

El Poder Interior del Padre Lauro Trevisan

Del maravilloso libro del Padre Lauro Trevisan, he aquí una guía de 40 días dividida en cuatro etapas para sanar tu mente, tu alma y tu cuerpo, llegando así a esa ansiada paz y felicidad que todos buscamos y que está justamente en el lugar más cercano a nosotros, nuestro interior.

Como siempre, mi intención es únicamente compartir con ustedes en esta recopilación, algo de lo que considero enriquecedor y positivo para el ser humano y todas aquellas cosas que he comprobado en mi propia experiencia que nos ayudan a ser mejores personas.

Recomendación: Lo más temprano posible lee el tema del día y déjate impregnar por su contenido. Relájate, mantén tu mente en reposo y recibe las fuerzas positivas que el tema te irradiará. Vive la experiencia benéfica del mensaje. Repite la lectura del tema varias veces a lo largo del día (te recomiendo imprimirla) y permite que la acción del Espíritu Santo realice los resultados deseados. No pongas obstáculos de duda, de descreimiento, de desánimo, de pesimismo y de miedo.

Cree en el milagro de tu redención. Camina firme en esa dirección. A la noche, al acostarte, continúa esa caminata benéfica y duérmete con la mente iluminada, radiante, vibrante, renacida. Solo trabaja en la idea de cada día, no importa el día que empieces, sólo sigue la secuencia.

Te invito a vivir la experiencia de la comprobación.

I Etapa: Liberación de la Mente

II Etapa: Liberación del Corazón

III Etapa: Salud para el Cuerpo

IV Etapa: Mente Iluminada, Cuerpo Iluminado

I Etapa: Liberación de la Mente

En la primera etapa, recorrerás los caminos de la mente, purificándola, abriéndola de par en par, para que la Luz Divina la alcance totalmente. En estos diez días tú te liberarás, acabarás con los complejos, con los sentimientos de culpa, con los miedos, con las preocupaciones, con los traumas, con los problemas, con los nerviosismos, con la depresión y con los errores y pecados.

Mi liberación mental

Liberación de los complejos

Liberación del sentimiento de culpa

Liberación de los miedos

Liberación de las preocupaciones

Liberación de los traumas

Liberación de los problemas

Liberación de los nerviosismos

Liberación de la depresión

Liberación de los errores y pecados

Día 1- Mi liberación mental

Hoy comienzo la caminata maravillosa de mi liberación. Una lluvia divina lava mi mente, mi corazón y mi cuerpo. Saldré de este desierto, saludable, perfecto, iluminado, lleno de amor y feliz. El fuego infinito quema las impurezas y los males que se acumularon en mí durante tantos años. El agua del Jordán divino me lava y me hace renacer.

Soy una nueva vida que comienza. Entro en este desierto de paz y de alegría como quien quiere descargar todo el peso y sentirse liviano como las nubes del cielo.

Me acuesto sobre el manto de Dios y dejo que el sueño divino borre todo mi pasado negativo.

Deseo ardientemente mi liberación total.

Nadie es culpable de mi situación y de mi pasado. Soy yo quien hago mi vida y nadie más. Soy yo, también, quien comienza una nueva vida a partir de ahora, una vida límpida, cristalina, saludable y libre.

Conmemoro aquí mi liberación. Bendigo este día. Soy libre y leve. Libre y leve.

Día 2 - Liberación de los complejos

En este día, desato de mí todos los complejos, porque ellos son mi prisión. No me dejan ser yo mismo. Los complejos son la máscara que tapa la verdadera fisonomía divina que existe en mí.

Desde ayer, el agua divina lavó mi mente consciente y subconsciente. Ahora, dejo que el chorro divino lave todos mis complejos...

40 días para Sanar Mente, Alma y Cuerpo

Me siento, desde ya, libre, fuerte, alegre, agradable, simpático, atrayente, bien querido, inteligente, exitoso, elegante, comunicativo, calmo.

Mi voz es linda y agradable. Me miro en el espejo y me digo: ¡Cómo me gusta esta criatura maravillosa que soy yo! Me gusta mi rostro, me gusta mi cuerpo, me gusta mi voz. Mis ojos son límpidos, serenos y luminosos.

Mi pasado negativo no existe más. Hoy es un lindo día más de liberación interior y exterior. Porque me gusta, todos gustan de mí. Yo soy el universo. Lo que yo soy, el universo es. Si yo me considero agradable, el universo me considera agradable, porque el universo piensa lo que yo pienso.

Ahora me siento liberado. Mi mente está límpida como la fuente cristalina de las montañas. Mi mente subconsciente está clara como el sol de la mañana. ¡Ah, qué lindo día éste!

Camino lleno de paz, y engrandecido, por los caminos alegres de esta jornada espiritual. Límpido como la fuente de las montañas. Como la fuente transparente de las montañas...

Día 3 - Liberación del sentimiento de culpa

En este instante, descanso mi mente, mi cuerpo y mi corazón. Me recuesto sobre el verde follaje de la campiña infinita. Me calmo. Dejo que la voz de mi interior me hable de culpas. Por última vez.

Sí, ésta es la última vez que el remordimiento hablará dentro de mí. Porque esta voz es mala, tirana, sólo quiere perseguirme para perturbarme. "Qué idiota fui al permanecer todo el día escuchando esta voz destructora, que busca empujar el pasado por sobre mí."

Pero, ahora, por el Poder Infinito en mí, en nombre de Dios, yo te ordeno: ¡cállate para siempre!

Entérate de que yo ya me perdoné todo y, si yo me perdoné, Dios me perdonó porque Dios está en mí. Perdoné a todos y todos me perdonaron.

Extiendo la mano al mundo entero en un gesto de paz y de amor. Estoy limpio. La Luz Divina ilumina mi mente y donde hay Luz no puede haber tinieblas. Entierro el pasado negativo.

Una nueva vida brilla en mí. El agua se purificó y se renovó. Renací. Todo nacer es límpido como la aurora. Esta es mi Verdad. Yo soy la luz del amanecer. Esta luz hace brillar mi mente, mi cuerpo y mi corazón, como los primeros rayos del sol hacen brillar las gotas límpidas de rocío sobre las flores. Porque yo me perdoné, Dios me perdonó. Esta es la verdad universal más linda.

Me bendigo, bendigo a cada ciudadano del mundo, bendigo la naturaleza. He aquí que ahora estoy en comunión divina con el universo.

40 días para Sanar Mente, Alma y Cuerpo

Y la paz infinita me envuelve. Una profunda alegría baila en mi interior. Es mi corazón que está danzando el vals de Dios.

Día 4 - Liberación de los miedos

¡Retírate, Satanás!

Tomo una antorcha de Luz Divina y entro con coraje dentro de las cavernas de mi mente, donde se esconden los pequeños monstruos de los miedos.

Enfrento, con coraje y en nombre de Dios, los demonios de los miedos y los expulso porque ellos son mi tortura en la vida. No existen en la realidad, pero existen en la mente y quieren dominarme. Los miedos son unas mentiras que quiere pasar por verdad, son fantasmas ilusorios que quieren hacerse reales. Pero no me engañan más.

En este estado de iluminación interior en que me encuentro, los veo claramente a través de la antorcha divina y me doy cuenta de que no son más que sombras atemorizadoras en mi mente. Sombras nada más. Solamente sombras, así como los demonios no son más que sombras del mal. Donde hay Luz, no existe la sombra. Donde hay Dios, hay Luz, solamente Luz.

Que atrasado era cuando me dejaba conducir por las sombras de esos monstruos imaginarios. La sombra no tiene vida, no hace mal, no actúa, no tiene poder. Solamente asusta.

Ahora la Luz brilló en mi mente y las sombras se disiparon. Los miedos se fueron.

"Nadie se valdrá de ti para hacerte mal." Esta es la verdad de la Biblia que acato como mi Ley Suprema. Porque Dios está en mí y yo y Dios somos el Poder Infinito, somos la Roca Indestructible, contra la cual no podrá nada ni nadie.

De día y de noche soy protegido por Dios. En casa y fuera de casa soy protegido divinamente.

Hoy, mañana y siempre, soy protegido divinamente. Es simplemente imposible que algo pueda perjudicarme. ¡Ah, qué desahogado y libre me siento!

Parezco alguien que fue sacado de un atolladero. Estoy leve y liberado.

¡Qué maravilla! ¡Qué día bendito éste! ¡Infinitamente bendito! Me libre de una carga pesada, que tanto me perturbaba.

¡Soy feliz, muy feliz!

Mi mente está toda iluminada por la Luz Divina y sigo en paz, por cualquier camino, en cualquier momento, en cualquier circunstancia, con el coraje y la esperanza del hijo de Dios invencible. Invencible.

Día 5 - Liberación de las preocupaciones

Hoy me desligo de las preocupaciones porque reconoceré esta verdad: todo lo que yo deseo viene a mí. Si yo tengo un Poder Infinito, por el cual todo lo que deseo viene a mí, ¿por qué he de preocuparme?

40 días para Sanar Mente, Alma y Cuerpo

Ahora entiendo la profundidad del mensaje de Jesús: "No os preocupéis con lo que habéis de comer y con lo que habéis de vestir... No os preocupéis por el día de mañana... Si vosotros, a pesar de ser malos, sabéis dar cosas buenas a vuestros hijos, cuánto más vuestro Padre que está en los Cielos no dará cosas buenas a los que las pidieren". (Mt. 7, 7-12.)

De acuerdo con lo que afirmó Jesús, la preocupación no tiene sentido. El Padre, que está en la profundidad de mi subconsciente, me dará todo lo que le pida, en cualquier tiempo y lugar, por lo tanto la preocupación no pasa de ser una tontería.

