias dolorosas las que nos han hecho ser cautos. Queremos garantías de que nuestras vidas mejorarán antes de decidir abandonar nuestros trabajos y hacernos autónomos, o dejar la ciudad donde hemos crecido.

Afortunadamente, algunas características distintivas nos ayudan a diferenciar entre las experiencias angelicales verdaderas de nuestras ilusiones (o de la energía que se basa en el miedo). Lo hacemos gracias a nuestros cuatro sentidos divinos; la vista, el oído, los pensamientos y las sensaciones. Todos recibimos mensajes angelicales a través de estos sentidos; de todos modos, únicamente tenemos un sentido primario más desarrollado. Por ejemplo, yo misma soy una persona altamente visual, así que mis experiencias angelicales me llegan a modo de visiones. Otros probablemente sean más sensibles a las sensaciones que provocan las intuiciones o tengan su sentido de la audición más desarrollado.

Sentir los mensajes Divinos

La mayoría de las personas experimentan una “sensación” emocional o física cuando tienen una experiencia angelical. Si no estás segura de que se trate realmente de una visita o de un mensaje angelical, analiza estas señales:

Una verdadera experiencia angelical que implica sentimientos.

Un encuentro de estas características:

- suele ser cariñoso y afectuoso, como si de un abrazo amoroso se tratara;
- suele hacerte sentir segura, aunque te esté alertando de un peligro;
- a menudo va acompañado de fragancias de flores inmatrimiales o del olor inconfundible de tu ser querido fallecido;
- suele dejar una abolladura en el sofá o en la cama, como si alguien estuviera sentado a tu lado;
- puede provocar que la temperatura o que la presión del aire varíe;
- puede hacerte sentir como si alguien te tocara la cabeza, el pelo o el hombro;
- puede que luego te sientas adormecida o acelerada;
- puede darte la sensación de que se trata de algo “real”;
- puede hacerte sentir incómoda de modo constante y consistente hasta que decidas hacer ciertos cambios en tu vida o tomar ciertas decisiones;
- puede darte la sensación de que una persona cercana a ti está a tu lado;
- se produce de forma natural, como si la experiencia apareciera con total libertad.

Imaginación u orientación falsa que implica sentimientos.

Una experiencia de este tipo:

- suele ser fría y dolorosa;
- puede hacerte sentir miedo o pánico;
- no va acompañada de ningún olor especial o puede ir acompañada de un olor desagradable y desconocido;
- puede hacerte sentir como si alguien te estuviera haciendo tocamientos sexuales; (si esto sucede llama inmediatamente al Arcángel Miguel para que limpie la energía)
- provoca que la habitación de repente se hiele;
- da la sensación de que estás totalmente sola;
- provoca la necesidad de regresar muy pronto;
- te quedas con la sensación de que ha sido una experiencia irreal;
- te hace presagiar que urge cambiar tu vida, pero con temas e ideas que surgen de la desesperación, no de la orientación divina;
- no te produce una sensación familiar;
- es como si fuese forzada, como si fueras tú la que desearas esta experiencia u orientación.

Recibir los mensajes Divinos como pensamientos

Tus experiencias con los ángeles pueden ser en forma de ideas, revelaciones o pensamientos, más que sensaciones. Muchas de las ideas innovadoras de los grandes pensadores a nivel mundial proceden del éter. Aquí encontrarás cómo clasificar los verdaderos de los falsos:

Una experiencia angelical verdadera que implica pensamientos

Un encuentro de estas características:

- supone conceptos coherentes y repetitivos;
- se basa en un tema central que trata de cómo puedes ayudar a solucionar un problema o ayudar a terceras personas;
- es positivo y fortalece;
- te da instrucciones específicas sobre el primer paso que debes dar y también te da instrucciones sobre los siguientes;
- te da ideas que te estimulan;
- surge de la nada o en respuesta a tus oraciones;
- implica que debes dar algún paso hacia delante y debes realizar alguna tarea;
- suena verdadero y tiene sentido;
- es coherente con tus intereses, pasiones o talentos naturales;
- te da a conocer que un ser querido fallecido en concreto está cerca de ti, aunque no lo puedas ver.

Imaginación u orientación falsa que implica pensamientos

Una experiencia de este tipo:

- es aleatoria y siempre cambiante;
- tiene un tema principal de cómo puede uno hacerse rico y famoso;
- es decepcionante y ofensiva;
- te hace pensar en el peor de los supuestos;
- consiste en pensamientos deprimentes y aterradores;
- hace que las ideas aparezcan con demasiada lentitud como respuesta a tus preocupaciones;
- es un modelo de cómo hacerte rico con rapidez;
- parece deprimente y mal concebida;
- no está relacionada ni con lo que anteriormente hayas podido hacer ni con lo que te interesa;
- su motivación principal es el deseo de escapar de una situación actual, en lugar de ayudar a los demás.

Escuchar los mensajes Divinos

Una broma común entre los estudiantes de psicología es decir que si uno oye voces es señal de locura. Por otra parte, muchos de los santos, sabios y grandes inventores han recibido orientación en su camino. Antes de mi experiencia relacionada con el secuestro de mi automóvil, oí una voz clara y fuerte que me avisaba. Miles de personas me han dicho que han recibido avisos parecidos que les han salvado, a ellos o a sus seres queridos, de peligros y que no tienen una explicación normal.

La diferencia entre oír una auténtica voz Divina, prestar atención a la imaginación o tener alucinaciones, es clara y definida. Te daré información acerca de las diferencias entre los mensajes que provienen de los ángeles y los que provienen de tu imaginación. En cuanto a las alucinaciones, varios científicos señalan distinciones significativas:

- El investigador D. J. West definió de este modo la diferencia entre una alucinación y una experiencia psíquica verdadera: “Las alucinaciones patológicas suelen ceñirse a unos patrones bastante estrictos y ocurren repetidamente durante una enfermedad manifestada, pero no en otras ocasiones. Suelen ir acompañadas además de otros síntomas, en especial, de la alteración o pérdida de la conciencia del entorno natural. La experiencia física espontánea (llamada “paranormal”) es más un caso aislado y no va acompañada de la pérdida de contacto con el entorno natural”.¹
- El investigador Bruce Greyson, doctor en medicina, estudió el caso de 68 personas, preseleccionadas clínicamente para descartar esquizofrenia. Descubrió que exactamente la mitad de estos individuos informaron haber visto alguna vez, con los ojos abiertos, alguno de sus seres queridos fallecidos.²
- Los investigadores psíquicos Karlis Osis y Erlendur Haraldsson, ambos doctores en filosofía, se dieron cuenta que durante las alucinaciones, los pacientes creen ver algún ser humano. Durante las experiencias psíquicas relacionadas con las visiones, los pacientes creen estar viendo a un ser celestial, como podría ser un ángel, un ser querido fallecido o un maestro ascendido.³
El Cielo puede hablarnos por medio de una voz grave e incorpórea fuera de nuestras cabezas; por medio de una voz tranquila dentro de nuestras cabezas; podemos oír “por casualidad” una conversación que se está produciendo u oír música en nuestra mente y luego volverla a oír en la radio.

Una experiencia angelical Divina que implica el sentido auditivo

- Las frases suelen empezar con las palabras vosotros o nosotros.

- Da la impresión de que otra persona esté hablando, aunque parezca nuestra propia voz.
- Es obvio que los mensajes tienen una relación directa con nuestras preocupaciones.
- La voz es clara y contundente.
- El tono de voz es agradable y positivo, aunque nos esté avisando de algún peligro.
- Nos pide que hagamos algo de inmediato, incluso cambiar nuestros pensamientos o actitudes para ser más afectuosos.
- Es posible que oigas una voz que te llama al despertar.
- Quizás oigas una bella melodía “celestial” incorpórea.
- Quizá recibas un mensaje sobre la superación o sobre ayudar a los demás.

Imaginación u orientación falsa que implica el sentido del oído

- Las frases suelen empezar con la palabra Yo.
- Parece como si uno hablara solo.
- El mensaje no es claro, es críptico.
- La voz es prolija e imprecisa.
- Es provocadora, inquietante o cruel.
- Se critica y especula sobre terceras personas.
- Se escuchan palabras insultantes.
- Se oyen sonidos graves, desagradables y discordantes.
- Se trata de mensajes ofensivos.

Ver mensajes Divinos

Tu experiencia angelical posiblemente implique lo que ves, tanto si estás despierta o dormida o en estado de meditación. Hay muchas formas de distinguir las visiones verdaderas de las falsas. Una experiencia angelical verdadera que implica el sentido de la vista

- Las visitas que se producen durante el sueño parecen casi surrealistas, con colores vivos y muchas emociones.
- Se pueden ver centellos o ráfagas de luz o brumas coloreadas.
- La visión produce una sensación de espontaneidad y naturalidad.
- En repetidas ocasiones, y sin razón evidente, ves una pluma, una moneda, un pájaro, una mariposa, el arco iris, una secuencia de números...
- Recibes visiones de ti misma ayudando a los demás.

Imaginación u orientación falsa que implica el sentido de la vista

- Los sueños parecen sencillos y fáciles de olvidar.
- Ves los peores de los supuestos sin que te hayan dado instrucciones sobre cómo evitarlos.
- Recibes una visión centrada en ti misma.
- Da la sensación que estás intentando que se produzca la visión.
- Buscas una señal, pero encuentras incoherencia e interpretas lo que ves como tú quieres.

Prestar atención a los mensajes

Tanto si tu mensaje angelical te llega a modo de visión, de voz, de idea, de sensación o por una combinación de estos cuatro elementos, debes prestar atención a las características mencionadas en este capítulo para poder distinguir entre la orientación verdadera y la falsa.

Puedes estar segura de que si estás en peligro antes de que te llegue tu hora, tus ángeles te orientarán con firmeza y claridad, sin importar el modo en el que lo hagan. La información sobre la vida cotidiana quizás aparezca de forma más sutil, pero en los siguientes capítulos leerás acerca de los distintos modos de desarrollar su intensidad y su claridad.

Todos tenemos la misma capacidad para comunicarnos con los ángeles porque todos tenemos este “don” espiritual. Algunas personas pueden parecer más hábiles psíquicamente que otras, pero sólo porque han estado dispuestas a escuchar, a creer y a confiar en toda la información que les ha llegado a través de sus sentidos espirituales.

Mis alumnos que trabajan el desarrollo psíquico, únicamente se bloquean si se empeñan demasiado en conseguir que se produzca alguna experiencia angélica. Ponen tanto empeño en ver y oír a un ángel que no lo consiguen, y cada vez que se aferran a algo, procede de un lugar donde reside el miedo. Podría deberse a que se sienten angustiados: “tal vez nunca seré capaz de ver u oír”, “tal vez no tenga ángeles”, o a alguna otra preocupación basada en el ego. El ego no es psíquico, surge del miedo. Únicamente el Yo Supremo que ama y que se encuentra en nuestro interior es capaz de comunicarse con lo Divino.

Así que cuanto más te relajes, más fácil te será conversar íntimamente con tus ángeles. La vitalidad es un excelente punto de partida ya que se asemeja al optimismo que tienen los niños. Ellos dicen: “¡Por supuesto que tengo a los ángeles conmigo! ¡Todo el mundo los tiene!”. A ellos no les preocupa si están imaginando sus visiones angelicales; simplemente les divierte y las aceptan y, como resultado de ello, los niños ven y oyen a sus ángeles guardianes con más facilidad. Si dejaras de preocuparte sobre si tu conexión Divina es real o no, superarías los bloqueos del ego y disfrutarías del don natural y muy real de tu Yo Supremo.

Los ángeles dicen: El miedo es un depredador natural del dominio psíquico; controla y arrebatada de tu psique tu control creativo y le pregunta si le permitirías dominar tus estados de ánimo, tus planes y tus decisiones; te debilita, hace que tu capacidad para tomar decisiones disminuya. No permitas que el “terror” interfiera en tu dominio de la felicidad, para ello está el reino de Dios de las grandes bendiciones. Tú eres más fuerte que cualquier otra fuerza desesperada. Tu voluntad Divina puede superar la oscuridad. La luz de tu Creador cegará a cualquier enemigo si tú lo deseas, pero debes centrarte en el resplandor que está en tu mente.

Así que, en lugar de dudar de tu capacidad para conectar con los ángeles, fíjate en

cómo recibimos los mensajes Celestiales y en cómo podemos mejorar esta conexión. En los siguientes capítulos nos centraremos en cómo aumentar el volumen y la claridad de los mensajes que te envían tus ángeles.

Capítulo 5

CÓMO SENTIR A TUS ÁNGELES

Cuando los ángeles o los seres queridos fallecidos se acercan demasiado, notas su presencia. Muchas personas con las que me he entrevistado recuerdan la sensación de notar la presencia de un espíritu en concreto a su lado. La mayoría dicen algo así como “Sí, la otra noche noté como si mi madre estuviera conmigo, a mi lado. Parecía tan real, pero aún así, todavía me pregunto si era producto de mi imaginación”.

Quizás infravalores tu intuición y no confíes en ti misma. ¿Cuántas veces has tenido aquella sensación de saber que no deberías involucrarte en una relación, ni aceptar un trabajo, o comprarte aquello que quieres, ni dirigirte hacia una carretera en particular? Y ¿cuántas veces no has hecho caso de estas sensaciones, no has actuado acorde a las mismas y más tarde te has arrepentido?

Por supuesto, tanto si escuchaste o no a tu orientador interno, estas situaciones te brindan la oportunidad de aprender a tener fe para que la próxima vez puedas seguir a tu Yo Supremo. Éste es el modo de comunicarte con tus ángeles y con tus seres queridos fallecidos; es decir, tienes que confiar en tus sensaciones, ya que son un mecanismo divino y preciso que Dios instaló en ti. En el caso de poder notar la presencia de alguien que ya ha fallecido, se trata de confiar en que realmente puedes distinguir a una persona de otra. De este modo, todos tenemos el don natural y podemos ser médiums psíquicos.

Cuando tratas con personas que no conoces, sigues las mismas pautas que utilizas para ti. Cuando realizo una sesión con alguien que no conozco, primero sostengo la intención de contactar con los seres amados fallecidos de la persona en cuestión. Mi contacto con este ser es casi siempre visual, porque éste es mi canal básico de comunicación Divina, pero las sensaciones también forman parte de mi trabajo. Tras la muerte, las personas mantienen los patrones de energía y las dimensiones físicas de cuando estaban vivos, y esto es lo que ve un médium. Las personas a las que se les aparecen sus seres queridos fallecidos dicen que físicamente siguen siendo los mismos que cuando estaban vivos pero más jóvenes y más radiantes. He descubierto que los patrones de energía de aquellos que han fallecido son parecidos a las longitudes de onda del color del espectro: las longitudes de onda de las personas mayores son más lentas y más largas, mientras que las vibraciones de los jóvenes son más rápidas; las de las mujeres resuenan con mayor rapidez que la de los varones.

Es posible contactar simplemente con las sensaciones basándonos en la percepción de estas ondas sonoras. Cada individuo tiene una única “huella dactilar” que define su personalidad, persona, comportamiento, costumbres o cualquier otra característica distintiva. ¿Te ha ocurrido alguna vez que has entrado en tu casa y has podido distinguir la presencia de una persona sin haberla visto físicamente, aunque en tu casa viva más de una? O, pongamos otro ejemplo: ¿No te ha ocurrido alguna vez que estás en la cocina preparando la comida y oyes que alguien abre la puerta de tu casa y sin lógica alguna sabes quién ha llegado? O incluso puede que alguna vez hayas entrado en una habitación repleta de gente y hayas podido notar el estado de ánimo de las personas que allí se encontraban.

De este mismo modo, cuando tus seres queridos fallecidos están cerca de ti, tienen

una energía única y característica que puedes notar. Cuando realizo sesiones de mediumnidad, me encuentro que el 90 por ciento de mis clientes reconocen de antemano a las personas que se encuentran cerca; simplemente vienen a mí para confirmar sus sensaciones. Por alguna razón, no están dispuestos a aceptar sus intuiciones hasta que un “experto” ajeno las confirma.

¿Puedes imaginarte lo difícil que debe ser para los profesionales intuitivos como yo, arriesgarnos y hacer públicamente una sesión que se transmite por televisión o en un taller o a través de los programas de radio? La mayoría de veces que hago esto no puedo ni imaginarme el significado de la información que transmito; pero aún así, confío suficientemente en mis sensaciones y doy voz a lo que me llega y casi siempre mis clientes dicen: “¡Sí, tiene toda la razón!”. Es a base de práctica, de oraciones, de ver la muerte de cerca, de muchas pruebas y errores que he conseguido este nivel de confianza. Tengo la esperanza de que todos alcanzarán este nivel de verdad en sus sensaciones emocionales y físicas.

Formas habituales en las que puedes notar una presencia espiritual

A continuación se citan varios modos, bastante habituales, en los que puedes conectar con tus ángeles o con tus seres queridos fallecidos a través de tus sensaciones:

- al oler su perfume preferido o su aroma distintivo;
- al notar un olor a flores o a humo cuando no hay ni flores ni fuego cerca;
- al notar que alguien te ha tocado, te ha acariciado el pelo, te ha empujado, protegido, arropado o abrazado;
- al notar que alguien está sentado a tu lado. Además, puedes notar una abolladura en el sofá o en la cama indicando el lugar donde la persona o animal fallecido ha estado;
- al notar un cambio en la presión del aire, una sensación de opresión alrededor de tu cabeza, una sensación de martilleo en tu frente, una sensación de esencia espiritual que se mueve por tu cabeza, o una sensación parecida a la de ser empujado bajo el agua.

Quizá también experimentes:

- un cambio de la temperatura del aire;
- una euforia o dicha repentina;
- una sensación de que esta experiencia es surrealista, aunque seas reticente a compartirla con los demás;
- te invade una sensación de familiaridad cuando la persona fallecida que conoces está cerca.

Las verdaderas experiencias angelicales son afectivas, seguras, afectuosas y cómodas; en cambio, las falsas te irritan, te dan miedo y son frías. Estos falsos encuentros pueden surgir de tu ego o de un espíritu terrestre. A estos seres les asusta ir hacia la Luz Divina del planeta del más allá quizá porque se sienten unidos a la existencia terrenal (como podrían ser las posesiones o las adicciones) o quizá porque les dé miedo que Dios los juzgue y los envíe al “infierno”. Así que estos seres permanecen cerca de la Tierra y pueden afectar a la felicidad del ser humano vivo. Puedes encontrar más información sobre este tema en mi libro *The Lightworker's Way* (El sendero del

trabajador de la luz) (Hay House, 1997).

