

ABRAZANDO TU ALMA

Pasos para sanar



Akari Berganzo



ÍNDICE

Primeras palabras	xi
Capítulo 1. El inicio	1
Reflexión	8
Recomendaciones	10
Cómo comprender el origen y la existencia de las enfermedades	12
La resonancia	17
El Universo ilimitado	26
Un útil decreto	26
Recomendaciones	28
La evolución es la fuerza creadora actuando en expansión	29
Pasos hacia la evolución	34
Capítulo 2. A dónde se dirige la humanidad	49
Un exhorto a la humanidad	53
Un regalo valioso	59
Capítulo 3. 13 reglas de conducta que cambian la vida y abren oportunidades	61
CD Las 13 reglas	63

Cómo abrir oportunidades con las 13 reglas	64
Capítulo 4. La depuración sentimental.	77
Pasos esenciales	79
Capítulo 5. La depuración mental.	95
Qué es la depuración mental	97
Sugerencias para la depuración	98
Unas palabras para ti.	110
Recomendaciones para depurarte volviendo a tu origen	119
Capítulo 6. La depuración física	127
Recomendaciones	129
Cómo regresar al origen divino	133
Recomendaciones	134
Capítulo 7. Los espíritus del Universo te hablan	137
Recomendaciones para tu comunicación con el astral.	140
Capítulo 8. Hablándole a tu organismo	149
Programa tu presente y tu futuro.	152
Evalúa y valora tu vida	156
La fórmula de no agresión	159
¡Tú decides quién eres!	160
Capítulo 9. Más allá de tu origen	167

Capítulo 10. Construyéndote en perfección universal	175
La responsabilidad evolutiva al involucrar en sus asuntos a los maestros ascendidos.	178
Consejos para alcanzar la evolución, la sanación, el amor y las oportunidades.	183
Cierre	185
Capítulo 11. Mensajes de los maestros ascendidos	187
Algunos maestros ascendidos le hablan a la humanidad	189
Hilarión.	189
Madre María.	191
Rami	194
Kwan Yin.	198
Maestra Lady Leto	200
Lady Nada	202
Akasha	203
Pablo el Veneciano	205
Mensaje canalizado de Dios 30/1/2012	206
Capítulo 12. Decretos valiosos	209
Relacionados con el capítulo 4	211
Relacionados con el capítulo 8	214
Relacionados con el capítulo 11	219
Despedida	225



EL INICIO

La evolución espiritual es un objetivo a tomar en cuenta con seriedad; su evolución es un sendero continuo que hay que considerar paso a paso para determinar su porvenir, tanto en la Tierra como en cada existencia posterior y, por supuesto, al volver al alto astral, que es el espacio de luz perteneciente a otros planos.

Nadie tiene derecho de réplica sobre sus propios errores o aciertos –los errores le corresponden al karma y los aciertos al dharma– derivados de estas elecciones y tú mismo afrontarás las consecuencias de tus acciones.

La evolución no se logra si es inducida; es necesario que sea espontánea y surja de tus necesidades espirituales, las cuales te llevarán a considerar descubrir un nuevo trayecto evolutivo.

Nadie busca evolucionar –ni lo logra– cuando no responde con espontaneidad a sus necesidades y carencias interiores que buscan ser subsanadas.

Estas carencias son el detonante que tu alma requiere para que te plantees cuestionamientos, te depures y te sobrepongas a las crisis espirituales, materiales, laborales, familiares, de pareja o de salud que encuentres en tu existencia.

Estas carencias impulsan a la persona a una espontánea confrontación y un análisis retrospectivo de sí mismo. Nadie conseguirá convertirse en quien anhela ser si antes no abandona los patrones emocionales, los modelos de relación y los eventos traumáticos comprendidos en su ayer y que ahora no corresponden a su nueva realidad.

Esta depuración, por dolorosa que resulte, es más constructiva. En ocasiones negarse a soltar lo negativo por consideraciones familiares, sociales, laborales o de pareja resulta un yugo doloroso y castrante. Permitirte ser presa de las disfunciones de terceras personas provoca que las insatisfacciones ajenas te destruyan y destruyan tus posibilidades.

Quien permite que alguien externo lo hiera y coarte su libertad de elección, pensamiento, conducta o sentimiento perpetua su propio calvario, se deja llevar por la rendición.

¿Por qué tolerar que un miembro de tu familia se dirija a ti con palabras venenosas y lascivas? ¿Utilice tus recursos económicos abusando de tu confianza? ¿Te transfiera sus errores e intente culparte por ellos? Esto no es admisible y no hay que confundir el deber familiar ni el amor familiar con la autodestrucción y la flagelación.