De aquí en adelante me ocuparé de los asuntos de cada día. Pero no me voy a preocupar, es decir, no voy a torturar mi mente antes de actuar, porque así estaré gastando energía sin sentido. Reservo las energías para la hora de actuar.

Estoy siempre calmo y despreocupado. "Vuestro Padre, que está en los Cielos de la mente, todo proveerá.

He aquí mi fuente infinita, que todo me provee, que todo resuelve, que todo soluciona, que todo me da. Esto hace que esté totalmente despreocupado. El Padre, que está en mí, siempre me escucha. Entonces, ¿por qué preocuparme?

Me libero definitivamente de todas las preocupaciones. De todas. Aun de aquellas cuya solución no veo delante de mí. Sé que para todo hay solución y sé que, si mi mente consciente no encuentra solución, mi mente subconsciente, en cuyo interior está el Padre, tiene la solución. Es por ello que el Maestro Jesús enseñaba que "todo es posible".

Asumo esta verdad con uñas y dientes. "Pedid y recibiréis", ésta es mi Ley.

De aquí en adelante soy el ser más despreocupado de este mundo. Todos admirarán mi actitud mental calma, aliviada, agradable, sin nubes, límpida y confiada. Llevo conmigo el gran secreto de la despreocupación.

A la noche, me duermo tranquilo, como un bienaventurado, porque mi mente está libre y despreocupada.

A la mañana, despierto alegre y sonriente, porque mi mente está límpida y despreocupada.

¡Qué linda verdad descubrí hoy!

Ahora sí puedo vivir la vida plenamente. Plenamente.

Día 6 - Liberación de los traumas

Ahora calmo mi mente.

Siento un suave adormecimiento en mi cuerpo. Me dejo llevar hacia adentro de mí mismo.

Estoy navegando lentamente por las aguas profundas de mi ser.

Navegando... Lentamente... Descendiendo más y más... Cada vez que mi barco choca con un obstáculo es un trauma endurecido y envejecido que existe dentro de mí...

40 días para Sanar Mente, Alma y Cuerpo

Aunque las aguas de la vida cubran esas rocas, aun así, cuando mi barco pasa, choca, sufre un violento impacto, que repercute aquí afuera en la mente consciente.

Aprovecho este viaje para destruir, con la dinamita del Poder Divino, todas las rocas de mis aflicciones, timidez, miedos, temores, complejos, negativismos...

Ahora las aguas están limpias y no hay traumas dentro de mí. Continúo navegando por las aguas de la adolescencia... de la infancia... del útero materno... y veo que yo soy la Perfección... que el primer origen es Dios... "Hagámoste a Nuestra imagen y semejanza"...

Mi vida ahora es un lago sereno, límpido, dorado iluminado, profundo. Grabo en mí esta imagen verdadera. Yo soy, en mi verdadero yo, la perfección divina.

No soy más el pasado. Hice estallar y destruí las rocas negativas.

Mi subconsciente ahora es límpido, cristalino, puro. Me rehúso a aceptar cualquier sensación incómoda, mortificadora, porque el pasado ya no existe más en mí. Determino que sólo tengan lugar en mí sensaciones, sentimientos e imágenes positivos.

Estoy liberado. Liberado.

La voz poderosa de mi Espíritu declara: Yo soy perfecto, sano y poderoso. En mi corazón sólo existen imágenes de amor; en mi mente sólo existen imágenes positivas; en mi cuerpo sólo existen imágenes de salud.

Sigo hacia adelante con coraje, con decisión, con serenidad y con la fuerza del vencedor.

Yo soy el presente.

Y mi presente es alegre, saludable, límpido, vigoroso, fuerte, decidido, optimista, positivo e iluminado.

Positivo e iluminado.

Día 7 - Liberación de los Problemas

Hoy me siento liberado, sin miedos sin traumas, sin complejos y sin preocupaciones. Ahora empiezo a analizar mis problemas. Siempre pienso y les digo a los otros que están llenos de problemas. Sin embargo, en este momento, me sitúo a distancia de mis problemas y comienzo a analizarlos.

¿Dónde están? ¿En casa? ¿En el trabajo? ¿En el matrimonio? ¿En mi relación con los otros? ¿En los estudios? ¿En la situación financiera? ¿En el cuerpo? ¿En el banco? ¿En los pagarés? ¿En las facturas? ¿En la labranza? ¿En la cría de ganado? ¿En el amor?

¿Están dentro o fuera de mí?

Si están fuera de mí, no hay por qué vivirlos dentro de mí. Lo que es de afuera, que quede afuera.

Si están dentro de mí, ¿por qué los atribuyo a los otros, a las situaciones, a los hechos?

40 días para Sanar Mente, Alma y Cuerpo

Ahora noto que, si dejo de verlos como problemas y los veo como hechos, dejarán de ser problemas.

En verdad, el problema es creado en mi mente y sólo existe dentro de mi mente. Entonces, ¿por qué los creo? ¿Para qué? ¿Eso en qué me ayuda? En nada. Sólo me perturba, me confunde, me quita la paz. De aquí en adelante, arrojó fuera todos los problemas. Todos. No tengo ni tendré ningún problema más.

El Poder Divino, que existe en mí, hará beneficioso y positivo cada acto y hecho de mi vida. Aun aquello que puede tener el rótulo de perjudicial se transformará en pasaje al éxito y a mi realización en la vida. Estoy seguro de ello. Por lo tanto, no existe ningún problema más en mi vida.

Todo está ya resuelto a mi favor. Todas las cosas, aun las que en un primer momento me parezcan oscuras, me traen beneficios y ventajas. Por eso estoy en paz, aliviado y más liviano que una pluma. Mi cuerpo también se está volviendo liviano, saludable, y mi sangre está fluyendo llena de vitalidad. Toda la suerte del mundo está conmigo. Soy una persona feliz. Y sin problemas.

Sin problemas.

Día 8 - Liberación de los Nerviosismos

Pongo ahora mi mente en reposo. Respiro profundamente varias veces y siento que, en cada respiración, me vuelvo más y más tranquilo. Respiro de nuevo y siento que el aire caliente de los pulmones está aliviando mis nervios.

Me siento suelto. Más suelto. Más suelto. Las tensiones se aflojan. Me concentro aún más en la respiración. Me concentro ahora en mi cuerpo: ¿cuáles son las partes más tensas? Aflojo aquí las tensiones de cada parte.

Me concentro en la mente. Estoy calmando este enjambre de abejas que está zumbando en mi cabeza. Calmando más y más. Suelto ahora todas las abejas de mi nerviosismo. Mi mente quedó en silencio. Siento el silencio en mí mismo. No eran los nervios los culpables de mi nerviosismo, y sí mis emociones negativas, mis pensamientos y sentimientos negativos. Mis nervios, hasta hoy, cargaron con la culpa, sin culpa. ¿Por qué me pongo nervioso? Cuando yo deseo un mundo de cosas y no las tengo, me pongo nervioso; cuando deseo ser de una manera y no lo soy, me pongo nervioso; cuando quiero que los otros sean de una forma y no lo son, me pongo nervioso; cuando alguien dice algo que no me gusta, me pongo nervioso; cuando tengo muchas cosas que hacer y quiero hacer todo al mismo tiempo, me pongo nervioso... En realidad soy yo quien está generando esas aflicciones en la mente. No son los nervios los que me están perturbando, soy yo que estoy perturbando los nervios.

Pero ahora veo claramente que, si es la mente la que produce el nerviosismo, la mente cura el nerviosismo. Deseo que la calma y la paz estén en mí.

40 días para Sanar Mente, Alma y Cuerpo

Creo que el Poder Divino me hace llegar todo en el tiempo debido, por eso me mantengo siempre tranquilo, confiado, positivo y despreocupado. Sé que la tierra -como decía el Maestro- pertenece a los tranquilos. "Bienaventurados los mansos, porque ellos poseerán la tierra." Este es mi día de serenidad. Y mi serenidad me concede también el reino de los cielos. Proclamo mi calma definitiva. Por el poder de la palabra, determino: Hágase la calma en mí. Y la calma se hizo en mí. Aquí. Ahora. Y siempre, Siempre.

Día 9 - Liberación de la Depresión

Hoy me liberaré de la depresión y de la tristeza, que son productos deteriorados creados por mi mente; por lo tanto, no nacieron conmigo. Si yo pienso en las cosas buenas del pasado, que no tengo ahora, me deprimó; si pienso en las cosas buenas que deseo para mí y no las tengo ahora, me deprimó. Ese choque entre mi deseo y la realidad me pone triste. Pero ahora veo nítidamente que todo no es más que pensamiento, imaginación, recuerdos, ansiedades.

¿Por qué cultivar espinas en mi vida? Comenzaré a cultivar flores, solamente flores. Plantaré flores en mi sendero y mi camino será florido y perfumado. Pondré sol en mi oscuridad mental y la luz iluminará mi vida. No es el mundo y no son los acontecimientos los que me harán feliz, alegre, eufórico, sino la felicidad, la alegría y la euforia que existen en mi mente las que harán que el mundo, los acontecimientos y las personas sean felices, alegres, eufóricos. Ahora me siento liberado. Me sumerjo en el océano de la alegría. Me sonrío a mi mismo. Sonríe a la vida y veo que la vida me está sonriendo. Mi alegría no depende de nada ni de nadie. El reino de los Cielos está en mi interior.

Si hoy estoy alegre y paso por una playa, el mar, el sol, las arenas son una explosión de alegría para mí; si hoy, por el contrario, estoy deprimido y paso por una playa, el mar, el sol, las arenas, serán tristes, sin gracia, melancólicos, como yo. Yo, por lo tanto, creo la alegría del mundo, creando mi alegría. De ahora en adelante, me digo siempre: yo soy alegre. Muy alegre. Mi alegría está iluminando mi mente, mi rostro y todo mi cuerpo. Alegría. Alegría. Soy feliz.