Algunos espíritus terrestres se acercan a los seres vivos para hacerles favores sexuales. He conocido a algunos viudos y viudas que les consuela poder mantener relaciones sexuales de forma continua con sus respectivas parejas fallecidas. Pero esto no tiene nada que ver con el gran número de mujeres de la Nueva Era que recientemente me he encontrado y que me han informado con total libertad que mantienen contactos sexuales con desconocidos intangibles en el mundo de los espíritus. Considero que estos intercambios son espiritualmente opresivos para el ser vivo, y un guía o un ángel nunca se acercaría a un humano con este propósito. Aunque, en estos casos, la mayoría de las mujeres a las que he entrevistado lo consideran una experiencia positiva, el mensaje que he recibido es claro y, debido a estas actividades, hay muy pocos seres terrenales junto a nosotros.

Estos seres, además, pueden ser una barrera si el ser vivo desea iniciar una nueva relación, ya que el nuevo pretendiente, de forma inconsciente, puede notar en la escena la presencia de otro amante.

Encuentros de estas características pueden hacerte sentir vacía, mientras que los contactos verdaderos te hacen sentir como si tus ángeles o tus seres queridos estuvieran siempre junto a ti. ¿Cómo puedes saber si se trata de un ángel o de un ser querido fallecido el que te está ayudando? La energía de un ángel te empujará hacia arriba de modo indescriptible. De pronto, y sin ninguna razón, te sentirás invadida por una ráfaga de amor o de alegría, o tendrás un fuerte presentimiento, y si lo sigues, tendrás una vida completamente feliz. Un ser querido fallecido te parecerá familiar, podrás identificarle con facilidad; tal vez su presencia vaya acompañada de distintas sensaciones: abrazos, contacto, cambio en la presión del aire, un perfume concreto.

Puedes utilizar también tus sensaciones para “experimentar” una sensación intuitiva y fíjate en tu reacción. Por ejemplo, digamos que necesitas urgentemente trasladarte hacia una nueva zona, pero tienes tus dudas ya que no sabes cómo este cambio podrá afectar a tu familia, amigos y profesión. Ya que algunos de estos factores no los tienes demasiado claros, quieres “intentar tu futuro” y necesitas saber más con ayuda de tu guía Divino.

Ya que puedes imaginarte lo que es quedarte a vivir donde estás ahora, céntrate en tus sensaciones. ¿Tu corazón se siente totalmente aliviado, se siente triste, feliz o transmite alguna otra emoción? ¿Alguna parte de tu cuerpo se relaja o se tensa como respuesta a tu imagen mental?

Compara ahora tus sensaciones emocionales y físicas al imaginarte que te trasladas a vivir a otra zona. Tus sensaciones son un preciso medidor de los deseos de tu alma y de tu voluntad Divina que, a la vez, es la voluntad o el deseo de Dios.

¿Cómo aumentar tu percepción extrasensorial?

Si normalmente no tienes un fuerte sentido de tus sensaciones emocionales o físicas, puedes utilizar los siguientes métodos para abrir este importante canal de comunicación Divina. A medida que tus sensaciones emocionales y físicas sean más sensibles, irás enriqueciendo tu vida y profundizando en tus relaciones; sentirás mayor compasión y amor Divino, entenderás a los demás con más facilidad, encontrarás mejor tu equilibrio y sabrás seguir tu instinto.

Éstos son los pasos que pueden ayudarte a aumentar tu percepción extrasensorial:

- Duerme al lado de cristales de cuarzo transparentes. Puedes comprar un cristal de cuarzo transparente bastante económico en cualquier librería metafísica o en una tienda de minerales. Coloca el cristal directamente bajo la luz solar durante al menos cuatro horas para limpiarla de cualquier residuo físico de su anterior propietario. Luego, coloca uno o más cristales sobre tu mesita de noche o debajo de tu cama. Si están en tu mesita de noche, posiciona los cristales sobre sus laterales, de modo que la punta esté colocada apuntando hacia tu cabeza. Si el cristal se encuentra debajo de tu cama, fíjate que la punta se dirija hacia tu cabeza o tu corazón.

A medida que te vayas sensibilizando, probablemente deberás mover los cristales o apartarlos un poco de tu cama para alejarlos de ti, ya que a veces si se alcanza un alto grado de sensibilidad puede provocar insomnio si el cristal está demasiado cerca de la zona de descanso.

- Trabaja con el aroma de las rosas rosadas o con el aceite esencial de rosas. El aroma de las rosas rosadas abre el chacra del corazón, que es el centro de energía que regula la percepción extrasensorial. Guarda una rosa rosada cerca y con frecuencia huele su fragancia, o compra aceite esencial de rosas hecho con verdaderas rosas, no sintéticas. Pon el aceite sobre tu corazón y unta una pequeña cantidad cerca de tu nariz para que puedas disfrutar de su aroma.
- Ponte un collar de cuarzo rosa. Al igual que las rosas rosadas, el cristal de cuarzo rosa abre también el chacra del corazón. Esta preciosa piedra rosa está en sintonía con el chacra del corazón. Además de activar tu percepción extrasensorial, los cristales de cuarzo rosa te ayudan a abrirte a bendiciones románticas en tu vida.
- Aumenta tu sensibilidad con ejercicios de contacto físico. Cierra los ojos y coge un objeto de tu escritorio. Tócalo despacio e intencionadamente fijándote en todos los detalles y en su textura. Frota este objeto con la palma de tu mano y con tu brazo y sé consciente de las sensaciones que te produce. Deja que una amiga de confianza te venda los ojos y te dé objetos desconocidos para que puedas tocarlos o prueba con distintos alimentos para poder saborearlos. Concéntrate con todos los sentidos

en tus sensaciones físicas y emocionales e intenta adivinar lo que es cada cosa.

- Mejora tu cuerpo con ejercicio cardiovascular y comida ligera. Cuando te sientas cansada, pesada o floja es más difícil que percibas tus sensaciones. Hacer footing, caminar vigorosamente, hacer yoga o cualquier otro ejercicio vascular te ayudará a identificar con mayor precisión el significado y los mensajes que se encuentran tras tus percepciones extrasensoriales. Del mismo modo, la comida ligera y sana te ayuda a no sentirte agobiada. Una sensación de pesadez puede bloquear tu conciencia de guía Divina.

Cualquier cosa que pueda hacer que tu cuerpo se sienta mejor, incluyendo masajes, una siesta o un baño de burbujas, aumentará tu sensibilidad hacia tus sensaciones.

Protegerte a ti misma

Los clarisensitivos a menudo se quejan de que son demasiado sensibles, que absorben la energía tóxica de los problemas de los demás y que se sienten abrumados porque pueden sentir las emociones de los que les rodean.

Irónicamente, los clarisensitivos a menudo escogen profesiones en las que el contacto físico con las demás personas es evidente. Algunas de las personas que entienden el mundo a través de sus sensaciones son masajistas, curadores de energía, médicos y consejeros. Las personas que se orientan a través de las sensaciones son muy buenas en su trabajo, pero deben tomar precauciones para asegurarse de que no absorben los residuos de las emociones negativas de sus clientes.

Hay dos modos de tratar esta cuestión: tomar medidas preventivas y realizar actividades de limpieza. Las medidas preventivas protegen de otras energías tóxicas que emanan de los demás. La limpieza implica liberar cualquier energía tóxica que se absorbe, incluida aquella que deriva de los propios pensamientos temerosos.

Protección

Las medidas preventivas actúan más o menos como los métodos anticonceptivos. No son eficaces el 100 por ciento, pero proporcionan una protección importante. Hay muchas maneras de protegerse a una misma, pero las que menciono a continuación son dos de mis favoritas:

1. Música:

Los ángeles dicen que la música actúa como una pantalla física y nos envuelve con energía protectora. En situaciones estresantes es una buena idea que suene música de modo continuo. La música no es sólo una medida preventiva, es también un modo de limpiar. El arcángel Sandalfón es el ángel de la música y trabaja junto al arcángel Miguel para despejar los efectos que la energía negativa procedente de las demás personas pueda causarnos. Invoca al arcángel Sandalfón para que te ayude a seleccionar la mejor música para cada situación. Medita con música y pídele a Sandalfón que trabaje con la melodía para que te proteja y te limpie.

2. Luz rosada:

Los ángeles me enseñaron este método un día cuando estaba en el gimnasio. Saludé a una mujer que no había visto antes y cuyo camino se cruzó con el mío en la sala de pesas. Empezó a hablarme con todo detalle sobre sus múltiples operaciones quirúrgicas. Sabía que necesitaba hablar y necesitaba además a alguien que la escuchara. De todos modos, también era consciente que me estaba arrojando energía tóxica con su discurso interminable sobre enfermedades.

Mentalmente invoqué a mis ángeles para que me ayudaran. Enseguida me aconsejaron que me envolviera con un tubo de luz rosa. Me visualicé envuelta por un gran cilindro de luz rosa, como si estuviera dentro de una barra de labios. Este tubo me protegía desde mi cabeza hasta mis pies.

Los ángeles me recordaron: Nunca te ha gustado protegerte con luz blanca porque te hace sentir como si te alejaran de los demás. Ya que la misión de tu vida es la de relacionarte con los demás y no aislarte (tal y como hiciste en tus vidas pasadas más recientes), has rehuído a utilizar la protección de luz blanca.

Sus palabras eran verdaderas. Aunque lo sabía todo sobre los métodos de protección, en raras ocasiones los utilizaba porque quería estar junto a mis clientes. Una vez trabajé con un psiquiatra que aconsejaba a sus clientes desde detrás de una gran mesa de escritorio de roble. Siempre había pensado que la utilizaba para amortiguar y evitar la intimidad emocional con sus pacientes, también se trataba de un símbolo de poder. No quería utilizar la luz blanca durante mis sesiones de asesoramiento porque me sentía como si me aislara de mis clientes.

Los ángeles me recordaron: Debes darte cuenta que este protector rosa de luz es muy distinto. Mira cómo irradia energía de amor Divino hacia esta mujer. Observa también el

modo en que proyecta energía Divina hacia ti. Nada, excepto la energía que proviene del amor Divino, puede penetrar en este escudo de luz rosada. Simplemente así, puedes estar presente delante de esta mujer sin que su sufrimiento o sus ilusiones te impregnen.

A partir de este día he utilizado la técnica del escudo rosado con satisfactorios resultados, y las reacciones de aquellos a quienes he enseñado esta técnica son también positivas. ¡Gracias ángeles!

Limpieza

A veces estamos cansados, nos invade la irritabilidad o nos sentimos deprimidos sin causa alguna. A menudo el culpable de ello es el contacto con las mentes negativas de las demás personas. Si tu trabajo es ayudar a los demás, estás totalmente expuesta a las emociones tóxicas y es fundamental limpiar esta energía de modo regular.

A continuación encontrarás tres de mis métodos favoritos:

1. Plantas:

Probablemente el modo más simple de desprenderte de los restos psíquicos es con la ayuda de la Madre Naturaleza. Del mismo modo que las plantas transforman el dióxido de carbono en oxígeno, también transmutan las energías más bajas. El verdor ayuda a nuestro cuerpo a desprenderse de las toxinas energéticas.

Los ángeles nos recomiendan que tengamos una planta al lado de nuestra cama. ¡Una planta en una maceta sobre nuestra mesita de noche puede hacer maravillas mientras dormimos! Absorbe la energía que hemos ingerido durante el día y la envía hacia el éter. ¡No te preocupes... tu planta no sufrirá ningún daño!

Si tu trabajo consiste en tratar con otras personas, en especial si eres masajista o terapeuta (o si realizas una labor en la que probablemente recibas la negatividad que desprenden tus clientes), coloca plantas cerca de tu lugar de trabajo, ¡verás cómo al final del día te sentirás mejor! Los ángeles dicen que las plantas frondosas son óptimas porque sus hojas absorben mejor los campos de energía. Así que un potus o una planta del tipo philodendron serían una buena elección. Evita las plantas espinosas o con hojas puntiagudas. Es bastante significativo que la técnica Feng shui, el antiguo arte chino de armonización, recomienda también mantener esta variedad de hojas puntiagudas alejadas de nosotros. Aparentemente sus hojas cortantes no permiten que la energía positiva fluya.

2. Corte de cordón etérico:

Cualquiera que trabaje con otras personas, tanto profesionalmente como ofreciendo actos de benevolencia gratuitos debería conocer los cordones etéricos y debería saber cómo manejarlos. Básicamente, siempre que una persona establezca contigo un vínculo basado en el temor (por ejemplo, si siente miedo a que la abandones o crea que tú eres su fuente de energía o de felicidad), se forma un cordón entre ambos. Este lazo puede verlo cualquier persona clarividente y lo puede palpar cualquiera que sea intuitivo.

Estos cordones son parecidos a los tubos quirúrgicos y funcionan como mangueras de gasolina. Cuando una persona necesitada ha formado un vínculo contigo, esta persona succiona tu energía a través del cordón etérico. Quizá no lo veas, pero puedes notar sus efectos: te sientes cansada o triste sin saber por qué. La razón es simple, la persona al otro lado ha absorbido tu poder o te ha enviado energía tóxica a través del cordón.

Así que cada vez que ayudes a alguien, o siempre que te sientas letárgica, triste o

cansada es recomendable “cortar tu cordón”. No estás rechazando ni abandonando, ni te estás separando de la persona en cuestión al cortar estos lazos, simplemente estás cortando la relación disfuncional, codependiente de esta relación. La parte afectuosa se mantiene unida.

Para cortar tus propios cordones debes decir mentalmente o en voz alta:

Arcángel Miguel, te invoco ahora.

Por favor, corta los cordones de miedo que se llevan mi energía y mi vitalidad.

Gracias.

Luego, guarda silencio durante unos minutos. Asegúrate de inhalar y exhalar profundamente durante el proceso ya que la respiración abrirá la puerta para que los ángeles te puedan ayudar. Probablemente sentirás cómo se van cortando los cordones o cómo los van retirando. Notarás cambios en la presión del aire u otras señales que indicarán que el cordón se está cortando. Las personas que se encuentren al otro lado del cordón, sin saberlo, pensarán en ti en el momento en que se corta el cordón. Incluso es posible que te lleguen muchos mensajes telefónicos del tipo “estaba pensando en ti” o correos electrónicos de aquéllos a los que has estado “unido”. No pienses que los estás perjudicando; recuerda que tú no eres su fuente de energía ni su felicidad. Dios sí lo es. Estos cordones volverán a crecer cada vez que una persona establezca contigo un vínculo basado en el miedo, así que deberás seguir cortando estos cordones cuando llegue el momento.

3. Aspiración:

Cuando nos preocupamos por alguien, nos culpamos por el sufrimiento de los demás o masajeamos a alguien que padece dolor emocional, estamos adquiriendo su energía física negativa. Todos lo hacen, especialmente los trabajadores de la luz que se preocupan demasiado por ayudar a los demás, y muchas veces a costa propia. Los ángeles nos ofrecen métodos como éste para ayudarnos a mantener nuestro equilibrio al realizar nuestro trabajo. Ellos quieren que ayudemos a los demás, pero que no nos lastimemos durante el proceso. Se trata de estar abierto a recibir el apoyo de los demás, incluyendo la ayuda de los ángeles. Muchos trabajadores de la luz no tienen problema alguno a la hora de prestar ayuda, pero sí a la hora de recibirla. Éste es un método para ayudar a compensar esta tendencia.

Para llevar a cabo este proceso con la ayuda de los ángeles, di mentalmente:

Arcángel Miguel, te invoco aquí y ahora para que limpies y aspire los efectos del temor.

Luego, mentalmente, verás o sentirás la presencia de un ser largo (el arcángel Miguel) que vendrá acompañado de ángeles más pequeños conocidos como “Grupo de la Misericordia”.

Fíjate que Miguel sostiene una cánula y la introduce a través de la parte superior de

tu cabeza (conocida con el nombre del “chacra de la corona”). Debes decidir entonces si quieres que esta aspiración se lleve a cabo de forma rápida, a velocidad media o lentamente. También deberás indicarle dónde debe colocar la cánula o tubo pequeño durante el proceso de limpieza. Mentalmente dirígelo mientras se mueve por el interior de tu cabeza, por su cuerpo y por tus órganos. Limpia cada una de las zonas, incluyendo las puntas de los dedos de la mano y del pie.

Probablemente veas o sientas cómo la suciedad psíquica pasa por el tubo, al igual que ocurre cuando estás limpiando una moqueta sucia. Cada ente que se introduce por el tubo aspirador, cuando llega al otro extremo, es tratado con humanidad por el Grupo de la Misericordia, quien les da la bienvenida y los escolta hacia la Luz. Sigue limpiando hasta que ya no pase ningún resto de suciedad psíquica por el tubo.

Tan pronto como te sientas limpia, el arcángel Miguel invertirá el interruptor para que la luz blanca y espesa salga del tubo. Éste es un modo de “enmasillar” para rellenar los espacios que antes habían sido ocupados por las acumulaciones de suciedad psíquica.

Esta técnica es una de las más eficaces que he probado. También puedes aplicar este método a otros, de modo personal o a distancia. Simplemente mantén la intención de trabajar en ello y el proceso se realiza. Aunque no veas o sientas nada durante el proceso, los resultados son evidentes. La mayoría de las persona, una vez aspiradas, sienten cómo se les levanta el ánimo y desaparece el enfado.

Estar en contacto con tus sensaciones

Con la práctica, cada vez te sientes más sintonizado con tus sensaciones y cada vez confías más en su sabiduría. Si a este repertorio espiritual le añades el poder de tus pensamientos e ideas, tendrás dos canales por los cuales recibir y seguir a tu guía Divino. En el siguiente capítulo examinaremos el poder de del conocimiento claro “*claircognizance*” o de los Pensamientos Divinos.

