

Pintará los soles de su camino

Un libro para las Almas de l@s niñ@s,
que son, que fuimos, que serán



Cristina Romero Miralles



Reconocimiento-Sin obras derivadas 3.0 España

Usted es libre de:



copiar, distribuir y comunicar públicamente la obra

Bajo las condiciones siguientes:

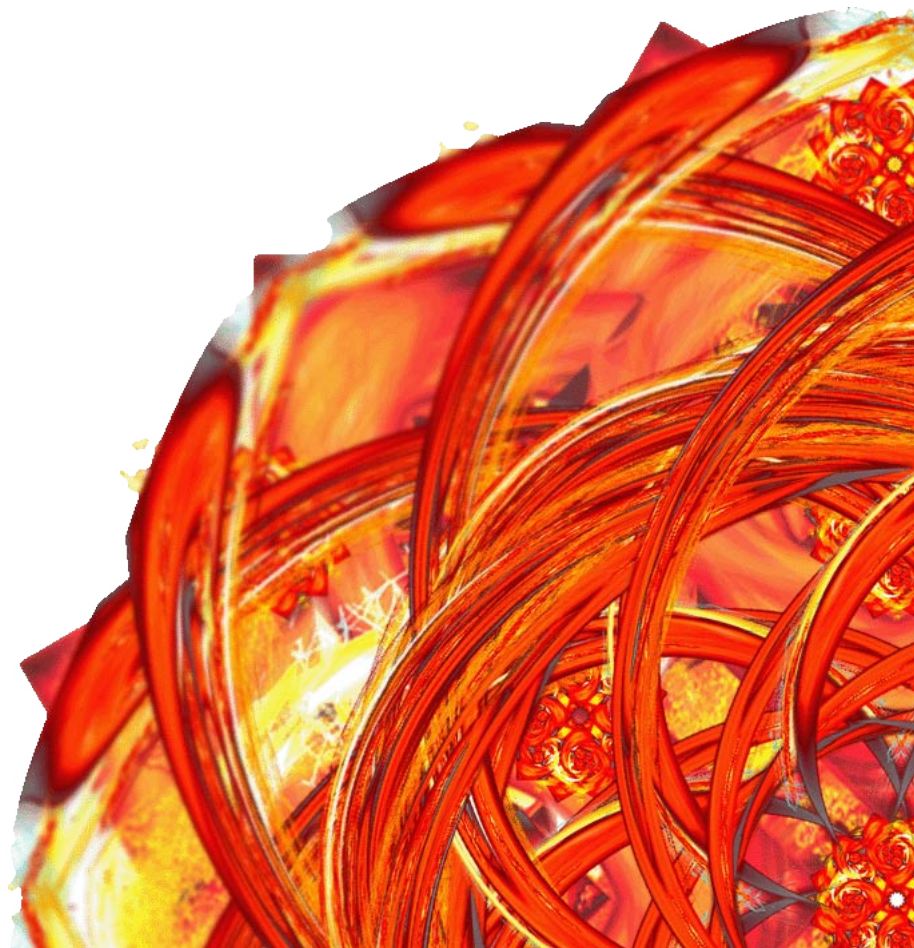


Reconocimiento — Debe reconocer los créditos de la obra de la manera especificada por el autor o el licenciadador (pero no de una manera que sugiera que tiene su apoyo o apoyan el uso que hace de su obra).



Sin obras derivadas — No se puede alterar, transformar o generar una obra derivada a partir de esta obra.

A mi padre, que pintó soles hermosos sin saberlo.



ÍNDICE

Agradecimientos

Prólogo de María Luisa Becerra

Unas palabras sobre este libro

Antes de seguir: Declaración de intenciones

Capítulo 1

Volver a casa: recuperar y Sanar a tu Niño Interior

Capítulo 2

¡Bienvenida, hermosa criatura!

Capítulo 3

Sobre el cuidado de unas alas

El sentido de la paternidad y la maternidad

El mejor regalo al llegar a casa: tu Presencia

Capítulo 4

Vuestro Viaje juntos: el Alma de la familia entera

La Pareja

Concepción y antes

Para cuando surgen dificultades en la concepción o en el transcurso del embarazo

En el vientre materno

Dar a Luz

Bebés: la fusión emocional-energética continúa

Niños

Los conflictos son aprendizajes (en la Escuela de la Vida)

Adolescentes

Adultos

Capítulo 5

La mujer que recupera su conexión y su fuerza

Los Círculos de Mujeres
Las Comadronas del Alma
Los Grupos de Ayuda Madre a Madre
Abrirse a la Ayuda

Capítulo 6

Otra manera de crecer es posible

La comparación
Los dibujos
La Escuela
La Escuela Libre
¿Quieres dar un paseo por una Escuela
en la que todo lo invade una corriente de bienestar?
La Escuela es la Vida: Educar en Familia
La importancia del pensamiento lateral

Capítulo 7

Confianza en la Vida

Su Confianza en ti
Su Confianza en sí mismo
Crianza para la Abundancia

Capítulo 8

Amor donde había miedos

Otros sentimientos
Obedeciendo al corazón: un medio cuento.
Sin portarse bien ni mal

Los castigos

Capítulo 9

Los niños curan el Alma de la Familia

Capítulo 10

Volar de vuelta el viaje hacia lo Sagrado

Tu visión de la vida, su visión de la vida
Como tu concibas a Dios, así lo mostrarás a tus hijos
La anécdota de mi visión de Dios

Capítulo 11

La Magia existe

Capítulo 12

Ungüentos para alas: recursos para tus hijos (y para toda la familia)

Capítulo 13

Palabras que cuidan y curan

Capítulo 14

Jugar con la existencia

Antes del gateo
Cuando aparece el apego
El juego simbólico
Algunas ideas más sobre los juegos de los niños

Capítulo 15

La Madre Naturaleza está en ti, está en todo

Los cinco elementos y los niños

Elemento madera
Elemento fuego
Elemento metal
Elemento tierra
Elemento agua
Los cuatro elementos
La ecología y los niños

Capítulo 16

Cuentos de Luz

Me invento para mi hijo esta tarde
una imagen de un pirata y un lobo libres
Visualizaciones: Paseos Virtuales por el Universo

Capítulo 17

La resiliencia: siempre es momento para el Amor

Carta a un hijo

El verdadero título del libro. "Pintará los soles de su camino"

La escritora

Te recomiendo consultar

Agradecimientos

Agradezco a la Vida que me permita vivir una pasión tan grande al escribir este libro, al Servicio de las Almas infantiles.

Agradezco profundamente a mis hijos Pau y Teo que me muestran tanto y tan claro el camino del Amor.

Agradezco a mi Amado Sergio su Amor y apoyo incondicional.

Agradezco a mi madre su visión apasionada de la Vida, su Amor y su gran confianza en mí.

Agradezco a mi adorada yaya Kuqui sus cuentos que tanto me alimentaban mientras comía.

Agradezco a mi primera maestra Carmen su cálido acogimiento a mis cuatro años.

Agradezco a mi Maestro de Yug-Do Antonio Iborra su acompañamiento en el Arte de la Vida.

Agradezco a Milagros que encontrara mis alas caídas y las animara a emprender el vuelo. Gracias Mila por Sanarme y por Sanar a las mujeres y a los hombres de mi familia.

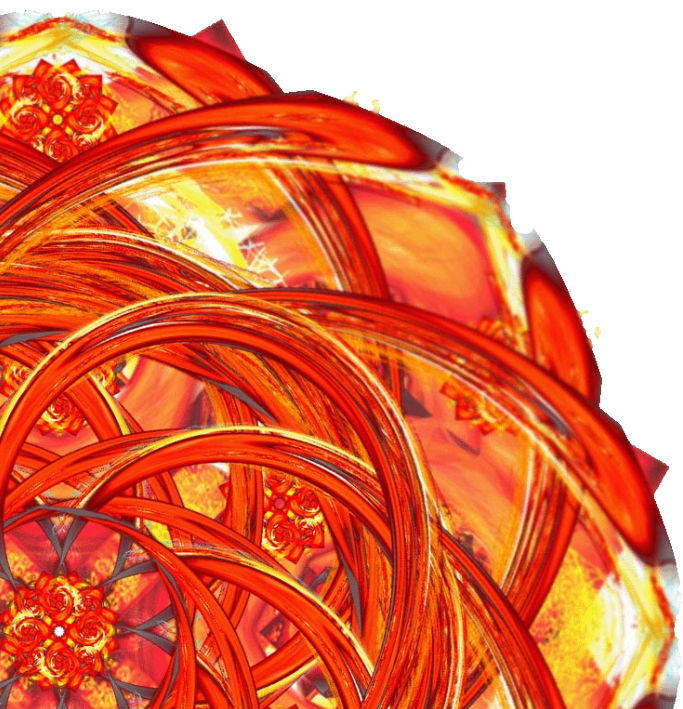
Agradezco a mi amiga del Alma Mónica Villamarín su acompañamiento y ayuda durante la concreción material de este sueño.

Agradezco a mi gran amiga Raquel Jaime que transitara el camino antes que yo, junto a su hijo Sergi, me lo mostrara y enriqueciera así el mío, el de mis hijos y el de tantos otros niños.

Gracias a Leonor por acogerme con sus manos y acercarlas a mi corazón dormido. Gracias a Montserrat Gascón por estar también detrás de esas manos.

Gracias a Maria Luisa Becerra por darnos tanto a mi y a Sergio.

Gracias a Laia y a Maria José de Moixaina, por cuidar tanto y tan bien del Alma de mi hijo Pau.



Gracias a Marisa Drago, una Mujer Sabia, por ayudarme a confiar en mí, por confiar en tantas mujeres y por dar una bienvenida tan amorosa a quienes acaban de nacer.

Agradezco a mi amigo César Caballud sus hermosos dibujos y que lográramos juntos hacer realidad el deseo de aquellos adolescentes que fuimos: crear juntos algo para niños, yo con mis ideas y César con sus ilustraciones. Ya hace diez años que hicimos nuestro primer trabajo juntos...

Gracias a Roger Peguera, Raquel, Mari Mar y Sergio que accedieron a dedicar su tiempo a la corrección y ampliación de este libro. Gracias a Empar que le acabó de sacar brillo.

Gracias a mis amigos Mari Mar y Ángel por darme una plataforma para saltar al mundo desde sus blogs: elblogalternativo.com y eldedoenlallaga.com. Agradezco su trabajo de Servicio al despertar de la humanidad.

Gracias a Manel y a Mercè por la imagen en Holosíntesis del sol de la portada; su luz me acompaña y acompaña a los lectores del libro.

Gracias a las escritoras para jóvenes María Gripe y a Gudrun Mebs pues en sus libros intuí una forma amorosa de cuidar la Infancia.

Agradezco los trabajos de Masaru Emoto. Agradezco las palabras que llegaron a mi Alma de A.S.Neill, Laura Gutman y Carlos González.

Gracias a Ramtha y a Abraham Hicks por su inspiración para este libro.

GRACIAS A MIS PROPIOS GUÍAS.

Y Gracias a ti que permites que tus hijos pinten los soles del color que más les gusta. A pesar de que tú pintas el tuyo de un hermoso amarillo.

Prólogo

Hace ya diez años de mi primer seminario del Proyecto Internacional de Autoestima para niños. Allí sucedió algo muy impactante para mí y fue el ver ante mis ojos cómo aquellos pequeñines de entre seis y diez años agradecieron alucinados el séptimo viaje del Proyecto, que es el encuentro con tu Espacio Sagrado. Un viaje de reconexión espiritual.

Cuando sus padres los venían a buscar no se querían ir y decían frases como:

– “Papá esta señora sí que me entiende.”

– “¿Me traerás todos los días a este colegio?”

Me quedó muy claro que los más pequeños quieren ser valorados por lo que son en esencia.

Hoy es para mí un inmenso placer honrar a una madre como Cristina que escribe un libro de educación familiar en donde la espiritualidad está integrada, porque así lo está en su vida. Una mujer que permite el verdadero sentido de la educación con sus hijos: “permitir que brote”. He vivido una dulce experiencia con ella, su compañero Sergio y otras parejas en una Escuela Libre en donde les daba un seminario. Ella es una mujer sabia, abierta, generosa y auténtica como así lo es su precioso libro.