Día 10 - Liberación de los Errores y Pecados

Mis errores y pecados ya son cosas del pasado. Ahora sólo existen en la mente. En verdad, sólo mi mente puede resucitar el pasado. Cada vez que yo vuelvo a pensar en mis errores y a amargarme por causa de los pecados, los estoy renovando y recreando. Crear el mal en la realidad física y crearlo en la mente, ¿qué diferencia hay? No piense que llorando sus pecados estará haciendo algo bueno. Estará, eso sí, recreando, en la mente, esos mismos pecados.

40 días para Sanar Mente, Alma y Cuerpo

Perdonar significa renunciar. Arrepentirse significa cambiar de idea. El verdadero arrepentido es aquel que se perdona, es decir, que renuncia, que desecha sus errores y pecados, y entonces, cambia de pensamiento.

Al bandido clavado en la cruz, junto a Jesús, le bastó un sentimiento bueno, de pena, de humanidad, de fe, de amor, de cariño, y Jesús, en el mismo instante, sin inquirir sobre el pecado, le dijo: "Aun hoy, estarás conmigo en el Paraíso".

Me libero ahora mismo de todos mis errores y pecados. Los echo afuera y nunca más volveré a buscarlos con la mente. Estoy liberado. Estoy perdonado. Por mí, por los otros y por Dios. Cuando yo me perdono, Dios, que está en mí, también me perdona.

Visualizo, en este instante, en mí, un halo de paz y de amor. Soy una persona buena, alegre, sana, límpida. Se produjo en mí el milagro de la paz. El sol está brillando en mi mente.

Estoy reconciliado conmigo mismo. Veo la grandeza divina en mí. La redención me transformó y yo nací hoy. Este es el gran acontecimiento de mi vida. Alegría, alegría... Porque yo estaba perdido y fui reencontrado, estaba muerto y renací. Renací.

II Etapa: Liberación del Corazón

En la segunda etapa, usted acabará con el vacío insoportable del corazón, con la soledad, con el odio, con los fracasos en el amor, con el desamor, con los problemas sexuales, con el miedo de perder el amor, con los complejos del corazón, con la incapacidad de perdonar y con el corazón duro y frío.

Ilumino mi corazón vacío

Liberación del odio

Liberación de la soledad

Liberación de los fracasos de amor

Liberación del desamor

Liberación de los problemas sexuales

Liberación del miedo a perder el amor

Liberación de los complejos de amor

Día del perdón

Liberación de corazón frío

40 días para Sanar Mente, Alma y Cuerpo

Día 1 - Ilumino mi corazón vacío

Estoy entrando con fe y amor en la segunda etapa de esta maravillosa jornada de iluminación mental. Hoy, yo miro hacia adentro de mi corazón: está vacío como un desierto árido. Y esto me deja desolado, perdido, reseco interiormente. La vida me parece sin gracia, fría, insulsa.

Este es el drama de mi corazón vacío. Lo reconozco. Pero ahora abro las puertas y ventanas de mi corazón para que el sol de la vida revitalice todo. Dejo que la lluvia divina riegue y haga reverdecer mi corazón. Planto flores, las flores de la alegría, de la paz, de la felicidad, de la bondad, del buen entendimiento.

Creo en el medio de mi corazón el lago límpido y dorado del amor que da un toque de belleza a mi paisaje interior.

Veó mi corazón cada vez más lindo. Sé que lo que creo en la mente, así es. Yo creé el paraíso en el corazón. Por eso estoy feliz. Todos los días paseo por el jardín, entre las flores del corazón, y me siento feliz.

Mi imaginación es fuerza creadora. Como yo imagino el corazón, así es. Entonces festejo mi propio milagro. Mi corazón es lindo. Todas las personas también ven así a mi corazón, porque las puertas y ventanas están abiertas.

¡Qué maravillosa es la vida!

¡Qué maravilloso es mi corazón!

¡Qué maravilloso soy yo!

Día 2 - Liberación del Odio

En este décimo tercer día de mi caminata en busca de la salud y de la iluminación, quiero eliminar una fuerza destructora que existe en mí: el odio.

Reconozco que toda la acción mental o física de destrucción siempre me destruye a mí en primer lugar. Es la Ley del Retorno. Ahora descubro que mi odio nunca me trajo ventajas de ninguna especie y nunca me las traerá, porque el odio produce odio. Mientras que sólo el amor produce amor.

Yo recojo lo que siembro. Si yo siembro tempestades recojo destrucción. Si yo hubiese meditado sobre las consecuencias del odio, hace mucho tiempo que habría dejado de odiar. Ahora entiendo por qué Jesús dijo a sus verdugos en la cruz: "Padre, perdónalos porque no saben lo que hacen".

Quien descubre que el odio siempre retorna a quien odia, nunca odiará. Quien descubre que el amor siempre retorna a quien ama, siempre amará. Aun a sus enemigos, como recomendaba sabiamente el Maestro. Perdono ahora a mi corazón por el odio que produjo, trayéndome tantos resultados nefastos.

40 días para Sanar Mente, Alma y Cuerpo

En este instante me siento más alegre que nunca, porque mi corazón está entrando en el mundo maravilloso del amor. Amor. Amor. Amor. Sólo amor. Mi corazón me ama. Yo amo a mi corazón.

Mi corazón está engrandecido: ahora ama a todas las personas, aun a aquellas que, enfermas mentalmente o desconocedoras de los efectos del odio, pretenden odiarme. Pero nadie más conseguirá instalar el veneno del odio en mí. Estoy inmunizado porque un círculo de amor infinito, brillando en mí con la más elevada radiación, impide y destruye cualquier rayo de odio.

Hoy progresé mucho en la senda espiritual. Me siento liberado, con las manos abiertas para todos, con una sonrisa sincera para todos, con comprensión para todos. Sean como fueren los otros, yo vivo lleno de amor, en paz, ofreciendo la tienda caritativa de mi corazón a todas las personas. Porque todos son parte de mí. Todo el amor que yo doy, retorna a mí. Retorna a mí. Ahora mi corazón es un océano de amor en marea creciente. Sí, en marea creciente...

Día 3 - Liberación de la soledad

Contemplo hoy la soledad que me deprime. Mi corazón es solitario. No tengo amor en la vida. Nadie me mira. Vivo solo. Esta es mi queja.

Ahora calmo mi mente, me relajo y comienzo a meditar: ¿qué es la soledad? ¿Es la falta de personas? En ese caso, quien vive con otras personas no podría ser solitario; quien vive en medio de la multitud de una ciudad no podría ser solitario; quien vive solo sería solitario. Sin embargo, hay tanta gente sola que es feliz. Conozco mucha.

¿Entonces, dónde reside mi soledad? ¿De qué está hecha? Percibo que sufro de soledad cuando no me siento bien en mi propia compañía, es decir, cuando yo no me gusto. Si yo me detesto, vivo en la más oscura soledad. Si yo me gusto, si me amo, si me quiero bien, entonces no soy solitario.

Cuando estoy bien conmigo mismo, entonces me siento muy bien en mi propia compañía, y ahí no soy solitario. A partir de ahora quiero gustarme mucho. En verdad, yo fui imaginado y creado por el mayor Artista del mundo, por eso soy una fantástica obra de arte. Adoro esta obra de arte que soy yo.

Yo tengo el don milagroso de continuar moldeando mi personalidad y mi vida porque el Artista Supremo aún está en mí y me hace todos los arreglos y agregados que yo juzgue necesarios. Mi imaginación es el pincel de Dios. Ahora que yo me veo tal como yo quiero ser, festejo en mí a la persona alegre, agradable, bonita, feliz, inteligente, amorosa, comunicativa, atrayente, calma, sonriente, que yo deseo ser. Yo soy lo que pienso que soy. Como yo pienso que soy esta persona maravillosa, de corazón lindo, yo lo soy. Está realizado el milagro en mí mismo. Ahora yo me gusto. Dondequiera que esté me siento en excelente compañía, por eso me siento bien. Hoy realicé el milagro de conseguir el mejor Amor para mí: yo mismo.

40 días para Sanar Mente, Alma y Cuerpo

Yo mismo. Y como todo amor se expande, como el calor, estoy maravillado de ver tanta gente ahora a la que le gusto tanto. A la que le gusto tanto. Como yo me gusto.

Día 4 - Liberación de los Fracazos en el Amor

Calmo mi mente...Aquieto mi corazón...Dejo que la paz infinita me envuelva...Ahora comienzo a caminar por los senderos de mi corazón.

Desde luego, veo piedras en el camino, piedras que lastiman mis pies. Necesito sacar esas piedras del camino para que no me lastimen más. Son las penas que me causaron las personas que más amé; penas profundas, tan difíciles de olvidar. Porque hice todo por esas personas. ¿Por qué me lastimaron? ¿Por qué?

Está bien, ya perdoné, pero en realidad no olvidé. Cada vez que me vienen a la mente, reabro la herida. Y eso no me deja en paz. Necesito una solución. ¿Solución? Yo me pregunto: ¿aún estoy apenado por mi estómago, porque hace cinco años tuve un fuerte dolor de estómago? ¿Sería una idiotéz! Entonces, ¿no soy un idiota en estar apenado por algo que forma parte del pasado?

En verdad, quien está apenándose ahora soy yo, y no otra persona, porque la pena es un sentimiento negativo que estúpidamente cultivo en mi corazón. Pensándolo bien, sé que debo arrojar para siempre todas mis penas. No son más que alfileres innecesarios que sólo punzan mi corazón. Las arrojó una por una...