Capítulo 6

CÓMO
RECONOCER
Y RECIBIR LAS
IDEAS DIVINAS
Y LOS
PENSAMIENTOS
PROFUNDOS

Se conoce con el nombre de claricognición o “conocimiento del saber” el hecho de saber alguna cosa, tener pleno conocimiento de ello sin tener idea de cómo uno adquiere esta información. Quizás esto te haya ocurrido: Estás manteniendo una conversación con una persona sobre algún tema que no dominas, pero algo en tu interior te da un par de datos y tú te aferras a esta información sin tener ninguna prueba que apoye tus palabras. Tu compañero te pregunta—¿Y cómo lo sabes? — y tú únicamente puedes responder — simplemente lo sé, eso es todo.

Tal vez algunas veces te hayan llamado “sabelotodo” y en parte es verdad. Sabes muchas cosas pero estás intrigada porque no estás segura de cómo obtienes toda la información.

Muchos grandes inventores, científicos, autores, futuristas y líderes han utilizado este don para hacer uso de la mente colectiva y acceder a nuevas ideas e inspiración. Thomas Edison, por ejemplo, dijo: “Todo el progreso, todo el éxito surge del pensamiento”. Se dice que Edison y otros grandes inventores meditaban hasta recibir un bombardeo de ideas y de inspiración.

La diferencia entre la persona que simplemente recibe dicha información y la persona que además se beneficia de ella, es la capacidad de aceptar lo que ocurre como algo útil y especial. Muchos claricognitivos anulan la información que les surge de su interior aunque sea muy obvia para los demás. Todos saben estas cosas, se dicen a sí mismos. Luego, dos años más tarde, descubren que la brillante idea que un día tuvieron ha sido llevada a cabo y comercializada por otra persona. Así que el reto para aquellos que reciben su orientación Divina a modo de pensamiento, idea o revelación es aceptar que se trata de información que realmente podría ser la respuesta a sus plegarias.

Pongamos como ejemplo que has estado orando para recibir orientación y ayuda y así dejar tu trabajo y convertirte en trabajador autónomo. Luego recibes una idea relacionada con un negocio que además podría ayudar a otras personas y este pensamiento se repite en ti una y otra vez (dos características relacionadas con la orientación Divina verdadera). ¿Lo descartarías? Piénsalo. A todos les gustaría ser trabajadores autónomos, así que esto es claramente una ilusión que puede convertirse en realidad.

He descubierto que estas personas “sabelotodo” tienen la suerte de poder pasar parte de su tiempo lejos de sus oficinas y de sus ordenadores y disfrutar de una buena dosis de naturaleza y de aire fresco. Muchos individuos que pasan parte de su vida pensando, viven su vida centrados en el trabajo, creando una necesidad para el equilibrio en cuanto a su forma física, a sus actividades de ocio, a sus asuntos familiares, a su espiritualidad y a sus relaciones. Aunque inviertan un poco más de tiempo en estas cosas continuarán teniendo la mente clara para seguir las ideas que nacen en la Mente Infinita.

Sentido común frente a entendimiento

Aquéllos que prefieren un estilo de “reflexión” en lo que se refiere a la comunicación angelical quizá tengan un coeficiente intelectual (CI) superior al de la mayoría. Al fin y al cabo son ávidos lectores con un amplio abanico de intereses que los llevará a obtener unos porcentajes de CI superiores a los normales.

Un factor clave para explotar esta conciencia intelectual es ser capaz de distinguir cuando uno está discerniendo de cuando uno confía en su sentido común. Éstas son las diferencias más importantes entre estos dos comportamientos intelectuales que pueden determinar los resultados espirituales.

Pongamos, para empezar, un ejemplo relacionado con el consumo de cigarrillos. Probablemente eres consciente de todos los estudios que se han realizado y que relacionan el tabaco con varias enfermedades y riesgos para la salud. Discernir sería como decir: “No me atraen ni el tabaco ni los fumadores. No me importa el olor de los cigarrillos ni sus efectos”. El sentido común diría: “Fumar es malo. Los fumadores son malos”. ¿Ves la diferencia? Uno opera bajo la “Ley de la Atracción” y simplemente te pide que hagas honor a tus preferencias sin etiquetar ni condenar.

De la misma forma, cuando no estás segura si una idea está o no guiada Divinamente, presta atención a tus mecanismos internos de discernimiento. El viejo refrán “Si dudas, no lo hagas” tiene mucho sentido. Tu ordenador interno sabe si alguna cosa está conectada o no. Probablemente no necesites rechazar una idea en su totalidad, pero quizá debes reconsiderarla o comprobar ciertos elementos que forman esta idea.

Tal vez necesites buscar especialistas para que te ayuden en las áreas que desconoces. En caso de ser así, pide mentalmente a Dios y a tus ángeles que te guíen hacia estos individuos y verás con qué rapidez se presentan ante ti.

Esto mismo experimenté cuando sentí que debía escribir un libro cuyo tema era el “vegetarianismo”. Sabía que necesitaba encontrar a un colaborador que fuese un dietista oficialmente registrado, que además se inclinara por la espiritualidad y estuviera familiarizado con el vegetarianismo. Con toda mi fe, solicité encontrar a una persona con estas características a través de Dios. Tres semanas más tarde, una dietista certificada se presentó a uno de mis talleres. Había venido para oírme hablar ya que estaba totalmente inmersa en la enseñanza y la vida espiritual. —¡Ésta es la mujer que estoy buscando! — pensé. Cuánto más hablaba con Becky, más claro tenía que ella era la persona que estaba buscando y era la respuesta a mis plegarias. Actualmente, Becky y su esposo, Christopher, y mi marido, Steven, y yo somos grandes amigos. Nuestro libro, *Eating in the Light: Making the Switch to Vegetarianism on Your Spiritual Path* (Comer en la luz: conviértete al vegetarianismo en tu camino espiritual), lo publicó Hay House en el año 2001.

Modos más habituales en los cuales se manifiesta el conocimiento del saber o la claricognición.

A continuación siguen algunas de las maneras en las que quizás hayas recibido comunicación Divina a través de tus procesos de pensamiento:

- Conoces a una persona y de pronto te das cuenta que sabes cosas sobre ella sin haberla conocido antes.
- Tienes información sobre alguna cosa relacionada con un tema actual sin haberlo leído ni oído antes.
- Tuviste una premonición y viste cómo se iba a desencadenar alguna cosa (como por ejemplo: un negocio, un viaje o una relación)... y tuviste razón.
- Tenías una idea en cuanto a un negocio, a un libro o a un invento que te obsesionaba. Llevaste a cabo dicha idea y los resultados fueron favorables. O no hiciste caso de tu idea y más tarde supiste que alguien más la había tenido, la había llevado a cabo y había hecho una fortuna.
- Has perdido tu talonario, tus llaves o tu cartera y cuando le preguntas a los ángeles dónde puedes encontrar estas pertenencias perdidas, recibes de pronto un profundo conocimiento que procede de tu interior y que te dirige directamente hacia este objeto perdido.

La claricognición verdadera y divina es repetitiva y positiva. Te muestra formas en las que puedes mejorar tu vida y la de los demás. Su objetivo principal es la de prestar un servicio; si además una idea en concreto te hace rica y famosa, es un beneficio colateral pero NO es la motivación que se encuentra detrás del concepto en sí. De hecho, normalmente son estas ideas altruistas las que conllevan a la consecución de beneficios para sus inventores. Aquéllos que buscan algún interés personal en sus negocios, a menudo repelen a clientes o a posibles clientes ya que perciben los falsos valores que se encuentran tras una idea. Mi editora y tutora, Louise L. Hay, me contó una vez que su situación económica mejoró cuando empezó a centrarse en cómo podía ayudar a los demás en lugar de pensar en el provecho que sacaría de todo ello.

Cuando apliqué este mismo principio a mi vida, descubrí verdaderamente sus extraordinarias propiedades curativas ya que me sentí más feliz, prosperé en mi trabajo y aumentaron mis ingresos.

La claricognición verdadera te ayuda a hacer algo que realmente beneficiará a los demás, y de algún modo hará que las personas te busquen, bien como cliente, como patrocinador, como miembro de un público, editor, etc. Esta fuerza proviene del

Creador, Él conoce tu verdadero talento, tus pasiones y tus intereses y también sabe cómo estas características pueden ser utilizadas para ayudar a los demás. En tiempos bíblicos, el dinero era el “talento” y tú tienes talentos que puedes intercambiar por dinero.

La claricognición verdadera no trata de ondear un sueño bajo nuestras narices para luego burlarse de nosotros al intentar descubrir la forma en que se manifiesta. ¡No! Nos da instrucciones precisas y completas que podemos seguir. El truco está en recordar que Dios sólo nos enseña un paso a la vez. Recibimos esta información a través de pensamientos repetitivos (o sensaciones, visiones, palabras, según nuestra orientación espiritual) que nos piden que hagamos alguna cosa. Esta “cosa” normalmente no parece tener importancia: llama a esta persona, escribe esta carta, asiste a esta reunión, lee este libro... Si seguimos las directrices y completamos el primer paso, luego, del mismo modo, nos llegan las siguientes instrucciones para tomar el segundo paso y, siempre, paso a paso, Dios nos guía durante todo el camino hasta el logro de nuestro deseo. Nuestra voluntad es libre, así que podemos ignorar las directrices a seguir siempre que queramos, aunque la mayoría de la gente, si no completa uno de los pasos Divinos especificados, se bloquea, como si las ruedas de su coche estuvieran girando bruscamente sobre el barro.

Siempre formulo la misma pregunta a las personas que me cuentan que se han bloqueado: “¿Qué es exactamente lo que has recibido de forma constante y repetida y has ignorado?”. Y lo que la mayoría evita (debido al miedo que les produce experimentar un cambio en su vida) es el ingrediente básico que han estado buscando.

Los ángeles te dan ideas en respuesta a tus plegarias por encontrar orientación o guía. Recibes esta transmisión Divina en el momento en que tu mente es receptiva, por ejemplo, cuando estás soñando, haciendo ejercicios de meditación o incluso cuando estás mirando un programa o una película en la televisión (cuando tu mente tiende a ir con piloto automático). Te sentirás entusiasmada y revitalizada por las ideas de orientación Divina y es importante no contrarrestarlas con pensamientos pesimistas. La idea suena verdadera y sabrás, en el fondo de tu alma, que ¡eso es todo, no hay más! Por supuesto que cualquier idea puede fallar, ¡pero también puede triunfar! E intentarlo es lo que le da sentido a tu vida.

Si en el pasado has tenido alguna experiencia negativa al seguir tu intuición, es totalmente comprensible que ahora estés asustada. Quizás hayas decidido proceder con seguridad para evitar cambios mayores en tu vida. ¡Esto está bien siempre y cuando te sientas feliz con tu situación actual! Pero si alguna faceta de tu vida no está equilibrada, es natural que quieras subsanar la situación (al igual que Dios y los ángeles). A esto se le llama conseguir la “homeostasis”, que es el impulso instintivo para conseguir el equilibrio y que es común entre todos los seres vivos.

Escepticismo, pragmatismo y fe

Cuando se trata de fe, las personas claricognitivas tienden a vacilar. Cuando eres un pensador, es fácil pensar que te encuentras dentro de una caja de escepticismo. La fe parece ilógica y se fundamenta en muchos factores intangibles.

De todos modos, un buen científico siempre experimenta antes de llegar a una conclusión. Tanto si tu hipótesis se decanta por creer en los ángeles o no, tómate tu tiempo para poner la teoría a prueba. Por ejemplo, Dios y los ángeles oyen tus pensamientos (no te preocupes, no los juzgan), así que puedes invocar al Cielo sin llamar la atención de tus compañeros.

Mentalmente pide a tus ángeles que te ayuden en alguna faceta de tu vida personal o profesional. Luego, fíjate en el tipo de ayuda que recibes una vez hecha tu petición. Puede que se trate de una respuesta inmediata en forma de un fuerte impulso o de una idea, o puede ser de modo más tangible cuando una persona “simplemente aparece” y te entrega un artículo de periódico con la información que estabas buscando. Los dos ingredientes básicos en este experimento son:

- (1) pedir ayuda (la Ley de la Libre Voluntad evita que el Cielo te ayude sin nuestro permiso previo); y
- (2) darte cuenta de la ayuda que estás recibiendo.

Ser consciente de este tipo de ayuda es completamente distinto a participar en una gincana donde lo que se buscan son pistas. La falsa orientación es el resultado del empeño y la preocupación. La verdadera inspiración Divina llega fácilmente a ti en alas naturales de amor.

Creo que la mayoría de personas claricognitivas han tenido experiencias con sus seres queridos fallecidos en las que han sabido que sus abuelos, sus padres o cualquier otra persona querida estaba con ellos. Sin ver ni sentir la presencia de la persona fallecida, el claricognitivo tiene conocimiento de la proximidad de este ser amado. Este mismo tipo de conocimiento hace que las personas claricognitivas tengan otros aciertos psíquicos en lo que se refiere a su trabajo, su familia y su salud. Sin ser conscientes de cómo llegan a saberlo, los claricognitivos reciben información precisa y de gran ayuda.

Cuanto más aprendas a confiar y a seguir dicha información, más te beneficiarás de tu sistema de guía u orientación interna. Por ejemplo, tal vez se te ocurra la idea de abrir un nuevo negocio. Esta idea es infalible y te sorprende que no se te haya ocurrido antes. Sigues adelante con esta idea y se te abren todas las puertas: encuentras la ayuda económica necesaria, el lugar preciso, los socios adecuados, etc. El negocio pronto es un éxito y reconoces que la sabiduría Divina es la que te ha orientado.

El programa de Tutoría Espiritual

Hay muchos seres en el Cielo encantados de ayudarte, y no todos son tus ángeles guardianes. Algunos son personas normales que han fallecido y que desean con todas sus fuerzas enseñar y ayudar a todos los que aún estamos vivos. Muchas de estas personas son extremadamente talentosas y competentes y forman lo que se conoce como “El programa de Tutoría Espiritual”.

En la Tierra, un tutor es una persona competente en la especialización que hayas escogido y te da las herramientas, consejos, orientación y te inicia. El programa de Tutoría Espiritual funciona de forma parecida. Te asignan un tutor quien pasa su tiempo orientándote a través del proceso relacionado con la vocación u ocupación que hayas escogido.

Puedes trabajar con una persona famosa o con un individuo desconocido, pero fantástico, del mundo de los espíritus. La mayoría está encantada de transmitírte su conocimiento. Se sienten útiles ayudando a los demás, del mismo modo que tú disfrutas realizando trabajos sociales. Y no cobran por sus servicios, ¡así que puedes reunirte con ellos en tu casa y en pijama!

La primera vez que me guiaron para buscar un tutor, escogí a un autor específico a quien admiro enormemente (no me permite revelar su nombre porque cree que glorificaría su egopersonalidad). Así que mentalmente le pedí que me ayudara a escribir el libro *The Lightworker's Way* (El sendero del trabajador de la Luz). Rápidamente vino a mí. Aunque sólo podía verlo vagamente, notaba su presencia como si se tratara de una sensación o un conocimiento. Me sorprendió tanto el hecho de que este autor viniera a visitarme (estaba anonadada) que no supe qué decirle. Tartamudeé: –¡Tú... Tú... estás aquí!

Este autor luego me dijo: –Obviamente no estás preparada. Por favor, llámame cuando estés mejor preparada para trabajar conmigo.

En aquel momento justo había empezado a dar lecturas psíquicas a varias personas famosas a quienes respetaba enormemente. Me di cuenta que mi admiración por su trabajo me intimidaba. Con estas personas actuaba de forma distinta y no me comportaba de igual manera que cuando estaba con personas “normales”. Esto me preocupaba porque sabía que se trataba de un tema del ego. Significaba que a las personas famosas las veía como a seres “superiores” a mí o, en otras palabras, como si estuvieran en una onda distinta a la mía.

Así que pedí a Jesús y a los arcángeles que se presentaran en mis sueños y que disiparan cualquier cosa de mi ego que me hiciera pensar que alguien era superior o inferior a mí. ¡Como siempre, se hizo con mucha rapidez! Por la mañana, noté un cambio. No sé explicar cómo ocurrió. Únicamente puedo decir que ocurrió. A partir de entonces, no me siento intimidada por las personas a quienes admiro.

Desde ese momento, he pedido a otros tutores que me ayuden. Una vez estaba

haciendo footing y de pronto sentí un dolor agudo al lado de mi estómago (una punzada). Enseguida pedí ayuda y me sorprendí gratamente cuando un hombre del mundo de los espíritus se acercó a mí. Lo reconocí, se trataba de Jim Fixx, autor del último libro de *The Complete Book of Running* (El libro completo del atletismo). Me pidió que al correr me concentrara en mantener equilibrada la parte superior de mi cabeza en lugar de moverla de un lado para otro, y de este modo extendería la longitud y las zancadas serían más suaves. Cuando dejé de lado mi propio estilo, es decir, cuando dejé de mover la cabeza de un lado para otro, la punzada desapareció y no me ha vuelto a ocurrir. Jim también me ayuda con la resistencia y la velocidad mientras corro.

He enseñado a muchos de mis oyentes el programa de Tutoría Espiritual y la mayoría ha “adoptado” con éxito un tutor en el Cielo. Algunos de estos tutores son inventores famosos, escritores, sanadores y músicos que han fallecido. Por ejemplo, un estudiante de medicina de Chicago escribe cartas a Albert Einstein y recibe orientación, un cantautor de Atlanta se escribe con John Denver a través de la escritura automática, y un arquitecto del Medio Oeste habla con Michelangelo para inspirarse.

Para participar en el Programa de Tutoría Espiritual, simplemente piensa en un ser con quien te gustaría cartearte. Si no se te ocurre a nadie en concreto, pídele a Dios y a los ángeles que te asignen a una persona que sea experta en algún campo en concreto (al igual que yo hice cuando corría).

Luego, aunque no puedas oír, ver, o notar la presencia de tu nuevo tutor, fórmale una pregunta. Escribe esta consulta en un papel o introdúcela en tu ordenador o máquina de escribir, piensa en ella o repítela en voz alta. El tutor oírás tu pregunta sin importar cómo la formules.

Fíjate en las respuestas que recibes en forma de pensamiento, palabras, sensaciones o visiones. Es aconsejable escribir la pregunta y las respuestas, como si se tratara de un interrogatorio. (En la página 220 se explica más ampliamente cómo funciona la “escritura automática”).

