

INFORMACIÓN LEGAL

Este Libro Electrónico NO TIENE COSTO. Usted cuenta con nuestro permiso para duplicarlo, imprimirlo y distribuir tantas copias como se considera necesario.

Condiciones: Usted NO PUEDE editar, conceder licencia ni vender este Libro Electrónico bajo ninguna circunstancia; solo está autorizado a entregarlo en su formato actual y SIN COSTO.

Copyright © **BRAHMA KUMARIS WORLD SPIRITUAL UNIVERSITY**. Todos los derechos reservados. Todas las marcas registradas pertenecen a sus respectivos titulares.

Este trabajo está protegido por derechos de autor y **BRAHMA KUMARIS WORLD SPIRITUAL UNIVERSITY** se reserva todos los derechos. El uso de este trabajo está sujeto a los términos antes mencionados, con excepción de lo permitido en virtud de la legislación internacional de derechos de autor y el derecho de guardar y retirar una copia del trabajo. No está permitido descompilarlo, desarmarlo, aplicarle ingeniería inversa, modificarlo, crear trabajos derivados del mismo, venderlo, publicarlo ni obtener/ceder licencia sobre la totalidad o una parte del mismo sin el consentimiento expreso redactado por escrito de **BRAHMA KUMARIS WORLD SPIRITUAL UNIVERSITY**.

BRAHMA KUMARIS WORLD SPIRITUAL UNIVERSITY no será responsable ante ninguna persona en caso de inexactitud, error u omisión, independientemente de la causa, en relación con el trabajo ni con los daños y perjuicios resultantes del mismo. **BRAHMA KUMARIS WORLD SPIRITUAL UNIVERSITY** no asume responsabilidad por el contenido de ninguna información a la que se acceda mediante el trabajo. Bajo ninguna circunstancia será **BRAHMA KUMARIS WORLD SPIRITUAL UNIVERSITY** responsable por daños y perjuicios indirectos. Incidentales, especiales, punitivos, emergentes o similares que resulten del uso o de la incapacidad de uso del trabajo. Esta limitación de responsabilidad aplicará a toda demanda que se presente fundada en contrato, agravio o en otra causa.

Esta publicación está diseñada para proporcionar información precisa respecto a los asuntos cubiertos por la misma. Se ofrece en base a la premisa de que el autor y el editor no están vinculados con la prestación de servicios médicos ni de psicoanálisis. Esta publicación no sustituye ninguna terapia ni consejo profesional.

EL ÁNGEL. que hay en ti

Las 108 características del ángel



BRAHMA KUMARIS

El Ángel

que hay en ti

LAS 108 CARACTERÍSTICAS DEL ÁNGEL

de Antonella Ferrari

Título: El Ángel que hay en ti - Las 108 características del Ángel

Autora: Antonella Ferrari

Ha colaborado en la redacción del texto Raffaele Risoli

Gráficos de portada italiana: Sieb Xander

Composición: Elena Roli

Primera edición en italiano - Pubblicazioni Intenti 2015

Segunda edición en italiano - Brahma Kumaris 2017

Primera publicación en español - Brahma kumaris España 2022

www.brahmakumaris.es

Traducción y portada española : Alicia Cerezo

Indice

Preámbulo	5
Parte Uno - Ángeles y Humanos: ¿Dos razas o una sola?	7
Capítulo 1. Las alas de los ángeles y su equilibrio.	8
Capítulo 2. Sus principios	10
Capítulo 3. La llamada del tiempo	14
Capítulo 4. La forma del ángel	16
Parte Dos - 108 Características del Ángel	21
Parte Tres - Reflexiones	130
Parte Cuatro - Los 18 pasos de Humano a Ángel	145
Capítulo 1- El cometido de los Ángeles	
De Anthony Strano	148
Capítulo 2 - La simbología de los tres Arcángeles	
De Anthony Strano	152
Capítulo 3 - Pasos prácticos para la curación interior	
De Anthony Strano	157

El Ángel

que hay en ti

Dedicatoria

Este libro está dedicado a Bapdada. Quien me enseñó a reeducar mi mente y me indicó el recorrido más grande que uno pueda nunca emprender.

Este texto está dedicado también a un querido amigo y hermano, Anthony Strano, que nos dejó el 26 de julio de 2014. Anthony adoraba el tema de los ángeles, y por eso la tercera parte de este libro contiene algunas de sus reflexiones y conferencias sobre los ángeles.

PREÁMBULO

Cuando miramos a nuestro alrededor, con independencia de que el contexto sea agradable o no lo sea, vemos igualmente seres humanos frenéticos que corren. Pero...¿Hacia donde corren?

Esta fue la primera pregunta que me hice cuando decidí iniciar un recorrido de crecimiento interior, o sea, entrar en el mundo del yoga. Pensé: *“¿Pero hacia dónde corren todos estos que parecen autómatas?”*

De inmediato la pregunta que me hice a mi misma: Y... ¿Yo hacia dónde corro?

No sabía la respuesta, pero la sensación era de haber cruzado el umbral de otra fase de mi vida donde la atención estaba desplazándose, cambiando del mundo exterior al mundo interior. Poco después empecé a meditar sin saber lo que implicaría en mis elecciones vitales, ni cuán vasto sería el recorrido de retorno a mi verdadera naturaleza, pero con sorpresa, una parte desconocida de mi afirmaba: ¡Por fin!

El corazón estaba involucrado.

Con el tiempo me di cuenta de que todos compartimos el mismo domicilio en esta tierra y quien mas quien menos, hemos acabado lejos de nuestro núcleo interior de paz y cualidades. Hemos acabado en la "periferia" del ser, lejos de la esencia, del núcleo, del corazón, de esa dimensión interior que representa la fuente de cualidades y potencialidades inestimables, la fuente de nuestra verdad y belleza.

Lejos de esa fuente estamos sedientos de cosas verdaderas y acabamos por vivir de ilusiones. El retorno a la fuente es simple, basta quererlo y entenderlo, y sobre todo darse cuenta de que eso que consideramos “humano”, es a menudo sinónimo de inhumano. Eso que en cambio somos realmente, es bondad y dignidad innatas.

¿Cómo se vuelve a ese núcleo?

En la conciencia de cada ser está la memoria de la verdad, y esa verdad es la que siempre buscamos. ¡Hemos recorrido tantas vidas y adorado ídolos y profetas, seguido a gurús y también al dios dinero! Pero la verdad de lo que somos está dentro de nosotros accesible con la llave de la sabiduría. En el viaje de retorno a la esencia, sucede el cambio de inhumanos a humanos; de seres humanos ordinarios a extraordinarios; de humanos extraordinarios a ángeles. Sí, porque en mi y en ti está el **DNI del ángel**, el ser que sabe, que sirve y que da.

No todos lo descubren porque están ocupados en jugar con el fango y en tirarse piedras. El ángel es el humano que aprende a jugar con las perlas.

Cada ser humano es una mina “agotada” que puede volver de nuevo a su riqueza original.

En el fondo, creer o no, no depende de ti, sino de tu destino. Y el destino es el fruto de todo lo significativo que hayas hecho en tus vidas precedentes. Por otro lado, alegra el hecho de que por el camino encontrarás varios ángeles preparados para protegerte, para indicarte la solución, para tenderte la mano, para sonreírte sin segundas intenciones, para mirar a lo alto y recordar a tu corazón: tu Padre te ama.

Parte Uno

ÁNGELES Y HUMANOS:

¿DOS RAZAS O UNA SOLA?

Capítulo 1

Las alas del ángel y su equilibrio

Las alas con las que son configurados los ángeles, representan el equilibrio que el ángel desarrolla.

El que vuela no dice a los demás que vuelen, pero un pájaro empieza a volar y el resto hace lo mismo automáticamente. Algunos, en cambio, se quedan en la rama porque piensan que no pueden volar. ¿Como podemos desarrollar estas alas?

El primer equilibrio es entre el **Espíritu y la Materia , el cuerpo**. El ángel tiene un cuerpo, pero usa toda la energía del alma para guiarlo. Así, uno de los primeros aprendizajes es el de vivir en un cuerpo, consciente de ser energía espiritual que anima la materia y hace que se mueva. Actitud simple pero compleja al mismo tiempo, porque nuestra cultura está orientada en hacernos creer que somos cuerpos y que la felicidad está conectada con la satisfacción de sus necesidades. ¿Y el alma? A menudo llora y no la oímos...

El segundo equilibrio es entre **Saber y Trascender**. No basta con conocer el bien, ni basta con conocer el mal. Ambas son parte de una realidad que se ha enredado entre la verdad y la falsedad. Quien cree que somos un poco de cada, y quien en cambio se da cuenta de que somos sólo bien, pero hemos perdido energía y conciencia. El ángel conoce la dimensión humana, los límites del egoísmo, pero sabe trascenderlos para dejarse atraer por la energía catalizadora

de Dios, porque se mantiene en equilibrio, donde es neutral. Recuerda y olvida. Recuerda quien es y olvida lo que no es. Estos dos verbos son los principales.

El tercer equilibrio es entre **Responsabilidad y Ligereza**. El ángel está entregado, consagrado al servicio del mundo, pero no se lleva el pesar ni sucumbe en la acción, simplemente porque es instrumento del Divino. Está libre de los vínculos materiales y por eso usa bien la materia: cuerpo y cosas.

Tener la conciencia de alguien sin recursos mientras se usa todo, es desarrollar las alas de la libertad.

El cuarto equilibrio es entre **Silencio y Sonido**. Usa el poder de la mente para generar energía positiva y en el silencio sirve a lugares vecinos y lejanos. La dulzura de sus palabras impacta como si fuese el canto de un ruiseñor.

El quinto equilibrio es entre **Inocencia y Sabiduría**. Su pureza es tan profunda que no puede maquinar el mal. Cree en todos, incluso en aquellos a quien nadie daría crédito. Es así, no porque le puedas engañar, sino porque ha elegido recorrer la vida de la confianza y pavimentarla de oro. Su sabiduría está en el núcleo de su ser, como en el tuyo. Sólo que el ángel ha encontrado la llave para abrir la cerradura del cofre interior.

Capítulo 2

Los seis principios

Existen dos energías que mueven el mundo: la física y la espiritual.

En la dimensión físico/material rige la forma, el sonido (o ruido) es la consistencia de la materia. En el mundo visible a nuestros ojos, estos son los referentes. La dimensión espiritual, en cambio, está hecha de pensamientos, sentimientos, ideas y estados de ánimo, todas energías invisibles a los ojos pero tan reales que determinan y guían tus elecciones.

El silencio caracteriza ambas: el silencio físico hecho de tranquilidad y paz en el ambiente, y el silencio interior hecho de pocos y buenos pensamientos.

El ángel conoce y practica ambos, pero expresa tan fuerte su silencio interior, que no se altera si el silencio afuera no está presente. Llevará el silencio con su presencia. Y por eso cuando una persona cargada de paz entra en una habitación lleva consigo su silencio interior y se vuelve casi tangible. Si entráis en una habitación donde alguien acaba de discutir percibís claramente una atmósfera densa, aún no sabiendo nada. Igualmente, cuando el silencio interior nos acompaña, colorea el ambiente. Este es el primer paso que el ángel practica, el de dar paz con su silencioso ser interior.

El alma dormida acaba por ser insensible, ya que el ego la hace lejana, ciega e insensata. El alma despierta, se entreabre a la energía del ser, esa que no conoce los límites de la dimensión material, y por eso sabe moverse con tiempos y modos diversos.

Sabe trascender, sabe ascender y sabe como dejar de descender.

En su máxima fase de realización no "sabe", cuando el saber ya no sirve, porque "es".

En el recorrido espiritual que despierta una sana conciencia, el alma poco a poco vuelve a cultivar esa conciencia que prepara para una metamorfosis. Y si crees en la metamorfosis "humana", entonces el 50% del trabajo está hecho. La forma angélica es la del alma cuando está despierta y utiliza sus plenas facultades.

Para que todo esto suceda, es necesario redescubrir esos principios que hacen reemerger las alas y practicarlos para empezar a moverlas. ¡El ángel cada día toma lecciones de vuelo!

He aquí las 6 características necesarias para este salto de conciencia.

1. Reconoce el valor de los pensamientos

¿Pero donde nacen los pensamientos? En la mente. ¡Habréis notado que los pensamientos te gestionan a ti y no al contrario! En realidad es posible invertir el proceso si se reconoce el poder de los pensamientos, y como ellos son la semilla de todo lo que uno vive. Reconocer el valor de la energía mental predispone a crear nuevos pensamientos, pensamientos que sean benevolentes, y a sostenerlos el mayor tiempo posible.

2. Cada día dedica tiempo al silencio

El silencio es el útero donde se puede crear una nueva conciencia y la conciencia es lo que caracteriza a un ángel ¡Es consciente! En el silencio ve y capta lo sutil.

3. Practica la observación del mundo

Los ojos que ven lo invisible ofrecen una mirada de esperanza a quien ya no la tiene, de amor, y de sentido de la eternidad. Es una mirada para practicar con quien tenemos delante y también con quién está lejos, ya que una visión como esa proyecta amor a distancia.

4. Practica la concentración

Observación y concentración van unidas para acumular no solo información, sino también conciencia.

5. Practica el arte de la generosidad

El egoísmo es el peor virus de este tiempo. Para muchas personas, dar es una tragedia. Se sienten privados de algo y viven un angustioso sentido de pérdida. Quiere decir que están fuera de su dimensión "de oro"; esa que está llena de nobleza de ánimo, de realeza. Y han acabado en los "bajos fondos" del ser, donde el corazón ha muerto. Cuidado con la palabra "mío". ¿Cuántas veces decimos "mío"..... "mío" en un día? *¡Pero nada es verdaderamente nuestro, y lo demuestra el hecho de que antes o después lo dejaremos todo! ¡Nada nos pertenece porque nada realmente puede ser nunca poseído! (Mike George)*

6. Practica un sentido de pertenencia

Pertenecer a la Semilla significa pertenecer a todos y que todos te pertenecen. Hay un profundo sentido de familia espiritual. La primera lección en la escuela de los ángeles es la hermandad, el amor, que no juzga y no hiere sino que reconcilia y une.

Capítulo 3

La llamada del tiempo

Este mundo es actualmente muy frágil y las personas están muy frágiles. El mundo está lleno de innovaciones gracias a la ciencia, pero cada sector, aunque parezca ser fuerte, en realidad pende de un hilo.