¿También aquella que más me dolió? ¿De aquella persona que no podía haberme hecho eso? También esa persona... porque ahora yo soy el que estoy maltratándome y ya no esa persona. Me perdono a mí mismo, perdono a esa persona y a todos los demás.

Ahora sonrío relajado. La vida es mía, soy yo quien la hago y nadie puede perturbarme, si yo no le doy poder. No le doy poder negativo a nadie.

¡Ah, qué alivio! De ahora en adelante hago el bien por el placer que me da, sin preocuparme por la retribución de la persona, pues sé que existe un Poder Infinito que me trae de retorno la retribución multiplicada. De hecho, por la Ley del Retorno, sé que todo el bien que yo hago y todo el amor que yo doy, retorna SIEMPRE a mí multiplicado, aunque la persona beneficiada lo haga o no. El Pagador Oficial nunca falla. He ahí por qué Jesús enseñaba: Haz el bien y no mires a quién. Mi corazón ahora está lavado, límpido, cristalino. Siento mi corazón tan liviano... tan liviano...

Día 5 - Liberación del Desamor

En este día continúo la caminata por la senda de mi corazón. Sé que la Presencia Infinita se manifestará de manera esplendorosa cuando todos los canales interiores estén desobstruidos. Por eso ahora prosigo la caminata por el interior de mi corazón para liberarme del desamor. Hasta ni sé por qué vivo tantos momentos de desamor...

40 días para Sanar Mente, Alma y Cuerpo

¿Por qué será que a veces no amo a las personas? ¿Por qué será que a veces siento desamor hasta por la naturaleza?... Y eso no es bueno porque me separa de la comunión universal...

Me sumerjo más profundamente en mi corazón. Veo manchas negras como alquitrán. Es el desamor por los animales... es mi maldad y maltrato hacia los animales, sabiendo que todos los seres son criaturas de Dios...

Ahora quiero entrar en comunión de amor con todo el universo. Cada vez que miro una flor, un árbol, un arbusto, entro en comunión de amor... Cada vez que veo un animal, aunque sea una serpiente, hago la oración de la armonía universal...

Cada vez que veo una criatura humana, siento en mí la plegaria de la fraternidad universal... Y no puedo dejar de amar a ninguna persona sin dejar de amarme a mí mismo, pues todas las criaturas humanas son parte de mí y forman conmigo el gran concierto universal.

En mí está la Fuente del Amor y yo nunca más enturbiaré esta Fuente dorada.

Yo soy amor.

El universo es amor.

Dios es amor.

Yo soy, por lo tanto, el gran universo de amor.

El gran universo de amor...

Día 6 - Liberación de los problemas Sexuales

Hoy me sumerjo aún más en los senderos de mi corazón... Me sumerjo más y más... Siento la inquietud del sexo... ¿Por qué me perturbo?

¿Por qué creo complejos? ¡Sexo... maravilloso don de dios! ¡Sexo... obra prima del Creador! ¡Sexo... idea genial de la Inteligencia Infinita! Entonces, ¿dónde está el monstruo? Apenas en mi mente y en mi corazón. Hasta encuentro gracioso ahora cómo yo parecía Don Quijote luchando contra molinos de viento, como si fuesen un ejército en formación de batalla contra mí... El mundo natural es el mundo de Dios. Y todo lo que Dios creó es bueno. Limpio mi mente de todos los pensamientos y sentimientos negativos sobre el sexo. Limpio de mi mente toda maldad.

Cualquier parte de mi cuerpo es obra de arte divina y mis órganos sexuales son tan lindos, sanos y divinos como lo son mis ojos, mis labios, mis manos, mi rostro... En este instante elevo mi mente hasta el Creador y contemplo extasiado las maravillas de la Creación. Dios, después de crear el mundo y el hombre, descansó el séptimo día y vio que todo era bueno. Que todo era bueno. Que todo era bueno. Yo también, Padre Creador, veo, como Tú, que todo lo que creaste es bueno. Mi corazón está límpido, sano, sin prejuicios. Siempre que escuche la palabra sexo recordaré el mundo maravilloso y bueno creado por Dios. Estoy liberado de traumas, complejos, tabúes y prejuicios del pasado.

40 días para Sanar Mente, Alma y Cuerpo

Estoy liberado de imágenes y pensamientos perturbadores. Me siento sereno y en paz. El mundo de Dios es bueno. Es bueno. Muy bueno.

Día 7 - Liberación del miedo a perder el amor

Para encender en mí la iluminación mental y tornar mi cuerpo saludable y lleno de energías físicas, necesito abrir todos los canales vitales que se encuentran obstruidos... Hoy continúo caminando por los senderos del corazón... Me sumerjo cada vez más... más... más... Ahora veo una imagen que me ata... que me perturba... Esa imagen no sale de mi cabeza y me angustia... Tengo miedo de perder su amor... Tú eres mi amor y mi tortura... ¿Puede ser eso?!

En este día de desierto místico, calmo mi mente... Dejo que la paz me envuelva más y más... Ahora que mi mente está tranquila, lúcida, serena, elevada, te pongo a ti ante mí y te envuelvo en un círculo de Amor Divino. Eso es todo lo que necesito para sentirme en paz, seguro, liberado. Reconozco que el AMOR no tiene nombre ni se localiza. El amor simplemente es. Aunque se modificasen las piezas del juego de ajedrez humano, el amor siempre es en mí. Porque Dios es en mí. Y Dios es AMOR. Por lo tanto, la fuente está en mí.

De ahora en adelante me sentiré seguro, en paz. Mi corazón está repleto de amor y el amor es el imán más fuerte del universo. El imán atrae. Si mi imán no pierde su fuerza, nunca dejará de atraer. Si yo soy casado, incendio mi imán en el amor divino y tengo la seguridad absoluta de que mi compañero(a) se sentirá siempre atraído por mí. Si yo soy soltero, mi imán divino está atrayendo el verdadero Amor de mi vida. Si mi camino es otro y no el casamiento, la Fuente Infinita de amor, que existe en mi corazón, reunirá las multitudes que beberán de mi agua bendita.

Entonces yo jamás me dejaré perturbar. Expulso el miedo de adentro de mi corazón. Estoy liberado, iluminado, lleno de amor. Sin dudas ni miedos. Lleno de amor. El Poder Infinito se manifiesta en mí por la Ley del Pedir y Recibiréis. Esta Ley significa una razón esencial más de mi serenidad interior. De mi serenidad interior.

Día 8 - Liberación de los complejos del corazón

Ahora descanso en este oasis de mi desierto espiritual y místico. Mi caminata por el sendero de mi corazón es maravillosa. Calmo mi mente... Aquieto las emociones... Me sumerjo más y más en las profundidades de mi corazón. Como mi corazón ahora está lindo... florido... perfumado... Oh, aún veo manchas oscuras... Son los complejos, traumas y experiencias negativas del pasado que permanecen ahí como puntos oscuros.

Agito esas manchas para que salgan a la superficie. Las encaro tranquilamente una por una. No están tan pegadas como yo pensaba...

40 días para Sanar Mente, Alma y Cuerpo

Me doy cuenta de que sólo me asustaban porque nunca las había mirado de frente. Las examino con madurez, desde arriba, y veo que a pesar del lado malo, hasta me trajeron enseñanzas útiles para la vida. Me ayudaron a madurar más rápidamente y a aprender mejor.

Derramo el detergente del amor sobre esas manchas. Están diluyéndose, diluyéndose... diluyéndose... Desaparecieron. Ahora me río, complacido, de mis antiguos complejos. Me siento seguro, liberado, con el corazón liviano. Mi corazón está cristalino. Ahora puedo abrir de par en par las ventanas del corazón y dejo que todos miren hacia adentro porque no tengo complejos. De ahora en adelante, soy una persona libre y mi corazón está todo iluminado, por eso mi jardín interior es el propio reino de los Cielos, en el que me gusta quedarme.

Y a todos les gusta estar. Ventanas abiertas...Corazón límpido...Flores coloridas...Perfumes embriagadores...Mi corazón es el paraíso. ¡El paraíso!

Día 9 - Día del Perdón

Este día es muy importante para mí, por eso dejo que una suave niebla reconfortante descienda sobre mi corazón. Estoy calmo... Muy calmo... En paz... Abro de par en par mi corazón. El sol golpea de lleno. Todos los escondrijos se iluminan.

Puedo ver algunas marcas de heridas: son las personas que lastimaron e hirieron mi corazón. Me hicieron sufrir tanto que no pude perdonarlas. ¡Ah, cómo sufrí cuando me lastimaron! Mi corazón sangró... ¿Cómo puedo perdonar? Sin embargo, ahora recuerdo la figura sabia y noble del Divino Maestro, respondiendo a aquel que, antes que yo, tenía el mismo problema: "Perdona no sólo siete veces, sino setenta veces siete". Setenta veces siete, cuatrocientas noventa veces. Qué vida ésta, para mí son solamente uno, o dos, o tres perdones que no quiero dar. Es tan poquito... ¿Por qué no perdonar? Si yo no perdono, el perjudicado soy yo, pues cada vez que niego el perdón, reabro la herida y ella continuará sangrando. Continuará sangrando hasta que yo resuelva cerrarla definitivamente con la pomada del perdón. Ahora veo claramente que ya no es más el otro quien me está lastimando, sino que soy yo mismo que me estoy lastimando cada vez que recuerdo el problema. Eso es una tontería.

Claro que ahora quiero perdonar a todo y a todos. En este instante quiero curar todas las heridas de mi corazón. Soy yo y no otro el causante de esas heridas. Esto es tan verdadero que, si el otro me pide perdón y yo no perdono, mi herida continúa sangrando. Aunque el otro se haya redimido y sea hoy la criatura más santa del mundo. Sólo yo puedo sanar la herida de mi corazón. Perdonando. Las heridas de mi corazón sólo existen hoy porque las reabro todos los días.