En ciertos núcleos familiares –en ese ámbito en el que depositamos toda nuestra confianza–, pueden esconderse seres destructivos. Por supuesto, no todas las familias del mundo son disfuncionales y nocivas para sus miembros, pero las que sí lo son, provocan

grandes problemáticas de falta de autoestima, falta de independencia y falta de oportunidades.

Los seres humanos suelen ser imperfectos, incluso deshonestos, con los seres que más dicen amar.

Muchos se confunden y entran en estados de codependencia, en los cuales confunden amor con destrucción, sometimiento con respeto y asumen muchas otras formas distorsionadas de relaciones familiares.

¡Analiza cómo te aman quienes dicen amarte!, es uno de los mejores consejos que puedo darte. Este supuesto amor ¿es constructivo o destructivo?, ¿es sincero y se expresa con la verdad ante la luz del sol y del Universo?, ¿o se ofrece a escondidas, caprichosamente, cual migajas de pan que hay que mendigar para obtener? Amar no es destruir, es hacer crecer bondades en aquel a quien amamos, así como en nosotros.

Este amor te ofrece impulsarte a alcanzar tus sueños. ¿O debes renunciar a ellos, renunciando así a tu pura esencia, para vivir en un molde limitante que impone la no evolución por considerarte inútil o por considerar que es tu responsabilidad el sacrificio impuesto para dar a aquel que dice amarte toda la libertad evolutiva que a ti se te está negando? Así uno de los miembros de este núcleo, sea cual sea, crecerá, será autónomo e independiente, tendrá vida, en tanto que tú habrás de conformarte con ser esclavo

de aquel que es libre y que solo volverá cuando sus necesidades primitivas le impulsen a ello?

¡Eso no es amor! Es chantaje, secuestro de identidad, de libertad; es castración absoluta del espíritu y del intelecto.

Despierta, que tu vida presente en el plano físico es muy breve y el amor que se te ofrece fuera de esta jaula imperfecta es infinito. La jaula de las limitantes y condicionantes suele minar el espíritu y el corazón. Ante todos y a pesar de todos, tú posees el amor más sagrado: el universal. Dios te creó con cuerpo, intelecto y sentimientos propios, entregándote así el mundo entero para expresarte, para aprender de él y evolucionar con él.

Nunca se te dotó de solo una neurona para pensar ni de una sola célula, aunque fuiste creado a partir de dos simples elementos químicos, uno masculino y uno femenino. Eres la mejor creación que pudiste ser y, en consecuencia, tu compromiso para contigo mismo es no depender de ningún otro ser, no corromper tu dignidad, tu cuerpo o tu intelecto intentando ajustarte a las imperfecciones, inseguridades y falta de respeto de alguien que a primera vista se reconoce como egoísta, ignorante de todo respeto y de cualquier sentimiento amoroso.

Se te ha dotado de las mismas oportunidades de ser amado y de hacer algo constructivo con dicho privilegio. El ser que hiera no es capaz de reconocer la grandeza de ser amado y, por ende, en su ignorancia evolutiva y emocional, aunada a sus miedos

y su falta de autoestima, ha encontrado la única herramienta disponible que cree poseer para conectarse y relacionarse con el mundo entero. Expresa y asocia su lacerante frustración con cada ser que intente infundirle amor.

Por ingenuidad y llevado por tu ego, tú, como muchos otros, te considerarás capaz de solucionar esta situación y depurar al nocivo ser con quien te relacionas. Y dirás “Yo puedo hacerle cambiar, mi amor lo va a sanar, él va a evolucionar y me va a respetar; ella dejará de ser egoísta, vulgar, vanidosa o interesada”. Acabas por creer las mentiras ilusorias que has concebido respecto a dicho ser y entras en una relación tóxica que terminará con ustedes y con su bienestar, si no te atreves a salir pronto de ella. No seas autodestructivo ni tóxico contigo mismo.

Si niegas tus propios defectos y carencias interiores, ¿cómo esperas resolverlas y erradicarlas de otro ser? Esto no es posible, nadie cambia por amor a otro; aunque lo intentase y se hiciera la ilusión de que así será, nadie puede negar su esencia personal. Te guste o no, esta solo responderá ante su propia persona. Es imposible transmitir a un cuadrado una visión global, como lo es cambiar a un águila para convertirla en gallo de corral.

La alquimia puede convertir un metal en oro, pero ni siquiera con esta ciencia podrás convertir a un ser externo a ti a tu propia visión de lo que este debería llegar a ser. Tanto él como tú actúan en imperfección y pretenden construir en imperfección.