Las personas parecen seguras de sus talentos y se sienten fuertes por sus propiedades y roles sociales, pero basta con poco para hacerles caer. Hay tanto miedo, tanto pesimismo, que aunque haya muchos motivos para ser feliz, la tristeza y el sufrimiento son mas grandes.

Las personas necesitan esperanza y por eso miran a lo alto, hacia el cielo y más allá del cielo, y esperan encontrar a los seres de luz.

¡Raramente pensarían en mirar a su alrededor para encontrar ángeles!

Encuétralos entre las personas mas normales, cerca de ti.

El ángel se recuerda como donador de esperanza. ¿Por qué?

¡Porque lo ha conseguido!

Sí, ha conseguido realizar lo que otros esperan que ocurra.

¿Y tu qué querías que ocurriese?

La llamada del tiempo es la de volver al mundo interior, tan importante y tan imponente que cambia lo externo. Por ello, el ángel aceptó esta llamada. La alternativa es la de ser una víctima de este mundo disfuncional. La víctima culpa y se lamenta: *¿Por qué me pasa sólo a mi?, ¿Por qué esto..?, ¿Por qué aquello..?*

Si no activas los recursos originales del alma, no serás solo una víctima sino que serás una marioneta a merced de las circunstancias, sin autoestima. Es obvio deducir que el síndrome de la víctima está lejos de la propia forma angélica, o sea, la forma que cada uno encierra como potencial espiritual.

Hay una necesidad enorme de espiritualidad. Los ángeles son seres humanos que han despertado a esta conciencia. **Han cambiado su centro de influencia.**

¿Por quién quieres ser influenciado?

¿Por Maya (*la ilusión*) o por tu verdad interior?, ¿Por tu vieja personalidad, por tus viejas costumbres y memorias del pasado, o por la visión de un futuro mejor? El ángel está donde hay sufrimiento pero no se queda atrapado en él, porque si se quedase atrapado no podría ya servir.

Capítulo 4

La forma del ángel

Son cuatro las formas que puede experimentar :

1. física

2. espiritual

3. angélica

4. incorpórea

LA FORMA FÍSICA - Por lo general, el cuerpo es considerado como la dimensión más importante porque influye mucho en la esfera de los sentimientos y guía nuestras elecciones. Lleva consigo la conciencia más material y por tanto es la conciencia que usa la violencia para satisfacer los propios deseos.

En esta conciencia "inconsciencia" todo es lícito y todo se concede, hasta que no se toca fondo.

Recuerdo un personaje muy atractivo y carismático, esa era su personalidad. Físicamente, en cambio, no lo era para nada. La forma física atrae por poco tiempo por su efecto seductor y temporal, para dejar después una sensación de vacío. Cuando nos atrae sólo la forma física, queda después una insatisfacción profunda, permanece la búsqueda del verdadero bienestar, de felicidad, serenidad y amor. Sería un poco como ir a una conferencia en una sala espléndida pero de pobre contenido, ¡o comer una calzone con poco relleno!

La forma física está hecha de cinco elementos (aire, tierra, agua, fuego y éter). Estos elementos son influenciados por nuestro estado interior y por eso se habla de enfermedades psicosomáticas. Si la mente es feliz, es más probable que el cuerpo tenga buena salud. Además el cuerpo envejece, y si la cirugía plástica busca detener el tiempo, éste no se puede detener. Las arrugas y la pérdida de elasticidad son parte de la vida.

LA FORMA ESPIRITUAL - Es la que está formada por pensamientos, intuiciones, percepciones, ideas, emociones y sentimientos. Todos los tenemos y los usamos, a veces bien y a veces mal. La energía del pensamiento puede crear o destruir en pocos instantes, ¡y parece no conocer límites! Pero en esencia, la forma espiritual es el alma que hay detrás de los dos ojos, en el centro de la frente, donde se coloca silenciosa e invisible, para dirigir nuestra existencia terrenal.

Pero aunque la dimensión espiritual sea la realidad de cada uno, se define "espiritual" a aquel que elige ver y expresar lo mejor de sí, es decir, lo que es innato al alma: amor, alegría, paz, pureza y verdad. Cuando no consideramos estas fuerzas interiores que llegan para dar soporte y facilitar la vida y los valores relacionados, equivale a una "muerte" interior. Hay un equilibrio importante entre estas dos formas básicas.

Una conciencia "despierta" dirá: *¡Para!, ¡no ofendas!*

Es posible si soy fuerte...justificaré el comportamiento equivocado si soy frágil.

Así encontramos excusas... y la habilidad de acusar a los demás.

En otras palabras, espiritual es lo que vibra en el espíritu, lo use o no, lo reconozca o no, me guste o no. Yo alma soy un ser espiritual porque mi naturaleza es así, aunque por espiritual se entienda el estado "despierto" de la propia conciencia.

Si por ejemplo, pienso bien de alguien, lo veré simpático/bueno, mi sentimiento será de simpatía, mi actitud de disponibilidad y acogimiento, y diré cosas buenas sobre él, dando así a los demás la misma impresión. Pero si alguien me cuenta que ese tipo ha hablado mal de mí, contando falsedades (¡y encima yo siempre le he tratado bien!), ¿qué pensaré de él? Obviamente cambiaré de opinión.

Pensamientos inútiles negativos ocuparán mi mente, volviendo mi visión no tan positiva. No volveré a estar tan dispuesto como antes, al contrario, a su vez empezaré a criticarle y a boicotearle... ¡para hacérselo pagar!

El ego nos vuelve superficiales porque es la armadura que nos protege. Vive y prolifera en la superficie del ser y lo ciega. Una mente sucia sigue bajando la escala de los propios valores que equivalen a la escala de nuestra luminosidad, y así el ser humano se apaga.

¿Es posible seguir positivo en la negatividad?

- **¿Estás dispuesto a tener respeto de todas formas?**
- **¿Estás dispuesto a tolerar lo que no funciona y a hacerlo funcionar?**
- **¿Estás dispuesto a dar primero y no esperar recibir antes de dar?**

Estas tres prácticas te permiten ser activo en lugar de reactivo.

LA FORMA ANGÉLICA - Es un escalón más. Es un compromiso con uno mismo y los demás de ser las cualidades que redescubro en mi mismo. No solo conocerlas sino serlas. Por lo tanto, es necesario saber, luego aplicar lo que sé, y antes de eso sentirlo desde el corazón.

La forma angélica se despierta con estas prácticas. La base de esto sin embargo, es la postura mental, porque en el ángel la **primera responsabilidad** es su conciencia.

La segunda responsabilidad es la conexión con la Luz, lo que se llama YOGA. Esta conexión da alegría. Una alegría que emerge de lo más profundo, cada vez menos intocable e influenciado por lo que suceda fuera. Un ingrediente indispensable es aprovechar la fuerza del Divino.

La tercera responsabilidad es la de compartir. Naturalmente cuanto más comparto, más aumenta mi riqueza, una modalidad que genera abundancia.

Por lo tanto, **la forma angélica es un estado de conciencia**. El ángel es una figura mítica recordada de muchas formas y con muchas interpretaciones. Pero mientras fuera está llena de símbolos, dentro el ángel es uno con Dios. Simple y limpio.

La forma angélica es la forma de luz. Cada vez que meditamos creamos una forma angélica de luz a nuestro alrededor. El alma que descubre que es luz, será atraída por la Luz. Se concentra en ser luz, crea pensamientos (luminosos) y así encuentra esa Luz.

Ha descubierto una nueva dimensión y con ella el poder de la metamorfosis.

El ángel tiene tres vidas a la vez, mientras que los humanos tienen dos: la vida pública/social y la privada/familiar. Pero el ángel tiene una tercera vida, la **secreta/espiritual, íntima** y profunda. Es la vida que pocos exploran porque requiere que se siga volviendo al corazón del alma, al espíritu, y mantenerse concentrado. El ángel conoce el jardín secreto y lo vive, y en ese espacio invita a Dios. De ese jardín, el ángel emite energía espiritual que comunica esperanza, cualidades y fuerza al mundo. Se produce la metamorfosis.

La cuarta forma es la **INCORPÓREA**.

Es la forma eterna que existe antes y después de este nuestro viaje terrenal, poco explorada porque implica la experiencia de trascender la materialidad, pero la conocemos bien tras la muerte física. Es la forma de la semilla que fui y volveré a ser, y del silencio total y bienaventuranzas que cada uno de nosotros recuerda porque nos pertenece, pero no tenemos la experiencia mientras usamos el cuerpo físico.

En el firmamento las estrellas parecen colgadas del cielo, como en el firmamento de las almas, que también parecen colgadas en una dimensión de total existencia más allá de la materia y más allá de cualquier relación.

Parte Dos

108 CARACTERÍSTICAS DEL ÁNGEL

1

El ángel conoce la confianza

El ángel transforma las excusas en soluciones y no dice: "*pero... tal vez podría... estaría bien si...* ", mas bien dice: "*¡Cierto!*" No se pregunta: "*¿Lo conseguiré?*" Tampoco le pregunta a quien tiene alrededor. "Puedo conseguirlo" es su lema y ve en ti el mismo éxito. Sus ojos ven tu victoria y te la comunican sin cambiar nunca de idea. El ángel no se espera nada. No podrías decepcionarle aunque te equivoques, porque en su corazón sabe que cada error es un peldaño más que subir para crecer. Viendo mas allá de la apariencia, el ángel está siempre listo para dar ese silencioso y potente sustento llamado confianza.

Hoy practica....

ver los errores con diversas miradas. En el fondo nadie es perfecto y por ello ¿por qué tomárselo tan en serio y cometer el error de enfadarse respondiendo con un error a otro error?

2

El ángel cultiva la maravilla del Respeto

La expresa siguiendo el código de conducta del espíritu, ese que no está escrito en ninguna parte, pero resuena en la conciencia. Reconoce la voz silenciosa que desde dentro indica con precisión la diferencia entre lo verdadero y lo falso, entre la luz y la oscuridad. Oírla es el arte del ángel y por eso respeta las reglas del alma. Así recibe respeto del corazón, porque su corazón es leal y está siempre alineado con la verdad.

Hoy practica...

la escucha de esa voz interior que te habla de verdades que son importantes para ti. Entonces comenzarás a tener gran respeto por las verdades que hay dentro de ti.

3

El ángel es atemporal

No ha tenido miedo de ser verdadero, y así se ha convertido en el ser que conoce los secretos de la mente y del corazón. En la metamorfosis, el ADN de la mariposa se despierta cuando la oruga come hasta no poder más... entonces está cerca el cambio. Así ocurre también en el alma humana, cuando la urna está llena de dolor e insatisfacción, de vacío y de dudas, entonces el ser humano está preparado para su profunda metamorfosis. La mariposa que sale del capullo del verdadero y profundo silencio es el ángel. Ambos tienen alas y ambos viven un tiempo breve, pero en el corazón de la gente su imagen de armonía y belleza permanece eterna.

Hoy practica...

enfocarte en la metamorfosis y no solo en el cambio superficial. Por ejemplo, ¿qué te parece probar a sustituir la "reacción" con una "acción"? Experimenta con la respuesta que das a los acontecimientos... y después valora si vale la pena "reaccionar" o mejor "actuar"....

4

El ángel es honesto

Se ha liberado de la tendencia de esconder los errores, convirtiéndolos en momentos de verdad, para disolver las costras del ego. La mente de un ángel es abierta, se habla a sí mismo y le habla a Dios desde la profundidad del corazón. No se lamenta ni pide. Deja ir las amarras, leva el ancla a bordo y no recuerda nada del día. Entrega su grandeza a la simplicidad y permanece incógnito. Entonces la grandeza se rinde ante él.

Hoy practica...

ser tan sincero que toques el corazón de los demás. Te amarán no por ser perfecto sino por ser verdadero.

5

El ángel da Paz

Aunque su vida fuese caótica como la de todos, decidió parar el frenesí de la mente usando la energía de la paz. Por eso es a menudo representado como el que ofrece bendiciones. Superó las infraestructuras de las costumbres, de lugares comunes y de creencias, y se detuvo a orillas de la sencillez, donde encontró la paz y el silencio, de los que el ángel, y también todos nosotros, estamos hechos.

Hoy practica...

El pensamiento: "yo soy paz". Siente las olas de tu propia paz que no están fuera, sino dentro de ti.

6

El ángel es como un huésped

Limpia tras de sí como si nunca hubiese pasado.

Entra y sale silencioso porque no quiere ataduras, llega cuando es necesario y desaparece cuando no lo es. No quiere ser recordado, por lo que te deja libre y en esa libertad el ángel comunica verdadero respeto. Donde hay malentendidos él aporta claridad y donde hay odio ofrece amor. No viene nunca sin dones y no deja cuentas pendientes.

Hoy practica...

mirar al futuro sabiendo que cada semilla que siembres dará sus frutos. Cada esfuerzo para ser mejor está construyendo un mejor carácter. Algunos frutos llegarán despacio, pero llegarán. Ten la garantía de que existe Alguien que sabe exactamente porque haces lo que haces y te aprecia.

Continúa sembrando bondad.

El ángel sabe cooperar

con cualquiera que pida ayuda. En ese momento no existe nada más, solo aquel a quien ofrece atención. Pero pocos minutos después su mente ya está en otra parte, en la siguiente tarea en la que entra con todo su ser, para salir después con la misma dignidad con la que entró. Su actitud es noble y su atención plena.

Hoy practica...

escuchar las necesidades de los que te rodean con diferentes oídos. Tal vez oirás algo nuevo que te revele dónde y cómo están los que te rodean.

8

El ángel atrae a quien le escucha

No porque sea nuevo lo que comunica, sino porque está cargado de experiencia. Es la autoridad de su experiencia la que atrae e involucra. El ángel cautiva cuando dice la cosa más simple, y sorprende cuando afirma lo que ya se sabe. Como si las palabras fuesen nuevas, pero la novedad está en la energía que aporta: la suya y la de Dios juntas.

Hoy practica...

hablar solo después de crear un silencio en la mente. El silencio colorea las palabras de forma diferente. Entonces, verás con estupor, que a la gente le gustará escucharte. En el fondo no te escuchan a ti, sino al silencio que hay en ti.

9

El ángel protege

No porque vea un peligro específico e intervenga, bueno... eso también, pero el ángel genera un área de protección como si fuera un dosel bajo el cual uno se siente seguro.