40 días para Sanar Mente, Alma y Cuerpo

Pero ahora estoy decidido. Sólo quiero mi salud mental, espiritual y física, por eso me perdono y perdono a los otros. Sí, perdono principalmente a mí mismo por el mal que causé a mi corazón. Perdono a los otros. A todos. Atiendo mi deseo, sé que mi corazón enseguida obedece y perdona, tanto que a partir de este momento todas las heridas están curadas.

Ya no siento dolor, ni sufrimiento, ni malestar. Siento, eso sí, un gran alivio, una sensación suave de paz y una dulce emoción de amor y de ternura. ¡Qué lindo y saludable está mi corazón! Bienaventurado este día, porque un gran milagro se produjo en mí. Mi corazón está curado. Completamente curado.

Día 10 - Liberación del corazón frío

Este es el último día de esta inolvidable jornada a través de los caminos de mi corazón. Quiero, hoy, recorrer más lentamente mi corazón, para ver si todo está iluminado. Abro todas las ventanas y puertas. Dejo que el sol brille en todos los rincones. En todos los compartimientos.

Oh, estoy sintiendo que un aire helado está saliendo de algún lugar oscuro del corazón. ¿De dónde? Ah, era ese frío gélido que me hacía mal, impidiendo que las flores brotasen en algún rincón... Era, por eso que, a veces, yo me sentía una persona fría, mala, helada, sin compasión, sin cariño. Era esa frialdad que subía por los compartimientos oscuros, que me hacía insensible, endurecido... Ahora entiendo que tenían razón las personas que, a veces, decían que yo tenía un corazón frío como los hielos del Polo Norte.

Abro, entonces, todos los compartimientos del corazón totalmente para que el frío desaparezca; sí, que desaparezca para siempre. El sol del amor alcanza ahora todos los espacios de mi corazón... Mi corazón se está iluminando y calentando... Qué calidez deliciosa... ¡Nunca había sentido esta sensación tan agradable y tan deliciosa! La vida se está renovando en mí, porque calor es vida. Mi corazón ya es un nuevo planeta, tan lindo como el paraíso. Mi corazón es el reino de los Cielos. Ahora sí las personas sentirán un inmenso deseo de aproximarse a mí, porque mi corazón las atrae. ¡Ah, qué feliz me siento! Es como si hubiese volado desde los hielos polares hacia la región más agradable, amena y bonita del mundo. Bendito este día, porque la vida renació en mi corazón.

Es un paisaje deslumbrante... La Luz Infinita consigue penetrar en todas las dimensiones de mi corazón y la felicidad desborda en mí. Mi corazón está feliz, por eso yo estoy feliz. Feliz. Muy feliz.

III ETAPA: LIBERACIÓN DEL CUERPO

Día 1 - Yo Soy mi Cuerpo

Estoy entrando, con mucha alegría y paz, en esta tercera etapa de mi desierto místico. En esta fase de diez días limpiaré mi cuerpo de toda enfermedad porque la enfermedad me impide expresarme en el universo como verdadero hijo de Dios.

Yo soy mi cuerpo. Si mi cuerpo está enfermo, yo también estoy enfermo; o, porque yo estoy enfermo, mi cuerpo está enfermo. Dios me imaginó y me creó perfecto, porque en Dios no existe falta de armonía ni imperfección.

Por lo tanto, esta imagen mía actual enferma es la imagen que yo creé y no la que Dios creó. En otras palabras, es una imagen falsa, irreal, inverosímil, no pertenece a mi verdadera identidad.

Quiero liberarme hoy mismo de esta máscara. Quiero oír la palabra de Jesús, que me dice: "Sed perfectos como vuestro Padre es perfecto".

El Padre, que me creó, es perfecto. El Padre, que está dentro de mí, en las profundidades de mi subconsciente, es perfecto. Si mi mente consciente, mi Yo, está creando enfermedades por medio de pensamientos, emociones, hábitos, creencias y sentimientos negativos, es importante que yo vuelva a ser perfecto, sumergiéndome en la Presencia Infinita, en la imagen verdadera y perfecta del Padre, que está en mi interior.

Sé que sólo una mente sana produce un cuerpo sano, porque el cuerpo es la respuesta de la mente, por eso ahora veo cómo fue bueno y saludable haber limpiado mi mente y mi corazón en las etapas anteriores. Ahora hago una alianza de amor y de armonía con mi cuerpo. Retiro esa máscara que ocultaba mi verdadera imagen y me veo perfecto, sano, fuerte y lleno de vida, como Dios me creó. Soy perfecto como Dios me creó. Mi cuerpo es perfecto como Dios lo creó. La Luz Infinita creadora ilumina y energetiza todo mi cuerpo. Saludo, aquí con alegría, mi verdadera Realidad.

Nuevas energías recorren todo mi ser porque la Fuerza Divina ya se está manifestando en mí y yo me estoy aproximando a mi verdadera imagen física, trazada por Dios, con absoluta perfección y con el más sofisticado arte. Yo soy perfecto porque, en mi mente, me veo perfecto. Mi mente creó el cuerpo, como también las modificaciones negativas del cuerpo.

Mi mente ahora por la energía infinita de Dios, inmanente en el subconsciente, está recreando mi cuerpo y colocándolo en su legítimo modelo original. Contemplo con alegría y entusiasmo mi cuerpo perfecto. Sí, mi cuerpo perfecto. Perfecto.

40 días para Sanar Mente, Alma y Cuerpo

Día 2 - Dios no me mando la enfermedad

En este día quiero eliminar de mi mente algunos equívocos que impiden mi curación. El primer equívoco es mi creencia de que Dios me mandó la enfermedad. Dios es mi Padre. ¿Qué padre, en este mundo, sentiría placer en mandar un cáncer o una ceguera a su hijo? Por el contrario, veo padres gastando lo que tienen y lo que no tienen para liberar a los hijos de cualquier problema de salud.

"Si, pues, vosotros, siendo malos, sabéis dar cosas buenas a vuestros hijos, cuánto más vuestro Padre que está en los Cielos no dará cosas buenas a los que las pidieren." (Mt.7, 7-12.) Jesús ya enseñaba esto hace dos mil años. El padre celestial está en mi interior. Mi espíritu es, en su origen, espíritu santo. Cuando yo huí de la presencia de mi espíritu santo, huí de la salud. Es que yo fui el Caín de mí mismo, y no Dios. Necesito creer que Dios no manda enfermedades ni para mí ni para nadie. Este es el absurdo de los absurdos.

Aun porque si fuese Dios quien me mandara la enfermedad para expiar mis pecados, sería ir contra Dios buscar un médico o un remedio para curarme. Tendría que dejar que la enfermedad continuase de acuerdo con los designios de Dios, sin desviarla de su curso normal. Percibí la contradicción. Mis errores y pecados no ofenden a Dios, porque si Dios pudiese ser ofendido, no sería Dios. Mis errores y pecados me ofenden a mí mismo y atentan contra la perfección que está en mí. En este caso sí, yo podría decir que mis errores y pecados atentan contra Dios en mí. "Sed perfectos como vuestro Padre es perfecto."

Me vuelvo ahora hacia Dios en mí mismo, hacia la Presencia Infinita, hacia el Padre que desea dar a mi mente y a mi cuerpo el espíritu de la perfección. "El Espíritu es fuerte". Mi Espíritu está volviendo, por la acción divina, mi cuerpo fuerte, perfecto y sano. Mi cuerpo está siendo recreado y la energía infinita está produciendo la renovación y la revitalización de todas las células del cuerpo. Me concentro en esta Verdad.

Visualizo la Luz Infinita proyectándose en todo mi cuerpo, principalmente en las partes más oscuras y enfermas. La Luz Divina está curándome. Curándome. Curándome.

Día 3 - Dios no Castiga

En este tercer día de desierto místico entro en los caminos de mi cuerpo. Necesito limpiar todos los canales que impiden mi curación. Un canal que está obstruyendo el flujo curativo es la idea que yo tengo de que Dios me castiga, por mis errores y pecados, a través de enfermedades. Si yo creo que debo soportar las enfermedades como castigo de Dios, estoy, con ello, cerrando los canales a la curación. Todo mi ser clama por la salud, pero mi mente proclama la enfermedad, porque la entiende como acción divina que castiga mis males.

Pero si fuese verdad que Dios me manda enfermedades para que yo expie mis errores y pecados, no debería buscar los recursos de la medicina porque, entonces, estaría yendo contra Dios...

Por otra parte, si las enfermedades fuesen castigo de Dios, habría una contradicción y un conflicto entre Dios, que manda la lepra, la ceguera, la mudez, la parálisis, y Jesús que, por el poder de Dios, curó esas mismas enfermedades y tantas otras, según lo relatan los evangelios. ¿Entonces, Dios me castiga? ¿Por qué? ¿Cuál es su intención? ¿Creo yo que mi pecado irrita, entristece y modifica algo en Dios? Si eso fuese posible, Dios no podría ser feliz, por causa de los pecados de la humanidad. En consecuencia, no sería Dios. En realidad, mi pecado jamás alcanza a Dios. Hasta sería una pretensión... Mi pecado, mi error, mi negativismo me alcanza a mí mismo, por la simple razón de que toda acción produce una reacción. Esta es la Ley del Retorno.