Tanto si consideras que los mensajes que te llegan de tus tutores espirituales son literales o figurados, verás que si escribes tus preguntas y luego anotas las respuestas que recibes (en forma de pensamiento, palabras, sensaciones o visiones), se te abrirán nuevas ideas y pensamientos creativos.

Cómo aumentar tu claricognición

Ya que la claricognición puede surgir sutilmente a modo de pensamiento o de idea, es fácil pasar por alto este método de alto nivel por el cual el Cielo se comunica con nosotros. Quizá desestimes una idea inspirada por lo Divino porque no la has reconocido como respuesta a tus plegarias; a lo mejor la has confundido por un vago pensamiento o por una ilusión.

Las personas claricognitivas también ignoran la orientación Divina porque creen que lo que saben resulta obvio para todos. Piensan que “¡Todo el mundo sabe esto!”, y por ello no se aventuran a hacer realidad las brillantes ideas que reciben. Tampoco ayuda mucho el hecho de que muchas personas claricognitivas se les ha tomado el pelo por ser sabelotodos, así que dudan a la hora de hablar de ello por temor a quedar en ridículo. Aún así, esta etiqueta tiene un fondo de verdad, ya que las personas claricognitivas están bastante conectadas al inconsciente colectivo.

Así que es importante prestar atención a lo que entra en tu mente, incluyendo los pensamientos repetitivos y también las ideas innovadoras. La orientación Divina puede producirse como una sugerencia que te va insistiendo repetidamente y también como una inspiración que de pronto te alumbra.

Una de las mejores maneras de prestar atención a este modo de orientación es llevar un registro diario de las conversaciones que tienes contigo misma relacionadas con tus pensamientos y tus ideas. El formato de este diario puede ser como el de una entrevista con tu Yo Supremo, quizás anotando cada pregunta y cada respuesta; de este modo, te será más fácil llevar esta información inconsciente a tu conciencia.

Cuando recibas una respuesta, no la cuestiones; deja que tus pensamientos y tus ideas se expresen. Pregúntale: “¿Qué intentas decirme?”. Acaso sea una idea del tipo “Esta persona que acabo de conocer no parece ser honesta”. O puede que sea una idea inspirada que te ayude a conocer la verdad sobre un principio espiritual, o una fuerte lluvia de ideas para un nuevo negocio que no puedes dejar pasar.

Si llevas un diario, podrás valorar los patrones y la exactitud de tus pensamientos y de tus ideas. Poco a poco serás más consciente de lo que realmente es la inspiración Divina. Probablemente más de una vez habrás ignorado tus pensamientos y luego te habrás dicho: –¡Sabía que esto iba a ocurrir!.– Tus éxitos y tus errores te enseñan tanto a confiar como a seguir tus instintos.

También he observado que mucha gente que se centra en la reflexión (al contrario de las personas que se centran en sus sensaciones, su vista u oído) suele ser adicta al trabajo. A menudo se encierran en sus oficinas y se atan a sus sillas delante del ordenador. Está muy bien trabajar siempre y cuando uno encuentre el momento de estar al aire libre. Aún así, muchas veces recomiendo a las personas claricognitivas que salgan y disfruten de la naturaleza. ¡Les parece extraño salir de lo que ya les es conocido! Una vez en el exterior descubren que el aire fresco, las plantas y los árboles les ayudan a agudizar sus sensaciones psíquicas y se abren a la inspiración Divina siendo más

conscientes de ella.

La paz que encontramos en el exterior hace que podamos oír mejor nuestros pensamientos y que tomemos nota de nuestras nuevas e inteligentes ideas. Al dejar espacio en nuestra agenda para recrearnos, descansamos del mundo de los relojes y de los teléfonos y somos más conscientes del ritmo interior de nuestros cuerpos, y de toda la naturaleza en general. Además, el hecho de pasar tiempo al aire libre nos ayuda a ser conscientes del ritmo de la vida y a seguirlo. Cuando volvemos a nuestras oficinas somos más perspicaces y sabemos cuál es el mejor momento para realizar esta llamada, enviar este e-mail o intervenir en esta reunión. Nuestro tiempo al aire libre puede inspirarnos a librarnos completamente de nuestra oficina y a forjarnos una profesión que se ajuste mejor a los deseos de nuestro corazón.

La verdadera y la falsa claricognición

Algunas personas son escépticas en cuanto a seguir su intuición porque en el pasado lo hicieron y las cosas no les salieron como ellos deseaban. Quizá tuviste una magnífica idea, pero cuando la llevaste a cabo todo empeoró, así que ahora eres reticente a la hora de confiar de nuevo en tus ideas. Normalmente, estas situaciones implican dos tipos de patrones:

1. La idea inicial surge a raíz de la inspiración Divina, pero más tarde nos puede invadir el miedo y hacer que nos desviemos de nuestro camino. La orientación divina nos envía la idea original, que siempre surge del amor, pero en algún lugar del camino nos asustamos. Este miedo bloquea nuestra receptividad y nos impide seguir adelante; nos desviamos de nuestro camino original, lo que provoca que surjan comportamientos y tomemos decisiones procedentes del ego. Cuando nos asociamos con nuestro ego, inevitablemente nos dirige hacia la infelicidad y los errores.

Por ejemplo, una mujer que conozco que se llama Bernice tuvo la gran idea de empezar un negocio desde su propia casa como entrenadora personal. La idea parecía perfecta, ya que ofreciendo este servicio podía ayudar a los demás en una actividad que a ella le gustaba y además le permitiría quedarse en casa con su pequeña y ganar un poco de dinero. Así que Bernice dejó su trabajo y empezó su nueva aventura desde su casa. Durante el primer mes, cinco personas acudieron a ella, lo que le dio a Bernice el dinero suficiente como para pagar sus facturas y además le quedaba algún dinero extra.

Aún así, Bernice estaba preocupada y se preguntaba si este éxito inicial continuaría. “¿Dónde encontraré a mis nuevos clientes?”. Tras reflexionar sobre su futuro durante varios días, Bernice decidió anunciarse en varios periódicos. También hizo folletos a todo color y tarjetas de visita, lo que los gastos de su inversión ascendieron considerablemente, pero Bernice decidió que era necesario porque necesitaba “gastar dinero para ganar dinero”.

Al mes siguiente, Bernice sólo tuvo una nueva cliente. Estaba aún más preocupada e invirtió más dinero en publicidad, pero nada de lo que hacía parecía funcionar. Al cabo de cuatro meses Bernice decidió volver a su trabajo anterior para asegurarse un sueldo fijo.

“¿Qué ha ocurrido?”, se preguntaba. Si examinamos su situación, nos daremos cuenta que Bernice verdaderamente recibió orientación Divina al empezar su negocio y, en sus inicios, tuvo suerte ya que conseguía el dinero suficiente como para pagar sus facturas y además le sobraba también algo de dinero. Las cosas empezaron a ir mal cuando el miedo se apoderó de Bernice y cuando ella empezó a forzar la situación por medio de la publicidad equivocada y de las compras innecesarias. Sus gastos aumentaron y sus ingresos disminuyeron porque en lugar de escuchar las palabras de ánimo y de guía del Yo Supremo, escuchó los temores de su ego.

2. En lugar de reconocer nuestra orientación Divina, forzamos los acontecimientos o escuchamos las opiniones de los demás e ignoramos a nuestro maestro interno. A veces nos gusta oír lo que queremos oír, así que pensamos: “bien, ésta es la persona adecuada”, aunque nuestra intuición (y nuestros mejores amigos) nos digan lo contrario. O acaso creamos que Dios quiere que dejemos nuestro trabajo y nos traslademos a Sedona, Arizona, cuando tenemos aquella sensación en nuestras entrañas que nos impulsa a realizar un paulatino cambio profesional. En algunos casos, traicionamos nuestra intuición y hacemos algo que va en contra de nuestros propios intereses, porque alguien muy tenaz nos ha convencido de ello.

La verdadera y falsa orientación claricognitiva

¿Cómo sabemos entonces si una idea procede de la inspiración Divina o, por el contrario, lo único que conseguiremos es perder el tiempo? En el capítulo 4 he expuesto las diferencias entre la orientación verdadera y la falsa. En lo que se refiere a pensamientos, ideas y revelaciones se deben tener en cuenta las siguientes características.

- **Consistencia.** La orientación verdadera es repetitiva y la idea va a permanecer en ti durante bastante tiempo. Aunque esta idea se vaya formando, en cuanto a detalles y aplicación, la idea central continúa siendo la misma. La orientación falsa modifica constantemente su curso y su estructura.
- **Motivación.** La orientación verdadera está motivada por un deseo de mejorar una situación. El objetivo de la orientación falsa es ser rico y famoso. Aunque la orientación verdadera puede brindar estas recompensas, son beneficios colaterales y no el propósito principal de la idea.
- **Tono.** La orientación verdadera es inspiradora, motivadora y alentadora. Te anima a decir “¡Puedes hacerlo!”. La orientación falsa, por el contrario, hace que tu confianza se rompa en pequeños trozos.
- **Origen.** La orientación verdadera aparece rápidamente, como un rayo, en respuesta a tus oraciones o a tu meditación. La orientación falsa aparece lentamente, en respuesta a tus preocupaciones. Cuando tengas una idea, vuelve atrás y examina los pensamientos que has tenido antes de que la idea surgiera. Si tenías alguna preocupación, quizá tu ego haya evocado un plan de rescate; pero si estabas tranquilamente meditando, tu Yo Supremo ha tenido el espacio suficiente como para conectar con tu inconsciente Divino colectivo y dejarte una idea brillante.
- **Familiaridad.** Una idea que surge de tu orientación Divina y verdadera, generalmente se ajusta a tus tendencias naturales, talentos, pasiones e intereses. La orientación falsa normalmente contiene consejos “que surgen de modo desprevenido” y que implican actividades que realmente no te interesan.

Si te fijas en estas características, puedes aumentar tu fe en las ideas que debes seguir. Sabrás que te encuentras en el buen camino y pondrás todo tu empeño para conseguir el éxito. Un nivel de confianza equilibrado significa tener pensamientos claros y con un enfoque preciso y conllevará a una manifestación rápida.

Si mezclas tu claricognición con la capacidad de oír la voz de lo Divino, de lo que se hablará en el próximo capítulo, entonces el proceso de elaboración de la idea se realizará

a un alto nivel.

Capítulo 7

CÓMO OÍR A TUS ÁNGELES

Pienso que es irónico que una antigua psicoterapeuta, que trabajaba en las dependencias de un psiquiátrico, enseñe ahora ¡cómo oír voces! Aún así, al escuchar la voz de Dios y de los ángeles oímos el sonido más sano que jamás hayamos escuchado. Nos muestra amor en la cara del caos y nos sugiere soluciones lógicas cuando surge un reto.

Oír la voz del Espíritu se llama clariaudiencia o sonido claro. En este capítulo, hablaremos de lo que realmente es y de cómo aumentar su volumen y claridad.

Modos más habituales en los que oyes la Voz del Cielo

Existen muchas posibilidades de que alguna vez a lo largo de tu vida hayas oído a tus ángeles o a otros seres espirituales hablar contigo. ¿Te ha ocurrido alguna de estas situaciones?:

- Al despertar oyes cómo una voz incorpórea te llama por tu nombre.
- Surge de la nada una preciosa música celestial.
- Oyes repetidamente una misma canción, en tu cabeza o en la radio.
- Un fuerte sonido agudo se produce en una oreja.
- Oyes por casualidad una conversación en la que una persona desconocida dice exactamente lo que necesitas oír.
- Por casualidad enciendes la televisión o la radio en el preciso momento en que se está produciendo un debate importante.
- Oyes la voz de un ser querido fallecido en tu mente, en un sueño o fuera de tu cabeza.
- Sientes que un ser querido pide ayuda y descubres que en ese mismo instante esta persona con la que estabas pensando necesitaba ayuda.
- Suena el teléfono o llaman a la puerta pero no hay nadie. Notas cómo tu ser querido fallecido intenta llamar tu atención.
- Una voz incorpórea te avisa o envía un mensaje.
- Buscas algo que has perdido, pides ayuda y luego oyes una voz que te indica dónde localizar este objeto.

Las contestaciones surgen como respuesta a tus preguntas

Dios y los ángeles nos hablan al responder a nuestras peticiones, así que podemos entablar una conversación formulándoles una pregunta.

Una vez quise saber por qué ciertas facciones cristianas promovieron la idea de que era beneficioso “temer a Dios”. No podía entender por qué alguien podía temer a nuestro Creador ni por qué una persona podía aspirar a temer a Dios. Así que pedí a mis ángeles que me ayudaran a comprender esta creencia. Nada más formular la pregunta, busqué alguna emisora en la radio del coche y el buscador se detuvo en una donde daban una charla cristiana. En aquel preciso momento, el presentador empezó a explicar la razón por la cual los cristianos “deberían” temer a Dios. No estuve de acuerdo con el mensaje, pero estaba muy agradecida por haber recibido la respuesta a mi pregunta... sobretodo por la rapidez con la que la obtuve.

¿Quieres formular alguna pregunta o deseas que te orienten sobre algún aspecto de tu vida? Aprovecha ahora la ocasión y mentalmente fórmale a Dios y a los ángeles tu pregunta. Contén la intención de entregar esta pregunta al Cielo y confía en que recibirás una respuesta. ¡Aunque ahora mismo no oigas la respuesta que te dan los seres Divinos, puedes estar segura de que definitivamente te han oído!

Deberías recibir una respuesta auditiva a tu pregunta en un par de días. A veces oirás la respuesta en forma de canción. Quizá notes que una melodía suena en la radio o en tu mente una y otra vez. La respuesta a tu pregunta puede estar en la letra de esa canción. O, si la canción te recuerda a alguien, podría ser un mensaje en el que te dice que esta persona (viva o muerta) está pensando en ti.

Normalmente cuando oímos voces que te llaman por la mañana significa que nuestros ángeles o guías simplemente quieren saludarnos. Les es más fácil enviar este saludo tan pronto como te levantas, porque nuestra mente lúcida está más abierta a la comunicación espiritual. Además, recordamos mejor los mensajes cuando estamos medio despiertos que cuando estamos totalmente dormidos. Si aparte de saludarnos quieren decirnos cualquier otra cosa, lo especifican también en su mensaje. Así que cuando oigas tu nombre, no te preocupes, ya que simplemente es un saludo cariñoso para que sepas que alguien está pendiente de ti.

Si tras formular una pregunta al Cielo no recibes ninguna respuesta, quizá se te ha pasado por alto, o tal vez no quieres oír la información que el Cielo te está enviando porque en algún momento del pasado no valoraste la orientación que quisieron transmitirte y te bloqueas y no aprecias la respuesta que te está llegando. Sigue repitiendo la pregunta hasta que obtengas la respuesta. Pídeles a los ángeles que te ayuden a oír, y al final lo conseguirás.

Una estudiante de consejera espiritual mía, llamada Tienna, estaba frustrada porque había asistido a mi curso de desarrollo psíquico durante tres días y aún no había oído a sus ángeles. Tienna se quejaba que durante las lecturas de ángeles, sólo oía de forma

entrecortada mensajes de una o dos palabras. Por ejemplo, daba una lectura a una compañera de clase y oyó las palabras tío y accidente de coche en su oído.

Tiena se quejaba y decía: -¡Necesito oír más que una o dos palabras! Quiero tener una conversación con Dios y con los ángeles.

Pedí ayuda a los ángeles de Tienna y los escuché decirle: Simplemente quédate en la clase, Tienna. Con perseverancia y paciencia, pronto nos oirás. Transmití este mensaje a Tienna.

Al quinto día de nuestro curso, Tienna se acercó a mí muy entusiasmada: -Los he oído, los he oído –me dijo. Había experimentado clariaudiencia exactamente del modo que sus ángeles le habían predicho: a través de su perseverante intención de oír y de su paciencia por no rendirse. A partir de ese día, Tienna tuvo conversaciones auditivas en toda regla con sus ángeles, quienes le orientaron de forma personal y le facilitaron información para sus clientes.

Zumbido en los oídos

Muchos trabajadores de la luz dicen oír un sonido agudo en un oído. Es un sonido agudo que puede ser doloroso y molesto. Cuando el médico los examina descarta la posibilidad de que sufran tinitus (una alteración del nervio auditivo) y probablemente sea porque este zumbido que oyen no es de origen físico; se trata de fragmentos de información codificada en impulsos eléctricos. El Cielo descarga las directrices, la ayuda y la información a través de esta banda ancha, que suena como un módem conectado a Internet.

A veces este zumbido va acompañado de una sensación punzante o de tirantez del lóbulo de la oreja. Esto ocurre cuando los ángeles y los guías quieren llamar tu atención. No es necesario que entiendas conscientemente el mensaje codificado que se encuentra en el sonido zumbante, sólo necesitas comprometerte a recibirlo. La información se almacenará en tu inconsciente, donde influirá positivamente tus acciones, asegurándose de que no aplazas tu misión como trabajador de la luz.

No te preocupes, ya que este zumbido no puede proceder de una fuente inferior u oscura ya que el mismo zumbido sólo lo produce la frecuencia energética de la información codificada que surge de un lugar elevado de amor Divino. Las fuerzas inferiores no serían capaces de trabajar con una frecuencia tan elevada.

Este sonido es realmente una respuesta a tus plegarias sobre tu misión en la vida. Si es demasiado fuerte, doloroso o molesto, pide mentalmente a tus ángeles que no te hagan daño y que bajen el volumen. La información seguirá transmitiéndose pero con una frecuencia más baja. Si el lóbulo te duele, coméntales estas molestias a tus ángeles y a tus guías y pídeles que paren.

Cuando pedí a mis ángeles y guías que bajaran el volumen de este zumbido para que el lóbulo no se sintiera, no me molestaron más con tonos graves y cesó el dolor de oído. A los ángeles realmente no les ofenden nuestras peticiones. Necesitan que les transmitamos información para saber cómo pueden ayudarnos mejor.

¿Cómo sé con quién estoy hablando?