Con su energía inocente, el ángel acerca a los opuestos y sensibiliza sus corazones para que vean lo que antes no veían. Se puede estar cegado por la rabia y el rencor del ego y la razón, pero solo el ángel sabe ver la matriz original del alma, y conduce a los "enemigos" hasta que llegan a ver lo que les da valor. Los acerca entre sí. Así lleva armonía y lo hace sin que se note. Solamente susurra al oído de cada uno: *¡Que alma bella eres! ¡Me lo ha dicho el otro!*

Hoy practica...

justo eso, acerca a la gente y habrás hecho un gran gesto de pura bondad.

10

El ángel no ve las debilidades

es decir, las ve, pero no se para en ellas, para captar la virtud. En su formación ha escuchado un viejo dicho que decía : -"Cuando hay una conciencia material ves los defectos, y por lo tanto, no hay amor espiritual. Cuando te vuelves consciente de ser un alma y tienes interés en eliminar tus defectos, entonces te vuelves mucho más dulce y donador de felicidad". El ángel ha seguido esta enseñanza para llegar a ser así.

Hoy practica...

no mirar los defectos de nadie, pero si tener el objetivo de hacerte virtuoso y hacer virtuosos a demás.

11

El ángel está siempre contento

La virtud del contentamiento es la más elevada de todas las virtudes. No pide nada y en cambio recibe todo. Ha entendido este gran principio espiritual...¡Cuanto menos deseo más obtengo! La energía del contentamiento es envolvente y viene de lo mas profundo, como una fuente de agua pura.

Hoy practica...

Nada me puede alterar porque estoy estable en mi profundo contentamiento...

Estoy estable en el centro de mi fuente de paz...

12

EL ángel crea orden

No da órdenes pero su mente es ordenada, por eso no crea tensión sino que conduce a la quietud. Su estado mental surca el espacio y llega a las mentes, invoca silencio a quien está cerca y también a quien está lejos, e indica esa era en la que comenzó el flujo del tiempo, cuando todo era armonía.

La armonía es orden y el orden es armonía.

Hoy practica...

Poner orden también en lo físico que te rodea, y el retorno de ese gesto será tener pensamientos de paz que generen orden dentro de ti...

Aún más, desecha todo lo superfluo... ¡te hace mas pesada la vida!

13

El ángel es un guía

No impone la vida, no guía a los demás diciéndoles: "seguidme". Para guiar están sus cualidades, su valor y su amor guían como haría un río que fluye, y quien lo sigue sabe que llegará al océano. No deja un nombre o una figura para el recuerdo, sino solo los recursos para que se utilicen.

Hoy practica...

no ser el centro de atención y no querer reconocimiento. No te sirve.

Sirve, en cambio, con tus cualidades, verás que las circunstancias te pedirán una en concreto. Úsala para dar de forma incógnita, y el retorno será mil veces más grande. La diosa de la fortuna ve muy bien

14

El ángel une a los opuestos

Ve las necesidades de cada uno y el valor de cada individuo. Ve la conexión entre los opuestos. Ve muchas cosas al mismo tiempo y tiene la habilidad de unir las, viendo los puntos de conexión. No ve el fragmento sino el total, ve la necesidad y no la teoría del problema, su cualidad principal es la compasión.

Hoy practica...

ver la escena en su plenitud y no solo un fragmento, convirtiéndote en alguien que une ¡haciendo exactamente lo opuesto del que mete cizaña!

15

El ángel comunica con el corazón

El amor puro tiene una frecuencia de onda muy fuerte y larga que supera cada barrera, cada filtro, y llega al alma, a las almas, en una silenciosa unión que nutre profundamente. Por eso el ángel susurra: sé el amor que eres...

Hoy practica...

el pensamiento: yo soy amor... yo soy amor para todos. Y sentirás esa energía que reabre una fuente cerrada por la losa del egoísmo y la intolerancia.

El ángel distribuye poder

Donde hay miedo uno concentra, donde hay libertad uno descentra. Infundir poder a los demás es como esparcir fertilizante, mientras que concentrarlo en un solo punto significa quemar una planta. Este principio hace crecer la vida. El ángel es generoso en la mente. Algunos dan solo lo que les sobra, y por lo tanto, recibirán sobras. Esas personas tienen la experiencia de tener que trabajar muy duro, ¡comentando que vivir es un gran esfuerzo!

Hoy practica...

delegar. No mantenerte apegado a tu rol ... es solo un rol que acabará. ¡Pero la cualidad de dar poder a los demás, te llevará mucho más lejos en la clasificación de los ángeles!

El ángel usa sus mil brazos

Da con la idea de no haber hecho nada, trasciende la percepción del sacrificio porque el alma es generosidad. Todo fluye, el universo parece "maquinar" siempre positivamente, la recogida es abundante. El beneficio está ya en el presente.

Hoy practica...

*mirar los acontecimientos sin ninguna preocupación... no te sirve.
Da y los acontecimientos te darán abundancia. ¡Es así de simple!*

El ángel sabe aceptar la invitación

El ángel escucha y acoge la invitación a un encuentro que no requiere espacio ni aula, sino la capacidad de parar y apreciar la grandeza de la introspección. La invitación vale incluso para ti, nadie está excluido, pero...¿podrías no sentir la llamada si tienes la mente demasiado ocupada!

Busca el silencio entre los pensamientos, observa cuantas palabras son inútiles y conviértete en ahorrador. Todo te volverá en forma de fuerza de voluntad.

Hoy practica...

otro nivel de escucha... escucha el silencio. ¡Parece extraño!, ¿Cómo se escucha el silencio? Parándose un momento y prestando atención... ya sabes hacerlo.

19

El ángel es solo un canal

Hay tres tipos de personas: las que hacen que suceda algo, las que van con los acontecimientos, y las que miran el periódico al final del día y dicen: "¿Qué pasó?" El ángel no pertenece a ninguno de los tres. Forma parte de la serie especial de los que dejan hacer a Dios y así lo experimentan como "*Karankaravanar*" - El que actúa a través de un instrumento.

Tal como decía la Madre Teresa, que era un lápiz en las manos de Dios, así el ángel es el portavoz de Sus pensamientos y de Su trabajo.

Hoy practica...

no tomar decisiones tú solo. Enfocar tus pensamientos al gran Asesor y hacerle partícipe de tus elecciones y decisiones. ¡Serán mas fáciles y tal vez te sorprenderás de cuán vasto es Su intelecto!

El ángel sabe dar

En griego la palabra DIVINO significa: *"lo que sirve a todos", "lo que es de interés para todos, lo que es verdad"*. Así el ángel utiliza cada oportunidad para dar. Y si tú hicieses lo mismo, ¿qué pasaría?, ¿qué impacto tendrías en tus relaciones? El ángel conoce el principio: *"cuanto mas das, mas recibes"*. A pesar de ello no piensa en recibir porque sabe generar fortuna con cada pensamiento.

Hoy practica...

cambiar tu motivación del tomar al dar... tienes cientos de oportunidades cada día usando cada recurso: pensamientos, palabras y acciones.

21

El ángel es hijo del Océano

Cuando el río se encuentra con el océano, suelta todo lo que lleva consigo acumulado en su viaje por las montañas. Es un momento de gran encuentro, pero también de gran conmoción, porque el río adopta las características del océano. Esta es también nuestra historia: acumulamos de todo en la vida (en las vidas), luego llega un tiempo, este tiempo llamado "confluencia", de encuentro con el océano. Es el Ser el que sabe acoger todo y eliminarlo, devolviéndonos a nuestra pureza original, de río puro, de gotas de rocío transparentes. El ángel sabe tirarse al mar y experimentar su belleza, amor y sabiduría. El ángel nace de este encuentro.

Hoy practica...

dejar ir viejas ataduras, viejas actitudes, viejas formas de pensar y de experimentar la entrada en el vasto océano del cambio. Este coraje te hará fuerte, listo para un nuevo capítulo. ¡El ángel es el emblema del cambio!

¡El ángel no piensa en lo que no es!

Cada vez que se usa una negación equivale a un énfasis sobre la misma afirmación. Pensar o decir: *"no soy un cuerpo sino un alma"* hace mas incisiva una voluntad, ¡pero también más costoso el salto de conciencia! El ángel afirma: *"Soy el ser de luz que anima este cuerpo"*, haciendo más fácil el despertar a esta conciencia que convierte al ángel en lo que es, y a ti te convierte en un ángel si practicas este pensamiento.

Hoy practica...

El pensamiento: "Soy el ser de luz que anima este cuerpo"... y repítelo muchas veces.

23

El ángel aporta esperanza

Así procede hacia el futuro con coraje y determinación, porque ve con claridad el lugar de verdad del que viene y al que volverá. ¡El ángel no espera un mundo mejor esperando que tu lo crees! Se ha empeñado en cambiar cada pieza de su personalidad para que su mente sea un lugar de curación permanente. Así ofrece esperanza a quien lo conoce, porque el ángel mismo nunca desiste de probarse. Cree en si mismo y cree en ti, y no es un acto de fidelidad sino de amor consciente.

Hoy practica...

Pequeños gestos que sean distintos de los de ayer... sino...¿qué significado tiene un día si no te hace avanzar, si no te hace más rico que ayer? Enteramente...

El ángel es determinado

En hindi hay cinco "E" que tienen mucho significado en la formación de un ángel:

EKANT: soledad, silencio, profundidad;

EKAGRA: concentración, estabilidad del pensamiento;

EKNAMI: tener una sola fuente de sustento espiritual;

EKVRATA: determinación en el acercamiento a Uno;

EKTA: unidad, armonía, unión.

Hoy practica...

estos pasajes... y escribe por la noche tu experiencia.

El ángel es amor en sus obras

Usa las manos para cosas ordinarias, pero se queda en una conciencia ilimitada. Sus vibraciones y actitudes ilimitadas continúan difundiéndose. Sirve con cada pensamiento e inspira con cada acción suya, que por simple que sea, está impregnada de una energía amorosa y serena que atrae e inspira. Así coopera con quien está cerca y con quién está lejos, porque el poder de la vibración no conoce límites de espacio. Cruza fronteras y alcanza a quien está preparado para acoger el amor del ángel.

Hoy practica...

actuar con calma, como si cada acción fuese sagrada. Porque lo es...

26

El ángel conoce la verdadera justicia

Mientras un humano va al juez para encontrar justicia, el ángel va a su conciencia y se sienta en silencio para curarse. Delante de la conciencia elabora su curación, tras lo cual está preparado para curar a tantos otros.

Hoy practica....

- *Siéntate en silencio con el corazón preparado para mirarse en el espejo de la honestidad. Repasa la escena que te ha herido y cámbiala. Vuélvela positiva, cambia el fotograma que la mente ha registrado, y crea uno nuevo que lo sustituya. La mente experimenta lo que uno piensa...*
- *Ahora alégrate por todo ello, háblate como si estuvieras delante de ti, y felicítate por lo bueno que estás haciendo...*
- *Ahora vuelve a tu infancia, mira al niño o a la niña que eras, y coge a esta criatura entre los brazos... ofrécele el afecto que completa el proceso de curación interior.*

El ángel intuye

Un buen ser humano debe decidir que actitud tomar en la vida. El ángel no decide con su mente, el ángel se guía por su intuición divina, como si fuese una sutil caricia de verdad sobre la cual se mueve, y mientras, ofrece lo mejor de sí. Así evidencia cuanto de positivo y válido hay en ti.

Hoy practica...

recordar el poder de tu intuición y seguirlo. Si a ello le añades el poder de la espiritualidad y de la conexión, será indiscutible la claridad con la que percibirás los acontecimientos.

¡El ángel es destructor de excusas!

No dirá nunca: *¡no puedo, estoy ocupado!* Muchos lo dicen y se encierran en su pequeño mundo donde existe el egoísmo. En cambio el ángel está disponible. Inmóvil en el silencioso rayo de amor que percibe del Divino, se detiene en la Luz que lo disuelve todo, y la hace también disponible para los demás. Pero no dirá que le sobra tiempo, porque el tiempo no sobra nunca..., pero te dará la experiencia de poder alargar cinco minutos hasta hacerlos eternos.

Hoy practica...

Vivir cada momento con la conciencia de que es precioso. Vívelo con atención pero sin estrés, sin prisa y sin perderlo. De hecho, es esa pérdida la que te pone frenético. Al contrario, tienes todo el tiempo que necesitas, y nunca pienses que no lo tienes. ¡Tu eres su creador!

El ángel está presente y es paciente

"Todo lo que pasó estuvo bien, lo que está pasando ahora es bueno, y lo que pase en el futuro será aún mejor". El ángel mantiene siempre este eslogan en la mente. Responde cuando se le pregunta y sonríe cuando no se necesita nada más. No impone pero espera. Cada cosa tiene su momento. No tiene prisa para hacerte entender porque sabe que tu llegarás al lugar, y mientras tanto te sostiene. No presiona y no se altera. No teme que tú no lo consigas, sabe que es solo cuestión de tiempo. Por eso el ángel sonríe sin ninguna tensión y continúa creando oportunidades de crecimiento en el presente.

Hoy practica...

Mirar con ojos maravillados lo que sucede: lo que pasó está bien, lo que pasa está bien y ¡lo que pasará es aún mejor!

El ángel es un benefactor

Ha descubierto la fuerza negativa de las viejas costumbres, ¡esas que han limitado tanto a la humanidad! Mientras los humanos preguntan siempre, el ángel dona. Aún antes de oír tu petición, el ángel ha tendido su mano y ofrecido el don de su sabiduría. Lee más allá de lo que se expresa, y así habla al corazón herido.

El sufrimiento de los recuerdos guardados en el subconsciente emerge con tristeza. El ángel crea una atmósfera de sentimientos puros, y da esta vibración que no solo toca al corazón, sino que entra en el subconsciente. Es la única energía que tiene el salvoconducto. Así dona lo que ningún otro podría dar. Pero esta magia solo sucede porque el ángel está conectado con la Fuente, Aquel que te conoce verdaderamente...

Hoy practica...

estar tan concentrado en la Luz que difundas la luz de la benevolencia, para superar las viejas formas de pensar, y hacer emerger la verdadera naturaleza del alma, más allá de la barrera de tantas, demasiadas, creencias e ilusiones. Sé el ángel que desata viejos nudos...

31

El ángel detenta el poder de la paz y de la no violencia

Sabe escuchar con oídos de paz y en los ojos refleja la eternidad. Por eso brillan. Su envoltura es ordinaria, pero si alguien nota una luz diferente y hace una pausa, entonces el ángel sabe que el otro está listo para recibir algo. Quien toma no recordará la cara del ángel, pero si la dulzura que le ha dejado en el corazón y en la mente. Entonces el ángel habrá cumplido su cometido.