María Luisa Becerra Marín

<http://www.marialuisabecerra.com>

Unas palabras sobre este libro

Me gustaría empezar por contaros cómo surgió este libro hace cosa de cuatro meses.

Cuando mi segundo hijo tenía tres meses, empecé a sentir la necesidad de escribir en un cuadernillo ideas que brotaban de mi interior.

Eran ideas sobre la infancia.

Pasé de escribir ideas sueltas, durante cualquier momento del día, a levantarme de la cama, tras una toma de pecho de mi hijo, a las cuatro de la mañana, o a las seis, o a horas muy tempranas... con la clara necesidad de escribir.

Escribía sin seguir un orden todas las ideas que iban naciendo. En un principio parecía algo sin forma, pero en el curso de unos meses se fue delimitando hasta tener la apariencia de un librito.

Paralelamente empecé a buscar fuentes de inspiración y consulta. Me interesaba saber qué había ya escrito sobre el Cuidado del Alma Infantil. Encontré pocos libros sobre Espiritualidad e Hijos dedicados a todos los niños y niñas, sin importar si eran Índigo, Cristal o Arco Iris. Los que encontré te los recomiendo al final de este libro.

Me descubrí escribiendo para todas las familias de todos los niños independientemente del color del campo energético o de la misión de cada Ser, pues necesitaba escribir sobre cómo aprender a Amar incondicionalmente y a respetar a todos los niños.

Este libro tiene una hermosa vibración, como también la tienen otros muchos libros, y me he sentido guiada amorosamente a escribir en él mucho más de lo que yo quería comunicar.

Nace para ser escuchado con los ojos del Alma, que se encuen-

tran cruzando un puente que va desde tu hemisferio derecho hasta tu corazón.

No nace para ser creído ni seguido.

En un primer momento me preocupaba escribir lo adecuado y no mezclar mis ideas limitadas y preconcebidas sobre la Educación o la Crianza, necesitaba dejar mi Ego bien a un ladito cuando correspondiera.

Busqué una piedra de calcita dorada para que me ayudara a discernir en el primer trecho del camino.

Pero pronto empecé a advertir, en el silencio de la casa, que en mis oídos algo “pitaba” mientras yo iba escribiendo. Como una especie de acúfenos...

En un principio no me di cuenta de su importancia. Luego recordé que ya de niña mi abuela me había transmitido que un pitido en el oído izquierdo era “no” y el pitido en el derecho era “sí”. Pues ella también los sentía a menudo.

Así que empecé jugando a reescribir una frase hasta que el “pitido” pasaba del oído izquierdo al derecho. Como si en mi interior tuviera una especie de péndulo...

Siento que algo más allá de mí me guía. Por eso me considero la escritora, mas no la autora. Sé que todos tenemos nuestros Guías. Los míos están a mi lado mientras escribo, como los tuyos lo están mientras tú te expresas. Me consta que mi virtud escribiendo es mi forma sencilla y accesible de escribir para todos. También guardo aún mucha conexión con mis primeros años de vida y eso me facilita la empatía con la Infancia. Mas quiero aclararte que no soy una madre que tenga superado todo lo que sugiere este libro.

El libro está aquí para que su primera lectora sea yo misma. Sus

palabras van dirigidas a mí, que tanto las necesitaba oír.

Dejo en tus manos qué hacer con lo que te estoy comunicando – que es a mi entender lo importante- independientemente del origen o procedencia de estas ideas.

He escrito durante cuatro apasionantes e intensos meses, tratando de no restar Presencia a ninguno de mis hijos, gracias a levantarme más temprano y gracias a la ayuda de mi compañero Sergio.

Este libro es posible también gracias a Mónica Villamarín, mi mejor amiga y a la vez, Coach para el Alma (www.TuYaEresFeliz.com).

Ella me ha resuelto tantas cosas... Entre otras, la parte técnica y de diseño, así como el apoyo casi diario durante estos meses.

También ha sido increíble poder trabajar junto a César Caballud, (www.eclecticboxblog.blogspot.com), un viejo gran amigo y a su vez, ilustrador maravilloso...

La Vida no tiene casualidades y es tan asombrosa...

La imagen del sol de la portada contiene, gracias a su creador J. M Muñoz, una Holosíntesis llamada sol (www.holosíntesis.com) en sintonía con el título del libro.

Somos muchos pues los que hacemos posible este trabajo, que es mucho más que un libro.

Es un libro terapéutico, es una oportunidad, un billete, una escalera o un portal... El libro está aquí, disponible para ti. Está en ti el potencial para aprovecharlo, quizás ahora es tu momento.

El libro cambia a medida que cambias tú y cambio yo, así que yo misma descubro cosas nuevas en él cada vez que me acerco.

Te animo a que lo leas y puede que te sirva de catapulta hacia un lugar maravilloso, en el que quizás las cosas no son como creías antes y te puedes permitir crearlas como tú quieras.

Te invito a contemplar juntos el universo de los niños. Para que luego tú decidas, desde la Conciencia, de qué modo acompañarles.

Escribo para animarte a cocinar una sopa. Yo te cuento en el libro algunos de los infinitos ingredientes posibles, pero sólo tú cocinarás la mejor sopa, con tus propios ingredientes y cada día diferente. Confía en tu Saber interior. Tus hijos te eligieron a ti y a tu cocina.

Las ideas preconcebidas o precocinadas llevan a lugares ya conocidos.

¿Te animas a crear una sopa única y diferente? La sopa que más nutra el Alma de tu hijo.

Una vez hayas leído este libro, tan sólo ábrete a tu propio Saber.

ANTES DE SEGUIR: Declaración de intenciones

Este libro concibe la Vida en relación a la Ley de Atracción, pero también te habla de otros principios o ideas sobre el Universo del que tú y yo formamos parte.

Es posible que desconozcas la Ley de Atracción, este libro hace continuas referencias a ella, aunque no te la explica directamente, por considerar que otros lo han hecho estupendamente ya. Tan sólo unas palabras para situarte desde el principio:

- Vivimos la realidad que hemos atraído, consciente o inconscientemente. Tenemos un gran poder y una gran responsabilidad en todo lo que somos, hacemos y tenemos.

- No existen las casualidades y sí las sincronicidades.

Si tras la lectura de este libro necesitas profundizar más sobre

estas ideas, encontrarás abundante material en la red, en una librería o ¡la Vida te lo pondrá delante si tú lo atraes!

El libro puede parecer destinado a transformar a tus hijos, pero quiero aclararte que ese no es el viaje al que te invita. Su potencial a transformar, su destino, eres tú mismo/a.

También decirte que en este libro se tratará directamente la Espiritualidad, tu concepción de lo Sagrado o Divino.

Aviso desde el principio para que ambos nos sintamos cómodos en este viaje, si decides realizarlo.



Capítulo 1

Volver a casa: recuperar y Sanar a tu Niño Interior

Un día te despiertas siendo padre o madre. Has vivido una vida alejada de tus deseos y anhelos verdaderos y ahora tu hijo te pide que satisfagas los suyos.

La tendencia a resistirte y evitar actuar de acuerdo a sus demandas es muy fuerte. La Sociedad te presiona para que sigas las costumbres... Tus familiares te recuerdan lo que debes hacer con tu hijo: lo mismo que hicieron un día ellos contigo.

Todos te animan a mostrarle a tu hijo que “las cosas no son lo que él o ella pida”.

Más algo en tu interior te guía a desobedecer indicaciones ajenas...

A Escucharte al fin.

A arriesgarlo todo en esta Vida al apostar por la crianza desde el corazón, satisfaciendo las demandas de esa criatura que ya Amas y a la que empiezas a conocer.

Te da respeto equivocarte, pero lo prefieres a seguir acallándote y acallar ahora a tu hijo.

Quien te guía a Escuchar a ese niño o niña que llevas en brazos es tu Niño Interior.

Lo olvidaste, pero sigue en ti.

Es esa parte de ti que llegó a esta hermosa Tierra profundamente conectada con su fuero interno.

Es ese sabio mamífero que de tanto pedir sin obtener respuesta que lo auparan, que le dieran el pecho tanto como necesitara, creyó que no lo merecía. Ese que a fuerza de llorar y hasta gritar lo que sentía sin ser escuchado, un día, dejó de hablarte.

Ahora tienes un bebé en brazos y con él, la oportunidad de SANAR a tu Niño Interior.

Si encuentras el Valor suficiente para Escucharle, se abrirá una puerta a otra dimensión...

Desde esa nueva visión comprenderás que el dolor, el sufrimiento de la Humanidad entera, es el mismo que vive y reproduce cada niño humano.

Comprenderás –lejos de juicios- que tus padres obraron contigo lo mejor que supieron en su momento. Seguramente guiados por los mismos pasos de sus propios padres...

La cadena de sufrimientos es tan larga que puedes estar tentado/a a salir huyendo...

Son muchos los que huyeron antes que tú.

Pero si te quedas, si decides no huir de ese bebé que te reclama, tendrás ante ti la posibilidad de Sanarte y contigo a la Humanidad entera.

Si permaneces atenta/o a ese bebé y a sus necesidades, puede que conectes con aquel bebé que fuiste un día y no se sintió ma-

ternado, sostenido, abrazado, aupado lo suficiente...

Puede que para Sanar a esa Niña o Niño Interior que aún eres necesites dejar que brote un enfado antiguo, ancestral...

Un enfado que te permita tomar distancia de lo que tus padres hicieron contigo. Esa distancia será necesaria para que puedas crear tu propia relación con tu hijo.

Mas de nuevo, tu hijo te acercará a tus propios padres... Y a través de su AMOR por los abuelos, tú también te permitirás hacer las paces con ellos.

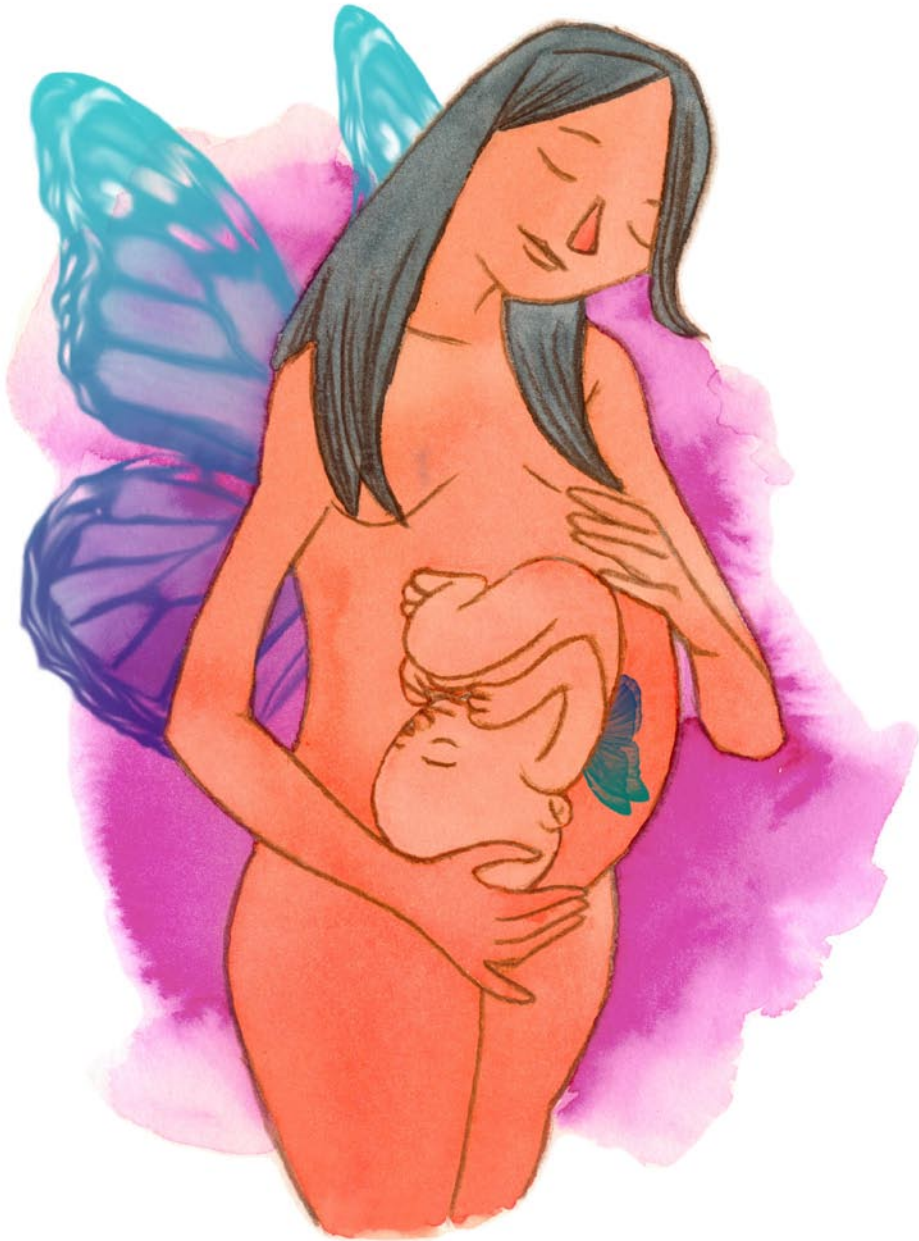
Desde el Perdón a tus propios padres nacerá la paz en ti y después la paz de la Tierra y del Universo entero.