Ni la alquimia ni todo tu esfuerzo y constancia lograrán inducir a alguien a ser quien jamás podrá ser, guiado únicamente por sus necesidades internas y sin decidir emprender la lucha por llegar a ser un mejor ser humano.

Tú, y otros seres, en su visión ficticia, en su mundo materialista, han aprendido a mirar únicamente el reflejo aparente de las cosas y consideran que un simple vistazo al currículo social laboral o económico de una persona determina quién es en realidad.

Esto no es así: cada persona es un ser multidimensional, consecuencia natural de diferentes situaciones evolutivas que se han gestado desde un antaño muy lejano. Cada persona posee experiencias infinitas de dolor y amor, de duras lecciones y grandes alegrías, y ciertamente, no todas ellas se deberán a la misma experiencia de vida.

Tú eres quien quieres y puedes ser y estos serán tu fundamento y tu realización personales, que son libres y no siempre comunes a las expectativas de otros. La fe necesaria para avanzar hacia ellos tendrá que surgir de tu interior.



REFLEXIÓN

Te invito a la siguiente reflexión.

Si tienes fe en personas que no conoces –un presidente que emprende una reforma hacendaría, una

eminencia del ámbito científico decidida a descubrir la cura definitiva contra una enfermedad terminal—, si cuentas con la capacidad infinita de fincar tu confianza en seres desconocidos de los cuales apenas tienes referencias ajenas e impersonales, ¿por qué no puedes tener fe en ti mismo, tus proyectos, tus sentimientos, tu futuro, tu presente, tus pensamientos, el universo?

Es importante actuar con fe en el logro de tus metas cuando estas son constructivas, con una fe similar a la que muestran en alguien que no les consta que sea honesto en sus discursos, inquietudes o capacidades.

¿Por qué no confiar un poco más en tu propia inteligencia emocional e intelectual?

Esto no necesariamente tiene que ver con tus familiares, sobre todo si son restrictivos y negativos en cualquier forma contigo.

Dios nunca te ha obligado a sufrir como víctima de las heridas propiciadas en contra tuya en actos, palabras, expresiones corporales, imágenes, castraciones corporales o verbales. No quiere eso para ti y, mientras tú te permitas ser presa de esos hechos, le demuestras al Universo que no has aprendido de tus lecciones karmáticas de antaño.

De ese modo, esta se repetirá indefinidamente en tu existir hasta que tú y otros seres humanos en su propia situación reúnan el valor para salir de ese patrón destructivo de interacción.

RECOMENDACIONES



- A nadie ames por encima de la dignidad con la que debes amarte. Aprende a alejarte de los problemas, sobre todo de los gratuitos y ajenos, aprende a volar con tus propias alas y por tus propios proyectos, sin dejarte arrastrar por la corriente ajena.
- La vida de resignación a nadie deja satisfecho, es inútil. No renuncies a ser quien eres en divinidad, no renuncies a ti mismo, a tu sano proceso evolutivo. No renuncies a convertirte en el orgulloso pavo real que se encuentra en tu interior esperando pacientemente a que le liberen del qué dirán, de las carencias ajenas, de las condicionantes sociales, familiares, sentimentales, o de supuestas amistades.
- Vive, lucha y avanza por ti y para ti, no permanezcas atado a la cuerda con la cual los demás intentan amarrar a tu alma que por pura esencia es un espíritu libre.
- Sé libre, digno y honesto contigo, ofrécete más cuidados, atención, respeto y amor a tu persona. Si careces de ellos, buscarás compensarlo con sexo, posesiones materiales y ambiciones laborales; sin embargo, al volver a mirar en tu interior, tus carencias no habrán desaparecido, solo se habrán agravado al no haber sanado tu interior.

- No te lastimes por ser quien no eres en realidad. Mira en tu interior, reconéctate con él, averigua qué necesitas soltar y encontrar; una vez que conozcas con claridad tus necesidades, lucha con ahínco por ellas, alcanza y aleja de tu existencia toda relación limitante, lasciva, destructiva o conflictiva. No las necesitas ni te dejarán nada bueno; estas relaciones son huecas, sin sustancia; están llenas de lágrimas y de dolor.
- No te empeñes en desconocer tu interior, esa parte sagrada y desconocida por ti, tu pertenencia más auténtica y valiosa, tu eje central. Así le restas importancia y miras a tu exterior intentando encontrar en él las respuestas a tus necesidades, las que se encuentran desde el recogimiento espiritual derivado del silencio.
- No te agotes buscando lo que solo podrá surgir de ti, lo que se conquista con empeño, constancia, amor y perdón. ¿Por qué aferrarte al dolor cuando puedes conquistar el amor?