Hoy practica...

estar siempre en la ligereza de quien está contento de lo que sucede porque percibe el beneficio. Es un principio de vida... Trata de sentir la profundidad de este pensamiento y curar las heridas del pasado.

El ángel es claridad

Piensa en ti si es necesario, de lo contrario está en otra parte. Te sigue si buscas claridad, si no, descansa en silencio. Su mente está enfocada en lo que es verdadero, y por eso sabe entrar y salir del silencio. Su mente no es una " plaza " llena de gente y escenarios que van y vienen, porque no crea lazos. Ama amar y construir relaciones.

Hoy practica...

ver lo vano que es un conflicto, no alimentarlo y no tomar parte. Sé neutral, positivo y habla bien, porque las palabras tienen un gran impacto en la calidad de las relaciones.

33

El corazón de un ángel es como un santuario

Cualquiera que busque la verdad puede encontrar la puerta abierta y sentarse en el silencio de una mente potente, pura y benevolente. Es el espejo que dulcemente refleja la verdad. En su rostro otros ven sus propias debilidades, pero solo porque el ángel les ofrece la imagen de lo que serán. (Anthea Church)

Hoy practica...

cruzar el umbral de tu santuario y detenerte en el silencio para reconocerte. El ángel se alegrará de ofrecerte un espejo limpio donde ver tu verdadera belleza...

El ángel es creativo

No solo con la mente, también con el corazón. Es "el artista" de los sentimientos elevados, divinos y puros. ¿Cuál es la diferencia? Cuando ve el defecto de alguien, transforma ese defecto en virtud en un segundo. Transforma la pérdida en beneficio y la difamación en alabanza. Solo el que consigue mantener constantemente esta visión y actitud, puede llamarse benefactor del mundo. Y no solo benefactor del mundo, tal alma es una benefactora del ser.

Hoy practica...

ver en lugar de los defectos, la bondad innata que hay en la esencia eterna de cada ser humano; lo bueno, lo verdadero; y así la paz y la fuerza de esas potentes vibraciones tomarán la forma de una dulce energía que cura el corazón del otro.

El ángel es cercano

Está cerca del mundo porque es cercano a sí mismo. A menudo la gente cree tener un ángel protector a su lado, o detrás de sí. De hecho está en ti. Y se reactiva cuando accede al amor del Supremo, Aquel con el que un yogui se conecta. La conexión es Yoga y la unión es el logro más codiciado del espíritu, porque descubre su pertenencia y un sentido de verdadera y eterna seguridad. El ángel vive en esta experiencia y te ofrece el calor de su cercanía.

Hoy practica...

dar a los demás la experiencia de tu soporte incondicional.

El ángel nunca actúa al azar

porque conoce la filosofía de la semilla, del karma. Realiza acciones que dan frutos y no deudas. Por eso incluso a ti te susurra: *"Conviértete en un árbol cargado de frutos que naturalmente se dobla y da sombra y frescor a cuantos se le acercan"*.

Hoy practica...

ser como un árbol generoso, humilde, y consciente de que cada acción que tomes será la fuerza de tu fortuna kármica.

El ángel está pleno y contento

Siente que lo ha obtenido todo y en su plenitud dona a todos. Es como un océano. Mientras un río se seca de vez en cuando, el océano está siempre lleno. El ángel es un océano lleno de sabiduría y no se deja influir por los conflictos, porque su fe mantiene firme su visión positiva. En el fondo de su mente cultiva una constante y sutil alegría.

Hoy practica...

mantener una visión positiva, y saber que cuando lo decidimos, todo nos pone a prueba... mantén el gusto de la victoria.

El ángel es un servidor

Dado que Dios es el Servidor del mundo, también el ángel lo es. Estable, recuerda siempre su cometido y a Aquel que se lo ha dado. Así experimenta estabilidad. No es servil para nadie, pero está a tu disposición cuando lo necesitas. Búscalo... sabiendo que su característica más obvia son los ojos que brillan con puro amor.

Hoy practica...

estar tan conectado con el alma que eres, con tu identidad, que brilles con una luz que otros notarán.

39

El ángel es amoroso

Detenta el arte de las relaciones. Para el ángel todas las relaciones "humanas" son poco atrayentes, la dulzura de la Madre y del Padre es lo que le atrae y nutre, por eso el ángel es *pyara or nyara* (en hindi: amoroso y desapegado). No conoce apegos, pero conoce el amor. En el desapego está la clave de la felicidad. No el desapego frío e indiferente, sino la conciencia de la propia unicidad. El corazón de un ángel es la fábrica de bendiciones. Primero las toma del Creador de Bendiciones en la hora en la que la luna se reúne con las estrellas...

Dentro de su naturaleza está el ritmo de su corazón, el corazón espiritual, el ritmo del amor.

Hoy practica...

levantarte antes del alba. Dirás: ¿¿por qué??... Porque la atmósfera está muy limpia y puedes sentir como explorar el corazón al ritmo del amor.

El ángel discierne

No siempre hay satisfacción al confirmar que se ha hecho la elección justa, porque donde hay apego no hay discernimiento. Pero las ataduras dan sufrimiento y el ángel ha elegido la vía de la felicidad. Porque sabe que en su firmeza está encerrado el poder de una metamorfosis en la que el mundo está inmerso, y por lo tanto, sigue un profundo sentido de humanidad. Alguien tiene que hacerlo, y el ángel ha alzado la mano para ser un voluntario en la guerra contra el mal.

Hoy practica...

recordar un ejemplo de generosidad que te haya impactado. Sigue ese ejemplo y sabrás perfectamente donde estar.

El ángel sabe poner un punto y final

a cada situación, recordando que el alma es un punto, Dios es un punto, y las circunstancias son un punto. La interacción entre estos tres aspectos es el triángulo de la armonía. Pitágoras mencionaba la ley de la armonía, y para él la identificación del ser como un punto tenía un especial significado. Desprenderse de cualquier identificación implica que queda solo un punto, el ser.

Hoy practica...

El perdón cada vez que emerja un pensamiento del pasado. Y cada vez que pienses con temor hacia el futuro, lleva tu pensamiento a tus cualidades y siéntelas con confianza. Sitúate en el presente.

El ángel es pura energía de amor

no hace de los sentimientos una moneda de cambio: *te amo si... te ayudo si...* el verdadero amor es incondicional.

Hoy practica...

conectarte con Dios y experimentar que no estás nunca sola, sino siempre en compañía de alguien que te llena de benevolencia.

El ángel sostiene la inocencia

y no a los "inocentes".

Ve entre bastidores y sabe que quien hoy sufre ayer hizo sufrir, y por ello no interviene con juicios y sentencias. Su pureza es soporte ecuánime y potente, en la ternura de quien comprende los secretos del tiempo.

Hoy practica...

¡No juzgar! porque no sabemos nunca con certeza porque ocurre algo; juzgar puede estar fuera de lugar.

El ángel es como un pescador de perlas, de virtudes

Era una vez un mundo paradisíaco convertido luego en una especie de infierno, no porque el hombre fuese malo, sino a causa de la energía espiritual del alma, que fue desgastándose con el tiempo. ¿Reconoces esta historia? Es la tuya y la mía, es nuestra historia. La entropía ha marcado el paso, y de "nuevos" hemos pasado a "viejos". Perder energía y perder fuerza se aplica al cuerpo y también al espíritu. El ángel sabe como regenerarla y recuperar toda la fuerza, es decir, despertar las cualidades divinas que yacen en la memoria de cada uno de nosotros.

Hoy practica...

sentir tu verdadera fuerza. Recuerda que cada defecto es la degeneración de una virtud. Sube la cuesta...

El ángel es como un faro

que ilumina los senderos de la conciencia. El sendero de la conciencia lleva al destino más alto al que se puede aspirar, llamado también "el sendero de la felicidad".

Pero no puede pensarse que el ángel haga el trabajo por ti, como a menudo se tiende a delegar la felicidad en otros. El trabajo es íntimo y profundo: ¡solo tú y el ángel lo sabéis! Y obviamente Aquel que está por encima de todo.

Hoy practica...

dar felicidad a todos y también cuando alguien intente hacerte sentir culpable o hacerte la vida desagradable. Justo en ese momento, recuerda que tu parte está dissociada de la del otro. Por lo tanto, continúa practicando la escucha...

El ángel nunca desconfía

Para cargar cada pensamiento de poder y empujarte hacia adelante, el ángel cultiva sentimientos de benevolencia, para recordarte que ningún motivo, absolutamente ninguno, vale la pena si se pierde la propia alegría. La desconfianza te vuelve sombrío y distante. Es una creencia basada en el miedo de que tú, el otro, seas un enemigo. Ante un desconfiado puedes decir: "esa es tu creencia pero no mi realidad". El ángel en cambio, te confía su corazón porque sabe que lo cuidarás con sumo cuidado.

Hoy practica...

*dar confianza. Aunque se diga: **confiar es bueno, desconfiar es mejor**, tú no tengas miedo de perder nada, porque con desconfianza, ¡habrías perdido ya desde el principio! Si confías tienes al menos una posibilidad de haber tenido el sentimiento correcto.*

El ángel tiene tres tipos de luz

Una es la luz en los ojos, que aparecen como iluminados por una chispa que proviene de lo más profundo.

La segunda es la luz de la frente, que brilla como si estuviese encendida.

La tercera es la corona de luz, llamada también aura, que envuelve su cabeza.

Cualquiera que esté delante del ángel ve estas tres luces, como si viera un diamante que emite luz a su alrededor. ¡Al ver la luz del ángel también tú te conviertes en luz! No importa cuanta carga y peso haya en tu mente, el don que recibes es para aligerarte. Lo que aparecía como pesado y complejo se vuelve simple y ligero, porque la energía del ángel y su luz son un ascensor : su mirada y su presencia te llevan mas allá.

Por eso busca un ángel y sumérgete en su luz. Es así como un ángel crea otros ángeles... ¡y quién sabe si tú no eres uno de ellos!

Hoy practica...

Mirarte al espejo, al centro de la frente donde reside el alma, y ver esa tenue luz que brilla,... ¡Eres tú! Y a medida que la miras aumenta, porque la conciencia se ilumina.

El ángel colorea la atmósfera de silencio

Hay silencio a tu alrededor. Incluso en medio del ruido hay silencio si te paras a escucharlo. Y dentro de ti hay un espacio de silencio infinito, que espera ser experimentado. El ángel en el silencio se deja llevar, y las soluciones llegan de forma fácil y natural. Te dice también a ti: *"No pienses demasiado en un problema y así verás el gran panorama desde arriba y desde la perspectiva correcta"*.

Las palabras dan conocimiento, pero solo el silencio ofrece una experiencia. El ángel conoce los meandros de su mundo interior y el vasto espacio de experiencias, además de la física. Por eso si quieres encontrar un ángel, puedes hacerlo desde el silencio. Si quieres encontrar tu forma angélica sumérgete en la dulzura del silencio.

Hoy practica...

sacar tiempo para experimentar el silencio, porque el silencio es la energía que ayuda a acabar con cada obstáculo.

El ángel es un guía

En la espesa niebla de la ignorancia, actúa tan seguro como si supiese el camino, y tantos otros le siguen. Pero el ángel no se da cuenta... porque mira hacia adelante, mira la Luz y se ilumina. Cuando está cerca de la línea de la meta, cerca de Dios, entonces en la luz de los ojos del Padre ve a su séquito: - ¡Oh! ¡Pero cuántos! Tantas almas que silenciosas seguían su exaltación, su entusiasmo y su coraje. Por eso el ángel es recordado como guía, no porque lo desee, sino simplemente porque es el único que ve el sendero desconocido de la verdad, y paso a paso, marca el camino.

Hoy practica...

mirar delante de ti, hasta el horizonte, y mantener la mirada lejos. Por encima de cualquier obstáculo cultiva el entusiasmo de tu meta. ¿Tienes una meta importante que valga la pena perseguir?

50

El ángel es fiel a su verdad

Esta es la primera fidelidad. Por eso no piensa lo que no debería pensar, y no dice lo que no debería decir. Se detiene antes del pensamiento y esa es su maestría. No es soberano de la mente, es mucho más; es soberano de la vida.

Hoy practica...

permanecer en la esencia, donde solo lo que se necesita llega a la mente. Esta práctica es fundamental para la concentración y para la transformación.

El ángel nace de la forma humana

Hay quien se equivoca y se vuelve mas arrogante, y hay quien se equivoca y utiliza el error para cambiar. El ángel pertenece a estos últimos. Y su cambio es una metamorfosis que lo convierte en mariposa.

Hoy practica...

corregir tus errores sin tener sentimiento de culpa, sino con la sana intención de no volverlo a hacer. Identifica que rasgo de carácter te lleva a hacerlo, o que deseo. Intervenir es cambiar y cambiar es una gran satisfacción.

El ángel sueña

Para el ángel el sueño y la realidad coinciden y se convierten en uno. Y eso en lo que cree, toma forma. No por arte de magia, sino porque está atento para seguir la brújula del corazón. La brújula apunta siempre al norte. ¿Cuál es tu norte?, ¿sabes tu destino, tu objetivo y tus pasiones más profundas?, ¿hacia dónde te guía el corazón?

Hoy practica...

reflexionar sobre la importancia del corazón. No la bomba física, sino el oxígeno del alma. ¿Dónde está tu norte? Solo con darte cuenta de por qué naciste, serías la maravilla para la que naciste ...

Los pies de un ángel no tocan nunca el suelo

no el físico sino el suelo de la mente. Su intelecto está por encima de la atracción de la materia. No depende de la materia pero la protege con su benevolencia. Por eso la materia lo sigue y lo secunda. Donde todo se derrumba, el ángel encuentra un espacio seguro, y en ese espacio el ángel ofrece un oasis de refresco.

Hoy practica...

dar a la materia en lugar de tomar. Dar a la materia, quiere decir crear vibraciones de paz y comunicarla a los elementos que te rodean, en lugar de seguir tomando de una tierra, ¡que ya no tiene mucho! Sentirás que acoge con agrado tu regalo.

El ángel es inquebrantable y firme

En la mitología indú, Angad era un soldado enviado por Rama para salvar a Sita. El pie de Angad era tan estable que nadie conseguía moverlo. Así es el ángel, firme e inamovible en sus principios. No dirá: ... *de vez en cuando puedo hacer otra cosa... en fin, uno puede equivocarse alguna vez...*, no es nunca débil respecto a sus principios. Tampoco es rígido, porque la conciencia no implica forzar sino ser natural. Su firmeza es su fuerza.