La Paz volverá a tu Niño Interior y reescribirá la felicidad para el adulto o la adulta que ahora eres.

Desde esa Paz de espíritu volverás a casa...

A la casa que representa tu casa de la infancia, donde podrás comprender y abrazar a tu madre y a tu padre de aquellos años de tu vida.

“Volver a casa” también representa volver al lugar del cual procedes, a tu verdadero origen divino y Sagrado...



Capítulo 2 ¡Bienvenida, hermosa criatura!

(Unas palabras que susurraría al
Ser que crece en tu vientre)

Cuando naces, hermosa criatura, llevas en ti un gran poder para ser feliz en esta Tierra. Vienes repleta de potencialidades y virtudes.

Eres única. Como todas las demás lo son.

La existencia te necesita para experimentarse en una creación continua. Pues toda tu vida es un acto creativo.

La creatividad es tu herencia divina. Es una actitud, un enfoque interior que llevas guardado en ti. Aprovéchala.

El camino ante tus pies es desconocido, pero te llevará donde de-sees. Camina dominada por tus sueños. Puedes ser todo lo que

desees ser, hacer o tener.

Cierra a menudo tus ojos y mira desde tu corazón. Él es tu guía. Requerirás valor. Pues es aparentemente más sencillo seguir caminos ya trazados y acallar ese impulso interior que te llevaría a caminos salvajes.

Camina tu propio camino.

Siempre vienes con tus alas, tu conexión, tus antenas muy fuertes. Pero a veces ocurre que los que te rodean han perdido gran parte de su contacto con la Divinidad. Olvidaron de dónde vienen, quiénes son, y caminan sin saber por qué. Ellos pueden ir recortando poco a poco tus alitas hasta que encajas en el sistema. Como quizás pasó con tus papás y familiares antes.

Te dije que necesitarás valor. Pero lo tienes.

No se trata de luchar. Tampoco se trata de evitar obstáculos. Pasa por ellos, afronta los retos y crece.

Crece en Amor a ti y a todo lo que te rodea, pues sois Uno.

Desde que llegues a este planeta hermoso, observa atenta lo que te rodea y no dejes de sentir todo el Amor que fluye permanentemente hacia ti.

Escucha receptiva y construye tus pensamientos, tus decisiones, tus actitudes... Recuerda siempre que es a través de ellos que creas tu realidad.

Puede que muy pronto alguien quiera guiarte en tus deseos o quiera alejarte de ellos. Es posible que incluso sean seres que amas quienes intentan presionarte. Pero por siempre conservarás en tu interior un instinto de protesta o un sentido de desequilibrio cada vez que otro trate de impedir que crees tu Vida.

Eres libre y siempre lo serás para tomar tus propias decisiones.

Tampoco permitas que otros traten de crear tu realidad. Porque

aunque es imposible que lo consigan, puede ser que interfieran en lo que tú realmente deseas, o en tu confianza en lograrlo. En cuyo caso seguirás creando, por defecto, tu propia realidad aunque no seas consciente de ello.

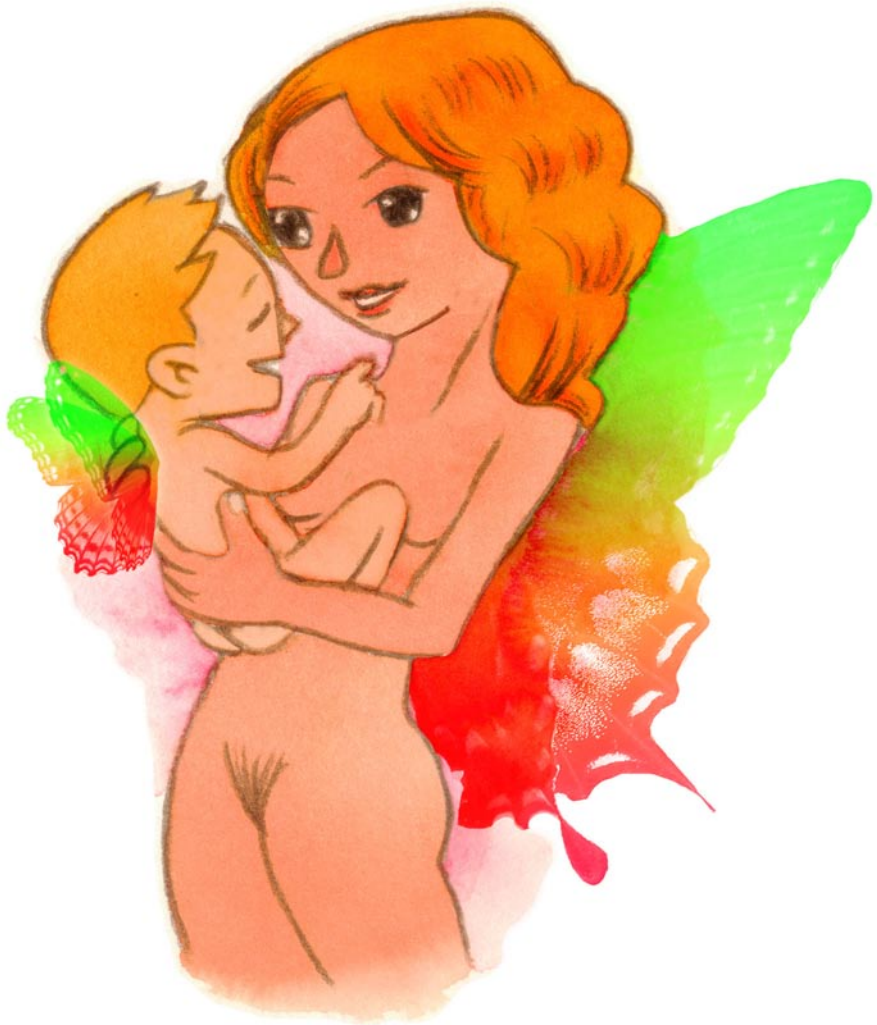
Es posible que llegue el día en que dejes de ser consciente del poder que tienes para crear tu Vida, pero no por ello dejarás de crearla.

Es posible que trates de evitar conflictos y cedas aparentemente tu poder. Pero es imposible que otros creen tu realidad. La responsabilidad seguirá siendo tuya aunque envuelta de pensamientos limitantes, que atraerán una realidad limitada.

Pero tranquila, pues cada momento de tu vida será un momento perfecto para dejar atrás cualquier pensamiento que limite tu alegría, que te impida Amarte o Amar plenamente y que te impida lograr tus sueños.

Y más allá de lograr todo lo que deseas ser, hacer o tener, recuerda simplemente que puedes (serlo, hacerlo o tenerlo). Recuerda tu poder divino y que viniste para vivir la alegría y ser infinitamente feliz.

¡Bienvenida hermosa criatura! ¡Que crees un dichoso viaje!



Capítulo 3

Sobre el cuidado de unas alas

Actualmente nuestra Sociedad y las criaturas que habitan en ella, tienen una realidad muy alejada de una crianza respetuosa y guiada por el corazón de cada madre o padre.

Pero si una manera diferente de crecer y materner es posible, ¿por qué nos la estamos perdiendo?

Este saber sigue guardado en nuestro ADN pero mezclado con miedos, resistencias, desconfianza... Con memorias que nos limitan lanzarnos a la felicidad y permitir el acceso al bienestar continuo.

Cada vez que nace un hermoso ser, algo nos impulsa como madres y padres a querer su felicidad. Pero a veces creemos saber donde ésta se encuentra, e incluso creemos que depende en gran medida de que recorte esas alitas hermosas que traía y aprenda a vivir exactamente como lo hace el resto y por tanto sin conflictos con el resto.

Pero no es posible vivir contentando a todos y además se llenará de conflictos para consigo.

Desde bien chiquito le vamos mostrando las tijeras y no sólo damos algún tijeretazo, sino que permitimos que sean otros los que recorten a nuestro hijo.

Y esa criatura es posible que un día tome también las tijeras con sus manitas.

Esto se convierte así en una gran cadena de recortadores, que a su vez fueron recortados.

¿Qué son esas alas?

Las alas son su conexión con La Fuente, con su propio Ser Superior.

¿Y qué es recortar alas?

Es recortar alas cuando un bebé expresa que necesita que lo aúpen, como mamífero que es, y lo dejamos llorar para que no se “malcríe”.

Ese bebé aprende tempranamente que sus deseos no son importantes, que él mismo no es importante. Y es posible que vaya abandonando poco a poco su fuerza e incluso que deje de mirar desde el corazón.

Es recortar las alas de un niño o una niña si pide que necesita mover su cuerpo y le decimos que siga sentado en la silla de su Escuela una hora más. Ese niño aún conoce sus necesidades y al negárselas es posible que aprenda a alienarse de ellas.

Negamos sistemáticamente los deseos infantiles para que encajen adecuadamente en un sistema.

Logramos que se desconecten de ellos mismos y de La Fuente.

Y un día se despiertan siendo adultos alejados de sus pasiones, sus sueños y su felicidad.

Entonces el sistema les provee de satisfacciones o sucedáneos para acallar falsas necesidades.

La Vida trae criaturas al mundo que sí vienen con manual de ins-

trucciones. Lo que pasa es que viene escrito en su lengua y son ellas las que nos lo pueden interpretar.

Necesitamos Escucha y Respeto como adultos, dejando de lado rigideces e ideas preconcebidas sobre cómo son las cosas o lo que necesita un bebé o un niño.

Podemos deshacernos con Amor de las tijeras que nos hemos ido entregando de generación en generación. Y transformarlas en un maravilloso y mágico ungüento que cuide de todas y cada una de nuestras alas. Pero ese frasquito, a diferencia de otros, pide intrínsecamente estar al alcance del propio niño o niña desde muy temprana edad.

Creo que empiezas a ver a lo que te estoy invitando... A lo que te invita la Vida misma...

Veamos y trabajemos por un mundo nuevo a través de madres y padres que dotan de recursos a sus hijos, para que desde pequeños aprendan a preservarse y potenciarse a ellos mismos, sin perder su conexión con La Fuente.

¿Y si permites a tus hijos la libertad de dejarse sentir y escuchar su fuero interno? ¿Y si permitiéramos y apoyáramos su maravillosa imaginación?

¿Y si les permitimos ser felices, lo más alejados posible de trabas sociales o morales que los limiten?

¿Y si potenciáramos que sigan en contacto con sus anhelos y sueños?

¿Y si les permitiéramos vivir cada elección en consonancia con sus pasiones?

Date cuenta de tu realidad como madre o padre.

Escucha a tu corazón. Aléjate ahora de la mente que todo lo clasifica, valora y enjuicia.

¿Qué dice tú corazón al visualizarte en tu relación con tus hijos?

Puede que te sientas hondamente satisfecho/a y no necesites usar la invitación.

Pero en el caso de que quieras cambiar tu realidad, ya sabes que puedes. Tan sólo es cosa tuya.