Si te preocupa la verdadera identidad de una voz que te esté hablando, simplemente pídele a tu “comunicante” que se identifique. Si no crees o no confías en la respuesta que recibes, pídele al ser espiritual que te muestre su identidad. Verás que dicho ser dirá o hará alguna cosa que removerá emociones hermosas en ti o dirá o hará alguna cosa que sólo este ser en particular pueda hacer o decir.

A continuación siguen algunas pautas:

- La voz de Dios suena muy grave, pero hasta cierto punto suena cordial e informal, con un buen sentido del humor y con un lenguaje moderno.
- Los arcángeles hablan muy fuerte. Su lenguaje es formal y directo. Hablan mucho sobre el amor Divino, nuestra misión, nos ayudan a superar nuestras dudas, miedos y dilaciones.
- Los ángeles hablan un lenguaje shakespeariano, muy arcaico y formal.
- Nuestros seres amados fallecidos suenan igual que lo hacían cuando estaban vivos, aunque sus voces pueden parecer más potentes y jóvenes. Utilizan el mismo vocabulario y el mismo estilo de cuando estaban vivos.
- Nuestro Ser Superior suena como nuestra propia voz.
- El ego aparece como abusivo, desalentador, paranoico y deprimente. Empieza las frases con la palabra Yo porque es egocéntrico.

Cómo aumentar tu clariaudiencia

Por naturaleza, todos somos psíquicos, y con ello se incluye la clariaudiencia y todas las otras palabras derivadas de “clari”. De todos modos, a menudo nos encontramos que cada persona posee un canal primario de comunicación Divina. Algunos individuos son auditivos por naturaleza, y en lo primero que se fijan cuando conocen a alguien es en el sonido de su voz.

Otros son visuales, y en lo primero que se fijan es en la apariencia, el movimiento y en los actos de las personas que van conociendo. Aquéllos que se concentran en las sensaciones se fijan en cómo les hacen sentir sus nuevas amistades en el momento de tener contacto con ellos o incluso notan las sensaciones que les produce el tejido de su ropa. Las personas que se centran en el pensamiento son conscientes de si una persona nueva es inteligente, interesante, si podrá asesorarle en su profesión o si sabe utilizar el sentido de su lógica.

Este hecho es parecido a un motor de cuatro cilindros. Los cuatro cilindros funcionan y todos son importantes por igual; pero uno de los cilindros dispara antes que los otros. Tu “clari” principal mueve el motor de tu orientación Divina.

Si por naturaleza eres una persona auditiva, estás oyendo la voz de Dios y de tus ángeles; pero si éste no es tu canal principal de comunicación Divina, quizá te cueste reconocer la voz del Cielo. A lo mejor has leído sobre las experiencias que han tenido otras personas que recibieron avisos o mensajes de sus ángeles y te preguntes ¿Por qué mis ángeles no me hablan? A continuación encontrarás varios métodos que pueden ayudarte a oír la Voz de lo Divino de forma alta y clara:

- **Despeja el chakra del oído.**

Tal y como hemos dicho con anterioridad, cada una de las sensaciones psíquicas las rige un centro de energía chakra. La clarisensación (sensación), la regula el chakra del corazón; la claricognición (pensamiento) está conectada con el chakra de la corona, y la clariaudiencia (oído) está relacionada con las dos chakras de los oídos. En el siguiente capítulo hablaremos de la conexión del chakra del tercer ojo con la clarividencia (vista).

Los chakras de las orejas están situadas dentro de nuestra cabeza por encima de las cejas. Parece que son de un color rojo violeta. Imagina dos discos rojo violeta dando vueltas que siguen la dirección de las agujas del reloj por encima de tus cejas. Visualízate o siente cómo les mandas haces de luz blanca que los ilumina desde el interior. Fíjate cómo se van aclarando y se van haciendo más grandes. Repite esta técnica cada día o siempre que sientas que tu audición psíquica está colapsada.

- **Libera restos psíquicos.**

Si te han insultado o has utilizado palabras de desaprobación, tus chakras de los oídos probablemente están contaminados con toxinas procedentes de las palabras negativas que te han dirigido. Pide mentalmente a tus ángeles que te rodeen con su energía reconfortante. Puedes liberar la negatividad contenida en tus chakras de los oídos escribiendo los nombres de aquellos que verbalmente te han insultado (incluyéndote a ti misma) y luego coloca el papel en un recipiente de plástico con agua y ponlo en el congelador, inmediatamente te sentirás liberada, (por cierto, es un método magnífico para liberar cualquier problema).

- **Reabre frecuencias desconectadas.**

Cuando eras pequeña ¿no desconectaste alguna vez de la voz de tu madre, de tu padre, de tu profesor o de cualquier otra persona, incluyendo la tuya? Quizá de pequeña tu único mecanismo de defensa disponible era cerrarse a las quejas incesantes o a las palabras desagradables. El problema es que tal vez desconectaste también todas las demás voces que se encontraban en la misma frecuencia que bloqueaste. Así que es posible que te cueste oír una Voz Divina que está en la misma frecuencia o tono que la de tu madre, por ejemplo. Es posible que no oigas la voz de tu Yo Supremo si hace tiempo desconectaste tu propia voz.

Afortunadamente, simplemente puedes “cambiar de opinión” para reabrir tus oídos psíquicos y espirituales a todas las frecuencias. Ya que tu intención de desconectar el sonido fue el origen del bloqueo, simplemente haz otra intención para ahora oír todo tipos de frecuencias.

- **Aumenta tu sensibilidad al sonido.**

Cada día dedícale un tiempo a fijarte en los sonidos que te rodean. Por ejemplo, fíjate en el canto de los pájaros, en el reír de los niños y el sonido de los coches cuando pasan. Fíjate también en los sonidos que acompañan a comportamientos cotidianos, como pasar las páginas de un libro, escribir una nota o respirar. Si prestas atención a los sonidos sutiles y no tan sutiles que te rodean, aumentará tu sensibilidad y podrás distinguir mejor las voces de los ángeles y de tus guías.

- **Protege tus oídos.**

Al aumentar la sensibilidad de la frecuencia acústica, notarás que los ruidos fuertes te molestan más que antes. Necesitarás taparte tus oídos cuando estés en un avión y estés aterrizando y deberás evitar los asientos de primera fila en los conciertos de rock. También pedirás a tus amigos que no hablen tan fuerte por teléfono; cuando vayas a un restaurante pedirás una mesa que no esté cerca de un grupo de amigos, y te asegurarás que las habitaciones del hotel al que vayas estén lo más alejadas posible del ascensor o de las máquinas de limpieza.

- **Pregúntale a tus ángeles.**

Los ángeles de algunas personas son bastante callados y algunos guías espirituales son introvertidos. Al igual que cuando conversas con un ser vivo, no te preocupes si debes pedir a la persona con la que estás hablando que hable un poco más fuerte. Nuestros amigos celestiales realmente quieren comunicarse contigo y necesitan nuestros comentarios que los ayude a guiarlos para que sepan cuál es el mejor modo de hacer que sus voces se oigan.

Mi madre, Joan Hannan, tenía dificultades para oír a sus ángeles y a sus guías, así que les pidió que hablaran más alto, pero aún así no los podía oír, así que mi madre dijo con voz fuerte: “Por favor, hablad más alto”. Luego oyó la voz de mi abuela decir con claridad: “¡Estoy aquí!”. Mi bisabuela parecía que le dijera: “No hace falta que me grites, estoy a tu lado y te oigo perfectamente!”.

Siempre estás en control de la comunicación Divina y, si quieres que el Cielo baje el volumen o la intensidad de sus mensajes auditivos, deberás pedirselo. En el siguiente capítulo, explorarás el mundo de la clarividencia y veremos distintos modos que te ayudarán a ver a los ángeles y a enviar mensajes al Cielo.

Capítulo 8

CÓMO VER A TUS ÁNGELES

Los ángeles desean contactar con nosotros visualmente tanto o más que nosotros con ellos. Nos ayudan a comunicarnos con ellos dándonos muestra de su presencia. Mis libros *Angel Visions* (Visiones de ángeles) y *Angel Visions II* (Visiones de ángeles II), ambos publicados por Hay House, contienen docenas de historias sobre personas que han visto a los ángeles.

Cómo vemos a los ángeles

Varios de mis estudiantes de desarrollo psíquico erróneamente creen que clarividencia significa ver a los ángeles como figuras opacas y distintas que parecen tan tridimensionales como los seres vivos. Creen que sus visiones se producen en el exterior de sus cabezas y no en su imaginación.

Aún así, la mayoría de ejemplos de clarividencia son como fotos mentales que vemos cuando soñamos despiertos o durante nuestros sueños nocturnos. Porque la imagen esté en tu imaginación no significa que sea menos real o menos válida. Cuando esto se los explico, a menudo exclaman “¡Oh, así que después de todo vemos ángeles!”.

Con una clara intención y con práctica, la mayoría de la gente puede desarrollar la capacidad de ver a los ángeles fuera de su esfera mental y con los ojos abiertos. En otras palabras, son capaces de mirar a la persona y ver a un ángel con toda claridad sobrevolando sus hombros. De todos modos, los clarividentes principiantes normalmente deben cerrar los ojos mientras “escanean” a alguien. Luego en su imaginación, ven las imágenes de los ángeles guardines de la persona en cuestión.

Algunas personas ven luces o colores en las etapas iniciales de su clarividencia; otras ven visiones fugaces de la cabeza o de las alas de un ángel. Algunas ven a los ángeles translúcidos e incoloros u opalescentes con toques brillantes; y otros los ven como seres completos con el cabello de un color intenso y con ropa.

Tras una etapa estresante o después de orar intensamente, algunas personas tienen encuentros con ángeles, como si se tratara de una aparición. Con los ojos bien abiertos y completamente despiertos, algunas personas los ven, tanto en forma humana como en la tradicional forma angelical, con alas y túnicas. El ángel está claramente allí. Los que experimentan este encuentro pueden incluso tocarlo u oírlo y no se dan cuenta de que no se trata de un ser humano hasta que desaparece.

Orbes en las fotografías

Más recientemente los ángeles han aparecido como orbes en las fotografías. ¡Si deseas tener pruebas de seres angelicales, ahora puedes encontrarlas en las fotografías! Al revelar las fotos, las imágenes aparecen como globos de luz blanca. Las hadas suelen aparecer en las fotos que se toman al aire libre y son como orbes con los colores del arco iris que se mueven entre los campos y los bosques.

El mejor modo de fotografiar estos orbes es tomando una instantánea de un recién nacido o de una persona con mente espiritual; también puedes intentar sacar una foto cuando estés en un taller de metafísica, sobre todo si el tema que se trabaja está relacionado con los ángeles. Encontrarás docenas de estos orbes al revelar las fotos.

Al igual que con cualquier otra petición dirigida a tus ángeles, mentalmente pídeles que aparezcan en la película cuando tires la foto. Las nuevas cámaras digitales van extremadamente bien para capturar imágenes de los ángeles.

Otras visiones de los ángeles

Otros modos de ver a los ángeles:

- **A través de los sueños.**- El doctor Ian Stevenson de la Universidad de Virginia ha catalogado miles de casos de “visitas en sueños” en los cuales las personas han interactuado con sus seres queridos fallecidos o con ángeles mientras dormían. El doctor Stevenson dice que la “intensidad de la vivencia” es la característica que distingue los simples sueños de las verdaderas visitas.¹ Durante estas visitas, los colores son muy vivos, las emociones intensas y la sensación es más que real. Al despertar, la experiencia perdura más tiempo que la de un simple sueño. Quizá después de varios años aún recuerdas detalles explícitos.
- **Luces angelicales.** Ver centellos o ráfagas de luz indica que los ángeles están cerca.
Cuando los ángeles se mueven por tu campo de visión ves cómo generan energía; es como ver un coche sacar chispas. Se trata de fricción y significa que tu visión espiritual se ajusta para ver las ondas de energía. Las luces de colores emanan de los arcángeles y de los maestros ascendidos (en mi libro *Angel Medicine* (Medicina angelical), nombro los distintos arcángeles con sus respectivos colores del aura). La luz blanca evidencia la presencia de los ángeles. Aproximadamente la mitad de mis seguidores de todo el mundo ven regularmente estas ráfagas de luz. Muchas personas no quieren admitirlo públicamente porque piensan que al verlo están alucinando, pero no es así. Ver la luz de los ángeles es una experiencia muy real y normal.
- **Niebla coloreada.** Ver la niebla verde, púrpura o de otro color es señal de que te encuentras ante la presencia de ángeles y de arcángeles.
- **Nubes de ángeles.** Mirar al cielo y distinguir una nube en forma de ángel es otro modo de dar a conocer que los seres Divinos están contigo.
- **Ver señales.** Encontrar una pluma, una moneda, un reloj parado o notar que los objetos de tu casa se han movido; ver luces parpadear o darse cuenta de otras rarezas visuales, es una señal para que sepas que un ángel te está diciendo: “Hola, estoy aquí”. Los seres queridos fallecidos a menudo avisan de su presencia enviando pájaros, mariposas, polillas o flores específicas.
- **Tener una visión.** Ver una película mental que te facilita información verdadera sobre una persona o situación, o que te guía en relación a tu propósito de vida o a algún cambio, es una señal de estar ante la presencia de los ángeles. Es como vislumbrar una breve imagen de algo simbólico.

Por ejemplo, cuando me encuentro con un trabajador social, inevitablemente “veo” un gorro de enfermera sobre su cabeza. Los ángeles a menudo nos transmiten esta información, sobre todo cuando nos estamos esforzando por hacer del mundo un lugar mejor.

Siete pasos para abrir nuestro Tercer Ojo

Un centro de energía entre nuestros dos ojos físicos, conocido como el chakra del Tercer Ojo, regula la cantidad y la intensidad de nuestra clarividencia. Abrir el Tercer Ojo es esencial para ver el mundo espiritual a través del velo.

A continuación se detallan los siete pasos para abrir tu chakra del Tercer Ojo:

1. Primero debes decirte a ti misma con firmeza: “Ver es seguro, no corro ningún peligro”. Repítelo varias veces, y si notas algún miedo o tensión al decirlo, respira profundamente. Con cada exhalación imagina que al soplar expulsas lo que te preocupa con relación a ser clarividente (a continuación encontrarás más información sobre cómo liberar los miedos).
2. Sujeta un cristal de cuarzo y sostenlo en tu mano dominante (la que utilizas para escribir). Imagina un rayo de luz blanca que procede de lo más alto y que se introduce en tu cristal. Mantén la intención de que esta luz blanca limpie el cristal de cualquier negatividad que pueda haber absorbido.
3. Alza el cristal, aún con tu mano dominante, justo hasta la hendidura de la frente, entre las dos cejas. Mueve el dedo mayor o dedo del corazón de manera que señale, a través del cristal, hacia tu tercer ojo.
4. Luego coloca el dedo mayor de tu mano no dominante (la mano con la que normalmente no escribes) hasta el punto más alto de la parte posterior de tu cabeza.
5. Imagina que un brillante y potente relámpago procedente del dedo mayor de tu mano dominante atraviesa tu tercer ojo para acabar en tu dedo mayor de la mano no dominante. Es como hacer un circuito eléctrico: con tu mano dominante envías la energía y con tu mano no dominante la recibes. Al pasar la energía por tu cabeza, limpia las impurezas psíquicas y despierta tu Tercer Ojo. Este proceso normalmente tarda de uno a dos minutos en realizarse y acaso sientas un poco de presión en tu cabeza, puedes notar que la temperatura de tus dedos aumenta y un hormigueo en tus manos. Son sensaciones normales que proceden de la energía que se transmite.
6. A continuación, aún manteniendo el cristal en tu mano dominante, coloca tu mano derecha encima de tu oreja derecha. Repite esta misma acción con tu mano izquierda y con tu oreja izquierda. Imagina que la luz blanca surge del dedo mayor de tu mano dominante. Mueve muy despacio ambas manos hacia el punto más alto de la parte posterior de tu cabeza. Repite este movimiento siete veces. Mantén la intención de enganchar la parte posterior de tu Tercer Ojo (que realmente se parece a la parte trasera de un ojo físico) al lóbulo occipital de tu cabeza. Ésta es la zona donde el

cerebro se da cuenta y reconoce a vuestros visitantes. Es como una gorra delgada y redonda que te colocas un poco torcida en la parte posterior de tu cabeza. Con la luz blanca, estás excavando una enorme cámara de 1,5 cm que se extiende desde la parte posterior de tu Tercer Ojo hasta el lóbulo occipital. Esta cámara conecta el flujo de visión desde tu Tercer Ojo hasta la zona visual de tu cerebro; de este modo, serás más consciente de las visiones que tienes y también comprenderás su significado.

He trabajado con varias personas que, aunque han limpiado y abierto terceros ojos, aún siguen quejándose de que su clarividencia es limitada o inexistente. ¡Tener un Tercer Ojo limpio y abierto no es suficiente para asegurar la clarividencia! Sin la conexión entre el Tercer Ojo y el lóbulo occipital, una persona no es consciente de sus visiones ni las entiende. Es como mostrar una película sin tener encendida la luz del proyector.

7. El último paso es poner el dedo mayor de tu mano dominante sobre el cristal, por encima de tu Tercer Ojo (de nuevo, entre tus dos ojos físicos) para alzar cualquier blindaje que le puedas haber colocado encima. Con movimientos ligeros y ascendentes, insta a que este escudo protector se levante, como si estuvieras subiendo una persiana. Respira mientras llevas a cabo este último paso, ya que si contienes la respiración se desacelerará el proceso. Repite esta acción por lo menos siete veces o hasta que notes que cada escudo está levantado.

Puedes realizar este proceso junto a otra persona. Si conoces a alguien que es espiritual y de mente abierta, especialmente alguien que haya llevado a cabo previamente limpiezas de energía, podrá acompañarte en este proceso. Aunque estos siete pasos puedes administrártelos tú misma, su poder es aún mayor si otra persona, con una clara intención (con un mínimo de escepticismo), los ejecuta en ti.

Después de que tú u otra persona hayáis realizado estos siete pasos, deberías notar una mejora notable en tus visiones mentales. Cuando cierres los ojos y te imagines un jardín, probablemente verás las imágenes más claras y los colores más vivos. Tus sueños nocturnos quizá sean más intensos y los recuerdes mejor, y tu memoria fotográfica probablemente aumente.