Hoy practica...

mantener altos tus principios... nada vale la pena realmente como para romper los pilares de un código de conducta elevado y aceptar compromisos... Sé firme.

El ángel es un gran alquimista...

¡Tal vez el más hábil!

El ángel transforma el mal en bien. Conoce el mal porque en su parte humana lo ha elaborado y transformado. Conoce el bien porque ha descubierto que el bien es lo que él es. Su mente es como un laboratorio de alquimista, donde quien entra sale transformado. Cada imagen que pasa por su mente sale "bendecida". Así limpia su corazón y el del mundo.

Estar en el pensamiento de alguien que no te ama puede ser un obstáculo sutil, ¡pero es una suerte pasar por la mente de un ángel!

Hoy practica...

Hacerlo también tu; a cualquiera en quien pienses ofrécele una bendición, o sea, un pensamiento que mejore su vida y que sea un empuje sutil para seguir adelante.

El ángel sigue un recorrido invisible

que solo él ve.

Está diseñado en su memoria y se revela a medida que lo recorre, como si a cada paso, el siguiente se abriera a su propia comprensión. Dado que tiene fe, no anda a tientas en la oscuridad, y su fe es su constante compañera, que lo aligera y prepara para los acontecimientos y para la vida.

Hoy practica...

mirar a lo alto y sentir, como si lo hubieses sabido siempre, que la Luz está mas allá del cielo y de las estrellas; y ver aún siendo invisible, la solución que parecía difícil de encontrar. Ya la has vislumbrado... estaba justo delante de ti. ¡Ten fe!

El ángel es un Aprendiz Espiritual

Aprende un arte que no se ve en las vitrinas, el arte de crear armonía.

Donde el ángel se encuentre, piensa en ese lugar, no piensa donde estaba o donde estará. Está en ese lugar para convertirlo en una realidad exterior que refleje la grandeza que tiene, y que tienes dentro.

Hoy practica...

justo eso, crear armonía haciendo exactamente lo que hacen los que esparcen cizaña, pero al contrario, siempre apreciaciones que acerquen, en lugar de críticas que dividan. ¡Puedes hacerlo, y sentirás la satisfacción de haber hecho una gran obra!.

El ángel es un sanador

El arcángel Rafael se recuerda como el sanador; son su maternal benevolencia y la comprensión de los secretos de la mente, las que le convierten en ello. ¡No conoce la anatomía, pero conoce mi alma! El ángel no da lecciones pero comparte lo que la experiencia del cambio ha escrito en su corazón.

Hoy practica...

elegir voluntariamente un pensamiento especial para después dirigirlo hacia alguien. Así le estarás ayudando. Él tal vez no lo sabrá, pero ésta es la belleza del ángel: es incógnito.

El ángel respeta lo que Es y lo que Tiene

¡Cómo no!

La materia que envuelve el alma puede ser grosera y llena de toxinas. ¿Cómo será un cuerpo que se nutre de comida malsana y una mente que piensa tanto y mal? El alimento para la mente es aún más importante que el del cuerpo, a pesar de que ambos estén unidos. El alma que recupera la conciencia y cuida su alimentación, se vuelve atenta, sagaz, y respeta lo que se le encomienda: este cuerpo y esta vida.

Hoy practica...

comer cosas sanas, cocinar con amor y comer lentamente. ¡Pasa del fast food al slow food! Saborea la comida de otra forma con total presencia en esa acción, para sentir como cada bocado es un momento sagrado. Es más, sin televisión y sin móvil.....

El ángel conoce los tres aspectos del tiempo

En otras palabras, conoce la motivación que lo empuja a actuar y conoce las consecuencias. Motivación y resultado pasan por la acción cumplida, que una vez hecha... ¡está hecha! Los errores hechos no pueden anularse, pero acéptate y perdónate.

El ángel puede enseñarte el poder del perdón.

Hoy practica ...

este ejercicio repitiendo 7 veces seguidas: "por cualquier error que yo haya cometido pido perdón, y por cualquier mal que alguien me haya hecho le perdono". Este ejercicio es muy eficaz...

El ángel usa su Sabiduría

Ningún libro te hará nunca realmente sabio. Lo haces con la experiencia de cada día, no porque vivas mucho y con mucha gente, sino cuando te encuentras a ti mismo y aceptas el reto del cambio. Cambiar fuera es un esfuerzo pequeño; cambiar dentro requiere honestidad y coraje. Así, el ángel ha acogido esta invitación al cambio, y se ha dado la oportunidad de liberar lo divino, la energía vital del espíritu. El ángel ha pagado el coste de caer y levantarse muchas veces, como un niño se cae y se levanta para aprender a caminar. La sabiduría está en saber caminar en el sendero de la verdad, sin acumular mas heridas sino curándolas. Si quieres saber algo, no consultes solo *google*, consulta tu conciencia, y el ángel de la sabiduría llegará.

Hoy practica...

acceder a tu sabiduría interior y escuchar cuánto te puede guiar... consulta también al Amigo Supremo, porque el ángel ha tomado lecciones de sabiduría, ¡justamente de Él!

El ángel convierte en sagrado todo lo que toca

Se alimenta de conocimiento e ingiere verdad. Pero nutre también el cuerpo con el alimento que antes de ingerir ofrece a la Luz, con el fin de purificar los elementos. Esta energía que el ángel mueve en el mundo de los elementos, se recuerda como la ofrenda sagrada del alimento a Dios, que toma solo la fragancia y devuelve la protección de la pureza. Como Ganesh (*una divinidad de la India mitad elefante*) con su trompa pasaba a Dios cualquier cosa que recibiese, así el ángel no retiene nada. Todo lo que recibe se lo pasa, y como no tiene nada, ¡lo tiene todo!

Hoy practica...

*sentirte tan rico que todo lo que te llegue puedas usarlo para contentar a otros.
Nutre el corazón de generosidad y serás siempre alguien al que los demás dirán:
pero... ¡¿A ti te va todo bien siempre?!*

El ángel conoce la ecuanimidad

En cada uno ve su potencial y le honra con el respeto de quien se inclina ante tu grandeza. Puede hacerlo solo quien ha reconocido la propia grandeza. El ángel ve las flores y sabe que cada una es diferente en su fragancia. No compara... ¡quién es mejor...quién es peor! Cada uno es una flor única en el "bouquet" de la humanidad. Esta es la visión que el ángel mantiene y por eso podría preguntarte: *¿Y tu que flor eres?*

Hoy practica ...

ver a los demás como flores y apreciar sus cualidades. Incluso si fuese solo una...

El ángel muere antes de vivir

Muere en su vieja y consumida forma, quema lo viejo en la gran hoguera de la rendición. Así como el Ave Fénix resurge de sus cenizas, el ángel resurge del polvo de un mundo que ha llegado a su límite. Y mientras resurge, el ángel ama recordar que su historia no ha sido nunca la de hacer y poseer, sino la de ser y donar. Por eso su muerte es todo lo contrario a un final: en la matriz del silencio el ángel renace.

Hoy practica...

sentir tu gran renacimiento mirando hacia adelante y no hacia atrás. No tener remordimientos sino solo el entusiasmo de la renovación... mira adelante y deja que lo viejo muera. Es la vida.

El ángel tiene realeza

porque mientras siente a otros burlarse de tus debilidades, el ángel evidencia tus fortalezas. Se mantiene equidistante entre tus debilidades, para ayudarte a disolverlas; y tus fortalezas, para evidenciarlas.

Su delicadeza es la amabilidad con la que te indica que te detengas si es necesario, y que procedas si conviene. Si sabes consultarle es mejor que un oráculo, porque al no querer nada, es un intermediario puro de la Verdad.

Hoy practica...

estar equidistante entre las debilidades y las fortalezas de alguien cercano. En ese momento sabrás discernir que hacer y cuando...

El ángel no deja nada pendiente

Dejar algo pendiente, significa dejar la puerta de la mente abierta para la cola de pensamientos conexos con lo que está incompleto. El ángel cierra cada capítulo para tener el espacio libre y limpio para la siguiente escena. El corazón de un ángel no cultiva rencor, no elude la comunicación y las aclaraciones. En cada cruce de caminos se para y pide soporte a su Consejero, luego procede firme, silencioso, seguro, porque no está nunca solo.

Hoy practica...

cerrar cualquier capítulo abierto... y sentir Su compañía que te guía con gran sabiduría.

Los ángeles hablan con los ojos

Los seres humanos hablan con la boca, los ángeles hablan a través de los ojos. Un ángel está en grado de llevarte a un espacio de gracia y en él ocurren milagros. Se puede encontrar la felicidad, se puede comprender lo que es la verdadera amistad, se puede entender que existe siempre una posibilidad. Los ojos de un ángel son capaces de lograr esta maravilla. Y este es el tiempo para que esto ocurra.

Hoy practica...

no hablar demasiado, no necesitas justificar, explicar o invertir demasiada energía. Prueba el silencio y el lenguaje de los ojos...

El ángel ordena sin órdenes

Vence sin luchar porque usa la quietud como arma. Y no necesita decirte lo que debes hacer, porque el ángel espera que estés preparado, y entretanto, te prepara con su mente. Motivado por pura benevolencia su conciencia se mueve por amor.

Hoy practica...

sentarte cómodamente y dejar que el cuerpo se relaje. Permanece presente en el aquí y el ahora.

Descansa tu mente y siéntete libre de pensamientos inútiles... ningún pensamiento del pasado ni del futuro... solo AHORA.

En el punto donde el pasado y el futuro se encuentran, sé el que observa... silenciosamente con calma y quietud...

El ángel es humilde

No permite nunca que descienda su auto respeto y así no es nunca arrogante. Cuanto mas alto es el nivel de auto respeto, más grande será su humildad. El arrogante dirá: - *¿pero por qué es así?, ¿no debería ser así!, ¿no debería hacerlo así!* Pero el ángel siente solo la responsabilidad de elevar a los demás. En el estado de *Punya Atma* (alma caritativa) ofrece cooperación y no juicio.

Hoy practica...

La perla de todas las virtudes: la humildad. Y sabrás cuando aplicarla... ¡tu corazón te informará!

El coraje del ángel

No es el coraje guerrero que afronta lo que es difícil y complejo, que lucha contra cualquier cosa o cualquiera. El ángel ha conocido la energía de la lucha y la ha superado. Su coraje está en salir de la escena en la que todos intentan ser visibles, y convertirse en observador cuando todos imponen su opinión. El ángel no quiere arreglar lo que no va bien, porque en lo ilimitado todo va bien. Evita juzgar, evita estar en los límites del ego, sabiendo que solo así permanece en la luz de lo que es divino.

Hoy practica...

Permanecer como un observador desapegado y encontrar alternativa al pensamiento reactivo... ¡busca la acción justa y el ángel serás tú!

"Siempre listo" está en el diccionario de un ángel

Es un verbo siempre en presente que le hace útil y disponible. El ángel ahorra energía para donártela a ti, su hermano. Permanecer en la esencia es el arte de un ángel. De otra forma no podría tener tanto y para todos. Es un gran ecónomo de pensamientos, es positivo y un gran compositor de notas silenciosas en la partitura de la vida.

Hoy practica...

estar preparado para los imprevistos, son de hecho "previstos" en el juego sutil del karma.

El ángel está desapegado

En la cultura egipcia, la flor de loto estaba asociada al renacer; en el Budismo en cambio la flor de loto está relacionada con la pureza divina y con la iluminación; mientras que en el hinduismo la flor de loto está asociada también con el desapego. Sus raíces se asientan en el fango mientras que la flor flota en el agua, simbolizando al que consigue permanecer puro y no contaminado, en medio de las dificultades del mundo.

Así hace el ángel: aún viviendo con los pies en este mundo, su mente y su corazón viven en la energía de su pureza, del amor y de la paz.

Hoy practica...

permanecer en la calma del desapego donde todo toma otro significado y donde tu estabilidad se convierte en un recurso y apoyo para muchos.

Obsérvate mientras experimentas una emoción y te sientes involucrado en una situación dolorosa.

Simplemente obsérvate sin juzgar, sin hacer consideraciones.

Observa tu cara.

Observa tus pensamientos.

Te darás cuenta de que lentamente las emociones de rabia, miedo o tristeza se disolverán.

El ángel conoce la libertad del perdón

Para muchos es una lección amarga, y sin embargo de las más importantes. Para muchos perdonar significa fingir que no pasa nada, ¡dejarlo pasar como si nada hubiese sucedido! El ángel no acumula tristeza, no reniega del sufrimiento pasado porque eso lo aumentaría. Tiene el coraje de mirarlo, nombrarlo y usar la medicina del perdón: el bálsamo del corazón. Donde hay rencor no hay espacio, pero donde hay perdón, la tela se vuelve blanca, nueva y fresca, para prepararse para mejores experiencias.

Hoy practica...

¡El perdón! Recuerda que estás de paso y cada cosa que dejas ir hace más rápido el recorrido. ¿Por qué entorpecerlo?, ¡Iría en tu contra!

El ángel viaja en los tres mundos

con el vehículo del conocimiento. En el mundo físico sirve; en el mundo sutil crece; en el mundo incorpóreo se detiene y reposa. Regenerado vuelve al mundo físico y sirve. El ángel te sostiene, pero solo después de que tú hayas elegido aprender a volar.

Hoy practica...

trascender el mundo material porque es temporal y explorar lo que es más sutil. Mira hacia arriba... más allá del cielo... hay una dimensión de luz más allá del universo físico, que aunque no la recuerdes, ya la conoces porque vienes de allí y allí volverás.

El ángel es un actor heroico

protagonista de la comedia humana. Aunque los ángeles sean muchos, su guión es decididamente especial. Su papel es el de recrear la energía de la felicidad que se había ido perdiendo, y hacerte reencontrar el mundo de felicidad que tienes dentro. ¿Conoces ese mundo? El ángel si.

Hoy practica...

crear 10 pensamientos felices y repetirlos 7 veces, y verás como las escenas de un mundo feliz empiezan a volver ante tus ojos, así como están siempre ante los ojos de un ángel.

El ángel entra donde nadie antes ha accedido

Su salvoconducto es su personalidad. El ángel está dedicado a practicar virtudes y así ha accedido al corazón de los demás. Abre la puerta del corazón porque es amable, dulce y leal. ¿Puedes serlo tú también?

Y cuando entra en el archivo de las memorias, limpia las viejas carpetas y lo hace de forma incógnita, para que quede solo un recuerdo, y no el sufrimiento que contenían.

Ese es su regalo.

Hoy practica...