¿Necesitas Valor, Confianza y Amor? Dentro de ti hay mucho más que suficiente...

Permite que tu corazón se abra y te guíe.

Me dices que no vivís solos con vuestro hijo, que existen muchos condicionantes externos.

A veces se limita a los hijos por el que dirá la Sociedad, o los parientes... Anteponemos entonces cuidar la imagen que mostramos al exterior, en vez de cuidar del Alma de nuestro hijo.

Pero el precio de esas alas sacrificadas, en favor de pretender quedar bien con otros adultos, sean extraños, amigos o familiares, es alejarte de tu hijo un pasito. Y seguramente alejarlo también otro pasito de sí mismo...

Ante una situación frágil en la que sintamos la presión de unos ojos que juzgan, escuchemos internamente la imagen que llevamos en nuestro corazón.

Se me ocurre el ejemplo con la ropa... A los niños les gusta elegir los colores, los tejidos, los dibujos y las palabras que les potencian, y son capaces de ello desde muy temprana edad. Pero pensamos en el qué dirán los demás si no escogen ir como nosotros creemos que es ir conjuntado... O si va disfrazado cuando no es carnaval...

Me gusta que los niños tengan ropa a su alcance que les permita decidir cómo quieren mostrarse o sentirse a sí mismos en cada

momento. De adultos estamos tan desconectados que solemos guiarnos por modas o por lo que otros indiquen sobre nosotros mismos. Pero los niños conservan una sabiduría que algunos adultos perdimos.

También luchamos con ellos para que se abriguen o vistan cuando ellos no sienten frío. Desconfiamos de que serán capaces de hacerlo cuando lo sientan por ellos mismos. Preferimos obligarlos a ponerse la chaqueta dentro de casa y bajar el ascensor con bufanda y todo, aunque nos cueste un disgusto. ¿No será mejor que cuando llegue a la calle observe si hace tanto frío como ayer y decida?

Otro ejemplo: a veces tu hijo no quiere dar besos al despedirse de alguien. Porque le desagrada profundamente, o porque simplemente no siente ganas de ese beso. Pero los adultos chantajean y obligan a los niños a traicionarse a sí mismos. Muchas veces he apoyado a mi hijo con frases del tipo “¡juy!, no te lo tomes como algo personal, últimamente no tiene ganas de dar besos”.

Es importante que un niño pueda elegir lo máximo posible en las cosas que le afectan a él.

No hablo de darles una responsabilidad que no les corresponde. Más bien de que permitamos que recuperen el poder que sí les corresponde.

Se trata de recordar que son ellos los que están creando su vida, aunque por el momento, necesitan una guía desde el corazón de sus padres.

Pero atentos: un bebé no puede decidir según qué cosas que un niño de dos años ya sí.

Y a su vez cada niño es diferente aunque tenga una edad determinada.

Borra ideas preconcebidas de la educación y la crianza, incluídas las que te sugiera este libro y siéntete un principiante que trata de ajustarse a la realidad de cada momento.

Hablo de escuchar dónde están los márgenes –en este aquí y ahora– para tu familia.

Observa, desde tu corazón, en qué situación os encontráis a cada momento.

Flexibilidad cuando corresponda.

También firmeza cuando corresponda.

Lo mismo para las normas de tu casa o tu familia. Revisadlas a menudo. Revisadlas juntos a menudo. Tienen que servir para que seáis felices.

Hay quien desconfía del saber de sus hijos e intenta educarlos y dirigirlos a cada momento. Entonces necesita confiar y permitir...

Hay quien permite a sus hijos cualquier cosa, como dañar o no respetar lo que es importante para otros. Entonces necesita aprender a decir NO y a no permitirles todo...

Se trata de sintonizar el Alma de la familia. Y la clave no la tengo yo, la tienen todos y cada uno de los miembros de esa familia. Cuando se escuchan.

Escucha a tu corazón, escucha a tu hijo y verás que muchas veces dicen lo mismo. Entonces, aunque tu mente te diga lo contrario, hazles caso a ambos y permítete la posibilidad de equivocarte tú y de que se equivoque él.

Podemos ser fuertes frente a los comentarios del exterior si sabemos que estamos en sintonía con nuestra Alma y la de nuestros hijos. También podemos encontrar a otras personas que nos ayuden por resonancia o afinidad a seguir por el camino del Amor Incondicional.

Y entonces alguien pregunta por la disciplina y los límites “necesarios” y yo les digo que siguen sin ser necesarias las tijeras. Es dentro del propio acompañamiento con Amor y Confianza mutua que los niños se autorregulan y son capaces de ceder por el otro en un juego de equilibrios perfecto, como tan bien explica A. S. Neill (ver capítulo final de recomendaciones).

Una madre puede sentirse violenta si permite que su hijo la trate de determinada manera que le disgusta. Entonces se hace necesario decirle al hijo que no siga. La madre transmite al hijo dónde está el límite de ella. Es importante que su hijo sepa que no puede seguir. Y es importante que esa madre se respete a sí misma. Y sea lo suficientemente clara y firme al poner ese límite.

La libertad del hijo no está por encima de la libertad de los otros seres que le rodean.

El sentido de la paternidad y la maternidad

Tus hijos no son tuyos, son suyos (de ellos mismos) y no te pertenecen. Actúan por Amor a ti y a la familia...

No te deben nada.

Ellos mismos devolverán a sus hijos todo lo que recibieron aumentado. Como tú hiciste.

Siéntete agradecido/a por poder acompañarles en el camino. Son grandes Maestros para ti. Te recordarán viejas cosas que olvidaste y tu Alma necesitaba recordar.

Con tu acompañamiento les muestras una forma de vivir la Vida. Sólo una forma entre las tantas que encontrarán en el camino. Pero

es una forma que tomarán muy en cuenta a la hora de formar la suya.

Les mostrarás la suma de pensamientos y actitudes que eres, para que ellos elijan las tuyas.

Muéstrales tu manera de vivir tu propia dicha y plenitud. Permite que tus hijos encuentren la suya propia.

Tú eres la suma de mucha sabiduría que te ha llevado a ser exactamente como eres.

Eres justo lo que tus hijos han elegido para acompañarles en su infancia.

Intenta ser tú mismo/a. Eres como eres. Eres exactamente lo que tus hijos necesitan.

Muéstrales con tu día a día, en cada momento, que eres un Ser único y tienes tu propia forma de ver y hacer las cosas y que otros tienen la suya. Igual que tus hijos tienen la suya. Cuéntales que tú vives o “estás aprendiendo a vivir” en plenitud según tu Alma y a Amarte en cualquier circunstancia.

Descúbrete con franqueza, puede ser que tengas la idea de no ser “perfecto” en el día a día. Pero eso también ayudará en el camino a tus hijos.

No te escondas. Eres como eres, y no eres perfecto según tus limitadas creencias. Pero tu Ser Interno Sabe que simplemente Eres. No es necesario nada más. La imperfección es una idea desajustada sobre ti mismo/a.

Muéstrales que las resistencias, tuyas o tuyas, ante lo que ocurre en el día a día son una desconexión consigo mismos y con La Fuente.

La lucha no es el camino con más luz, lo es aceptar y celebrar lo que acontece. Y es una gran habilidad el encontrar la enseñanza

ante una adversidad. O el saber darle la vuelta con pensamientos creativos y positivos.

Muéstrales que una actitud negativa lleva a materializar en la Vida lo que no deseamos atraer, mientras que una actitud positiva lleva a materializar en la Vida lo que deseamos atraer.

Ayúdales a observar las falsas necesidades, aquellas que surgen de su desconexión contigo, consigo mismos y con La Fuente.

Muéstrales que frente al juicio sobre algo o alguien, el camino con más luz es el estudio, el intento de comprender y el abrirse a pensamientos distintos a los que ya teníamos.

Ayúdales a alcanzar una mayor apertura con lo que Es. Y a encontrar la belleza allí donde vayan. Cuando les muestres una obra de la Naturaleza (un árbol, una flor, una mariposa, un río...) trata de dejar los adjetivos bien alejados. Permíteles acercarse a lo que las cosas son, sin juicios de valor incluso por muy positivos que sean. Lo mismo con las personas, los lugares...

Te darás cuenta de que, aunque son más pequeños en el plano de lo material, en muchas cosas son más sabios y traen mensajes para ti que olvidaste. Si te abres con Escucha y Receptividad a la maternidad o a la paternidad, se elevará, se ampliará tu Conciencia.

Te eligieron como compañero en este viaje, al menos durante unos años hermosos de su Vida, aprovéchalos para crecer a su lado tú también.

La crianza es una gran oportunidad que te da la Vida para que crezcas tú, mientras parece que sólo crecen tus hijos.

El mejor regalo al llegar a casa: tu Presencia

El mejor regalo para tus hijos en cualquier circunstancia es tu Presencia.

Es lo que les nutre realmente el Alma y en ocasiones es lo que más nos cuesta darles.

Es muy importante para nuestros hijos que les dediquemos tiempo de calidad. Pero tras este concepto existen diversidad de formas de entenderlo. Y no se trata de alimentarlos con miguitas (aunque también sobreviven) pudiendo ofrecerles la barra entera del mejor pan.

Cuando tú eres capaz de dedicarles ese estar Presente, crecen satisfechos, “bien nutridos”.

Tiempo de calidad es tiempo en el que estamos verdaderamente disponibles para ellos. Tiempo donde responder a lo que de verdad necesitan ellos de nosotros.

Son grandes Maestros para mostrarnos la importancia de estar presentes. Nos ayudan mejor que un Maestro Zen. Reclaman atención verdadera, de esa que ya casi hemos dejado de regalarnos los adultos... Agradecen y se nutren de ese tiempo en el que somos capaces de dejarlo todo (no nos colgamos al teléfono, o leemos distraídos mientras nos cuenta algo, o pensamos en la reunión de ayer o la de mañana...). Dejamos TODO por pasar un momento de verdadero encuentro.

El tiempo total no es lo importante, sino más bien el real reencontro, la disponibilidad y la mirada sostenida de Ser a Ser. Aunque sólo sea un rato pequeño al día.

En aquello que ponemos nuestra atención, ponemos nuestra energía. Podemos estar junto a nuestros hijos pero con la aten-

ción, los pensamientos, puestos en otra historia mental ajena al presente del aquí y ahora con ellos. Nuestros hijos se nutren energéticamente de nuestra atención, pues en ella está nuestra energía.

Cuando nos cansamos tanto a su lado, tiene más que ver con no estar verdaderamente presentes, que con la experiencia de estar junto a ellos.

Nos agotamos por querer hacer de todo menos lo que de veras no toca en ese instante. El aquí y ahora con nuestros hijos tiene un gran e infinito potencial de energía. La energía inagotable del Amor. Al entregarnos al instante, con Presencia, sin resistencias, no sólo notamos que no nos debilitamos, sino que nos recargamos y encontramos fuerzas donde antes no las había.

Vibrar al unísono con nuestros hijos es un reto real y accesible, que implica acercarnos nosotros a ellos. Simbólicamente, agachar nuestro cuerpo hasta su altura, hasta que nuestro par de ojos esté a la altura de su par de ojos. Hasta que miremos de nuevo la Vida conectados con nuestro propio Niño Interior.

Acoplar nuestras energías, formar UNO con ellos, con la existencia.

El Amor por los hijos nos abre una puerta hacia la unión con el otro, que es diferente a mi y a su vez es parte de mi.

Para cuando notes que tu vibración no coincide con la de tu hijo o, mejor dicho, cuando observes en el espejo que es tu hijo que no estás vibrando en la frecuencia de Amor, búscate algún recurso para recuperar vuestra conexión. Conexión con uno mismo, entre vosotros, con la Naturaleza, con la Fuente.

A veces sirve observar tu pulso y el de tu hijo, hasta que se acoplan y coinciden. A veces sirve darse un bañito juntos, o realizar

un masaje... A veces sólo cerrar los ojos para escuchar la voz de tu hijo al hablarte. A veces lo que más sirve es anular todo en la lista de cosas por hacer y pararse simplemente a disfrutar de ese niño, que sólo es así en este aquí y ahora.