De nuevo, las imágenes que ves tal vez no aparezcan como algo distante de tu ser. Las películas mentales probablemente se enfoquen en una pantalla que se encuentra dentro de tu cabeza. Con la práctica podrás proyectar y visualizar estas imágenes externamente. De todos modos, tanto si las visiones se producen en tu imaginación o en el exterior, no importa. Mi exactitud psíquica es idéntica tanto si se trata de una imagen mental o de algo que veo fuera de mi cabeza. La ubicación de la visión no es importante, lo que importa es que percibas y prestes atención a las imágenes porque a menudo se trata de mensajes visuales que proceden de tus ángeles.

Eliminar los miedos que bloquean la clarividencia

Si tras finalizar los siete pasos descritos anteriormente aún notas que la calidad de las imágenes mentales (en cuanto a tamaño, claridad o color) es inferior a lo que desearías, probablemente algunos miedos te estén bloqueando. Estos miedos son habituales y pueden ser eliminados si así lo deseas.

Quizá tengas miedo de:

1. Perder el control

El temor: Te preocupa que al abrir tu clarividencia te invadan en todo momento las visiones de ángeles y de personas fallecidas. A lo mejor también temas que Dios intente controlarte o que elabore un plan inaceptable para ti.

La verdad: La clarividencia es como un aparato de televisión que puedes encender o apagar cuando quieras. La voluntad de Dios es la misma que la del Yo Supremo. El Gran Plan alberga mucha felicidad y plenitud; por otro lado, entenderás mejor las demás áreas de tu vida.

2. Ver algo escalofriante

El temor: No soportas las casas encantadas ni las películas de terror y no quieres ver ni demonios ni duendes merodeando por tu casa.

La verdad: Si has tenido la oportunidad de ver la película *The Sixth Sense* (El sexto sentido) sin cerrar los ojos, ya habrás visto lo peor. El mundo de los espíritus es precioso, algo que Hollywood aún no ha sabido plasmar; ni los espíritus terrestres (llamados ángeles caídos) son la mitad de malos de como los pintan. La mayoría de las personas fallecidas están radiantes, parecen jóvenes y rebosan felicidad. ¿No te sentirías también estupenda si supieras que nunca más deberás pagar otra factura?

3. Sentirte engañado

El temor: Te preocupa que todo sea producto de tu imaginación o, peor aún, que estés en contacto con espíritus del mundo inferior y que estén haciendo el papel de ángeles guardianes.

La verdad: La razón por la cual los estudios muestran que los niños tienen las experiencias psíquicas más fiables es porque no se preguntan si lo que ven es producto de su imaginación. Una cita de Juana de Arco dice: “¿De qué otro modo Dios me habría hablado si no es a través de mi imaginación?”. En otras palabras, el simple hecho de que todo esté en tu cabeza no significa que no sea real, válido o preciso.

A veces me preguntan: “¿No te preocupa que un demonio disfrazado de ángel se burle de ti?” Esta pregunta implica que los demonios pueden comprar disfraces en una tienda, colocarse plumas blancas y, ¡bum! envolvernos entre sus garras. La realidad es que existen energías y seres del mundo inferior a quienes no me gustaría invitar a casa a cenar, al igual que hay personas vivas con quienes no me implicaría. Pero no es razón

para no practicar la clarividencia.

Lo que quiero decir es que si te pregunto si preferirías pasear por un callejón oscuro en la zona problemática de la ciudad en medio de la noche o a plena luz del día, probablemente tu respuesta sería a plena luz del día, ¿verdad? ¿Y la razón? Porque con la luz del día puedes ver quién te rodea, ¡por supuesto! Lo mismo ocurre con el mundo de los espíritus. Ya que estos seres insípidos de todos modos están ahí, ¿no preferirías avistar quiénes son los jugadores para que puedas invocar al arcángel Miguel para que interprete el papel de “vigilante” en la puerta principal de tu casa, y así asegurarte que nadie entre sin identificarse primero? De este modo te aseguras también que los que entran en tu casa son seres íntegros que irradian su luz interior.

La luz interior es el mejor indicador de la integridad de un ser, tanto si es una persona viva o alguien que se encuentra en el mundo de los espíritus. Con la clarisensitividad, puedes notar el carácter de una persona, con la claricognición puedes saber si alguien es íntegro o no y con la clarividencia simplemente puedes ver la luz que irradia.

Los llamados seres caídos en el mundo de los espíritus no pueden imitar la luz que desprenden de sus vientres. Estos seres se podrían vestir como el arcángel Miguel pero no tendrían el elemento principal: el aura brillante resultante de una vida entregada al amor Divino. En este sentido, la clarividencia nos ayuda a escanear a nuestros amigos en el mundo físico y no físico y mantenernos a salvo de cualquier mal.

4. Ser castigado por alguna cosa que podría ser “mala” o “incorrecta”

El temor: Crees que la clarividencia es el trabajo del diablo y que Dios te castigará por pecar.

La verdad: Este temor a menudo se basa en citas del Antiguo Testamento que advierten sobre los magos, los médiums y el hecho de hablar con los muertos. Aún así, en el Nuevo Testamento se dice que Jesús y muchos otros hablaban con los muertos y también con los ángeles. San Pablo, en sus cartas a los Corintios decía que todos tenemos el don de la profecía y que deberíamos aspirar a estos dones espirituales... siempre y cuando los utilizáramos con amor.

Y ésta es la diferencia, ¿verdad? *El Manual for Teachers* (Manual para profesores), volumen III, de *A Course in Miracles* (Un curso en Milagros), dice que las dotes psíquicas deben utilizarse al servicio del ego (que es el único diablo en este mundo) o del Espíritu Santo. Es decir, podemos aprovechar la clarividencia para el amor o para el temor. Si aplicas esta herramienta al servicio de Dios con el propósito de sanar, no tienes nada que temer. Te darás cuenta que las opiniones de los demás simplemente no te interesan.

5. Ser ridiculizado

El temor: Te da miedo que te llamen “loca”, “rara”, “sabelotodo” o “demasiado sensible”... o que debas enfrentarte a las opiniones críticas de familiares fundamentalistas.

La verdad: Probablemente eres una “trabajadora de la luz” o un “Niño Índigo”. Es decir, alguien que se siente obligado a hacer del mundo un lugar mejor desde una perspectiva

espiritual. Los trabajadores de la luz, y sus homólogos más jóvenes, los Niños Índigo, a menudo sienten que son distintos o que no pertenecen a este mundo. Cuando las personas se burlan de ti por tus intereses espirituales o por tus dones, empeora aún más esta sensación. Si durante tu infancia se burlaron de ti, quizá tengas heridas emocionales abiertas relacionadas con varios tipos de ridículo. Pide a tus ángeles que intervengan y sigue sus pautas si te aconsejan buscar ayuda profesional.

6. Hacer un inventario de tu vida actual

El temor: Te da miedo no estar preparada para los cambios si ves que algo relacionado con tu vida no te gusta. Es decir, no puedes enfrentarte a ello.

La verdad: La clarividencia quizás aumente tu conciencia sobre algunos aspectos de tu vida que no están funcionando. Es verdad que hacer un inventario puede hacer que en cierto modo te sientas más insatisfecha; de todas formas, valorar tus relaciones, tu vida laboral, tu salud o algunos otros aspectos de tu vida no significa que debas hacer un giro de 180 grados y arreglarlo todo a la primera de cambio. La insatisfacción es un motivador muy poderoso para empezar a tomar medidas y mejorar las cosas. Te insta a hacer ejercicio, a comer más saludablemente, a consultar a un consejero matrimonial, y/o idear otros métodos para sanar tu vida.

7. Ver el futuro

El temor: Te da miedo prever cambios sociales o planetarios que pueden ser aterradores

La verdad: Si “ves” estos acontecimientos, y tienes la total seguridad que no proceden de tu ego, entonces tendrás una visión aún más clara de tu misión como trabajadora de la luz. Te guiarán de un modo específico en cuanto a cómo puedes ayudar al planeta a evitar o a hacer frente a estos cambios. Por ejemplo, quizá te llamen para que ores por la paz, envíes energía sanadora, sujetes la Luz en varios lugares, enseñes a otros trabajadores de la luz o para que sanes a aquéllos afectados por los cambios.

Aunque esta tarea sea desalentadora y aterradora, recuerda que antes de encarnarte estuviste de acuerdo con ello... y Dios y los ángeles no te hubieran encomendado esta tarea tan importante a menos que supieran que lo puedes hacer. También te ofrecen todo su apoyo a lo largo del camino, siempre y cuando lo pidas y estés abierta a recibir esta ayuda.

8. Adquirir demasiada responsabilidad

El temor: Te preguntas si debes intervenir en caso de predecir una situación negativa.

La verdad: A los ángeles de la Tierra simplemente se les pide que oren para mejorar una situación, a menos que sea un encargo específico, y si en algún caso debes intervenir o avisar a alguien, ya te darán instrucciones precisas sobre lo que debes hacer.

9. No ser capaz de hacerlo

El temor: Te preocupa ser una impostora que no está capacitada para ser psíquica o para realizar sanaciones espirituales. Te preguntas si en verdad tienes ángeles, y en caso de tenerlos, si podrás contactar con ellos.

La verdad: Todos nos sentimos impostores de vez en cuando. Los psicólogos de hecho llaman a este miedo “el síndrome del impostor”. Las investigaciones muestran que

algunas de las personas más competentes, y más prestigiosas son propensas a experimentar esta sensación. Ello no significa que seas una impostora, sólo significa que comparas tus entrañas (que se sientan preocupadas ante nuevas situaciones) con el exterior de cada uno (que parece ser calmado, frío y sereno).

El ego, o yo inferior, utiliza temores de prestidigitación para que nos distraigamos y no nos acordemos de quiénes somos y para que nos apartemos de nuestro propósito.

Experiencias pasadas que bloquean la clarividencia

A veces el bloqueo tiene sus raíces en nuestro pasado lejano. Incluso las personas que no creen en la reencarnación están de acuerdo en que los acontecimientos importantes acaecidos en la historia afectan aún hoy a nuestro mundo. Uno de ellos es la Inquisición (s.XV), durante la cual miles de personas fueron quemadas, colgadas, torturadas y robadas. Estas personas tenían unas creencias o prácticas espirituales que eran contrarias a la iglesia reinante. El dolor que causó dicho acontecimiento, como también la “caza de las brujas” que se ha producido durante toda la historia, todavía resuena en la actualidad como antiguos ecos que gritan: “Acepta las creencias o sufre las consecuencias”. El miedo es uno de los resultados y “encerrarse en un armario espiritual” es otro; y éste te insta a mantener en secreto tus habilidades psíquicas y tus creencias espirituales.

Pero ¿cómo sabes si una herida del pasado bloquea tu clarividencia? Las señales son las siguientes:

- Crees que no estás visualmente orientada. Es decir, no visualizas con facilidad, casi nunca recuerdas tus sueños y no te concentras en cómo son las personas y las cosas.
- Has tenido muy pocas visiones psíquicas, o quizá ninguna.
- Te sientes tensa o preocupada cada vez que piensas en abrirte a la clarividencia.
- Te produce ansiedad el mero hecho de convertirte en psíquica, como si Dios o algún otro individuo te fuera a castigar por ello.
- Cuando piensas en las personas que fueron quemadas en la hoguera o que murieron colgadas, tu cuerpo produce unas fuertes reacciones: escalofríos, temblores, cambios en la respiración o tensión.

Por el contrario, a continuación expongo las señales que se producen si son las experiencias infantiles las que han bloqueado tu clarividencia.

- Cuando eras pequeña viste ángeles, luces brillantes o personas fallecidas, pero tus visiones psíquicas disminuyeron al hacerte mayor.
- Eres una persona muy sensible.
- De niña o adolescente se burlaban de ti por estar “loca”, o ser “mala”, o “rara”.
- Te preocupa lo que tu familia pensaría si pones al descubierto tus capacidades psíquicas.

- Te asusta que, por abrirte psíquicamente, tengas que hacer cambios en tu vida que decepcionarían o dolerían a tus seres queridos.

Una regresión a una vida pasada realizada por un hipnoterapeuta profesional, o mediante el seguimiento del CD Past-Life Regression with the Angels (Regresión a vidas pasadas con los ángeles) es el modo más efectivo de liberarse de estos bloqueos. Tu mente inconsciente no te asustará con los recuerdos que no puedas manejar, así que por favor no te preocupes ya que una regresión te aliviará.

Intentar con demasiada insistencia

Con diferencia, el bloqueo más común es intentar la clarividencia con demasiada insistencia. Tal como he dicho anteriormente, cuando insistimos demasiado en hacer algo, nos bloqueamos. Ello es debido a que cualquier tipo de presión surge del miedo que se origina en el ego, y el ego no tiene absolutamente nada de psíquico.

Cuando en el fondo tenemos miedo, ponemos tanto empeño que no llegamos a conseguir lo que queremos y de algún modo forzamos los acontecimientos. La negatividad adyacente puede deshacer horas de afirmaciones positivas y de esfuerzos. El temor se convierte en una plegaria negativa que, desafortunadamente, atrae las profecías inexorables.

Sanar los bloqueos psíquicos

De una manera u otra, todos tenemos bloqueos psíquicos, así que la cuestión no es deshacernos completamente de estos bloqueos, sino que el objetivo es ser conscientes de ellos y tratarlos tan pronto como surgen. A veces nos avergonzamos de nuestros bloqueos y no queremos admitirlos. No hay nada de lo que avergonzarse, pero sí que son ámbitos en nuestras vidas que precisan de nuestra atención.

“Los sanadores sanados” (tomé prestado este término de Un curso en Milagros) no son personas libres de problemas, esto sería imposible en este mundo. Más bien, son aquellas personas que son conscientes de sus problemas y evitan en todo lo posible que interfieran con su misión Divina. Sin embargo, podemos arreglar y liberar complejos o trabas que nos bloquean psíquicamente. Estas técnicas y herramientas sanadoras pueden tener además resultados muy positivos en otros aspectos de nuestra vida.

- **Sanar durante el sueño:** Cuando duermes, nuestra mente escéptica también descansa y, por ello, es el momento perfecto para la sanación espiritual. Con la mente escéptica dormida, vuestro ego no puede bloquear a los ángeles que procederán a los trabajos de limpieza que precises. Así que, tan pronto como estés lista para abrirte a tu clarividencia, pídeles a tus ángeles o a cualquier otra persona del mundo de los espíritus con quien trabajes, que aparezcan en tus sueños. Puedes hacerlo, por ejemplo, utilizando esta oración:

Arcángel Rafael, te pido que entres esta noche en mis sueños. Envíame por favor energía sanadora para mi Tercer Ojo y para limpiar cualquier temor que esté bloqueando mi clarividencia. Por favor ayúdame a ver con claridad con mi vista espiritual.

- **Cortar los cordones a los miembros de tu familia:** Si te das cuenta que temes a los comentarios que pueda hacer tu madre sobre tus capacidades psíquicas, puedes utilizar, por ejemplo, las técnicas descritas en la página 114 para cortar el cordón y utilízalas específicamente para cortar los cordones del temor que conectan con tu madre. Repite este proceso con cualquier otra persona (sea o no familia) que pudiera reaccionar negativamente y que de alguna manera temes su reacción. Corta también los cordones con cualquier individuo que formó parte de tu pasado y que te hubiera ridiculizado o castigado por ser psíquica.
- **Apoyo de las almas afines:** Cuando me estaba preparando “para salir del armario espiritual” y admití en público mi clarividencia, por supuesto que me preocupaban las consecuencias negativas. Tuve suerte de conocer a un psiquiatra que también reconocía por primera vez que era clarividente. Jordan Weiss era médico especializado en medicina interna y ejercía también de psiquiatra en una consulta

privada en Newport Beach, California. En un accidente sufrió un traumatismo craneoencefálico que le abrió su Tercer Ojo, y se dio cuenta que podía ver el interior de los cuerpos de sus pacientes. El doctor Weiss también podía ver los sistemas de chakra y las emociones negativas atrapadas dentro de estos cuerpos; pero le daba miedo admitir abiertamente su clarividencia ya que podría perder su licencia médica y su reputación.

Nos motivamos, apoyamos y aconsejamos mutuamente en cuanto a la decisión de hacer pública nuestra clarividencia. Nos recordábamos uno a otro que si no éramos sinceros con nosotros mismos, no seríamos capaces de ayudar a nuestros clientes del mejor modo posible. Actualmente, el Dr. Weiss está finalizando su segundo libro relacionado con sus experiencias psíquicas como psiquiatra.

Creo que también es muy reconfortante contar con el apoyo de alguien que se encuentra en tu misma situación. Reza para que esta persona entre en tu vida y se te mostrará el camino para que puedas llegar a ella o a él. Conscientemente, también puedes buscar apoyo acudiendo a reuniones metafísicas que se celebran en las librerías y en las iglesias del Nuevo Pensamiento; asistiendo a cursos de desarrollo psíquico o buscando temas de artes intuitivas por Internet.

- **Ceremonia sagrada:** Mi esposo, Steven Farmer, autor del libro Sacred Ceremony (Ceremonia Sagrada) (Hay House, 2002), ha realizado diversas ceremonias de sanación en varios talleres. He sido testigo de cómo estos rituales ayudan a las personas a desprenderse de sus bloqueos psíquicos. Puedes realizar tu propia ceremonia sagrada con el propósito de abrir tu clarividencia. Por ejemplo, formula por escrito una pregunta a tus ángeles, como podría ser: “¿Qué es lo que bloquea mi clarividencia?”. Luego anota cualquier impresión que recibas. Después, enciende la chimenea o haz una hoguera; medita durante un momento para desprenderte del bloqueo que has anotado en la hoja de papel. Cuando sientas que ya estás lista para desprenderte de él, arroja la hoja de papel al fuego y sentirás una sensación de alivio.
- **Sesión de regresión a una vida pasada o CD:** Aproximadamente la mitad de los bloqueos psíquicos que experimentan mis seguidores surgen de las heridas del pasado ocasionadas por ser psíquicos. Tal y como he dicho anteriormente, es conveniente llevar a cabo una regresión al pasado para aclarar estos bloqueos. La mayoría de hipnoterapeutas profesionales se forman para ofrecer este tipo de regresión. Tu única labor es encontrar a la persona con la que te sientas cómoda ya que tu confianza con esta persona es la clave para que te dejes llevar y permitas que tus recuerdos inconscientes viajen hasta la superficie. Como alternativa, puedes utilizar una sesión grabada como la que encontrarás en mi programa audio titulado Past-Life Regression with the Angels (Regresión a vidas pasadas con los ángeles), publicado por Hay House.