Mi enfermedad no es castigo, y sí el resultado de mi acción negativa. Como dice el Maestro: "Todo árbol bueno produce buenos frutos; todo árbol malo produce frutos malos". Mi mente positiva produce frutos positivos en mí; mi mente negativa produce resultados negativos en mí. He aquí la causa de las enfermedades. Todo simple como el amanecer, todo claro como la luz del sol. En lugar de aplacar a Dios, me corresponde aplacar hoy mi mente negativa causante de las enfermedades. Elimino definitivamente de mí todo complejo de culpa. Complejo y sentimiento de culpa no son nada más que pensamientos negativos y nefastos. Para facilitar la desobstrucción de ese canal de curación, ahora me perdono a mí mismo por última vez, por todos los errores y males del pasado. Perdonar significa renunciar, por eso sé que, para sentirme perdonado, debo renunciar a toda imagen de mis errores, debo expulsar para siempre todo recuerdo negativo y perturbador de los males pasados. Esto es lo que viene causando tensiones y perturbaciones en mi cuerpo.

También perdono a los otros porque, si no perdono, estaré dejando cerrados otros canales de curación y creando más enfermedades. Uso la palabra perdonar como proceso de limpieza. Es como una energía luminosa que abre todos los canales de la salud, permitiendo que el flujo vital recorra con intensidad todos los átomos y células de mi cuerpo. Ahora me siento más aliviado y mi cuerpo menos tenso. La salud comienza a manifestarse más rápidamente. Ya me siento más dispuesto. Mi alegría interior está iluminando mi cuerpo. Tengo la seguridad, en este momento, de que Dios quiere mi salud tanto como yo. Nuestras fuerzas están unidas y la victoria es infalible. Antes yo estaba impidiendo la acción curativa divina por mi creencia equivocada. Ahora siento que el milagro divino ya se está produciendo en mi cuerpo. Ya se está produciendo. Ya se está produciendo.

Día 4 - Hoy Elimino la causa de la enfermedad

Continúo, en este día, caminando por el sendero de la salud física. Este desierto espiritual y místico me permite entrar en contacto con la Sabiduría Infinita de mi interior, con el Padre que opera en mí. Sea yo culto o no, sé que existe una Sabiduría Infinita dentro de mí, que se manifiesta más claramente en la medida en que entro en estado de oración.

Me estoy sumergiendo más y más dentro de la inmensidad de mí ser. La complejidad comienza a deshacerse y todo se está volviendo simple. Me pongo a meditar. Si Dios no causa mi enfermedad; si Dios no castiga a nadie; si mi cuerpo por ser energía inferior no puede actuar por sí mismo, entonces deduzco que la causa de mi enfermedad está en mi mente.

Por la situación de mis experiencias veo que es así: percibo que mis pensamientos depresivos me quitan las fuerzas y me abaten físicamente; noto que mi rabia produce alteraciones en mi cuerpo; verifico que mis penas producen malestar físico; siento que los miedos se traducen en tensiones físicas; observo que las preocupaciones crean úlceras, hipertensión, infartos y otras enfermedades; veo que el conflicto entre mis deseos y la realidad tensiona los nervios; observo que pensamientos angustiantes me aprietan la garganta y producen males físicos; descubro que la cólera puede producir graves lesiones físicas; y así sucesivamente, sucesivamente, sucesivamente...

No es sin razón que se dice que las enfermedades son provocadas por pensamientos negativos, por sentimientos negativos, por emociones negativas, por deseos negativos, por creencias negativas, por imaginaciones negativas, por hábitos negativos y por la influencia de ambientes negativos en mi mente.

Imagino una selva verde, bonita, florida, exuberante, en un día de sol. Es una selva saludable. Imagino ahora esta selva azotada por un viento violento: árboles que se caen, flores que se despedazan, troncos que se parten, la tierra que se abre, raíces que cambian de lugar, en fin, una calamidad general.

Mi cuerpo es la selva más linda y perfecta, si puedo hacer tal comparación. Pero esta selva maravillosa se convierte en una calamidad cuando es azotada permanentemente por los vientos de mis pensamientos negativos. Este es un paso por demás importante en el camino de mi salud: limpio ahora total y definitivamente mi mente de toda especie de negativismo.

Sé que Dios está en mí, por eso la Fuerza y el Poder Infinito están en mí y siempre atienden mi pensamiento. No tengo más motivos de preocupación ni de perturbación. Soy positivo, positivo, positivo. Soy alegre, optimista, tranquilo, bondadoso, feliz, seguro de mí, valeroso, lleno de confianza, imperturbable, exitoso y positivo, positivo, positivo.

40 días para Sanar Mente, Alma y Cuerpo

Es que abrí todos los canales de la curación. La fusión de las energías positivas mentales con las energías físicas existentes aún en mí y reactivadas por los remedios está creando rápidamente mi salud total. Yo siento, desde ya, este flujo vital.

¡Qué bien me estoy sintiendo! Estoy sintiéndome bien.
¡Estoy sintiéndome bien!

Día 5 - Sangre saludable

Hoy me vuelvo nuevamente hacia mi cuerpo. Mi cuerpo es mi expresión exterior, es mi identificación en el universo, por eso deseo que él sea la expresión de la armonía universal. Comienzo ahora a recorrer la corriente vital que energética todo mi cuerpo a través de mi sangre.

Yo te bendigo, sangre de la vida! Yo te ilumino, sangre bienhechora! La luz infinita de la Vida está iluminando ahora mi sangre. Visualizo mi sangre toda iluminada de un rojo vivo... Visualizo mi sangre rejuvenecida, fuerte, saludable...

Mis arterias son maravillosos canales de luz intensamente roja.

Es mi sangre revitalizada con cinco millones de glóbulos rojos y cinco mil glóbulos blancos por milímetro cúbico de sangre. Mi laboratorio mental está calculando doscientas mil plaquetas por milímetro cúbico de sangre.

Mi sangre ahora está perfecta, revitalizada, fuerte, energetizada. Todo perfecto. La vida fluye a través de mi sangre renovada. Todas las toxinas, impurezas, infecciones, virus y bacterias indeseables están siendo expulsadas por mi sangre, que actúa impulsada por la Fuerza Infinita.

La Energía Creadora de Dios está encendiendo mi sangre y ella continúa iluminando, limpiando, calentando, defendiendo, protegiendo, renovando, recreando y produciendo el milagro divino de mi salud total. ¡Sangre bendita, canal de la Vida Infinita en mi cuerpo, eres fuerte, eres pura, eres saludable, eres energía, eres poder! ¡Sangre bendita, eres el árbol de la vida en mí! ¡Sangre bendita, eres el río divino que baña el paraíso terrestre de mi cuerpo! ¡Sangre bendita, eres la corriente vital que trae a mi cuerpo todas las energías benéficas del universo! ¡Sangre bendita, eres el milagro renovador de mi vida física!

Día 6 - Mis órganos son perfectos

Comienzo ahora una aventura emocionante, pues recorreré los caminos de todos mis órganos y contemplaré la maravilla divina en cada uno. Si algún órgano estuviere enfermo, trataré de curarlo ahora mismo, para que también en él yo pueda ver la estupenda ingeniería divina. Si yo no creyese en Dios, bastaría contemplar la extraordinaria armonía, energía e inteligencia que existe en los cerca de quince

40 días para Sanar Mente, Alma y Cuerpo

billones de células electromagnéticas que forman mi cerebro... Mis órganos son la propia expresión de Dios. El Creador los hizo perfectos, por eso los desea perfectos, funcionando en el justo y recto orden divino. Atraigo ahora un inmenso destello de Luz Infinita, que surge de Dios y del universo y que cae sobre cada órgano de mi cuerpo...

Pido perdón a los órganos enfermos por las violencias que practiqué contra ellos. También perdono a cada órgano por haber salido de su verdadera órbita, perjudicándome.

Ahora abro todos los canales para que la Luz Infinita Curadora caiga sobre cada órgano de mi cuerpo: el cerebro... los ojos... los oídos... el rostro... la nariz... la boca... la lengua... los dientes... las encías... la garganta... el cuello... los pulmones... el corazón... el estómago... el duodeno... el hígado... los riñones... el bazo... el páncreas... la uretra... el uréter... la próstata... la vejiga... la vesícula... el esófago... los intestinos... la columna vertebral... los senos... los ovarios... las trompas... el útero... los órganos sexuales... las caderas... los muslos... las rodillas... las piernas... los pies... los hombros... los brazos... las manos...

Ahora proyecto la Luz Curadora Divina sobre el órgano más necesitado. (Permanezco tres minutos en irradiación.) A partir de este instante contemplo la perfección divina en mí. Mi salud es perfecta. Mis órganos funcionan maravillosamente bien. "¡Me siento feliz!" Bendigo la maravilla divina de mis órganos. Bendigo cada órgano y entro en comunión de salud, alegría y vitalidad con cada uno de ellos. Todos los órganos son ahora una familia unida que se entiende perfectamente. Gracias. ¡Gracias!

Día 7 - Huesos Perfectos

En este día, me dedico aún a la salud física. Calmo mi mente y comienzo a penetrar en el interior de mi cuerpo. Veo mi sangre iluminada y perfecta. Veo todos los órganos funcionando en armonía, en una sincronía tan bonita como el más perfecto de los relojes. Veo algunos huesos estropeados y pido perdón. Veo algunas articulaciones en estado un tanto precario y pido perdón. Veo todo mi esqueleto iluminado con la luz blanca de la transparencia espiritual. Es la energía infinita de Dios que se proyecta en todos los huesos de mi cuerpo.

Todas las enfermedades óseas, quebraduras, debilitamiento, defectos, se están diluyendo, porque ahora la luz blanca infinita de Dios está purificando iluminando, rehaciendo, moldeando, reforzando, ligando, ajustando, limpiando, rejuveneciendo cada hueso de mi cuerpo. Mi cuerpo es obra de Dios. Mis huesos son los fundamentos de mi cuerpo, por lo tanto los quiero fuertes y perfectos. Dios, que es la Vida en mí, también los quiere de esa manera, para que su obra sea perfecta y admirada en mí.