*limpiar las viejas carpetas que ocupan tanto espacio en el archivo de tu mente,
para liberarte de los fantasmas del pasado.*

El ángel es tranquilo

Y sus pensamientos son potentes. Crea pocos pensamientos pero cada uno lleva consigo el significado y la creatividad de lo que es cierto. Todo lo que piensa ocurre, pero esto sucede solo porque no tiene deseos. Relaja a quien está nervioso, y alivia a quien está herido. Si estás cerca de un ángel, todos tus deseos serán cumplidos sin haberlo pedido.

Hoy practica...

no tener deseos, te han complicado ya la vida, ¡tal vez hasta demasiado!

¿Qué deseos podrías tener que sean fuente de novedad?

La mente de un ángel conoce la inmovilidad

Cada pensamiento suyo es profundo, porque no permanece nunca en la superficie de los acontecimientos, y así nunca se siente herido.

Sus pensamientos van y vienen como las olas del mar, generando la armonía que sirve para proceder y cambiar.

Hoy practica...

detenerte en la orilla del océano con tu imaginación. Visualiza esta imagen y permanece en la quietud del silencio. Tendrás la experiencia de estar delante del Océano, que solo espera que te detengas para acogerte en Su energía.

El ángel personifica la fortuna

Si existe alguna jerarquía entre los ángeles, se funda en la cualidad del corazón, porque el corazón esconde los secretos que pueden hacer y deshacer la fortuna de un ángel. Dios guía la vida de un ángel, porque sabe que un solo error puede dañar mucho, y un paso adelante servir para mejorar a miles de seres. (Anthea Church).

Hoy practica...

pensar siempre y solo en el poder de la buena semilla. Ningún ladrón puede hacer desaparecer la fortuna que has sembrado, y tampoco puede delegar en nadie tu mala suerte. Sé consciente del poder de la siembra.

El Ángel Celebra

Para el Ángel, ¡encontrarte es una fiesta!

No dirá nunca: *¡no lo consigues o no lo eres y no lo serás nunca!* Mas bien dirá: *¡lo has sido ya, lo eres y lo serás!* Así te invita a entrar en tu conciencia más remota, donde existen tus cinco cualidades eternamente presentes en el alma: amor, paz, felicidad, pureza y verdad.

El ángel celebra contigo el poder de la abundancia.

Hoy practica...

invitar a todos aquellos con los que te encuentres a celebrar su grandeza... simplemente mirándoles con esa conciencia.

El ángel conoce la anatomía del corazón

"Un hombre es anciano solo cuando los remordimientos en él superan a los sueños". - decía Albert Einstein.

Por eso el ángel es a menudo representado con un niño: ¡no tiene edad! No tiene remordimientos, y al contrario que algunos humanos, no tiene tampoco sueños, porque los ha hecho realidad.

Hoy practica...

no hacer lo que debes sino lo que sientes. Y si realmente "debes", ¿por qué no lo conviertes en un placer? De hecho, no depende de lo que haces sino de cómo lo haces. Por ejemplo, puedes practicar pensamientos felices mientras lavas los platos y empezar a usar la mente. Esto cambiará tu estado de ánimo, ¡o sea, todo!

La benevolencia del ángel

es recordada como la forma de profunda compasión que no siente y no ve, pero entiende y provee.

Aporta lo que falta como si viese solo eso y no el resto. Luego mira la obra acabada y agradece a Dios por haberle utilizado como la mano que esculpe belleza, bienestar y bienaventuranzas... 3 "b" que marcan la diferencia.

Hoy practica...

ser un buen aprendiz: observa al Maestro a la vez que esculpes siguiendo su ejemplo. Puedes decir: ¡No sé! Pero sería una excusa...

El ángel no compromete nunca sus principios

El ángel dirá que Si, si puede ayudarte, pero dirá que No, si le pides que te apoye en un defecto. El ángel es fiel a la verdad.

Conoce el poder de los errores y no quiere ser parte de ese juego. Si tienes la paciencia de observarlo, entenderás que detrás de una cara seria, el ángel sonríe siempre; y detrás de unos ojos que perforan, deja una estela de amor puro.

Hoy practica...

ser directo para indicar lo que te crea malestar, pero con respeto. Habla siempre en primera persona: " Yo me siento molesto cuando..." Esto no contiene acusaciones sino la sincera voluntad de ser transparentes y correctos.

El ángel observa

Para leer las señales que constantemente la vida comunica. Hay una señal invisible que el ángel se para a leer, y la lee también para ti.

El ángel se convierte en un observador desapegado en un segundo, y participa activamente al segundo siguiente. No pierde ninguna ocasión para subir más alto en su conciencia, y ninguna ocasión para servir.

Hoy practica...

observar atentamente captando detrás de las palabras, yendo mas allá de las afirmaciones desagradables, y sintiendo el sufrimiento que hay detrás. Lee el corazón y los intentos antes de responder, y entonces tu respuesta será mejor.

El ángel tiene una mente que aporta novedad

Renueva lo que está estancado y aporta claridad a lo que es complejo. Otorga claridad como una fuente. Para llenarte en esa fuente solo debes estar en silencio y estar cerca de él.

En realidad te estarás acercando a tu esencia y a lo mejor de tu ser.

Hoy practica...

ser una fuente de claridad para los que te rodean.

El reloj del ángel

no tiene las manecillas de los minutos y las horas, sino las del pasado y las del futuro.

Las mira para saber de donde llegas y a donde estás yendo, y te ofrece el don del presente. Su ojo mira la eternidad, y ve a las personas y a las cosas como son realmente, como fueron y como serán.

Hoy practica...

no pararte en el presente que podría no ser ideal, sino captar la fuerza del pasado, y del futuro que no conoces aún. Un verdulero dejó ir un niño que robaba para ayudar a la madre. Es más, ofreció al pequeño otro alimento. El niño se convirtió en un hábil cirujano que salvó a ese hombre, tal vez anciano, saldando así la vieja deuda. La rueda gira... siempre.

El ángel aleja el peligro

por eso puedes descansar.

Pero no quiere ser siempre y solo un protector, sino el que te enseña a saber despreocuparte, hasta que él, a su vez, pueda descansar, porque tú, precisamente tu, seas su guardián.

Hoy practica...

estar libre de preocupaciones como un niño. El mundo sigue de todas formas. Aligera tus hombros y haz una pausa en silencio, para recrear el equilibrio entre responsabilidad y libertad.

El corazón de un ángel tiene la puerta siempre abierta

Su corazón tiene una dimensión de paz infinita, por eso el ángel se convierte en ella.

El ángel practica, y practica ser paz. No solo estar en paz, eso muchos lo hacen, pero la especialidad de un ángel es la de ser paz.

Hoy practica...

permanecer estable en el caos, recordando que la paz es tu naturaleza.

El ángel es como un río de agua transparente

Si te inclinas puedes ver tu cara. Si por casualidad expresas tensión o tristeza, espera unos segundos, y detrás de esa imagen presente, el ángel te ofrece tu verdadera identidad, de lo que eras y de lo que serás.

(Anthea Church)

Hoy practica...

*mirarte en el espejo y ver mas allá de las arrugas y mas allá de las imágenes.
¿Qué más ves que podría fascinarte?*

El ángel pinta armonía

Como un pintor pinta una tela, así los ángeles pintan en la tela de la mente con los colores de los pensamientos. Cuando ha terminado con su mente, empieza con la tuya, no porque invada tu espacio, sino porque tu le has llamado para pintar fantásticas escenas de armonía. Limpia la pantalla y deja espacio para que esto suceda, y sin esfuerzo, tendrás la percepción de que un mundo nuevo está llegando. Primero dentro de ti, y después más allá de la ventana de tus esperanzas.

Hoy practica...

pintar belleza usando el rojo del amor; el amarillo de la felicidad; y el azul de la calma. Mézclalos bien y verás las mil tonalidades que te hablan de lo que fue y volverá a ser.

El ángel no miente...¡nunca!

Los humanos dicen tantas mentiras, incluso buenas, pero...¡igualmente mentiras! Mentir es miedo, y el ángel sabe que a cada mentira corresponde una pérdida de dignidad y poder. Su fuerza está en la transparencia de cada uno de sus pensamientos, por eso lo puedes ver con los ojos físicos, y traspasarlo con tu conciencia.

Hoy practica...

ser sincero, cueste lo que cueste. La sinceridad siempre retorna con la cooperación de todo y de todos.

El ángel ve las praderas de una conciencia pura

Tienes dos posibilidades: ver lo que no está bien y perderte en los pensamientos y en las críticas; o bien, ver lo que está bien y mantener alta tu conciencia. Hay siempre un premio para esto: ¡Quien está arriba ve lo que desde abajo no es visible! Mira adelante y enfoca tu mirada en tu destino, y verás el sol que sale por el horizonte, el sol de la esperanza. Eso predice que sí, pronto, y puede que incluso antes de lo que imaginas, un mundo mejor se hará realidad.

El ángel ya siente su perfume...

Hoy practica...

posicionar la mente en positivo, y aún más, en la realeza de pensamientos generosos.

El ángel está detrás de ti, puntual y preciso

Está entre tu y tu pasado, de manera que tu no tengas que mirar hacia atrás.

Hay tantas connotaciones para el corazón: ¡roto, partido, duro y ausente! Y sin embargo, el verdadero corazón del alma es el alma misma. El corazón físico es una bomba: lleva la sangre rica en oxígeno al resto del cuerpo, a las células, tejidos y órganos para nutrirlos; y recibe la sangre cargada de anhídrido carbónico para enviarla a los pulmones, donde tiene lugar el intercambio con el oxígeno.

Pero para un verdadero bienestar también es vital tu verdadero corazón, el que se endurece cuando piensas mal y se expande cuando piensas bien.

Un corazón grande no te permite mirar atrás.

Hoy practica...

mirar hacia adelante y dejar ir cada pensamiento que te lleve al pasado. Ya no te sirve. Mantén tu corazón limpio, será una garantía de buena salud.

El ángel está mas allá de las formas

Si la mirada se para en el cuerpo, el vestido del alma, ¡entonces no lo ve todo! El ángel tiene la práctica de mirar mas allá de la forma, la chispa detrás de los ojos, en el centro de la frente. Siéntete eso, y mira la chispa, el alma. Si encuentras un ángel no conseguirás mirar su cuerpo porque la luz te atraerá hacia su verdadera forma, la eterna.

Solo su luz es visible y con ella sus virtudes.

Hoy practica...

*mirar mas allá del cuerpo, para ver el alma que reside en el centro de la frente.
Sentirás una voz silenciosa que te dirá: ¡Gracias por haberme visto!*

El ángel es imprevisible

Puedes suponer lo que dirán las personas que tienes a tu alrededor, pero no puedes anticipar lo que la intuición de un ángel podría sugerirte. Por eso consúltalo y maravíllate...

Hoy practica...

parar un momento antes de responder, para consultar tu corazón, para consultar la Luz, y solo volver a la acción para compartir verbalmente tus pensamientos y posicionarte.

El ángel está enamorado de sí mismo

Los humanos se enamoran de los otros y se pierden, sufren... mientras que el ángel aprende a amar al ser. Y de esa conciencia toma forma una capacidad de amar tal, que disuelve hasta las piedras.

Hoy practica...

hundirte en la profundidad de tu ser y descubrir tu belleza, tu riqueza y tu grandeza. ¡Hay suficiente para enamorarse!

La dulzura del ángel

Impacta porque es infrecuente. La dulzura vive en las virtudes cuando superan un cierto porcentaje, y esto pasa raramente. El ángel es así porque ha superado el bajo porcentaje que de costumbre determina altibajos: a veces tolerante, a veces intolerante; a veces generoso y a veces egoísta. ¿Conoces a alguien que sea solo negro? Sería un diablo y los diablos no existen. ¡Existen los defectos, que hacen tanto daño!

En el ángel la dulzura es el fruto de su obediencia a los principios divinos, el primero de los cuales es tener la mente y el corazón enfocados hacia la Luz, hacia ese UNO. Aunque Dios sea considerado el que castiga, su dulzura se lo impide.

Hoy practica...

dar valor a todo y a todos. Pero podrás hacer esto solo si das valor a la Luz, al Supremo. Porque en esa Fuente te recargas, y con el corazón lleno, puedes dar respeto incluso a los que no parecen dignos de él. Eso es dulzura.

El ángel tiene intenciones puras

El ángel aparece tal como es, no tiene máscaras detrás de las cuales esconderse con segundas intenciones. Por eso mantiene la inocencia de un niño y la fuerza de la experiencia. Es la energía que te devuelve la alegría de vivir. En su mirada de profunda claridad ves tu mejor futuro, como si un espejo te revelase lo que aún no has visto.

La pureza de sus intenciones es rara y, por eso, es infrecuente en un mundo donde impera todo lo contrario.

Hoy practica...

*controlar tus sentidos de forma que seas tú y no ellos los que decidan a donde ir...
y qué hacer.*

El ángel conquista un espacio en el corazón de Dios

El ángel lleva un mensaje de garantía en la bondad del cambio y un mensaje de destrucción del mal, porque encender la luz quiere decir dispersar la oscuridad.

Escucha el silencio y oirás ese mensaje que te invita a desinteresarte por la oscuridad para poder encontrar la Luz. Mantén el lema: *"Cuando yo cambio, el mundo cambia"*.

Hoy practica ...

sentirte el centro de atención. ¡No del mundo, que podría hoy subirte al pedestal y mañana hacerte caer! Sino en el centro de la atención de Dios, Aquel que siempre te mantendrá allí, porque ya lo estás, en el centro de Su corazón.

El ángel comprende los secretos

Conoce el estado de la humanidad y de cada alma humana individual. Pero no interviene por fuerza, espera a que tú seas consciente de tu necesidad, y cuando lo buscas, él está. Te aconseja con profunda comprensión, usando pocas palabras preciosas como joyas.

Hoy practica...

escuchar las perlas que emergen del ángel y que llegan a tu conciencia, cuando el silencio te ofrece el espacio para estar ahí.

El ángel está presente

Podrías no notarlo... Donde hay nobleza de intenciones, el ángel responde con la misma nobleza. Donde pasa un ángel, llega el viento del cambio. El ángel va y viene en un segundo y el humano lo percibe, y como es ecuánime, ofrece cosas diferentes a cada uno.

Hoy practica...

entender las verdaderas necesidades de los que tienes a tu alrededor, escuchando sin prejuicios ni otros pensamientos.

La mente está disponible para una verdadera escucha... Inicia un diálogo donde hables poco y escuches mucho.