Tan sólo por si lo olvidaste, recuerda la importancia de la Mirada que encuentra otra Mirada, el Abrazo que se da desde el Corazón y en el que participa todo el Cuerpo y no sólo los Brazos, los Besos que son una pequeña explosión de Amor en el Cuerpo del otro, el Masaje, los Mimos, la Risa, las Sorpresas, el Baile, el Juego, Cantar, Cocinar un pastel, Contar un cuento de Luz, Bañarse juntos en el mar, ir de Excursión para reconectar con la Madre Tierra...

Pero sobre todo olvida tus ideas sobre lo que quieres hacer para dedicar atención y afecto a tus hijos en favor de las ideas que te reclaman y necesitan ellos.

Presencia y disponibilidad para hacer lo que tus hijos te piden durante un rato al día, aunque eso signifique quedarte en casa y anular ese plan fantástico que tú tenías para pasar la tarde juntos.

Por ejemplo: después de salir a pasear con tu bebé en carrito, quizás llegas a casa y reclama tu atención... Tú "ya tienes que" hacer la cena y tu hijo se muestra tan demandante... Pero es que para el bebé salir a dar un hermoso paseo no es encontrarse con mamá. Durante el trayecto a penas se ha nutrido de tu energía. Más bien te ha echado de menos. Quizás si otro día lo llevas aúpa, o bien pegado a ti en un pañuelo porta bebés y le vas mostrando lo que encontráis en el camino, o le cantas una canción, quizás así sí te sienta a su lado y sí se nutra de la experiencia. Eso será haberle regalado tu Presencia.

Tampoco es regalarle presencia ir al parque y que tu hijo juegue solo mientras estás sentado hablando con otro adulto. Cuando juegas un rato con él o ella sí que lo es.

Para unos niños ir de compras a un Centro Comercial, a parte de poder resultar muy desgastante a nivel energético, con tanto estímulo y tantas energías congregadas, tampoco es nutrirse de tu atención... A menos que realmente compartas la experiencia con ellos.

Observo a menudo, en estos lugares, niños atados en carritos, con algún contentamiento momentáneo en las manos, profundamente agobiados de tanta gente, tanto estímulo y tan poca Presencia de mamá y papá.

La energía de grandes y chicos baja fácilmente después de unas horas dando vueltas y entonces empiezan los llantos y las llamadas "rabetas". Crecen de pronto las demandas de azúcares, harinas refinadas y objetos de consumo...

Es preferible acudir a esos lugares sin hijos cuando no vamos a poder estar por ellos. Y si vamos juntos, mejor con un plan específico en el que los deseos infantiles quepan, muy arropados de Presencia.

Los abuelos suelen tener más facilidad para estar presentes con sus nietos. Es posible que no logran estarlo con sus hijos, pero ahora disponen de más paz y saben lo que es realmente importante en sus vidas.

Pero no se trata de pasarse el día por y para tus hijos descuidando tus necesidades o anhelos. Porque puedes pasar el día físicamente a su lado sin estar presente y disponible a nivel emocional o energético ni un solo segundo.

Puedes estar junto a tu hijo y que te invada a su lado una gran

resistencia, una gran frustración y hasta ira.

Cuando como madre vives con culpa el ocuparte de tus propias necesidades y por ello no las satisfaces, te estás perdiendo un alimento que tu Ser necesita para luego poder atender las necesidades de tus hijos.

Los niños prefieren padres que se nutren de sus propias pasiones y cuidan de sí mismos y que cuando se acercan a ellos pueden vivir su compañía plenamente.

La Presencia es mirada, contacto, escucha activa, empatía y a su vez conexión con uno mismo y con La Fuente.

Nos cuesta tener Presencia cuando nos resistimos a lo que Es.

A menudo nos resistimos a aceptar cómo los otros o nosotros mismos somos o cómo vienen y son las cosas en nuestra Vida.

Cuando liberamos esas resistencias, empezamos a sentir el placer que estaba tras lo que simplemente Es.

Aprendamos a ver que más allá de este aquí y ahora no tenemos nada, disfrutemos de la Vida que nos regala tesoros en cualquier parte.

Recuerda que no hace falta que te desplaces a un lejano lugar a realizar un costoso seminario: nuestros hijos son grandes Maestros del olvidado arte de vivir en Presente.



Capítulo 4 Vuestro Viaje juntos: el Alma de la familia entera

Adentrarse en el Alma de la Familia entera es una oportunidad para conocer y amar aspectos de ti mismo/a.

A través de vuestro recorrido juntos por la Escuela de la Vida, tienes ante ti la oportunidad de conocerte mejor y quererte más.

Tu familia es un reflejo de ti, la has creado tú...

Cada uno de los Seres que habitan tu familia son expresiones del Ser que eres tú mismo. Cada uno de tus hijos muestra partes de ti.

Algunas veces, a través de la expresión del Ser que es tu hijo, verás cosas que amas de ti mismo y a veces verás cosas en él que niegas en ti, pero también están ahí y forman parte de tu Ser.

Cuando tienes varios hijos existe una clara tendencia a polarizar y proyectar en uno lo que te agrada en ti y en el o la otra lo que te

desagrada y niegas profundamente en ti.

Es posible que digas que uno se parece a ti (ese te muestra lo que tienes en la luz de ti) y otro se parece a tu pareja (este último te muestra aspectos que todavía no reconoces en ti, que tienes en sombra).

Cada uno de tus hijos es una manifestación del UNO que conforma la familia entera.

Del mismo modo ocurre con tu pareja. Todo lo que amas y lo que rechazas en ella forma parte de ti también.

Pues nada de lo que ves dejas de ser tú.

Tus hijos y tu pareja son espejos a través de los cuales miras tu Inconsciente para poder Sanarlo. ¿Cómo? A través del Perdón y el Amor hacia ellos, hacia ti mismo.

Cada vez que uno de los miembros se coloca en el “yo”, la familia registra una tensión. Esa tensión se reequilibra con la entrega de otro miembro.

Cuando la familia conecta con el UNO que conforman todos unidos, se disuelven las resistencias. Al conectar con algo que va más allá del YO de cada cual y darse cuenta de que cada uno es una estrella de una constelación mayor, empieza a entenderse el valor de la entrega y el cuidado de los otros. Cada uno sabe que forma parte de algo mayor, donde lo colectivo no deja de ser una expresión ampliada de sí mismo, donde ceder por el otro es también hacerlo por uno mismo, pues se sabe que en el juego de equilibrios de la familia, ese invertir ahora en ti es a la vez invertir en mí.

Pronto la idea de familia se amplía y expande; más allá de los parientes directos tu hijo va incluyendo rápidamente a otros seres queridos.

Se da cuenta un día de que en realidad la humanidad entera es su familia... Parece una idea romántica y en realidad encierra una gran verdad. ¿Acaso a lo largo del tiempo no nos hemos ido mezclando y combinando hasta darnos cuenta que tras tus ojos y los míos seguramente compartimos parientes?

La Pareja

Existe un consentimiento mutuo, previo al momento en que os encontrasteis físicamente, de Sanar algo el uno en el otro y viceversa.

Tu pareja responde a una llamada que hiciste en algún momento desde tu Inconsciente. Igual que tú respondes a la llamada que tu pareja hizo.

Os estáis haciendo un favor de Alma a Alma al acceder a formar parte de la realidad del otro, de la otra.

Cada uno asume la responsabilidad de Sanar a ambos.

Tu pareja está dentro del campo de tu responsabilidad. Así como nada de lo que existe en tu realidad es ajeno a ti y a tu responsabilidad.

El Amor hacia ese Ser te pone en camino al Amor a ti mismo, pues sois lo mismo, sois UNO.

La idea de que tu pareja no es PERFECTA es una visión equivocada y desajustada de lo que Es. Con vuestra relación tan estrecha tienes una gran oportunidad de Comprender, de una vez por todas, que Es un Ser de Luz, Perfección divina. Como tú también lo eres.

Cuando tienes un conflicto con tu pareja, éste proviene de la ubi-

cación desde el YO en contraposición a la visión del UNO. Desde tu visión desajustada juzgas, olvidas la Perfección de ese otro Ser. Por eso, cuando eso ocurre, funciona conectarte internamente contigo y decir: “LO SIENTO. TE AMO”.

Concentremos nuestra energía en reconciliar a las dos mitades que no dejan de ser dos expresiones de nosotros mismos. En la polaridad de la pareja que formamos, los opuestos conforman un TODO .

Pongamos atención y energía al proyecto común de pareja. Un proyecto construido desde la Escucha a uno mismo y al otro, desde las compatibilidades de dos sueños vitales que encajan.

Cuando dentro de ese proyecto existe, cabe, el desarrollar una Maternidad y una Paternidad Conscientes, se establece la receptividad necesaria para experimentarnos como madres y padres tal y como nuestros corazones dicten.

Cada género posee cualidades únicas para aportar a la experiencia de la maternidad y la paternidad conscientes. A su vez cada hombre y cada mujer es un Ser único e impera que invente su propio camino.

Actualmente, en una sociedad que propicia una inercia marcadamente patriarcal, es de vital importancia que escuchemos dentro de nosotras mismas cuál es nuestro propio lugar y lo ocupemos, así como que cada hombre se escuche y ocupe el suyo propio.

Alejados de ideas preconcebidas y limitantes de nosotros mismos o del otro.

Permítete, si es lo que deseas como padre, volver a ocupar tu ubicación dentro de la crianza, sin para ello desplazar a la madre del lugar que a ésta corresponde.

Recupera, si está en tu fuero interno, vivírte como un padre Pre-

sente en la experiencia de concepción, embarazo, parto, post parto y acompañamiento en la crianza. Presente en el plano mental, en el plano físico, en el plano espiritual y en el plano emocional.

Recupera, si está en tu fuero interno, vivírte como una madre capaz de permitirse disfrutar plenamente la experiencia transformadora de la maternidad. Alejada de ideas limitantes sobre “lo que debes o no sentir, hacer o decir”.

Tratando de revisar en qué nos sirven los roles. Escuchándonos para no invertirlos por inconsciencia y renunciar así al lugar que a cada uno corresponde.

Un lugar que para el hombre, en la primera etapa tras la llegada de la primera criatura, puede tener que ver con permitir la conexión, la fusión, entre madre e hijo y a su vez establecer una antena, un puente, hacia el mundo del “afuera” en el que no todo son bebés y crianza, como tan bien expresa Laura Gutman.

De ese modo la mujer que así lo necesite, puede permitirse adelantarse confiada, desde su conexión intuitiva, en la recién estrenada realidad de explorarse como Madre.

Caminemos conscientemente hacia un hombre y una mujer que se encuentran y reencuentran, en territorios comunes, donde la maternidad y la paternidad puedan ser compartidas y disfrutadas.

Cuando ocurre que una pareja se rompe con un hijo en común, el padre y la madre se separan pero ese hijo sigue uniéndolos toda la vida. Es de vital importancia no descalificar, ni juzgar... Por mucha verdad que creamos ver, si criticamos al padre o a la madre de nuestro hijo, nos estamos ubicando erróneamente desde el “yo”.

El camino con más luz, tras una ruptura, es el Amor con Libertad.

De hecho también es la opción más luminosa cuando hay una relación de pareja.

Tu hijo, por mucho que trates de alejarlo de su padre o madre, seguirá unido y formará parte de ese Ser que un día amaste. No trates de dividir internamente a tu hijo.

Rechazando a su padre o a su madre, rechazas una parte de ese niño. Aunque no se lo digas directamente así, tu hijo lo registra de esta manera en su Alma.

También tú seguirás unido/a a ese Ser que te ayudó a concebir a tu hijo y forma parte de lo que eres.

Cada vez que tratas de dañar a tu ex pareja, dañas a tu hijo, te dañas a ti mismo. En su lugar envíale estas palabras internamente: “te perdono, te doy Gracias y te Amo”.

Algún día descubriremos que no podemos experimentar la Verdadera Paz si algo en nosotros sigue sin perdonar algo a alguien...

Algún día descubriremos que Amar al prójimo es Amarnos completamente.

Concepción y antes

Tus hijos eligen donde nacer. Podrían haber nacido en otro seno familiar pero eligen el tuyo, por afinidad, porque de la unión de sus padres es posible crearse tal y como necesitan experimentarse.