Con la reflexión anterior y estas recomendaciones te invito a analizar tus relaciones en general. ¿Son respetuosas, equitativas, responsables, congruentes, son un motor que te impulsa a alcanzar sus objetivos? En una palabra, ¿son sanas? O, por el contrario, ¿son agresivas, hirientes, tormentosas? ¿Son tóxicas?

Eso lo sabrás si lo razones desde tu yo superior y si no te dejas caer presa de tu ego, que se encapri-

cha con cosas y situaciones negativas. El ego causa grandes estragos en todos los ámbitos de la vida, no sucumbas más ante él; si permites que te rija, te enfrentará a la soledad, el desamor, la amargura, la falta de oportunidades. Para no destruir tus posibilidades, reconquista la grandeza espiritual con la cual naciste y deja de distraerte con detalles superfluos, egoístas, ambiciosos y nada constructivos.

Evita adoptar las actitudes intrigantes, hipócritas y denigrantes que muchos han adoptado durante largos siglos. Con la forma de vida disfuncional que llevan las sociedades del mundo actual, puedo afirmar que las barbaries del oscurantismo medieval están ahora más vivas que nunca.

Lo que hoy se requiere para que logres la evolución y la plenitud es que tú, y todos los seres como tú, vuelvan a la luz, como sucediera en el Renacimiento italiano. Reinvéntense eliminando el egocentrismo y los odios, ideas limitantes, carencias, amarguras, celos, traiciones. Vuelvan a la luz universal que les espera.



CÓMO COMPRENDER EL ORIGEN Y LA EXISTENCIA DE LAS ENFERMEDADES

Las enfermedades que padeces tienen un trasfondo emocional o imperfecto que desemboca en padecimientos. Ahora, esto puede desaparecer, es posible sanar enfermedades al cambiar tus sentimientos imperfectos por perfectos, al cambiar una alimentación

ácida por una alcalina, al perdonar las situaciones y perdonar a tu cuerpo físico. Mientras te integres al Universo en amor y confianza total, no habrá reto evolutivo que no tenga una solución divina.

No puedes sanar tus enfermedades mientras tu campo vibratorio de resonancia emocional, energético, mental y alimentario esté alineado con la enfermedad. Al igual que los pensamientos y los sentimientos, las enfermedades tienen resonancias; para cambiarlas, es necesario trabajar siempre arduamente soltando todo lo que te conecte con la vibración de la enfermedad.

De no encontrar protagonismo en tus emociones, tus pensamientos, tus acciones, tu alimentación y tus actos, no sustentarías las enfermedades y los cuadros clínicos serían menos complejos. Jamás aceptes la enfermedad, es decir, atiéndela, sigue tu tratamiento médico, y mantén hábitos alimenticios y emocionales sanos; pero también, repítete constantemente:

**“Yo no acepto esta enfermedad,
pero sí acepto el aprendizaje oculto
en la situación.”**

Por incongruente que parezca, cuanto más espacio le otorgues a la enfermedad, cuanto más pienses en ella, cuanto más la mires y le temas, más la fortalecerás porque habrás aceptado ser sometido a ella y habrás aceptado que ella im-

ponga las condiciones y decida, por encima de ti, qué ritmo tendrá tu destino ante la situación.

No te muestres derrotista ante una enfermedad porque es tu derecho divino dirigir tu propia nave, que es tu cuerpo físico, el cual no tendrá más comandante que tú. Cuanto más te angusties por ella, más le permitirás formar parte de tu rutina diaria, tus procesos mentales, tus emociones. Cuanto más le temas, más posibilidades habrá de que sucumbas ante ella.

Si cambias tu alimentación, sanas tus relaciones, la que sostiene contigo y la que sostienes con los demás seres vivos. Después podrás sanar tu corazón, tu alma, tus pensamientos, tu régimen alimentario, y concentrarte en lo que es valioso de tu existencia ignorando la enfermedad (pero sin suspender el tratamiento que hayas elegido seguir junto con tu médico).

Con estos cambios, tus posibilidades de vencer a la enfermedad habrán aumentado en un 80% en casos no graves y en un 60% en los graves.

No asignes un papel de importancia al mal bajo ninguna de sus formas. En realidad, el objetivo de las enfermedades es ofrecerte una enseñanza que requieres para atreverte a sanar tus pensamientos y tu forma de vida, de modo que te valores. Busca despertar en ti lo mejor de tu propia divinidad pues, al ser tú y todos los seres una extensión de Dios desde su origen astral, cada uno es una minidivinidad