El ángel es compasivo

Su visión es de fraternidad.

No mantiene ningún rencor en su corazón, estando por encima de cualquier discriminación, no ve las diferencias de raza, cultura y color. Para él eres delicado como una pluma y sólido como un roble. Te tiende su mano amable sabiendo que su atención disuelve tu tensión.

Y todo esto puede hacer milagros.

Hoy practica...

ser como el niño cuya madre le pidió que pelase tres manzanas distintas. A la pregunta de la madre de que indicase cuál era la verde, cuál la roja y cuál la amarilla, el niño comentó: ¡Pero ahora son todas iguales! Eso es, también el alma es así. Detrás de la "piel" del cuerpo de las infinitas formas, hay un alma que lleva consigo las mismas características. Hoy practica ver más allá de la imagen y experimentar el profundo respeto por el otro. Sentirás ligereza y poder.

El ángel es como un instrumento musical

A través de él, Dios hace pasar sus notas para crear una inédita melodía.

Es un instrumento muy bien afinado, de forma que al tocar a Dios, se le reconoce, pero no siempre se comprende, porque el mensaje lleva lo que te sirve, y tal vez no lo que te gusta.

Hoy practica...

escuchar el silencio y por tanto ser como una flauta que inspire a muchos otros a seguir la verdadera Melodía. El poder del silencio viaja como un eco, sin retorno.

El ángel conoce el camino de vuelta

¿Quién otro podría conocer el camino de vuelta?

Conocemos la vía para llegar a la tierra y volvernos seres humanos expertos, pero la vuelta a la dimensión de luz es un recorrido conocido solo por Dios. Por eso, Él instruye a los ángeles para ser guías que preparan el viaje de vuelta a la dimensión de luz, a la cual cada alma pertenece.

Hoy practica...

un sentido de desapego de las cosas que normalmente te atraen. Cuando sucede algo grande, las pequeñas cosas pierden valor y cambian las prioridades.

¿Cuáles son tus verdaderas prioridades?

El ángel es la marioneta

Su intelecto está conectado con el Intelecto de los Sabios, así definen a Dios en la India.

Mientras la marioneta física necesita hilos y manos para ser guiado, el ángel funciona sin hilos y sin interferencias. El intelecto del ángel está vacío (de residuos) y lleno (de conocimiento) al mismo tiempo, y esa es la mejor forma para hacer maravillas que le asombren a sí mismo mas que al mundo.

Hoy practica...

estar en las manos del Aquél que conoce tu potencial. Déjate guiar... no te resistas.

El ángel tiene fe

en el único Maestro, porque solo Dios le ha llevado a creer en sí mismo diciendo:
*"tú tienes todas las virtudes y poderes, eres mi hijo, completo como la luna llena,
heredero de mis mismos poderes, pero solo si los usas para dar amor como Yo."*

Hoy practica...

*tener tal fe que hagas emerger el entusiasmo de dar de forma incondicional, y
crear un proyecto de crecimiento y de servicio, para ayudar a muchos a superar
miedos y angustias.*

El ángel es honesto

Mantiene solo la verdad en su mente, y por eso no se critica a sí mismo ni tampoco a los demás.

Comprende que hay viejas costumbres ancladas como grandes raíces en el árbol de la personalidad humana. Así el ángel, con paciencia, te sostiene en tus pequeños pasos, esos que te convierten en un gran ser.

Hoy practica...

ver un aspecto de tu personalidad que quieres realmente cambiar. Empieza por el mas pequeño y no por el más grande, y acumulando pequeñas victorias, entonces tendrás la fuerza de arrancar las grandes raíces de los defectos mas antiguos.

El ángel te invoca

A menudo son los devotos los que invocan a los ángeles y a Dios.

Pero en realidad también los ángeles te invocan, o te llaman con su voz que parece no ser audible, pero lo es. Por la mañana temprano, cuando el resto duerme, los ángeles te mecen en su mente como una madre haría con un hijo. El ángel es como una madre del mundo: su amor es incondicional. Como te conoce, no renuncia a creer que puedes hacerlo, y cuando incluso tú lo creas, entonces un mundo mejor será tu nueva realidad y la nuestra.

Hoy practica...

ser como una madre, que ve lo mejor y habla con lo mejor de ti.

Hemos nacido para ser felices y no para sufrir y todo juego Kármico pasará, dejando tras de sí un alma que tiene valor y que vuelve, antes o después, a su verdad. Sirve para ti y para todos. Mantente firme en tu eterna dignidad.

Parte Tres

REFLEXIONES

La MENTE de un ángel piensa poco y piensa bien.

**Para pasar de la dimensión humana a la angélica
mantén tu MENTE limpia y clara.**

Preguntas:

1. ¿Sientes la necesidad de reducir la cantidad de pensamientos?

Según tú : ¿qué te lleva a pensar demasiado y mal?

2. La meditación o la contemplación u otras formas de silencio : ¿te podrían ayudar?, ¿cómo? Haz una búsqueda....

3. ¿ Qué aspecto de la conciencia podría darte la capacidad de guiar la mente?

EL CORAZÓN de un ángel no conoce los límites de "mío".

Crea abundancia y comprende los secretos del dar.

**Para pasar de la dimensión humana a la angélica mantén
tu CORAZÓN verdadero y auténtico.**

Preguntas:

1. ¿Recuerdas un momento en que el corazón haya vencido a la razón?

2. ¿Que otros valores se estaban expresando?

3. ¿Qué es para ti el verdadero amor?

**LA VIDA de un ángel está bajo las pinceladas
del gran Artista.**

**La energía divina le mueve, le dirige y Sus directrices
no son nunca equivocadas.**

Está siempre ocupado y nunca preocupado...

**Para pasar de la dimensión humana a la angélica
convierte tu VIDA en un ejemplo para muchos.**

Preguntas:

1. ¿Qué actitud habría que desarrollar más, para estar libre de preocupaciones?

2. ¿Que es una preocupación?

3. ¿Cómo te sentirías si tuvieses un Gran Compañero que te guía y te sostiene?

LA CARA de un ángel
es serena y limpia como un folio sobre el cual puedes leer
tu historia y ¡quedar fascinado!

Para pasar de la dimensión humana a la angélica,
sé igual dentro y fuera.

Preguntas:

1. A menudo mentimos por miedo de afrontar. ¿Qué nos impide ser totalmente sinceros?

2. ¿Que equilibrio marcaría la diferencia en la calidad de tu vida?

3. Las personas tienden a mentir para tapar sus defectos, a ser desleales para obtener algo más...¿has observado las consecuencias de esto?

4. ¿De qué forma la meditación nos hace estar profundamente serenos?

**Las MANOS de un ángel son tan fuertes como ligeras,
como para acariciar lo que tocan...**

**Para pasar de la dimensión humana a la angélica prueba
a tocar cada cosa con gran respeto como si
fuese muy, muy preciosa. No des por descontado que las
cosas te pertenecen...**

Prueba a hacer un paseo de pocos minutos, con la conciencia de tocar la tierra en lugar de pisotearla... toca algo, una flor, una planta, una piedra u otra cosa, con la conciencia de mandar una energía tan limpia y amable que pase una corriente que regenere y cure la materia/los elementos.

Ahora describe como te has sentido.

Mira todo lo que hay a tu alrededor con amor, como si fuese la primera vez,
cultivando un estado de quietud interior.

**La CONCIENCIA de un Ángel
desea permanecer en el silencio viendo la relación
entre momentos de fuerza y momentos de debilidad.**

**Para pasar de la dimensión humana a la angélica
necesito mantener limpia mi CONCIENCIA
y despierto mi intelecto.**

Preguntas:

1. ¿Qué significa para ti la sabiduría?

2. ¿Has aprendido algo nuevo que amplíe tu conciencia?

3. ¿Qué aspecto del ángel te atrae más?

La PERSONALIDAD de un Ángel

**Los ángeles viven en las catedrales, pero el verdadero ángel
es ya en sí, una catedral.**

**Puedes entrar si eres honesto y estás decidido a soltar
lo viejo, o sea, si eres honesto contigo mismo.**

**Para pasar de la conciencia humana a la angélica
mantén tu personalidad elevada.**

1. ¿Qué características tiene para ti un ángel?

2. ¿Y tú, como podrías expresar una personalidad mejor?

3. ¿El yoga proporciona poder, ¿cómo se usa?

4. ¿Si tuvieras que entrevistar a un ángel y preguntarle por un secreto, que le preguntarías?

Parte Cuatro

DEDICADO A TODOS AQUELLOS QUE AMAN A LOS ÁNGELES...

Como ya se indicó en la primera página, este libro está también dedicado a Anthony Strano, profesor de meditación y autor de muchos textos espirituales. Anthony dedicó su vida a promover un mensaje de paz en el mundo y su argumento preferido eran los ángeles. Por eso quiero recordarle añadiendo a continuación algunos artículos suyos y reflexiones sobre el argumento.

Los 18 pasos de humano a ángel

de Anthony Strano

Los ángeles nos escuchan cuando estamos tranquilos....

Hay mucho dolor y sufrimiento en los humanos y en cambio un amor espiritual genuino a menudo falta.

Todo lo que vemos es muy decepcionante, por eso: ¿dónde podemos encontrar la esperanza? ¿Es posible para un ser humano esparcir la luz de la esperanza en el mundo?

¿Cuán largo es el puente entre la conciencia humana y la angélica?

Los humanos preguntan

Los ángeles confían

Los humanos analizan

Los ángeles saben

Los humanos esperan

Los ángeles crean

Los humanos juzgan

Los ángeles discernen

Los humanos separan

Los ángeles abrazan

Los humanos corrigen

Los ángeles inspiran

Los humanos aprenden

Los ángeles recuerdan

Los humanos pueden fingir

Los ángeles son

Los humanos miden

Los ángeles dan

Los humanos justifican

Los ángeles reconcilian

Los humanos defienden

Los ángeles aceptan

Los humanos diagnostican

Los ángeles curan

Los humanos critican

Los ángeles empatizan

Los humanos aman

Los ángeles cuidan

Los humanos piensan

Los ángeles sienten

Los humanos especulan (filosofan)

Los ángeles se dan cuenta

Los humanos usan las orejas

Los ángeles escuchan

Los humanos hablan

Los ángeles no

Capítulo 1

La Misión de Los Ángeles

de Anthony Strano

Cuando pensáis en los ángeles pensáis en la luz, y a la luz se le tiene siempre mucha confianza, porque es a través del poder de la luz como los demás reciben esperanza. Esta luz divina es particularmente necesaria en este momento, en este mundo tan frágil; la gente está muy frágil, las naciones son muy frágiles. Puede suceder cualquier cosa a cualquiera y en cualquier momento, por eso hay mucho miedo, mucho pesimismo, mucha preocupación, mucha duda y desconfianza. Es una señal que nos llega del universo. Ahora tengo que volver a recordar el fundamento y las raíces de mi ser, porque si no activo este sistema interno, me convertiré en una víctima del sistema externo, sea social, económico u otro. Las relaciones humanas tampoco funcionan realmente.

Se dice que los ángeles son seres humanos que han activado correctamente su sistema interior y están en grado de servir y ayudar al resto. Tienen una gran fuerza, y, ¿cuál es la gran fuerza de nuestro tiempo? No ser influenciados. No dejarse influir ni siquiera por el propio viejo ser, por las propias costumbres y ciertamente no por las costumbres ajenas, ni del pasado, ni del sufrimiento.

Hay un gran egoísmo en el ambiente y falta verdadera misericordia, verdadera compasión. La verdadera compasión es democrática. No se enfoca solo hacia la gente con quien estoy unido, sino que incluso con la gente que no me gusta tengo compasión, porque me doy cuenta de que no es la forma correcta de ser. Puedo dar solamente cuando no tengo deseo de dar. Puedo amar solamente cuando no tengo el deseo de amar. Puedo ser un líder solamente cuando no tengo el deseo de mandar. Puedo ser solamente cuando no necesito nada, porque los deseos egoístas nos engañan muchísimo. Y entonces no hay luz.

Cuando estoy libre de egoísmo, en esta condición de libertad, todo lo que se haga, se hace en silencio e incondicionalmente. ¿Es esto posible? Esto es un ángel. ¿Qué diría un ser humano? Pero es normal querer un reconocimiento, ser recordado por lo que he hecho. Los seres humanos hacen cuentas, los ángeles no. Porque no tienen necesidad. Porque cuando se es verdaderamente puro, se da sin ni siquiera pensarlo, y es ahí donde empieza la curación. Por ello es muy necesario, hay una gran necesidad de ser angelicales ahora. Porque cuanto mas calculo menos beneficio recibe el otro.

En Italia como en Grecia existe la idea de los favores: yo hago esto por ti, y tú haces esto por mí... Pero cuando hay esta actitud tan fuerte, el otro no se siente nunca libre. Está bien hacer un favor a alguien, pero sin desear una devolución. Si llega será como una bendición, pero en el caso de que no llegue, está bien también porque habré hecho lo que tenía que hacer.

¿Creéis que esto es difícil?

No quería describir a los ángeles de una forma abstracta, que vuelan, que dan bendiciones moviéndose aquí y allá. El ángel es muy práctico, porque su energía pura es muy necesaria en este momento. Y aquellos que sean capaces de amar de esta forma, serán así amados. El amor gusta a todos, pero...¿que es?, ¿tengo amor o tal vez tengo el concepto de amor?, ¿qué es lo que tengo?, ¿me enfado y me irrito?, ¿no perdono a nadie?, ¿recuerdo tal vez lo que han hecho hace 20 años? , ¿hago comparaciones y me siento un poco superior o inferior al resto?, ¿miento... aunque sea solo un poco? Esto no es amor. No se puede tener amor y violencia al mismo tiempo. ¿Funciona así? A veces la gente dice que sí y creo que ven demasiado Hollywood o Bollywood. El amor es la mayor energía transformadora y curativa, pero debe ser auténtico. Es esta la pregunta que uno se puede hacer: ¿Amo o soy amor?

Parece simple pero se necesita entrar en la profundidad de esto, y así es como consigo verlo. El corazón de un ángel es solamente amor, y por eso la humanidad se fía de los ángeles, porque en el corazón de un ángel pueden encontrar verdad, protección, consuelo, cooperación, y si lo necesitan, ayuda genuina. Escuchando el sufrimiento de la gente, el dolor de la naturaleza, el de los elementos, ¿no tenéis el pensamiento de: ¿qué puedo hacer?, ¿qué puedo realmente ofrecer de valor, de gran ayuda?