Esa unión de sus padres tiene muchísima importancia para ese Ser. Su padre y su madre se encuentran en un momento vital determinado, que ha acumulado en sus Almas una experiencia determinada. Ese Ser recoge la impronta de esos padres y la

combina con la suya propia.

El momento mismo de la concepción también participa de la Alquimia que se está produciendo. Una concepción puede rodearse de muchos tipos de energías fusionadas. Puede haber AMOR, RESPETO, AGRADECIMIENTO, ENTREGA, DISPONIBILIDAD entre la pareja y, a su vez, para acoger a ese nuevo Ser...

Del mismo modo que son adecuados los recursos que hemos ido encontrando en nuestro camino para transitar a estados más elevados a nivel vibracional, es también muy adecuado usarlos para prepararnos ante un acto tan Sagrado, el de concebir a un Ser.

Los recursos son infinitos y vosotros encontraréis los vuestros: meditación, ducha de agua natural, especial cuidado de la alimentación, contacto con la Naturaleza...

Agradeced a ese Ser que elige empezar (de nuevo seguramente) desde vuestra unión. Y ofreced Agradecimiento profundo a la Vida por ese regalo divino. El regalo no son los hijos, es ese trecho del camino que caminaréis junto a ellos.

Para cuando surgen dificultades en la concepción o en el transcurso del embarazo

Cuando surgen dificultades para engendrar un hijo o si, incluso, una vez concebido parece haber problemas con su arraigamiento, resulta muy adecuado y recomendable conectar con ese Ser.

Sólo desde la energía yin RECEPTIVA podremos acoger a ese Ser.

Desde la receptividad y la disponibilidad de quien hace lugar en

uno mismo para que quepa otro Ser.

Conectando desde nuestro corazón con la energía del Amor. El Amor que nutre y permite al otro crecer en nosotras.

La mujer de esta Sociedad moderna anda tan ocupada que no tiene tiempo de nada. Fuerza tanto su agenda que no cabe dejarlo todo por abandonarse a cuidar de otro Ser.

Tampoco vive en una realidad donde eso sea lo valorado, lo prestigiado... La mujer ha invertido mucha energía y esfuerzo en alcanzar un lugar social que descuida y pone en peligro su lado maternal.

A pesar de caminar por el mundo cada vez más a la par con los hombres, la maternidad nos devuelve una imagen que rompe con esa aparente igualdad.

Somos iguales, pues nadie es más o vale más que nadie. Pero las mujeres y los hombres no somos iguales. Nuestra Sociedad nos premia (aunque le cuesta) si tomamos los mismos caminos que el hombre, pero luego nos pide que paguemos el precio de descuidar aspectos que tienen que ver con nuestra esencia femenina.

Mas también forma parte de tu responsabilidad y la mía reconciliar el prestigio y la maternidad.

La Maternidad es un acto Sagrado.

Una vez tengas clara la importancia de tu gran misión ahora como madre gestante (más allá de lo que estabas haciendo antes o lo que querrás hacer después) se me ocurre que puedes escribirle una carta a ese Ser que no llega o que parece que tiene dificultades en quedarse.

Te puedo sugerir algunas ideas, pero apóyate en ellas para desplegar tu creatividad.

Escríbele y cuéntale en la carta, que respetas su decisión de quedarse o venir y, a su vez, le envías todas tus ganas de compartir y cuidar.

Cuidar primero de ti misma (alimentación, salud, pensamientos luminosos, acercarte a lo que os conviene a ambos y alejarte de lo que no es adecuado) y cuidar al mismo tiempo, de esa Alma a la que te diriges.

La carta puede estar rodeada de dibujos, de colores...

Cuando la acabes, léesela en voz alta y luego colócala en tu vientre, de cara hacia dentro si ya estás embarazada, de cara a fuera si aún no lo estás.

Cuando haya pasado el tiempo en que sientas que ya ha sido recibido el mensaje (quizás tras dormir con la carta pegadita a ti toda una noche) puedes quemarla y esparcir sus cenizas al viento o en la tierra. También es aconsejable que tomes una pizquita de esas cenizas y la bebas junto con leche de cualquier tipo que te guste.

Las cenizas van al viento y a la tierra como semillas en tu realidad. La leche es un símbolo de la unión entre el bebé y su madre. Es también simbólico ese mezclarla con esas hermosas palabras y beberla.

Este ejercicio nos lo recomendó la Comadrona Marisa Drago cuando tuve unas pérdidas de sangre en mi segundo embarazo y le estoy muy agradecida por ponerlo en mi camino.

Pero cada pareja puede reinventar otra manera de conectar con su bebé.

En el vientre materno

Permítete fluir de esta experiencia, sin límites. Si crees que ese Ser y tú podéis comunicaros, así será para ti.

Dar a Luz

Actualmente, la sociedad te envía mensajes sobre lo complicado y doloroso que es parir. Mas si tú así lo aceptas, así es.

Permíteme ahora que utilice una imagen muy conocida en nuestra cultura para contarte que el dar a luz no va unido siempre a dolor y sufrimiento:

Nos ha llegado que, en la escena donde el Ángel habla a Adán y Eva al expulsarlos del Edén les dice:

“Salid, pues, del Paraíso amado
y trabajad la tierra con todo cuidado.

Y tú, Adán, con apuro y temor
el pan ganarás con tu sudor.

Y tú, Eva, con cuerpo doliente
parirás a los hijos de tu vientre”.

Me viene la idea de que se les expulsó por su propia idea de que serían expulsados...

Fue su propia recién estrenada visión desconfiada de la Vida la que hizo que los acontecimientos ocurrieran como lo hicieron...

Volveré al asunto del llamado “pecado original” y al aparente alejamiento de Dios que sufrieron su hijo y su hija en el capítulo 8. Pero ahora me interesa tratar la parte que incumbe al alumbramiento.

Tras tomar la fruta del Árbol del Conocimiento del Bien y del Mal

—a pesar de las advertencias de La Divinidad— Eva entendió que tendría que parir con dolor.

Pero fue ese recién estrenado Conocimiento, desajustado y equivocado —por cuanto es capaz de observar la realidad como si escapara a un orden perfecto— el que la llevó a juzgarse, a sentirse culpable y a sentir dolor.

Eva olvida que es un Ser Perfecto y divino.

Desde esa recién estrenada desconfianza en ella misma, surge la tensión en su útero y se aleja de la vivencia placentera de acompañar hacia la Vida al Ser que alberga en sus entrañas.

Existen y conozco mujeres que saben de su poder para vivir esa experiencia como algo profundamente placentero, y dan a luz fluidamente. Eligen parir de acuerdo a la naturaleza que habita en ellas y se rodean de las personas que las acompañan amorosamente a vivir lo que desean.

El parto es un proceso natural y forma parte de la sexualidad de la mujer lo mismo que la concepción o la lactancia.

He tenido a mis dos hijos a través de dos cesáreas. Llegué a creerme que la Naturaleza se había equivocado conmigo al darme una pelvis demasiado estrecha. Tengo un síndrome llamado Displasia Cleido Craneal que afecta a mi estructura ósea y que me llevó a atraer todo tipo de comentarios médicos sobre lo difícil que sería un parto natural en mi caso.

A pesar de tenerlo todo preparado cuidadosamente para parir en casa de forma natural, olvidé cuidar de lo más importante: Limpiar y Sanar mis memorias limitantes. Ellas son las que le quitaron por dos veces el poder a mi cuerpo perfecto y atrajeron ese tipo de comentarios y vivencias.

Nada de lo que ocurrió en mis partos dejé de crearlo y atraerlo yo.

Ahora sé que la tensión del cuerpo y la aparición del dolor tienen que ver con el “no puedo” y con el miedo. Por eso te sugiero que si deseas un parto natural en el que tú y tu hijo seáis protagonistas conscientes, no descuides ni pases por alto las dudas o la desconfianza. Camina atenta a cada detalle de tu realidad, pues ella te habla de lo que estás atrayendo.

Visualiza y siente de veras que sí puedes parir con placer y así será.

Párate a contemplar el parto que deseas, con todo detalle, y guarda en ti esa imagen. A punto de llegar a ese parto deseado, las fuerzas se debilitan, pero puedes seguir a la imagen que llevas en tu corazón.

Te propongo construir un “mapa de atracción”: se le llama así a un collage o póster que confeccionas y construyes personalmente ubicando en él lo que deseas atraer a tu momento de dar a Luz. Busca una cartulina y pega o dibuja las imágenes y las palabras que refuerzan la vivencia que quieres atraer. Empieza Agradeciendo ya a la Vida el parto que vas a tener y expresa, con todo el detalle que te sea posible, cómo va a ser: los lugares o el lugar, las personas que te acompañarán... Escríbelo, píntalo, exprésalo desde tu parte más intuitiva y conectada. Después coloca el póster en un lugar visible (para ti) y contéplalo a diario o tantas veces como necesites.

Bebés: la fusión emocional-energética continúa

En mi caso necesité respetar a mis bebés como algo Sagrado. Luego descubrí que cada etapa lo es.

Muchas madres saben que su bebé es especial. Pero un día se encuentran con más madres con bebés y se sorprenden de que nadie note al suyo especial. Claro que lo es. Es que todos lo son. Todos los bebés, ella y todas esas madres también. Todos somos especiales y únicos. La maternidad ayuda a conectar con esa realidad.

Un bebé aunque no hable con palabras es maravillosamente comunicativo. No es necesario que llore para expresarse. Las madres mamíferas que están permanentemente en contacto con sus crías (sean gatas, monas, lobas, leonas o humanas...) escuchan otros signos comunicativos que permiten a las crías sentirse comprendidas e importantes.

Actualmente, la Sociedad se cree muy sabia al adiestrar bebés: se le da la leche sólo cada tres horas, aunque la pida antes o no la quiera aún. Se le deja dormir solo, aunque reclame, como todo mamífero, contacto cercano. Se le deja llorar en el carrito sin cogerlo aúpa hasta que acalla cansado su voz. Ese Ser hermoso, aprende tempranamente que debe acallar sus necesidades y su poderosa voz interior...

Pero un bebé recién nacido es muy sabio.

Acaba de nacer e instantes después es capaz de trepar hasta el pezón de su madre que lo sostiene amorosamente sobre ella misma.

También sabe desde el primer momento administrar sabiamente la leche de los pechos de su madre, de tal manera que se nutra tal y como necesita: sabe si necesita succionar de uno y del otro, o sólo de un pecho, en función de si necesita más o menos alimento graso, o más líquido si acaso sólo tienen sed. Podemos confiar en su instinto sin necesidad de encarrilarle.

La lactancia natural a demanda ayuda a conservar la confianza del bebé en sí mismo, en su madre y en la Vida.

Viene a esta Tierra, a este plano material de la existencia, con la clara necesidad de seguir su crecimiento bien pegadito al cuerpo de la madre. Es ella quien dispone de todo lo que necesita y es el propio bebé quien sabe qué es lo que necesita.

Los bebés vienen con un manual de instrucciones que ellos mismos saben leer perfectamente. Por nuestra parte, necesitamos abrirnos a la Escucha verdadera.

Los bebés merecen un Gran Respeto.

Los bebés están más conectados que muchos adultos con su propio saber.

Puedes ver en su cuerpo inquieto si necesita más movimiento, si algo le incomoda... Puedes ver en sus ojos, en sus sonrisas, en sus balbuceos si está contento...

Cuando un bebé llora, qué importante es que su madre o quien lo materna deje lo que está haciendo (si es posible) y le atienda. Así le muestra y le recuerda que es importante, que es Sagrado. Al acercárselo y susurrarle empáticamente palabras como: "sí, dime, estoy aquí, cuéntame..." un bebé se sabe escuchado. En cambio, se siente acallado, limitado, si escucha: "shhh..., ya está, no llores más..."

Olvidamos a veces explicarle qué nos sucede, sobre todo a nivel emocional. Los bebés están fusionados con sus madres en el plano emocional, lo captan absolutamente todo. A veces, se muestran irritables cuando es mamá la que lo está, aunque ella misma ni se ha dado cuenta. O lloran cuando es mamá la que necesita hacerlo. En realidad es adecuado que les expliquemos cómo nos sentimos para que, al ponerle palabras, nos hagamos responsables de nuestras emociones, y permitamos así a nuestro

hijo, liberarse de ellas. El bebé, a veces, con su malestar muestra a la madre algo que tiene que ver con una desconexión. Desconexión consigo misma y con su bebé.