- **Afirmaciones positivas:** Me sorprende cuántos metafísicos competentes y brillantes vienen a mí para decirme que “no sólo son visuales”. Cuando les indico que esta afirmación es negativa se dan cuenta que estas palabras bloquean su clarividencia. Luego empiezan a utilizar declaraciones positivas para describir lo que desean en lugar de lo que temen. Algunos ejemplos de afirmaciones positivas que puedes decirte a ti misma son: “Soy sumamente visual” y “profundamente clarividente” (aunque aún no creas que es verdad). Confía en mí, ¡la realidad siempre alcanza tus pensamientos afirmativos!
- **Invocar a los ángeles de la clarividencia:** Hay ángeles especializados para cada situación y el desarrollo psíquico no es una excepción. Los “ángeles de la clarividencia” controlan y supervisan los chakras de tu Tercer Ojo y nos ayudan a desarrollar el sentido espiritual. Mentalmente dí:

Ángeles de la clarividencia, os invoco ahora. Por favor circunden mi Tercer Ojo con su e-nergía de sanación y limpieza. Les pido ayuda para que abran completamente mi ventana a la clarividencia ahora. Gracias.

Probablemente sentirás un estremecimiento y la presión del aire cambiará en tu cabeza, concretamente entre tus dos ojos físicos, ya que los ángeles de la clarividencia están realizando su labor sanadora.

- **Mejoras en tu estilo de vida:** Existe una enorme relación entre cómo trates tu cuerpo y la intensidad de tu clarividencia. Tus visiones serán más agudas, detalladas y precisas si sigues una vida saludable. Haz ejercicio, descansa lo suficiente, sal al aire libre, sigue una dieta ligera vegetariana. Si evitas las toxinas en los alimentos y en las bebidas, tu canal de comunicación Divina será más limpio.

Tras utilizar uno o más de estos procesos sanadores, tu clarividencia será notablemente más clara. En el siguiente capítulo vamos a reunir toda la información y veremos cómo puedes recibir mensajes angelicales u otros mensajes en nombre de otras personas.

Capítulo 9

RECIBIR MENSAJES DE TUS ÁNGELES

Mi propósito en la vida no es la de hacer lecturas de ángeles ni sanar espiritualmente a mis clientes; es enseñar a otras personas el modo de hacerlo por sí mismos y cómo hacerlo a sus clientes. Siempre animo a mis alumnos consejeros espirituales a enseñar a otros para crear un efecto dominó positivo que aumente la consciencia de que todos tenemos ángeles, que todos podemos comunicarnos con ellos y que todos tenemos un don espiritual que podemos utilizar para ayudarnos a nosotros mismos y al mundo.

En este capítulo, leerás algunos de los pasos exactos que enseñé a mis alumnos de desarrollo psíquico y que puedes aplicar a ti misma y a otras lecturas angelicales.

Cómo dar una lectura angelical

Una lectura angelical es parecida a la lectura psíquica, con la excepción de que diriges las preguntas directamente a los ángeles guardianes y a los guías espirituales con el propósito de sanar alguna parte de tu vida o de buscar orientación en cuanto a la misión de la vida.

Es mejor hacer una lectura angelical a alguien que no conoces muy bien, alguien de mente abierta y sin prejuicios. Un nuevo amigo en un grupo de estudio espiritual sería una pareja de lectura angelical perfecta. Sin embargo, puedes dar una lectura angelical a alguien de tu familia o a un amigo tuyo. Simplemente se trata de que tu ego va a regañarte diciéndote: “¡Ya sabías esto acerca de esta persona!”. Si sabes ignorar lo que piensa tu ego, entonces podrás hacer una lectura angelical a cualquier persona, tanto si la conoces como si no.

Empecemos con una lectura angelical, donde tú y otra persona os hacéis la lectura mutuamente. Empezad con una oración para quienquiera que estéis alineadas espiritualmente, y decid:

Por favor ayúdame a ser un claro canal de comunicación Divina. Por favor permítame oír, ver y sentir claramente, con precisión y detalle los mensajes que traigan bendiciones a mi compañera y a mí. Por favor vigila esta lectura y ayúdame a relajarme y a disfrutarlo.

Gracias y amén.

A continuación, siéntate frente a tu compañera. Ambas deberíais coger un objeto de metal de vuestro cuerpo (como un reloj, un anillo, collar, hebilla de un cinturón, clip, gafas o las llaves del coche) y ofrecérselo a vuestra compañera. Cada una de vosotras debiera sostener el objeto de metal que habéis recibido de vuestra pareja con la mano que no utilizéis para escribir. Ésta es la mano donde recibís la energía, vuestra “mano receptiva”.

Luego, sostened la mano libre de vuestra compañera con vuestra propia mano. Colocad vuestras manos donde puedan apoyarse cómodamente durante los siguientes minutos, como por ejemplo encima de las rodillas de vuestra compañera o en su regazo. Ahora me gustaría llevaros a las dos de vacaciones, ¿de acuerdo? Cerrad los ojos y aspirad y espirad profundamente...

Mentalmente imaginad que las dos estáis en una espléndida pirámide púrpura que mágicamente os ha transportado a una playa de arena blanca en Hawai. La pirámide púrpura aterriza suavemente sobre la arena y se abre, extendiendo una alfombra natural para las dos. Es un día perfecto en Hawai, y ya que se trata de una playa completamente aislada a la que sólo se puede acceder en barco o avión, tú y tu compañera tenéis total intimidad.

Sentís la brisa suave de verano acariciando vuestra piel y vuestro pelo. Oléis el aire salado y sentís el sonido melódico de las olas rompiendo en la orilla. Notáis los rayos de luz bailar por encima de vuestra cabeza, como si se estuvieran preparando para entrar e

iluminar el interior de vuestras mentes y de vuestros cuerpos.

A lo lejos, os fijáis en un grupo de delfines que nadan alegremente en el mar. Sintonizáis con estas criaturas, y notáis como os envían una gran ola de energía de amor Divino. Mientras vuestro corazón se agranda con la calidez y la gratitud de estos preciosos animales y por este día perfecto en la playa, os dais cuenta que sois uno más de ellos. Luego os dais cuenta de mucho más: formáis parte de la vida del océano, junto a las tortugas marinas y a los peces tropicales de colores; y también formáis un conjunto con las olas, la arena y el sol. Comprendéis que sois parte de la vida; y mentalmente dices a tu pareja: Tú y yo somos uno solo... tú y yo somos uno solo ... Yo soy tú ... y tú eres yo ... tú y yo somos uno solo. Os dais cuenta que esta unidad que compartís es real. Aunque quizá parezcan distintas en apariencia, interiormente tú y tu pareja verdaderamente compartís un solo espíritu, una luz, un amor. Mentalmente os decís: Un amor...un amor...un amor.

Mientras gozáis de este saber interior, también os dais cuenta que estáis unidas con todos los ángeles. Al examinar a vuestra compañera con sus ojos físicos cerrados y con su vista espiritual totalmente abierta, imagináis cómo sería si pudiérais ver a los ángeles de vuestra compañera en los ojos de vuestra mente. ¿Cómo serían? ¿Quizás alguno se parezca a un pequeño querubín? ¿Y los ángeles medianos? ¿Y los más grandes? Quizás veáis a estos seres con todo detalle en los ojos de vuestra mente o simplemente los vislumbréis; o tal vez los sintáis o notéis su presencia.

Mientras continuais examinando el espacio que hay entre vuestra compañera y vuestra vista espiritual, es posible que notéis que algunas de las personas que aparecen son seres queridos fallecidos. Estos seres que se encuentran justo detrás de vuestra compañera suelen ser los padres fallecidos. ¿Véis a un hombre o a una mujer justo detrás de vuestra compañera? Si es así, fijáos en cualquier característica distintiva, como por ejemplo algo que le pueda diferenciar como las gafas, el estilo de peinado, el color de los ojos o alguna cosa que sostenga.

Luego mirad alrededor de la cabeza y los hombros de vuestra compañera. ¿Véis a personas con el cabello canoso que probablemente fallecieron siendo ya mayores? ¿Qué otras características distintivas podéis notar? ¿Y en cuanto a las personas que probablemente perecieron en su madurez? ¿Y los que fallecieron siendo aún jóvenes? Fijáos en los detalles relacionados con las personas que se les aparezcan y no se preocupen si es o no producto de vuestra imaginación..

¿Véis algún animal cerca de vuestra pareja? ¿Algún perro o algún gato? ¿Algún animal de tamaño grande o pequeño? ¿Cómo tienen el pelo? ¿Es claro, oscuro o de distintos colores? ¿Largo o corto?

Mientras seguís examinando todo lo que rodea a vuestra compañera, fijáos en los demás ángeles, en los seres queridos fallecidos o en los animales que puedan estar allí presentes. Si algunos de ellos llaman vuestra atención, sintonizad con ellos con la intención de conectar con ellos.

Aunque no veáis a nadie alrededor de vuestra compañera, o no estéis seguras de vosotras misma, aún podéis recibir mensajes precisos de los guías de vuestra compañera y de los ángeles, quienes os mandarán bendiciones para vuestra compañera. Cuando inspiréis y espiréis profundamente, mantened la intención de tener una conversación mental con estos seres.

Luego, mentalmente, preguntadles: ¿Qué os gustaría que supiera sobre mi pareja? Repetid la pregunta mientras anotáis las impresiones que tienes en forma de respuesta. Concentráos en cualquier pensamiento, palabra, imagen mental o sentimiento que surja mientras formulan la pregunta ¿Qué os gustaría que supiera sobre mi pareja? No intentéis forzar las cosas, simplemente confiad en que las respuestas pronto aparecerán, pero debéis seguir concentradas en el pensamiento, sensación, visión o palabra que escuchéis en vuestra mente, por más sutil que sea.

A continuación, mentalmente, preguntad a los guías y ángeles de vuestra compañera, ¿Qué mensaje os gustaría que diera a mi compañera? De nuevo concentráos en los pensamientos, sensaciones, visiones o palabras que surjan. No juzguéis ni descartéis ninguna de las impresiones que registren. Simplemente estudiadlas separadamente. Luego, mentalmente, preguntad a los guías y ángeles de vuestra compañera ¿Os gustaría decirme alguna cosa? Aseguráos que respiran mientras prestan atención a la respuesta. Finalmente, con la mente preguntad a los guías y ángeles: ¿Os gustaría que le dijera alguna cosa más a mi compañera? De nuevo, escuchad la respuesta desde varios niveles.

Lo más importante a la hora de hacer una lectura angelical es tener el coraje de explicar a tu compañera todo lo que has recibido, aunque no estés segura de la información o te preocupe que se pueda ofender (siempre puedes orar por un modo diplomático y afectuoso de entregar mensajes ofensivos). Aunque los mensajes angelicales no tengan ningún sentido para ti, probablemente tendrán mucho sentido para ella. Aprovechad los próximos minutos para compartir todo lo que habéis visto, oído, sentido y pensado durante vuestra lectura angelical compartida.

Cómo realizar la escritura automática de forma segura y controlada

Los mensajes angelicales en mi libro *Angel Therapy* los recibí a través del proceso de “escritura automática”. Éste es un método que te permite transmitir mensajes detallados procedentes del más allá. A veces a las personas les asusta la escritura automática porque han oído historias sobre espíritus terrenales que acceden a estas sesiones fingiendo ser ángeles o maestros. De todos modos, tal y como verás más adelante, hay varias formas de protegerte para que esto no ocurra.

Puedes realizar sesiones de escritura automática con casi todos en el mundo de los espíritus. Es una magnífica manera de mantener y profundizar las relaciones con los seres queridos fallecidos y de cicatrizar el dolor y asuntos pendientes. Si tienes el corazón herido porque has perdido a algunos seres queridos, entonces querrás comunicarte con ellos a través de esta escritura.

Puedes utilizar esta técnica para comunicarte con cualquiera de tus seres queridos fallecidos, incluso si mueren antes de nacer, siendo bebés o siendo aún muy pequeños. También puedes contactar con aquéllos que no hablaban tu mismo idioma, o que padecían algún retraso mental o que eran mudos. E incluso puedes comunicarte con tus animales de compañía fallecidos. Todo ello es posible porque nuestros espíritus se comunican de modo no verbal y luego “traducen” estos mensajes en nuestra propia lengua materna. De todos modos, te darás cuenta que tus transmisiones de escritura automática requieren palabras que no forman parte de tu vocabulario normal. Quizás observes que tu escritura es distinta y que de pronto puedes escribir palabras que antes no sabías escribir (y viceversa).

La escritura automática también puede ayudarte en tu camino espiritual. Por ejemplo, gracias a este método puedes conversar con Dios, con tus ángeles guardianes, con los maestros ascendidos y con los arcángeles. Puedes preguntar a los ángeles guardianes sus nombres y cualquier otra cosa y, además, les puedes pedir a los arcángeles y a los maestros ascendidos que te ayuden a recordar tu propósito de vida y a trabajar en ello. También puedes utilizar la escritura automática para conectar con tu tutor espiritual (consulta el capítulo 6 relacionado con el Programa de Tutoría Espiritual).

Puedes escribir a mano tu mensaje o puedes utilizar la máquina de escribir o el ordenador. Si lo escribes a mano, necesitarás por lo menos cuatro hojas de papel A4, una superficie lisa donde poder escribir y un lápiz o bolígrafo con el que poder escribir. Es además una buena idea el acompañamiento de una bonita melodía y sentarse en una posición cómoda.

Empieza tus sesiones de escritura automática con una oración. La siguiente es la que utilizo antes de cada sesión. Se basa en mi propia fe espiritual, así que quizá prefieras escribirla de nuevo para que se ajuste a tus creencias. Nunca le diría a nadie a quién debe orar, pero te ofrezco esta oración para que tengas un ejemplo de cómo pedir ayuda de modo efectivo:

Estimados Dios, Espíritu Santo, Jesús, Arcángel Miguel, todos mis guías y todos mis ángeles, os pido que vigiléis esta sesión de escritura automática y que os aseguréis que cualquiera que se presente aquí sea un ser positivo y afectuoso. Por favor, potenciad mi facultad para oír, ver, pensar y sentir con toda claridad la comunicación Divina. Por favor, ayudadme a recibir estos mensajes con exactitud y acercad aquéllos que traigan bendiciones para mí y para aquéllos que puedan leerlos.

Gracias y amén.

Luego, piensa con quién te gustaría conectar en el Cielo. Mentalmente pide a este ser que converse contigo. Vas a formular una pregunta y luego escribirás la respuesta que recibas, siguiendo un formato de pregunta y respuesta, muy parecido al formato de una entrevista. Lo más importante cuando practicas la escritura automática es ser completamente auténtica. Anota cualquier impresión que adquieras, aunque no estés segura si se trata o no de tu imaginación. Si no consigues nada, escríbelo también. Empieza apuntando cualquier cosa que se te ocurra, y luego te darás cuenta que hay un cambio de registro y se convierte en una auténtica comunicación espiritual.

Durante la sesión de escritura automática, quizá te sientas como si alguien esté controlando tu lápiz o bolígrafo. Tal y como he dicho anteriormente, tu escritura, tu vocabulario y tu estilo pueden cambiar durante la sesión. No dejes que esto te asuste, ya que el miedo puede bloquear la comunicación Divina. Recuerda, Dios y el Arcángel Miguel (que es el “ángel vigilante” no permitirá que ningún ser se acerque a ti a menos que sea con muy buenas intenciones) te protegen y te cuidan. Es posible que tu mano empiece a garabatear pequeños círculos, que es el modo que tiene el mundo de los espíritus de saludarte y de decirte: “¡Estamos encantados de contactar contigo!”. Si estos garabatos se producen durante demasiado tiempo, díles que tú también estás contenta de contactar con ellos, pero que si pueden hacer el favor de empezar a comunicarse contigo de modo que puedas entenderlo.

Tu ego probablemente tenga el día ocupado durante tu sesión de escritura automática. Te gritará: “¡Te lo estás inventando todo!”. Si esto ocurre, pon el peso de la prueba que estás recibiendo comunicaciones auténticas en el ser con el que estás conversando. Pregúntale a este ser: “¿Cómo sé que no me lo estoy inventando todo?”. La respuesta probablemente te convencerá de la autenticidad de tu conversación Divina. Si aún no estás segura, sigue preguntando hasta que recibas un mensaje con el que tu ego esté tranquilo. O pídele a este ser que te dé una prueba física y luego deja de escribir. Una vez recibas esta prueba, te sentirás más segura durante tu próxima sesión.

Ahora, para empezar, debes hacer una consulta que te gustaría que te respondieran. Mentalmente pídeles a tus seres espirituales esta pregunta. Luego, escríbela en la parte superior de la página mientras la vas repitiendo mentalmente. Sé optimista y piensa positivamente que tu pregunta será respondida. Anota cualquier impresión que tengas a través de cualquiera de los cuatro canales de comunicación Divina: pensamientos, sensaciones, palabras o visiones. Luego, formula otra pregunta y recibirás otra respuesta ... y así sucesivamente.

Cuando has terminado con un ser, puedes empezar la conversación con otro distinto.

Cuando todas tus comunicaciones estén finalizadas, asegúrate de dar las gracias a todos los que han compartido estos momentos contigo. Los ángeles dicen que les encanta darnos mensajes, y que al hacerlo se sienten muy gratificados ya que de alguna manera están satisfaciendo el deseo de Dios. Aún así, cuando damos las gracias a nuestros ángeles, nuestros corazones se llenan de gratitud y esta sensación de agradecimiento es el “te quiero” que intercambiamos con nuestros guardianes celestiales como finalización de una carta afectuosa procedente del Cielo.

Epílogo

DEJA
QUE EL
CIELO
TE
AYUDE

Cualquiera puede recibir mensajes de los ángeles. De hecho, todos lo estamos haciendo... ahora mismo. Si no somos capaces de entender estos mensajes, podemos preguntar a nuestros ángeles que nos ayuden o también podemos utilizar algunos de los métodos que se indican en este libro.