40 días para Sanar Mente, Alma y Cuerpo

Siento, desde ya, el milagro de la salud en los huesos. Los veo perfectos y resplandeciendo con una luz blanca de energía infinita. ¡Qué maravilla! ¡Estoy feliz! Y muy agradecido. Porque ahora puedo caminar, correr, acostarme, sentarme, mover todo el cuerpo y cada parte del cuerpo.

Es la acción divina del Poder Infinito de Dios en mí. Durante todos los días anteriores abrí los canales de la curación, por eso ahora todo sucede en forma simple, tan simple como lo es la luz del sol que fortalece y vivifica las plantas.

Bendigo mis huesos. ¡Y entro en comunión con la perfección infinita en mis huesos!

Día 8 - Nervios, Músculos, Piel

Continúo hoy la caminata de mi perfección física. Dejo que mi mente descansa, se calme. La paz de los lagos de las montañas me invade y yo siento un profundo bienestar. Deseo ahora que mi mente absorba todos los átomos de mi ser. Me siento como una antorcha de luz que va recorriendo el interior de mi cuerpo para revitalizar y calmar los nervios, rehacer los músculos y recrear la piel en el orden divino, recto y justo.

La Luz Infinita ilumina todos mis nervios, que se están soltando, liberando y tranquilizando. Pido perdón a mis nervios por tantas agitaciones y tensiones que provoqué hasta aquí, y perdono a los nervios por haberme hecho una persona tan nerviosa. Ahora estamos en comunión de amor y de buen entendimiento. Yo necesito de ustedes, nervios, y ustedes necesitan de mí: estamos, por lo tanto, unidos, muy unidos, en una dulce paz. Proyecto una vez más la luz recreadora divina sobre los nervios y los veo perfectos, distendidos, saludables y tranquilos.

Hago ahora una visita a los músculos, esta familia tan importante para mi cuerpo. Ilumino, con la luz de la energía infinita, todos mis músculos, que a partir de este instante se están volviendo fuertes, sanos y firmes. Voy ahora hacia el exterior de mi cuerpo y penetro en cada átomo de mi piel. Sé que mis emociones negativas, que mis complejos y traumas, que mis imaginaciones negativas y que mis miedos te perjudicaron, piel, creando manchas, marcas, arrugas, alergias y problemas. Pero aquí estoy para que hagamos las paces, perdonar y olvidar el pasado.

Deseo que la Luz Creadora de Dios ilumine intensamente toda la piel, tan intensamente que todo lo que no sea perfecto se aleje rápidamente o se deshaga en este instante. Veo mi piel iluminada por la Luz Infinita. Mi piel está límpida, purificada, perfecta, completa, rehecha, suave y rejuvenecida.

La Luz Divina está lavando divinamente toda la piel. Lavando divinamente. ¡Qué bien me siento! ¡Qué bien me siento!

Día 9 - Glándulas Perfectas

Hoy mi caminata por el interior del cuerpo se va a detener en las glándulas para conducir las a la armonía y perfección. Aquieto la mente... Descanso el espíritu... Y dejo que mi cuerpo se abra para que yo pueda recorrer las glándulas e iluminarlas con la Luz Infinita de la vitalidad.

Sé que las glándulas son importantes. Sé que son sensibles y fabrican hormonas, secreciones y productos que se destinan al funcionamiento equilibrado y sano de todo mi cuerpo... Les pido perdón, glándulas, por las veces en que las llevé a producir sustancias indeseables en momentos indeseables... Mi mente negativa perturbó el buen funcionamiento de ustedes.

Pero ahora la Luz Divina está iluminando las glándulas salivales, las glándulas lacrimales, las glándulas sebáceas, las glándulas sudoríparas y las glándulas de las paredes internas del estómago... Continúo recorriendo mi cuerpo e irradio salud y vitalidad a la hipófisis en el centro de mi cráneo. Visualizo esa glándula, del tamaño de una lenteja, toda iluminada, y los rayos de energía divina se expanden desde la hipófisis hacia todo el cuerpo. Derramo energía infinita sobre la tiroides, en el cuello, y la tiroxina que mi tiroides está produciendo, en dosis justas, restablece mi salud perfecta. Ilumino las paratiroides que están en el lado interno de la tiroides, y esas glándulas están actuando correctamente en mi beneficio. La energía divina está vitalizando las glándulas suprarrenales situadas sobre los riñones, y la producción perfecta de adrenalina está regulando divinamente todo mi sistema nervioso simpático.

La Luz Infinita se derrama sobre los testículos (ovarios) y la perfección se manifiesta en estos centros vitales. Ahora me dirijo hacia las glándulas mixtas y bendigo mi páncreas. Bendigo este laboratorio divino que está produciendo la insulina correctamente. El azúcar está equilibrado en mi sangre y me estoy sintiendo cada vez mejor. También bendigo mi hígado. Ahora mi hígado está pleno de energía y funciona en el orden divino, recto y justo. Ahora veo todas las glándulas en perfecto estado, controlando mi salud, equilibrando el funcionamiento general de mi cuerpo y estableciendo el orden en todos los órganos. ¡Glándulas queridas, maravillas de Dios, reciban la Luz Infinita que las revitaliza! De ahora en adelante trabajaremos juntos, en paz, con salud, en armonía. Nuestra acción es positiva. Sé que ustedes son mis amigas leales y correctas y las bendigo cada día de todo corazón. De todo corazón.

40 días para Sanar Mente, Alma y Cuerpo

Día 10 - Cuerpo Perfecto

En esta última jornada de la tercera etapa de mi desierto místico caminaré feliz por todos los caminos de mi cuerpo, viendo en ellos solamente la Presencia Infinita y la perfección del Creador. Jamás puedo suponer que yo haya sido creado con defectos, porque en Dios no existe incapacidad.

El Poder Creador, que realizó la maravilla de la constelación estelar, que produjo la maravilla de las plantas y que estableció la maravilla del orden universal, no podría fallar precisamente en el momento en el que iría a crear la obra prima de la creación, el ser de su propia especie divina, de su verdadera imagen y semejanza. Sería inconcebible que justamente un ser de la estirpe de Dios fuese creado con defectos, enfermedades y fallas, como sucede en las industrias de muñecas.

Las fallas y enfermedades son humanas y no están en el proyecto divino. Entonces, como hijo de Dios, me considero perfecto en el cuerpo y en la mente y veo cualquier enfermedad o defecto como una máscara, que no pertenece a la esencia de mi verdadero yo.

Veo todo mi cuerpo accionado por la energía infinita. Veo todo mi ser inserto en la perfección divina. En nombre del Creador, determino la perfección en mi cuerpo y contemplo en él la manifestación material de Dios. Yo soy perfecto. Mi cuerpo es perfecto. La salud habita en mí y permanece en mí, porque eliminé las causas de la enfermedad. Yo soy perfecto. Yo soy perfecto. ¡Perfecto!

IV Etapa: Mente Iluminada, Cuerpo Iluminado

En la cuarta y última etapa, usted tendrá la mente iluminada, el corazón iluminado, el cuerpo iluminado; sentirá a Dios en usted mismo, descubrirá su propia grandeza, establecerá contacto con el Poder Infinito en su interior, será positivo, perfecto, claro y entrará en el reino de los Cielos.

Día 1 - Mente Iluminada

Con inmensa alegría, comienzo hoy la cuarta etapa de mi desierto místico y espiritual. Me siento muy bien. ¡Nunca me sentí tan bien como ahora! Estoy caminando hacia la iluminación total. Mi mente está límpida, clara, pura como la fuente cristalina. Mi mente está lúcida: tengo todas las condiciones para decidir acertadamente. Mi mente es calma: camino tranquilamente, sin caer, y llego antes que los otros. Mi mente abrió los canales de la inteligencia. Mi capacidad se amplió hasta el infinito, mi memoria se abrió y amplió todos sus límites. Siento en mí la seguridad y la auto confianza de las personas decididas y vencedoras.

40 días para Sanar Mente, Alma y Cuerpo

Mi mente es fuerte y está por encima de las contrariedades y agresiones externas. En otras palabras, mi mente está iluminada y se expresa en la dimensión universal y cósmica. Esta es la plenitud del ser humano. Esta es mi plenitud. Por eso entré en mi propio paraíso. En mi paraíso.

Día 2 - Corazón Iluminado

En este día, me sumerjo dentro de mi corazón sentimental y lo veo todo iluminado. Sus rayos dorados de luz llenan mi vida de amor. Mi corazón es todo amor, por eso me siento maravillosamente bien aquí y en cualquier lugar. Corazón bendito, eres la fuente inagotable del amor. Eres la fuente de mis emociones positivas. Eres el lago dorado de mi vida. Corazón bendito, tú me envuelves en la ternura y en la dulzura. Tú me muestras la bondad del rostro ajeno. Corazón bendito, tú revelas la felicidad que en mí existe. Corazón iluminado, eres mi compañía adorable, eres el placer de mi vida. Corazón iluminado, eres el puente divino que me trae el amor de la humanidad. ¡Corazón iluminado, tu luz ilumina todo el universo! A partir de hoy vivo la plenitud del amor. Yo soy amor. Todo en mí es amor. Sólo amor. Nadie más perturba mi corazón, porque él es el sol infinito del amor. Jamás una pena, una ofensa, una calumnia, una traición, podrán borrar ese amor inmenso e infinito que existe en mí. Mi corazón es todo amor, por eso nunca más tendré miedo de quedarme sin amor ni de vivir en la soledad. Yo me amo, yo amo a mi corazón y nosotros dos somos uno en el amor para siempre. Amanezco lleno de amor y me duermo lleno de amor. El amor me ilumina, ilumina a las personas que están a mi alrededor e ilumina el universo. Yo soy amor. Yo soy AMOR. AMOR.