Quizás el bebé llora y no encontramos el motivo ni la manera de consolarlo. Pero entonces nos retiramos a un lugar más tranquilo con nuestro bebé y tratamos de conectar con nosotras mismas. A través de su llanto, conectamos con un dolor que es el nuestro. Quizás nos está hablando de un pesar oculto en nuestro día a día. Ese bebé nos está dando la oportunidad de reenfocar nuestra Vida. Tu hijo y tú sois UNO siempre; lo viste durante la gestación pero ahora se aprecia más claramente que en otras etapas que seguirán.

Cuando tu hijo llora desconsoladamente, pregúntate a ti misma: ¿qué me muestra mi bebé de mí misma y estoy tapando inconscientemente?

Es posible que no puedas descubrirlo o que sea muy difícil, pues te habla de tu parte no Consciente, así que simplemente dale las GRACIAS internamente, por brindarte la oportunidad de reconectarte contigo misma.

La maternidad es algo Sagrado.

Cada día conéctate. Conéctate contigo, conéctate con tu bebé. Háblale, y sobre todo escúchate y escúchale. La maternidad recién estrenada puede parecer un momento vital tan sólo enfocado al plano emocional (sentimientos, emociones...) y al terrenal (cuidado físico y nutrición), como si sólo cultivara la parte de tierra y la emocional de una mujer. Pero si estamos atentas, descubrimos que se ha abierto una puerta a lo espiritual. Todos tenemos cuatro cuerpos: el físico, el mental, el emocional y el espiritual. La maternidad es un momento absolutamente Sagrado, donde la llegada

de ese nuevo Ser te da una gran oportunidad para reconectarte de nuevo con la divinidad que habita en ti.

El cuerpo recién estrenado de esa criatura es como un Templo Sagrado que merece todo nuestro Respeto (del mismo modo que lo seguirá siendo siempre, como el nuestro propio lo es o lo es el de cualquiera).

Olvidamos a veces pedir permiso y respetar ese Templo. Forzamos y violentamos, sin darnos cuenta, a nuestro bebé.

A veces a alguien extraño le apetece cogerlo aúpa y sin previo aviso lo hace. El bebé, sobre todo a medida que va desarrollando más dominio sobre su cuerpecito, es capaz de mostrarnos con su actitud corporal su rechazo o su consentimiento ante tal acción.

Para darle un masaje, que aparentemente es siempre beneficioso y le conviene, también es necesario que le pidamos permiso. Podemos escuchar qué nos está contestando con su rico lenguaje corporal, no necesitado de palabras; también podemos observar cuándo ya no quiere que prosigamos.

Es adecuado pedirle permiso para muchas otras cuestiones que tienen que ver con él.

Por ejemplo, podemos evitar forzar una pierna en el cambio de pañal o tumbarlo contra su voluntad cuando podemos cambiarlo mientras él sigue en pie, jugando.

Tampoco es respetarle si aprovechas justo ahora que se ha caído para sacar de su orificio ese gran moco que acabas de descubrir mientras lloraba...

Existe una clara diferencia entre violentar a un bebé y respetar a un bebé.

Niños

Los niños Saben. Están aquí para aprender pero también para enseñarte. Es probable que sean seres más sabios que tú. Ábrete a escuchar su forma de vivir la Vida, con ella te recuerdan que está a tu alcance recuperar tu felicidad, la de tu Vida.

Agradéceles su ayuda y sobre todo su Amor Incondicional.

Tu hijo, si te dejas y te abres a ello, te permitirá sacarte de encima polvo acumulado y descubrir de nuevo el juego que es la Vida.

Mira a tu hijo como a un compañero de viaje, alguien que sabía a donde caía en su aterrizaje a este planeta: justamente a tu lado. Y seguramente viene a decirte algo que has olvidado y quieres recordar.

En su cuerpo están almacenadas memorias de todas sus experiencias vitales. En el cuerpo quedan grabados todos los tropiezos y las caídas (físicas y emocionales) pero también todos los cálidos encuentros: la seguridad de unos abrazos, los besos, las caricias...

El cuerpo de cada niño ha ido registrando todas las vivencias y las ha ido transformando para construir lo que ahora es.

No desestimes el poder de cada impronta sobre su cuerpo: el valor de tu respetuoso contacto cuerpo a cuerpo (al jugar, al auparlo, al ofrecerle un masaje...), la importancia de su libertad para explorarse y explorar su entorno a través del cuerpo...

También recuerda que viene con un gran potencial para ser feliz. "En cada niño hay un artista. El problema es saber cómo permanecer artista al crecer". Pablo Picasso.

Para un niño son más importantes la imaginación, la creatividad, explorar la libertad para decidir por él mismo qué necesita, que no

el acumular conocimiento.

El niño necesita ensayar la felicidad.

Respetar sus decisiones en la medida de lo posible para ti.

Dale opciones a escoger en la medida de lo posible para ti.

Ese niño que de bebé era tan sabio, continúa siéndolo cuando, por ejemplo, te dice que no quiere comer más. Cuando era bebé y tomaba el pecho, regulaba los tiempos y el cómo necesitaba nutrirse. Ahora, aunque siga tomando el pecho, la Sociedad te anima a embutirle cucharadas de lo que sea y a forzar su ritmo, a desatender su sabiduría.

Cuando hablábamos de bebés veíamos la importancia de permitirles expresar el llanto.

A los niños también tenemos tendencia a decirles, aún con voz dulce, “ya está, si no ha sido nada”, para que dejen de llorar. Al adulto le parece que “ese no dar importancia” ayuda al niño a olvidarse. Pero a veces necesita expresar auténticamente algo para poder pasar a otra cosa, sin una desconexión con lo que ha sentido.

Un dolor físico o emocional expresado es Sanado.

Podemos ofrecer un “¡vaya!, eso te duele... “, junto con nuestra presencia física, por ejemplo acogiéndolo en brazos o poniendo nuestra mano sobre la zona dolorida si es un dolor físico, o posando nuestra mano a la altura del plexo solar, o en la parte alta de su espalda si se trata de un dolor emocional.

Nuestra Presencia que acompaña y permite que el niño sane tan rápidamente como necesite, según cada dolor y cada momento por el que atraviesa a nivel vital.

Con un llanto o una rabieta permitidos pueden destaparse sentimientos acallados en otro momento y que aún necesitan ser

liberados.

Incluso ante un niño que expresa un dolor aparentemente, a nuestro juicio, exagerado, es de vital importancia que acompañemos ese dolor con nuestra Presencia, nuestra mano que hace contacto, nuestro cuerpo que sostiene y acompaña...

Un niño se cae y aparentemente no se ha hecho daño pues no existe herida en su piel, pero en vez de acallar ese llanto con un “¡si no ha sido nada...!”, permanecemos disponibles a su llanto y es posible que se permita expresar la frustración que sintió minutos antes, cuando discutió con otro niño por un objeto, por citar un ejemplo.

Las madres que damos pecho hasta que son bien mayores, tendemos a sacarnos la teta con facilidad para curar un dolor físico o emocional de inmediato (por ejemplo ante una caída). Algunas veces me olvido de la importancia de respetar a esa criatura y dejarle que se exprese de las maneras que elija, sin tratar de acallarle con un pecho en la boca. Cuando espero disponible a que sea mi hijo quien demande el pecho como recurso, a veces descubro que lo prefiere una vez que ya ha expresado su rabia o su dolor mediante el llanto.

Qué alivio para un niño que su mamá compense eso que le ha dicho la abuela “con toda la buena intención del mundo”: “ya eres muy grande para llorar así...”

¡Los mayores también lloramos!

¿Cómo te cuento, mi niño, que muchos mayores han reprimido su llanto cuando lo necesitaban y aún llevan algunos dolores muy adentro?

Si le propongo a mi hijo hacer algo o ir a algún otro lugar para “ayudar” a olvidarse de su pena o dolor, me dice sabiamente:

“cuando se me pase el llorón” (él usa esa palabra para expresar su sensación de necesidad de llanto).

Cuando un adulto siente ganas de llorar y no se esconde ante un niño o tampoco trata de acortar su momento al máximo para que el hijo no se preocupe... le está mostrando que los mayores también lloran y no pasa nada, se están curando o Sanando.

Los sentimientos expresados se liberan, aunque la familia o la sociedad incluso nos mediquen para evitar que sintamos nada... Lo mismo pasa con los enfados o la rabia. Las temidas rabietas infantiles.

Queremos evitarlas y las reprimimos...

Pero la ira y la frustración forman parte del camino del Amor y la Luz ¡Dejemos que sean expresadas!

Podemos permitir que un niño se exprese, siempre que esa expresión no cause daño a nadie.

Y entre tanto respeto por tu hijo, muéstrale también el respeto por ti mismo/a.

No te olvides de ti, no renuncies a la voz de tu Ser. Cuando algo para ti es importante explícaselo con paciencia, con dulzura y con firmeza.

Me refiero a objetos o situaciones que tiene que respetar porque para ti son importantes.

Como por ejemplo ausentarte un rato para dedicar parte de tu tiempo a realizar algo que te guste. Aunque a simple vista te parezca que eres egoísta al desear dedicar un espacio y un tiempo para ti, es adecuado para el Alma familiar que tú te cuides. Tu hijo prefiere que te alimentes y a su vez puedas más tarde volver más nutrida o nutrido a su lado.

“Come” tú primero y luego tus hijos podrán “comer” de ti.

Si tú descuidas tu propio jardín ¿qué clase de jardín deseas mostrarles a ellos para que construyan luego el suyo?

Tu hijo te ama tal como verdaderamente eres.

Los niños te muestran sentimientos puros que los adultos han olvidado.

Y en gran medida la crianza alejada del corazón es quien ayuda a borrar esa pureza.

Los niños son grandes Maestros del Amor Incondicional y nos permiten recuperar esa estima verdadera por lo que el otro simplemente Es.

Observa que sensación más diferente y determinante, para el Amor hacia sí mismo, recibe cada niño según estas dos frases:

“Te amamos incondicionalmente, hagas lo que hagas, digas lo que digas, seas lo que seas.”

“Te amamos si eres de la manera que te indicamos como adecuada o válida.”

Los padres y madres conscientes pueden elegir con cuál de las dos frases (aun expresadas de forma encubierta) se quedan.

Evidentemente que unos padres no pronuncian ninguna de estas dos frases, pero esa sería la lectura que hace el Alma infantil de lo que le dicen sus padres sin palabras.

Les mostramos, de diferentes maneras a lo largo del día, lo importante que es para nosotros que sean como nosotros queremos que sean: amables, sonrientes, fuertes, que no se quejen demasiado cuando algo les duela, ni protesten demasiado cuando algo sea diferente a cómo a ellos les agrada... Nos cuesta extremadamente aceptar y amar sin condiciones a nuestros hijos y tratamos continuamente de modelarlos a nuestro gusto.

Como quizás trataron de hacer con nosotros...

Negamos lo que sienten o lo que les ocurre:

“Va, si no ha sido nada, no es para tanto...”

Juzgamos:

“Pero si es una tontería ponerse así, no ves que sólo eran unas piedras...” (mientras el niño llora al descubrir que otro le ha cogido de su montañita la comidita que nos había preparado, especialmente para nosotros, en el parque).

Chantajeamos:

“Las niñas que lloran no pueden subir al columpio”.

Eso me decía una tarde una nenita desconocida mientras yo acompañaba a mi hijo que lloraba en mis brazos. La miré con una sonrisa y confié estarme equivocando, estar prejuzgando erróneamente que sus padres algún día le habían dicho a ella esas mismas palabras, para chantajearla y lograr que dejara de expresarse a través del llanto.

Los atrapamos en el mal entendido Sacrificio por Amor: a veces mostramos con nuestras palabras y actos hacia otro miembro de la familia o hacia una amistad, que no entendemos el AMOR con LIBERTAD. Y atrapamos con nuestro ejemplo a nuestros hijos en el rol distorsionado del buen amigo o la buena persona...