Cuando pedimos a nuestros ángeles que nos guíen o que nos respondan, no los estamos molestando. Ellos quieren ayudarnos en cada faceta de nuestras vidas porque esperan traer la paz a nuestro planeta y esto se consigue ayudando a cada uno individualmente.

Si crees que te sentirás más tranquila si recibes ayuda económica, si empiezas una relación amorosa o si quieres asegurarte un trabajo mejor, los ángeles te ayudarán con una misión sagrada. No existe ninguna petición ni demasiado simple ni demasiado complicada, ni los estás alejando de ninguna otra misión más importante cuando pides su ayuda. Después de todo, el número de ángeles dispuestos a ayudarte excede el número de personas que piden su ayuda. Existen billones de ángeles «en paro» y aburridos a quienes les encantaría ayudarte a crear una vida más fructífera.

Debes saber que te mereces amor, atención y bendiciones milagrosas de Dios y de los ángeles. Te aman incondicionalmente, sin importar los errores que puedas haber cometido en tu vida. Eres tan especial como cualquier otro ser. Si te sirve de ayuda, recuerda que el Creador nos hizo a todos maravillosos. Si no te valoras lo suficiente, tampoco estás valorando a Dios.

El ego intenta convencernos que el Cielo no nos concederá ninguna ayuda ni nos prestará atención, ya que de alguna manera somos malos y poco dignos. El ego intenta que no recordemos nuestra identidad y nuestra fuerza espiritual. Por favor, no escuches esta voz porque retrasará tu trabajo en tu propósito de vida y todos necesitamos los frutos de tu misión en este planeta.

Ábrete a los mensajes de tus ángeles. No te dirán nada que no puedas afrontar ni intentarán controlar tu vida. Sus mensajes siempre te ayudarán a sentirte más segura y más feliz y a hacer que tu vida tenga más sentido.

Puedes llamar a otros ángeles para que estén a tu lado (o al de tus seres queridos) simplemente pensando que te gustaría contactar con otros ángeles. Puedes dirigir esta petición directamente a Dios o a los ángeles; el resultado es el mismo ya que ellos son extensiones del Ser Supremo. Literalmente, son formas de amor de Dios. Puedes pedir todos los que quieras para ti o para otros.

El reino angelical está lleno de seres celestiales especializados en cada condición humana. Puedes pedir a los ángeles que te ayuden a buscar un nuevo hogar, a localizar un alma gemela o a sanar tu cuerpo. Existen ángeles que pueden ayudarte con la educación de tus hijos, con la escuela y con aumentar tu motivación para hacer ejercicio. Estos servidores Divinos quieren ayudarte y enviarte mensajes si tú los dejas. Y cuando más permitas que el Cielo te ayude, más recursos tendrás para devolver al mundo.

Cuando desarrolles la costumbre de dejar que los ángeles se involucren en cada faceta de tu vida, funcionarás como un miembro de un equipo deportivo de primera

línea. No estás dando a los ángeles toda la responsabilidad de tu vida, simplemente os pasáis la pelota entre los compañeros de equipo. Cuando esto ocurre de forma continua, la vida es mucho más simple y más tranquila.

Si el sufrimiento fomenta crecimiento espiritual, la satisfacción lo fomenta aún más. Aprendes a través de la paz, y lo que es más importante, puedes enseñar mejor a tus hijos y a los demás cuando te encuentras en un estado de relajación. ¡No es necesario sufrir en pro del crecimiento! Dios no quiere que sufras del mismo modo que tú no quieres que tus hijos sufran.

Recuerda, tus ángeles te quieren y desean ayudarte con cualquier cosa que pueda darte paz. Sólo debes pedirlo y seguir el guía Divino que te manden como respuesta a tus preguntas. Al hablar y escuchar a tus ángeles notarás que tu vida mejora en todos los aspectos.

¡Sintonizando con los mensajes de tus ángeles, puedes ayudar a crear un mundo donde reine la paz... de uno en uno... empezando por ti!

Notas finales

Capítulo Uno

1. West, D. J. (1960). *Visionary and Hallucinatory Experiences: A Comparative Appraisal*. *International Journal of Parapsychology*, Vol. 2, No. 1, pp. 89– 100.
2. Stevenson, I. (1983). *Do We Need a New Word to Supplement “Hallucination”?*. *The American Journal of Psychiatry*, Vol. 140, No. 12, pp. 1609–11.
3. Osis, K. and Harraldsson, E. (1997). *At the Hour of Death. Third Edition* (Norwalk, CT: Hastings House).

Capítulo Ocho

1. Stevenson, I. (1992). *A Series of Possibly Paranormal Recurrent Dreams*. *Journal of Scientific Exploration*, Vol. 6, No. 3, pp. 282–289.

[Acerca de la Autora](#)

Doreen Virtue es doctora en psicología y es clarividente metafísica. Tiene una licenciatura, maestría y doctorado en asesoría psicológica y trabaja con los reinos angelicales y elementales. Envía sus mensajes de guías y de inspiración a través de sus escritos y de sus talleres. Es la autora del libro y de las cartas del oráculo *Daily Guidance from Your Angels* (Guía diaria de sus ángeles). Es una invitada habitual en los programas de televisión internacional y en los debates radiofónicos. Ha sido invitada a los programas Oprah, CNN, The View, Good Morning America, Richard and Judy, Kerry Anne, entre otros; y ha aparecido en los periódicos y revistas de todo el mundo.

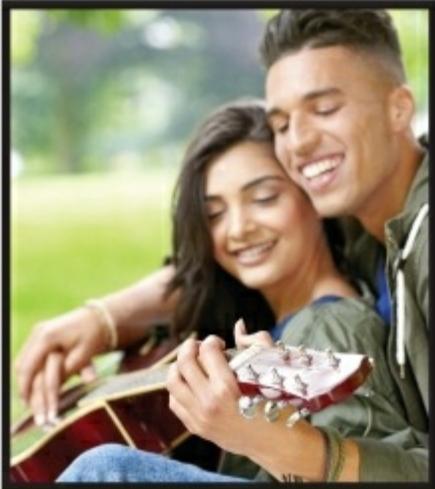
Ejerció de psicoterapeuta y tiene un doctorado y un master en psicología. Doreen siempre ha sido clarividente y, tras tener un encuentro con la muerte en 1995, salió de su «armario espiritual» y empezó a enseñar abiertamente temas relacionados con los ángeles. Da talleres por todo el mundo, incluyendo su curso de certificación llamado *Angel Therapy Practitioner*® (Practicante de Terapia Angélica).

Si deseas más información sobre los talleres de Doreen, por favor visita su página web:
www.AngelTherapy.com.

Puedes oír a Doreen en directo cada semana en su programa radiofónica semanal y puedes llamarla para una lectura visitando
HayHouseRadio.com®

El poder curativo de las emociones

Neurociencia afectiva, desarrollo y práctica clínica



Editado por

Diana Fosha, Ph.D.

Daniel J. Siegel, M.D.

Marion F. Solomon, Ph. D.



El poder curativo de las emociones

Siegel M.D., Daniel J.

9788494733581

440 Páginas

[Cómpralo y empieza a leer](#)

Habiendo sido marginadas por los médicos y científicos por igual, las emociones han llegado a la vanguardia de la atención clínica y científica. Las emociones básicas son poderes fundamentales del cuerpo y la mente, que juegan un papel clave tanto en la salud como en el trastorno mental, así como en nuestra prosperidad cultural. Los tratamientos que se centran en las emociones, y su poder de transformación, están galvanizando el interés clínico. Del mismo modo, los procesos de adaptación neurobiopsicosociales que involucran las emociones han pasado al primer plano del trabajo de destacados neurocientíficos, fisiólogos y psicólogos evolutivos.

Al igual que las emociones, la curación también está obteniendo reconsideración científica. Estamos empezando a comprender que la curación no es solo un resultado, sino en realidad un proceso con sus propios mecanismos característicos que necesita ser entendido en su propio derecho y que las emociones están en el centro de la curación psicológica.

En *El poder curativo de las emociones*, los principales investigadores y clínicos actuales exploran la transformación y el papel central que las emociones desempeñan en ¿cómo regular las emociones de manera saludable? ¿cómo fomentamos entornos propicios para el florecimiento y reciprocidad, comunicación y resonancia, de una salud óptima y acción eficiente de la resiliencia? ¿cómo lo hacemos sin que las emociones lleguen a ser abrumadoras? ¿cómo podemos

utilizar las emociones para reparar y sanar, crecer y aprender?
?Cmo utilizamos las emociones para reparar las roturas
causadas por las emociones? Estas preguntas, centrales para todas las
actividades clnicas, se exploran desde una variedad de perspectivas en
este libro. El papel de las emociones en la regulaci3n corporal, la
relaci3n di3dica, la disociaci3n, el trauma, la
transformaci3n, la comunicaci3n conyugal, el juego, el bienestar,
la salud, la creatividad y el compromiso social es explorado por:
**Jaak Panksepp, Stephen W. Porges, Colwyn Trevarthen, Ed Tronick,
Allan N. Schore, Daniel J. Siegel, Diana Fosha, Pat Ogden, Marion F. Solomon,
Susan Johnson, Dan Hughes, Diana Fosha, Pat Ogden, Marion F. Solomon,
Susan Johnson & Dan Hughes.**

[C3mpralo y empieza a leer](#)

El trauma visto por los niños

Peter A. Levine, Ph.D. y Maggie Kline, MF, MFT



*Despertar el milagro cotidiano de la curación
desde la infancia hasta la adolescencia*



El trauma visto por los niños

Levine, Peter A.

9788494547751

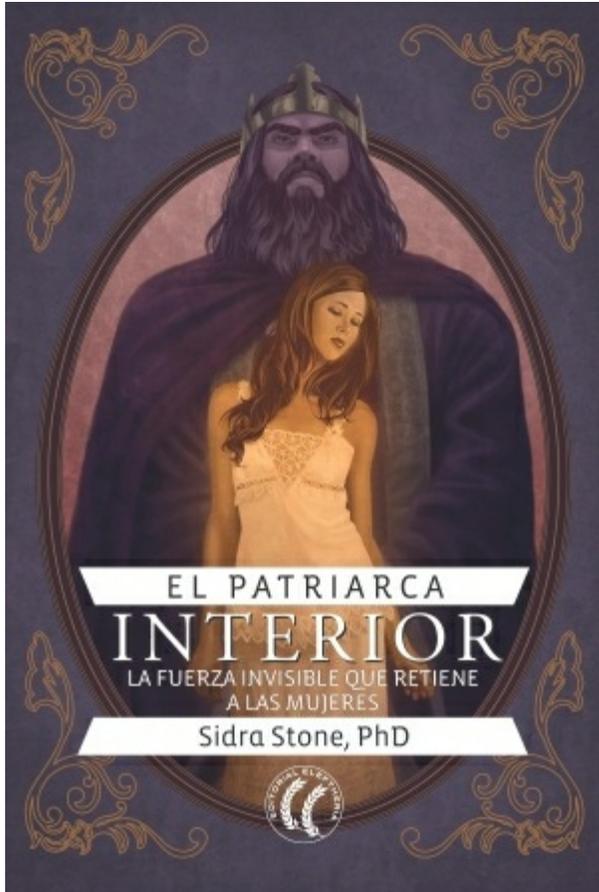
467 Páginas

[Cómpralo y empieza a leer](#)

El trauma visto por los niños describe paso por paso la aplicación práctica de los «primeros auxilios emocionales» en las secuelas de heridas y traumas emocionales en los niños. Se ha escrito para un público general e incluye capítulos específicos que resultarán de especial interés a padres, educadores y profesionales de la salud.

Al comprender que el trauma engendra violencia y la violencia engendra trauma, la intención de los autores es proveer información, ejemplos y actividades que romperán el círculo vicioso. Los niños tienen la libertad de desarrollar un fuerte sentido de identidad cuando la agitación interna se transforma en paz interior, preparando el camino para que sean todo lo que pueden ser. En esta guía completa, Peter Levine y Maggie Kline te invitan amablemente a que te unas a ellos en el sueño colectivo de tejer una nueva tela social a través de las poderosas herramientas de intervención de trauma aquí ofrecidas, para que los niños a través del mundo puedan realmente contar con la libertad de ser niños.

[Cómpralo y empieza a leer](#)



El patriarca interior

Stone, Sidra

9788494501951

234 Páginas

[Cómpralo y empieza a leer](#)

El patriarca interior es de lectura obligatoria para la gran mayoría de mujeres. Sidra Stone nos enseña que la revolución femenina es también un trabajo interno. A pesar de que el sistema externo ha cambiado un poco, muchas de nuestras creencias inconscientes no lo han hecho.

Nuestro poder femenino, la sexualidad, los roles relacionales y las emociones están inconscientemente influenciados por una voz interior producto de más de dos mil años de patriarcado. Este libro facilita el cambio en nosotras mismas, nos muestra que dentro de cada una de nosotras vive un patriarca interno, un rey en la sombra, que continúa dirigiéndonos según las viejas reglas y valores patriarcales, gran parte de los cuales nos han sido transmitidos por nuestras propias madres.

El patriarca interior nos muestra esta voz y examina su poder, nos enseña a transformar este enemigo oculto en un poderoso aliado propiciando que cada mujer se apodre y actúe todo su potencial femenino.

[Cómpralo y empieza a leer](#)

El cuerpo recuerda

*La psicofisiología del trauma y
el tratamiento del trauma*



Babette Rothschild



El cuerpo recuerda

Rothschild, Babette

9788494480126

274 Páginas

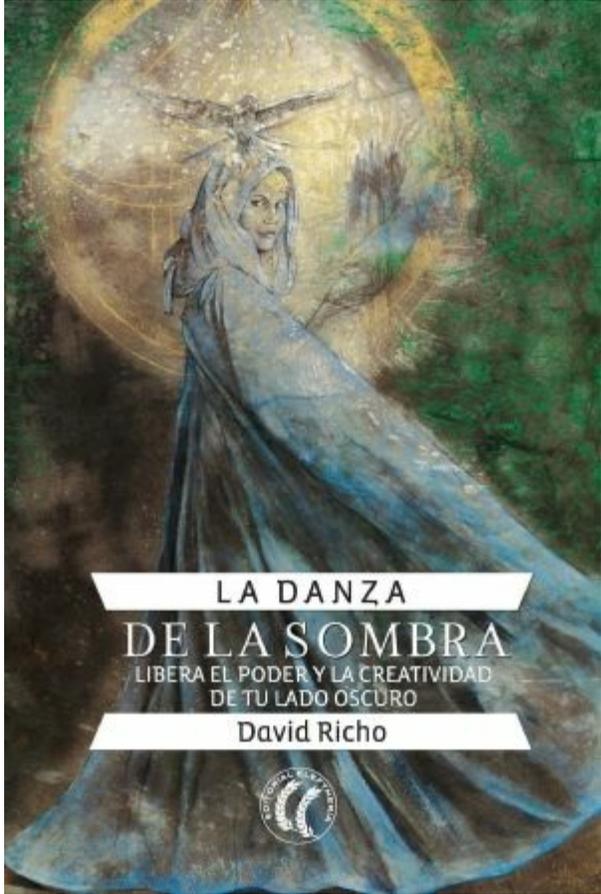
[Cómpralo y empieza a leer](#)

Es muy valioso, tanto para los clínicos como para sus clientes, comprender la psicofisiología del trauma y saber qué hacer con sus manifestaciones. Este libro ilumina esa fisiología, ofreciendo una luz sobre el impacto del trauma en el cuerpo y el fenómeno de la memoria somática.

Ahora se sabe que las personas que han sido traumatizadas conservan una memoria implícita de eventos traumáticos en sus cerebros y cuerpos. Esa memoria se expresa a menudo en la sintomatología del trastorno de estrés postraumático: pesadillas, flash-backs, reacciones asustadizas y conductas disociativas. En esencia, el cuerpo de la persona traumatizada se niega a ser ignorado.

Mientras reduce la brecha entre la teoría científica y la práctica clínica y crea puentes entre la terapia de conversación y la terapia corporal, Rothschild presenta principios y técnicas no invasivas para dar al cuerpo su lugar. Las técnicas somáticas que utiliza logran hacer la terapia de trauma más segura a la vez que aumenta la integración mente-cuerpo.

[Cómpralo y empieza a leer](#)



La danza de la sombra

Richo, David

9788494480188

391 Páginas

[Cómpralo y empieza a leer](#)

¿Te atreves a amar a aquéllos que has odiado toda tu vida?

La sombra es todo lo que no conocemos o nos negamos a conocer de nosotros mismos, tanto si se refiere a la oscuridad como a la luz.

La danza de la sombra te enseña a transformar tus demonios interiores y a despertar tus divinidades latentes.

Muchos libros de espiritualidad recomiendan desprenderse del ego y en este libro se explica claramente cómo hacerlo.

Los ejercicios que encontrarás en estas páginas sirven de examen de consciencia, un examen realizado por nuestra consciencia espiritual adulta, y que se realiza cuando entablamos amistad con nuestra sombra negativa. Esta amistad sirve para despertar nuestra vida interior ya que activamos y articulamos nuestra sombra positiva con toda su riqueza. ofrendas y capacidades. Ambas dimensiones de nuestra alma, por consiguiente, reciben la misma atención y conceden favores iguales. Cooperan como compañeras en armonía. Entablar una relación de amistad con la sombra es una danza.

[Cómpralo y empieza a leer](#)

Índice

Introducción	7
Capítulo 1 Quiénes son los ángeles	8
Capítulo 2 Sobre nuestros seres queridos fallecidos	21
Capítulo 3 Mensajes de los niños que se hallan en el Cielo	29
Capítulo 4 Cómo puedes saber si verdaderamente son tus ángeles o tu imaginación	38
Capítulo 5 Cómo sentir a tus ángeles	51
Capítulo 6 Cómo reconocer y recibir las ideas divinas y los pensamientos profundos	65
Capítulo 7 Cómo oír a tus ángeles	79
Capítulo 8 Cómo ver a tus ángeles	89
Capítulo 9 Recibir mensajes de tus ángeles	107
Epílogo Deja que el Cielo te ayude	115
Notas finales	118
Acerca de la autora	120