No necesito decir nada, la gente lo siente. Lo que es puro y real entra en el alma de los demás y eleva, por lo tanto el primer paso del verdadero amor es el respeto. ¿Y qué es el respeto? Aceptar verdaderamente a los demás y a uno mismo por lo que son. Amor y respeto abrazan las diferencias, no se repelen. El inicio de la violencia es el miedo a lo diferente. Hay católicos, protestantes, ortodoxos... negros, amarillos, rojos... viejos, jóvenes, mujeres, hombres...y mucho más...las grandes limitaciones del corazón, o sea, lo que crea violencia. Lo que es puro no es violento. Eso es amor. Porque en ese amor, en esa forma de respeto, hay una gran amabilidad. Hay un poder curativo. Encontrar personas que sean realmente amables es raro, pero las hay.

Nosotros no somos estables y en cambio esta es la cualidad de un ángel.

El ser humano fluctúa: algunos el lunes son dulces, pero llegado el miércoles son amargos. ¿Qué les ha pasado? Hay que estar atento a lo que se dice, no se puede confiar en los que fluctúan y ¡cambian así de humor!

Capítulo 2

La simbología de los tres Arcángeles

de Anthony Strano

Ahora exploramos algunas figuras de ángeles y los símbolos que ellos representan: **Miguel, Gabriel y Rafael**.

El Arcángel Miguel conquista, por eso siempre se representa con la espada y la balanza. **Gabriel** es la pureza y se representa siempre con una flor, un lirio.

Rafael es la curación.

Pero: ¿Cómo explorar sus signos y cómo interpretar lo que hacen?

Miguel significa el que es como Dios. Es también un símbolo de aquel que es capaz de conquistar al ser inferior, o sea, la conciencia egocéntrica de: "yo...yo...yo/mío...mío...mío ". Aún más profundo que el ego está la arrogancia, la arrogancia sutil y el sentido de superioridad, que limitan el corazón y la mente.

Una vez vi una imagen de Miguel con la balanza y la espada en la mano, mientras tenía un pie sobre Satanás que estaba todo encogido y quemado, muy diferente a Miguel. Pero mirando la imagen más de cerca, atentamente, la cara de Satanás y la de Miguel eran iguales. Entonces pregunté que significaba y me dijeron: ¡La transformación!

La metamorfosis del ser humano, no es solo un cambio superficial, llega a través del conocimiento. La balanza indica que el conocimiento debe usarse de forma equilibrada, porque el conocimiento, como cualquier cosa, llevada al extremo no funciona.

Para alcanzar la sabiduría, la pureza del ser, se necesita determinación y concentración. La mayor de las distracciones es el arte de encontrar excusas, casi "perfectas": - *a causa de mi mujer, ... por mi karma, ... porque mi país, ... a causa de esto o aquello ...* ¡y tantas otras! Pero si no hay amabilidad en vuestra determinación, entonces os volveréis muy duros y testarudos. Los perfeccionistas tienen este tipo de determinación, sofocante para los que les rodean. Han olvidado equilibrar la movilidad y la flexibilidad con la determinación. Es mucho más importante este equilibrio para progresar. Por ejemplo: ¿qué pasa cuando eres solamente flexible? ¡Los demás se aprovechan de ello!

Miguel representa la llegada a la propia perfección pero de forma equilibrada. Es la conquista del dragón profundo. No debo conquistar a los demás, sino a mí mismo. Los demás no son un problema. ¿O tal vez lo son? A menudo la gente dice que es o son los familiares los que crean problemas, o tal vez el colega del trabajo, pero, verdaderamente no son ellos el problema. Si alguien os toca tan profundamente, el problema es vuestro. ¿Por qué no llegar a desarrollar una actitud idónea para gestionar todo esto? Si nuestra atención permanece solo enfocada hacia el problema, no llegamos a hacer cambios profundos y a cambiar nuestra posición mental, y así es como el mismo problema continúa repitiéndose con personas distintas. ¿Soy una víctima, una marioneta o un maestro?

Miguel representa al Maestro. La meditación Raja Yoga propone reencontrar una maestría interior, sin reprimir pero transformando los dragones de los defectos, porque si no emergerán de nuevo con más fuerza que antes. Miguel se convierte en ángel gracias a esta capacidad. Y por lo tanto, es muy positivo conseguir guiar a otros, porque estar en grado de gobernarse a uno mismo no es tarea fácil.

Por ello debo concentrarme en mis cualidades originales y esto se llama conciencia del alma, se llama estar despierto. Y si permanezco despierto puedo despertar a los demás. Pero a veces nos adormecemos. ¿Sabes cuando nos adormecemos? Cuando miramos las debilidades de los demás, cuando nos volvemos demasiado críticos, cuando actuamos como abogado y juez. Cuando queremos tomar una decisión y emitimos un veredicto sobre la personalidad de los demás. Va muy bien tener un discernimiento preciso, pero no una actitud crítica. Ser muy crítico deriva de un ego profundo: "Yo se mas que tú ..."

¿Puede esto formar parte de un ángel?

Cuando un ángel llega a vuestra casa (¡podría suceder, no es imposible!), no os dará su tarjeta de visita. Los ángeles no hablan, los observas y ya está. Es como alguien que tiene una cualidad y no necesita evidenciarla. Se suele hablar de ella cuando falta. Cuando la gente habla demasiado de amor me pregunto: ¿existe de verdad todo este amor? Con palabras es muy fácil, pero el comportamiento es la confirmación.

Yo creo en la paz, mucha gente cree en ella, entonces: ¿Por qué hay tantos conflictos?

El Arcángel Gabriel está a menudo en forma femenina, porque esta pureza del ser es lo que ayuda a otros. Podemos hablar de muchas formas de pureza, pero en esencia, ¿Qué es?

Significa no tener motivaciones e intenciones egoístas.

Gabriel representa el despertar del ser original, del ser puro y la focalización hacia estos sentimientos puros. Y el valor del respeto es verdaderamente muy importante, porque si hay dependencia el resto desaparece, incluso hacia uno mismo. La dependencia puede ser de una persona, de un rol, de una cosa o de una idea. Cuando las personas son dependientes son obsesivas, y por eso se vuelven muy dogmáticas y el corazón se encoge. Algunas personas matarían en nombre de la verdad y el nombre de Dios. Es la dependencia de los seres humanos que buscan vivir a través de los demás, a través de ideas o a través de roles. Ningún otro ser humano puede ser una extensión del yo. Al hacerlo, el otro nunca se sentirá libre o amado, porque amor significa dejar al otro libre y en la confianza plena de ser él mismo. Esto es amor verdadero. Gabriel representa este sentimiento y por eso es el mensajero de Dios. Más allá de la religión, el mensaje es amor puro, disponible para todos, sin límites de cultura, país o religión. En la figura de Gabriel hay una generosa igualdad, como un faro. ¿Qué hace un faro? Permanece siempre en una sola posición y da luz a cualquier nave que pase. Gabriel es el mensajero y da este mensaje de igualdad y disponibilidad en cualquier momento. Todo lo que necesita es un corazón limpio.

No se necesita una etiqueta, ni privilegios, pero si un corazón limpio. Es muy importante, en este momento, que éstas energías verdaderas lleguen a la tierra y la gente reciba un mensaje extremadamente positivo, que eleve. Conocen el problema, los propios límites, pero es importante que el mensaje les permita encontrar el entusiasmo de creer en lo mejor de ellos mismos, y esto es lo que hace Gabriel.

El Arcángel Rafael cura. La curación no es una cuestión física. La curación del corazón es lo más importante, la curación de las emociones, la curación de los pensamientos. Curación significa que no estoy descompuesto, sino íntegro y completo. Sobre todo puedo permitirme tener fe en mí mismo, en la vida y en la gente. No tengo miedo de confiar, no tengo miedo de ser engañado o dañado. Lo que es puro no puede ser dañado, puede ser sacudido, pero no dañado. Por eso el ángel de la curación trabaja tanto en estos días, porque en el mundo humano, en este momento, hay almas que se están despertando y que tienen ganas de volver a estar sanas y completas. Toman decisiones sobre su vida y no culpabilizan porque saben que son ellas las que deben cambiar.

Capítulo 3

Pasos prácticos para la curación interior

de Anthony Strano

Algunos pasos prácticos para una curación interior.

1. Darse cuenta y no arrepentirse

Muchas personas están afectadas por arrepentimientos y sentimientos de culpa. Necesito darme cuenta y reconocer mi error, pero más importante que arrepentirme de haberlo hecho, es entender que puedo aprender de ello. Entonces crearé en mí mismo dos cosas: honestidad y optimismo. Quien no quiere verse a sí mismo, a menudo se siente culpable y esto se utiliza como arma por el resto, para hacernos sentir culpables. No debo ser ingenuo, sino darme cuenta de estas dinámicas sin agresividad, y con el coraje de cambiar lo que puedo cambiar. Y si no consigo cambiarlo, entonces puedo mantenerlo como objetivo y con paciencia lo alcanzaré. Porque el sentimiento de culpa es un mecanismo que impide el cambio. A menudo se confunde con la virtud de la humildad, pero no es así.

2. Escuchar en lugar de hablar

Permanecer tranquilos y escuchar, en el silencio. Lo más importante que puedo dar a los demás y a mí mismo es tiempo y atención para curar mal entendidos e incomprensiones. A veces hay incomprensión hacia los demás e incluso hacia uno mismo, con el riesgo de llegar a conclusiones equivocadas. Cuanto más me escuche, mayor será mi comprensión.

3. Hacer y no solo pensar

A veces se tienen ideas maravillosas, planes fantásticos, pero en lugar de tener una centena de planes, es mejor tener uno y llevarlo a cabo, porque es cuando me doy cuenta de que aprendo. Si teorizo solamente, no adquiero la práctica, por lo tanto no aprendo. ¿Puedo aprender un idioma solo pensando en las palabras? Primero debo ver como es la palabra, debo escucharla y luego debo repetirla, pronunciarla. Cada cosa se perfecciona a través de la acción. Leonardo da Vinci tuvo la idea de volar, él no lo hizo nunca pero otros lo consiguieron. A veces es más seguro quedarse en la teoría pues también hablar solamente puede ser placentero. Hermandad, igualdad, libertad...son bellos conceptos, pero...¿Somos realmente libres? Se habla mucho, pero luego se piensa que son otros los que quitan la libertad. Pero soy yo quien debe liberarse de mis problemas repetitivos, de mis costumbres, de los pensamientos negativos hacia ciertas personas. Es una elección. Por eso soy yo quien debe actuar.

4. Decidir y no vacilar

A veces posponemos las cosas. En realidad hay siempre un momento justo, porque somos nosotros los que creamos el tiempo. Se dice: "*ahora o nunca*". Decidir tiene un efecto sobre mi auto respeto. Cuando sigo pensando en hacer y no hago, pierdo fe en mí mismo.

5. Permanecer en quietud

Necesitamos tanto expresarnos como permanecer en silencio. En la quietud nos recargamos, por eso nos gusta la tranquilidad y la armonía de la naturaleza. Los breves momentos de quietud curan mucho. Los seres humanos hablan con la boca, los ángeles hablan a través de los ojos. Hay solo algunos pasos que se deben hacer con consistencia y de manera constante, como respirar, como el latido del corazón. Requieren solo un poco de atención a los pensamientos, a las palabras, a los sentimientos. Así que todo está disponible en el silencio, no hay necesidad de hablar. Es necesario hacer, actuar y dar.

Brahma Kumaris World Spiritual University

La Organización Brahma Kumaris es una organización sin ánimo de lucro que forma parte de una red de asociaciones en más de 100 países del mundo, con más de 8.500 sedes. El objetivo común de la red es ofrecer una educación en calidad de vida para el desarrollo del ser humano, con el objetivo de conseguir una sociedad en armonía.

Uno de sus principios fundamentales es el respeto al ser humano y a sus creencias, así como el servicio altruista. Todos los programas que ofrece son gratuitos para los participantes, y los profesores no perciben honorarios.

La Asociación realiza su actividad social mediante cursos, conferencias, seminarios, retiros, talleres y proyectos específicos, además de contar con una extensa red de producción de materiales propios como libros y CDs.

SEDE PRINCIPAL EN ESPAÑA

Oficina Nacional de Coordinación

Barcelona

C/ Porta nº 9

08016 Barcelona

934877667 barcelona@es.brahmakumaris.org

- Web España - www.brahmakumaris.es

- Canal You Tube España - Brahma Kumaris España

Hay delegaciones en mas de 15 ciudades de España y se realizan diversas actividades en otras ciudades.

SEDES PRINCIPALES EN PAÍSES DE HABLA HISPANA

ARGENTINA - Buenos Aires

www.brahmakumaris.org/argentina

BOLIVIA - La Paz

www.brahmakumaris.org.bo

CHILE - Santiago

www.brahmakumaris.org/chile

COLOMBIA - Bogotá D.C.

www.brahmakumaris.org.co

COSTA RICA - San José

www.brahmakumaris.org.cr

REPÚBLICA DOMINICANA - Santo Domingo

www.brahmakumaris.org/republicadominicana

ECUADOR - Guayaquil

www.brahmakumaris.org.ec

EL SALVADOR - San Salvador

www.brahmakumaris.org.sv

GUATEMALA - Ciudad de Guatemala

www.brahmakumaris.org.gt

MÉXICO - Ciudad de México

www.brahmakumaris.org.mx

PANAMÁ - Ciudad de Panamá

www.brahmakumaris.org/panama

PARAGUAY - Asunción

www.brahmakumaris.org.py

PERÚ - Lima

www.brahmakumaris.org.pe

URUGUAY - Montevideo

www.brahmakumaris.org/uruguay

VENEZUELA - Caracas

www.brahmakumaris.org.ve

El ángel que hay en ti Las 108 características del ángel

Cuando miramos a nuestro alrededor, con independencia de que el contexto sea agradable o no lo sea, vemos igualmente seres humanos frenéticos que corren.

Pero... ¿Hacia dónde corren?, ¿Y tú hacia dónde corres?

En la conciencia de cada ser está la memoria de lo que es verdadero.

**Se le llame conciencia o de otra forma,
es en el viaje de vuelta a la esencia y a la simplicidad,
donde encontramos la fuerza del cambio.**

*Antonella Ferrari, formadora espiritual y profesora
de meditación, es autora de varios textos - El Canto de Libertad
- Las 7 claves de la sabiduría y - Gotas de Rocío,
editados por Brahma Kumaris.
Ha grabado también algunos CDs de meditaciones guiadas.*



BRAHMA KUMARIS