Día 3 - Cuerpo Iluminado

En esta jornada inolvidable y linda de mi desierto místico, en busca de la iluminación mental y de la salud física, me vuelvo hacia mi cuerpo y veo la luminosidad divina impregnándolo de energías físicas. La misma energía que antecedió a la creación del mundo está recreando todo mi cuerpo, dejándolo resplandeciente y perfecto, como si la resurrección de Jesús se hubiese operado en mí. Las enfermedades ya están lejos de mí. Yo soy hijo de Dios perfecto y, en nombre de Dios, proclamo una vez más la perfección de mi cuerpo. Mi cuerpo es una fiesta de luz. La energía del amanecer inunda mi cuerpo y lo siento liviano, muy liviano. Todos los órganos funcionan renovados. La sangre está iluminada por un rojo vivo y está llevando energía, vitalidad y salud a todas las partes del cuerpo. Los huesos están iluminados: los nervios están iluminados; los músculos están iluminados; la piel está iluminada; las glándulas están iluminadas. Mi cerebro está todo iluminado.

40 días para Sanar Mente, Alma y Cuerpo

Mi cuerpo ahora es un sol divino de luz y cada átomo contiene la propia energía del universo. Estoy sano, sano, sano. ¡Muy sano!

Día 4 - Dios en Mí

Este es un gran día. Hoy descenderé a las profundidades de mí mismo. Calmo mi mente, aquieto mi corazón, silencio mi cuerpo. Y me quedo escuchando. Una voz comienza a manifestarse en las profundidades de mi mente interior. Estoy emocionado. Me siento en la misma vibración cósmica de todo el universo. Y veo que todo el universo está en mí. Más que eso, ahora yo soy el universo.

El tiempo se diluyó y yo soy el gran río hacia donde desembocan juntos el pasado, el presente y el futuro. Mi dimensión alcanza la dimensión universal. Percibo que yo y la Verdad somos una sola unidad. Estoy liberado, engrandecido, y mi mente está clara como la Fuente Divina.

Esta es la etapa en que la Sabiduría Infinita se manifiesta en mí. Ahora entiendo la afirmación del gran Maestro Jesús: "Yo y el Padre somos uno". Es por eso que Él frecuentemente se retiraba hacia el desierto interior de sí mismo, en las noches del Huerto de los Olivos y del lago de Genezaret.

Yo y el Padre somos uno. En mí sólo existe el Bien. Porque en mí existe Dios. Sólo Dios. Todo en mí es Dios. Yo y el Padre somos uno. ¡Yo y el Padre somos uno!

Día 5 - El Poder Infinito en Mí

Esperé ansiosamente este día. Ya no me siento más pequeño, ni débil, ni indefenso. Existe en mí la dimensión divina. La Presencia Infinita está en mí. Hoy tengo la seguridad de que mi palabra tiene el poder de Dios, porque yo y Dios somos uno: lo que yo quiero, Dios quiere en mí; lo que Dios puede, yo puedo.

Bienaventurado soy yo, que recibí las llaves del Poder Infinito: todo lo que yo una, será unido; todo lo que yo desuna, será desunido. Con esas llaves abriré las puertas de una nueva vida, más alegre, más abundante, más saludable, más agradable, más inteligente, más positiva, más poderosa, más servicial, más comfortable y más feliz. Yo tengo el poder de la palabra. Siento más clara que nunca la verdad de esta ley universal enseñada por el sabio Jesús:

"Todo lo que pidiéreis al Padre, en oración, creyendo, lo ALCANZAREIS". Yo soy el Poder. Yo soy el Poder.

Día 6 - Yo Soy La Luz

Ahora todo es luz en mí. Como Jesús me dijo: "Camina en la Luz". La luz que me ilumina es la luz que ilumina mis caminos. Ahora entiendo la profundidad de esta afirmación del Maestro: Yo soy el

40 días para Sanar Mente, Alma y Cuerpo

Camino, la Verdad y la Vida. Quien camina en mí no camina en las tinieblas. Camino siempre por la senda de luz: el presente, el pasado y el futuro no me asustan. Sólo las tinieblas asustan, pero yo camino en la Luz. Todas las fuerzas de las tinieblas se diluyeron ante la energía explosiva de luz que me circunda. Y mi luz ilumina a los otros. Todos bendicen mi presencia. Y mi luz ilumina el mundo; y el mundo bendice mi presencia. ¡Bendita luz que me ilumina! Yo soy la luz.

Día 7 - Yo Soy Positivo

Finalmente derribé todas las barreras que me impedían ver a Dios cara a cara. Ya sonrío complacido a los negativismos y miedos del pasado. Ahora yo soy positivo. En este instante tengo la visión clara de que el negativismo no pasa de ser un engaño, una ilusión.

Es nada más que un bluff sin sentido. Porque el Bien siempre existe en mí. Para mí ahora es simple y fácil ser positivo y ver el lado positivo de las personas y de las cosas. Yo soy positivo y me siento alegre, confiado, decidido, iluminado, sonriente y liviano. Mi vida está siempre soleada.

Yo soy positivo porque el Poder Divino y la Sabiduría Infinita me orientan y me guían. Estoy liberado y saludable, porque yo soy positivo. Yo soy positivo. Totalmente positivo. Solamente positivo.

Día 8 - Yo Soy Perfecto

Ahora que me sumergí en las profundidades de mi ser recibo con toda claridad el mensaje sabio y místico del Maestro Jesús: "Sed perfectos como vuestro Padre es perfecto".

Entendí que yo sólo puedo ser perfecto como el Padre cuando, en realidad, me vuelvo UNO con el Padre. Sólo así la perfección del Padre es en mí, porque "no soy yo que vivo, es el Padre que vive en mí". El Padre es mi perfección, porque su presencia me colma íntegramente. ¡Ah, qué maravilloso es sentirse en unión y comunión con el Padre!

Ahora me veo a mí mismo con ojos divinos; veo mi cuerpo con los ojos perfectos de Dios; por lo tanto, no existe enfermedad en mí, ya que la enfermedad no existe en el Padre.

Veo a cada persona con los ojos del Padre. Veo el mundo con los ojos del Padre. He ahí por qué el mundo es lindo y este planeta es mi paraíso. El mal jamás podrá alcanzarme, parta de donde fuere, porque la Perfección Infinita no puede ser tomada como blanco por la imperfección. La perfección es lo MÁS y la imperfección, que es lo menos, nunca tiene fuerza para alcanzar a la Perfección.

Ahora yo soy seguro de mí, soy tranquilo, tengo confianza en mí mismo, soy valeroso, soy benigno y soy comprensivo. Mis ojos son simples y me hacen ver con limpidez todo y a todos.

40 días para Sanar Mente, Alma y Cuerpo

Estoy en comunión con la perfección de mi Padre en mí. Yo soy perfecto. Perfecto.

Día 9 - Día de Clarificación

En este penúltimo día de desierto místico y espiritual, miro hacia atrás y veo la maravillosa caminata que realicé. Estoy feliz porque todo mi ser se abrió a la Luz Infinita. Ahora todo es simple y claro en mí. Dios es en mí.

El presente, el pasado y el futuro son mi propia respuesta. La salud ya existe en mí por la acción del Poder Recreador de mi subconsciente. Mi mente consciente y subconsciente están en armonía y yo siento la Presencia infinita en mí, tal como decía Jesús:

"Cuando dos estén orando en armonía, ahí estaré yo". Estoy iluminado. "Aquel que crea, hará no sólo las cosas que yo hago, sino que las hará aun mayores". Mi clarificación mental está levantando el velo de este misterio. Sé que Jesús decía la Verdad. Mi dificultad consistía en acertar el camino y encontrar la puerta.

Estoy iluminado y esta luz me da acceso a los arcanos, a los misterios y a las enseñanzas de Jesús. Pero, de manera especial, esta clarificación interior me trae la paz y la alegría. ¡Clarificación! Luz interior. Sabiduría de Dios. ¡Visión interna! Verdad universal. Dios en mí.

Día 10 - El Reino de los Cielos

La gran seguridad de que caminé por la senda correcta durante esta inolvidable jornada mística es ésta: llegué al reino de los Cielos. "El reino de los Cielos está dentro de nosotros mismos." Sí, está en mi interior. Llegué a mi reino de los Cielos. La felicidad estalla en mí. ¡Y estoy más feliz que nunca! Este mundo es el reino de los Cielos. Cada persona es el reino de los Cielos. Estoy feliz. Feliz. Feliz. Mi rostro tiene la sonrisa del infinito. Mi corazón sonríe de amor. Mi mente es el reino de los Cielos. Mi cuerpo es el reino de los Cielos.

Extiendo las manos a la humanidad y canto de la mano, con todos, la divina canción de la felicidad. Respiro la felicidad. Vivo la felicidad. Yo soy la felicidad. Mi alma está resplandeciente como las mañanas límpidas de sol. ¡Felicidad! ¡Felicidad! ¡Estoy en el reino de los Cielos!

**Meditación MENSAJE PARA EL AMANECER
por Lauro Trevisan**

Un ángel resplandeciente, espléndido... te abraza intensamente y en ese abrazo te enseña a zambullirte en la energía de Dios.

Cierra los ojos, déjate llevar hacia las alturas. En este lugar comprendes y aceptas, en este abrazo puedes entregar tus penas y pedir lo que necesites a Aquel que es la Fuente del Amor, a Dios.

Cierra los ojos... déjate llevar hacia tus profundidades, también allí está el abrazo del ángel y Aquel que es la Fuente de Amor. Dios.

El Arcángel Gabriel es el que te muestra su AMOR.
LINK para descarga gratis:

<http://www.megaupload.com/?d=I8VM03I7>