“Hago esto sólo para que me reconozcas, me apruebes, me aceptes, muy a pesar mío y de lo que yo querría”.

Ayudemos a nuestros hijos a liberarse de la carga de ser amables y deshacerse en favores, desatendiendo su fuero interno, para lograr la aprobación y el reconocimiento de alguien. Mostremos con nuestro ejemplo que se puede decir NO y priorizarnos cuando es necesario.

“Conóceme tal como soy, y elige si me amas, pues si tengo que camuflarme para que me apruebes, prefiero no contar con tu

amor. Elijo rodearme de quien me conoce tal cual soy y me Ama Incondicionalmente”.

Los conflictos son ejercicios de aprendizaje (en la Escuela de la Vida)

Bienvenidos los conflictos pues son oportunidades para crecer. Desde esta visión comprendemos que no se trata de evitárselos a nuestros hijos.

Tampoco se trata de forzarlos o provocarlos.

Cuando surgen conflictos entre niños es preferible no intervenir, a no ser que sea necesario. Y cuando lo es, mejor no usar demasiadas palabras, ni justificaciones, ni discursos.

En cada contexto, existen ciertas acciones a limitar para favorecer la convivencia. Nosotros, una vez las tengamos integradas, podremos acompañar a ese niño que empieza a familiarizarse con ellas.

El mensaje tiene que llegar claro. ¿Pero cómo transmitirlo?

Firmeza con suavidad es la mejor combinación. Firmeza porque eres claro/a, tajante, perseverante en lo que le estás pidiendo o explicando. Suavidad porque eres capaz de hablarle en un tono de voz bajo, mirarle a los ojos, tocarle la mano o el cuerpo sin invadirlo, mostrándole tu presencia respetuosa, no invasiva ni violenta.

Usemos como ejemplo una situación cotidiana corriente y habitual: un niño le quita de las manos a otro un objeto en el parque. Imaginemos que el niño al que le han quitado el coche es tu hijo.

Tu hijo sabe que tú no le permites quitarle nada de las manos a nadie. Pues es una norma que le has dado otras veces.

También sabe que las cosas que lleva al parque son las que ha elegido previamente para compartirlas.

Pero llora porque una cosa es compartir lo que trae y otra diferente ver impasible que otro le ha quitado lo que tenía en las manos.

Tú hijo es más pequeño que el otro y se siente en inferioridad de recursos. Se te acerca y te pide que le ayudes a resolver lo sucedido.

Le dices que quizás ese niño no sabe eso de que no se quitan las cosas de las manos. Si tu hijo dispusiera ya de más herramientas o los dos niños tuvieran una forma física y un desarrollo parecidos, seguramente lo habría resuelto él sólo. Es preferible que los adultos intervengan sólo cuando realmente es necesario y/o cuando son reclamados por los propios niños.

Te dice, entre pucheros, que le ha dicho que no y el otro no le ha hecho caso.

Te pide llorando que le acompañes.

Camináis hacia donde está el otro niño con su coche.

Te agachas y te colocas de cuclillas, a la altura del niño que juega. (Es preferible empezar tu trato con él mostrándole que te pones en su lugar, que pretendes negociar amigablemente y no desde una situación de poder al permanecer de pie y mostrar tu altura superior. Pero tú sabes que cuentas con ese recurso - el de recuperar tu mayor altura física - si se hace necesario más adelante...).

Empiezas presentándote brevemente y pasas a explicarle escuetamente que no quitamos las cosas a la fuerza, que tenemos que pedir las y esperar a que nos digan que sí.

Pero ese niño permanece callado, jugando aparentemente distraído con el cochecito.

Le cuentas que tu no dejas que tu hijo (dices su nombre) quite nada a otros niños, así que tampoco permites que otro le quite nada a él. Le dices que cuando se lo devuelva, se lo puede pedir y si tu hijo consiente podrá jugar con el coche.

El niño te mira mientras sigue jugando con el coche.

Entonces sujetas firmemente el coche con tu mano, mientras el niño lo sigue teniendo.

No lo estiras, tan sólo le muestras que podrías quitárselo tú también.

Le dices que usando la fuerza también se lo podrías quitar ahora tú a él. Pero las cosas se pueden resolver de otra manera.

Te mira y parece dudar. Lo suelta y se va.

Este mismo ejemplo sirve para comentar que a veces, ante una situación parecida a ésta, se prioriza el quedar bien con otros padres o niños en vez de acompañar a nuestro hijo...

Ante la misma situación podríamos haber tratado de persuadir a nuestro hijo de que le dejara el coche a ese otro nene, “que para eso lo has traído al parque”, aunque se lo haya arrebatado de las manos. Y entonces nuestro hijo vive el parque como un lugar inseguro, en el que más vale que él también aprenda pronto a coger lo que guste o necesite por la fuerza.

A veces cedemos ante cosas importantes y evadimos nuestra responsabilidad como guías desde el corazón para nuestros hijos: por ejemplo en la apropiación que hacen nuestros hijos de bienes ajenos.

Te puede tocar lo contrario en la situación del parque, colocarte frente a tu propio hijo –firme y suavemente- para pedirle que no

se quede algún objeto ajeno y que lo devuelva a otro niño, por mucho que le gustaría quedárselo.

Como coger a escondidas y querer llevarse algo a casa, sin permiso del propietario. Le comentas entonces que eso no vale. Del mismo modo que tú no permites que otros vengan a casa y se lleven lo que más les gusta sin vuestro permiso.

Es un proceso complejo y tú le estás acompañando.

Te cuidas de dar discursos sobre robar o ser buenos o malos por ello. Tratando de ayudarles a discernir y a comprender la situación globalmente, empáticamente con ese otro que va a perder algo, más allá de su deseo inmediato.

Explicándole que pueden acceder a ese objeto de otras formas.

En la Escuela de la Vida, los conflictos son ejercicios de aprendizaje. No se trata de evadirlos, se trata de afrontarlos y desplegar todas las herramientas disponibles. E incorporar nuevas.

Mostramos a nuestros hijos formas para resolver o gestionar los conflictos. Desde nuestro acompañamiento y desde nuestra confianza en el proceso y en sus propias capacidades.

Adolescentes

Aunque no forme parte de nuestra cultura y lo hayamos olvidado, todos los grandes acontecimientos vitales necesitan ser acompañados por rituales de paso. La aparición de la menstruación para una niña es un claro momento vital que marca un cambio en la experiencia de ese Ser y que necesita ser celebrado.

Ante una joven que recién estrena su ciclo menstrual es importante contemplar el ritual desde dos ámbitos: uno íntimo y otro

externo (como tan bien explica Carmen Dalaka en su taller de energía femenina).

La forma en que una familia decide realizar el ritual es muy personal y existen infinitas maneras válidas. Lo más importante es escuchar a la propia niña en su deseo de cómo quiere ser acompañada.

El lado íntimo del ritual requiere que alguna adulta de confianza, que puede ser o no la madre, esté disponible para explicarle los misterios de lo femenino que aún necesiten ser revelados: el ciclo menstrual, la sexualidad, la contracepción, el embarazo, el parto, la lactancia...

La humanidad necesita que expliquemos a cada niña que la sangre de la menstruación es sangre de vida, sangre que le permite regenerarse, renovarse, que esa sangre no es algo de lo que distanciarse o avergonzarse; que lejos de estar enferma, su cuerpo funciona sabiamente, su cuerpo está sintonizado con los ciclos naturales; que está iniciando una nueva etapa vital en la que recibe el regalo de ser canalizadora y portadora de vida.

Esa adulta de confianza, que recupera el papel de la Mujer Sabia, también puede acompañar a la joven en el uso práctico de las diferentes maneras que tenemos de recoger la sangre del cuerpo: las compresas, las copas vaginales, las esponjas naturales... A través de su conexión con los ciclos lunares, puede animarla a que inicie o no abandone el contacto íntimo y la comprensión de su naturaleza cíclica. Y puede mostrarle que para transformar el posible dolor menstrual tiene como herramienta buscar el placer. El lado externo del ritual puede consistir en festejar la buena nueva en familia, en celebrar la llegada de la menstruación junto

a los familiares y amigos íntimos de ambos sexos que la ya no tan niña elija. Las posibilidades son ilimitadas: podemos acudir juntos a la Naturaleza, podemos vestir el rojo, podemos sonreír con flores a la diosa que esa joven es... Durante demasiado tiempo las mujeres hemos vivido avergonzadas nuestra menstruación, es tiempo de honrar la feminidad en lugar de ocultarla, lo agradecerán nuestras hijas y la humanidad entera.

Pero centrémonos en la adolescencia: tu hijo te recuerda que tiene que encontrar su propia felicidad.

Los dos años y la adolescencia tienen cierta “mala fama” por cuanto muchas familias lo viven simplemente como una confrontación.

Esas dos etapas son claves y conectan con la necesidad para ese Ser de proclamar que tiene un camino por andar, diferente al de sus padres.

¡Y qué beneficioso para ambos que sepamos situarnos con Respeto! No luchando con nuestros propios egos para doblegar los suyos y mostrarles “quien manda”.

“Yo Soy, yo Sé. Necesito contrastarme con mis padres para mostrármelo de nuevo. Mi esencia es la de un Dios... Deja que ande mi propio camino”. Parece decir cada adolescente.

¡Y no se equivoca! En la medida en que más hayamos logrado respetar su fuero interno, menos dolorosas serán las ganas de separación de nuestros hijos.

Si desde su más tierna infancia has ido respetando su propio camino, ahora la adolescencia no resultará tan traumática para ambos.

Respétale su espacio propio y permítele decidir sobre sus cosas. Como siempre hiciste. Y si no fue así, ahora ya es una imperiosa

necesidad de su Alma.

Situémonos en nuestras propias vidas con Respeto por la suya. Sigamos mostrando nuestro Amor Incondicional a pesar de que nuestros hijos decidan ser como ellos deseen ser, viviendo las experiencias que necesiten vivir.

Tan sólo permanece disponible, receptivo/a, como siempre lo estuviste. Deja a un lado los consejos y los discursos. Recuerda que tu mejor regalo es el mismo que cuando era un bebé: tu Presencia.

Y recuerda que el Amor Verdadero va ligado a Libertad. Confía en tu hijo. Confía en la Vida.

Adultos

Su felicidad y la tuya como prueba, en el mundo concreto, de haber transitado el camino de vuestras Almas dichosamente unidos y a su vez, explorando cada uno su propio camino.



Capítulo 5

La mujer que recupera su conexión y su fuerza

Hombres y mujeres pisamos la Tierra como criaturas desconectadas y anestesiadas de la Pachamama (la Madre Tierra) que nos sostiene.

Olvidamos que la Naturaleza es mucho más que la montaña o el bosque. Nosotros somos parte de la Naturaleza pero actuamos tratando de acallar sus Ciclos, sus Leyes, su Saber.

Creemos que ese control que pretendemos ejercer sobre la Madre Tierra, sobre cada ser vivo que la forma, sobre cada niño que la habita, es gratuito.

Caminamos nuestras vidas desconectados, desconectadas de nosotras mismas y de lo que nos rodea, que es también otra expresión de ese nosotras mismas.

Pues TODO lo que nos rodea es una expresión de lo que somos.

¿Donde empieza esa desconexión?

Esa desconexión proviene de muy antiguo, pero vuelve a actualizarse cada vez que nace una criatura humana y hay una mujer, su madre, que corta el contacto profundo con el Alma de esa criatura que viene a través de ella.

Actualmente las mujeres son educadas y condicionadas desde niñas para negar su verdadero e importante papel en el cuidado del Alma humana.

Vivimos en una Sociedad masculina, regida por el hemisferio izquierdo del cerebro. Ese hemisferio es conocido como masculino o “yang”. Desde esa zona observamos las cosas analíticamente, matemáticamente, clasificadamente, con poca implicación emocional e intuitiva.

La mente racional todo lo organiza y ubica con cierto desapego...

Fuimos educadas, a través de siglos de historia, para negar nuestro apego por los hijos, para desobedecer nuestra sabiduría intuitiva de lo que realmente nos conviene y para depender de lo que otros digan sobre nosotras mismas.

Hemos cocreado una Sociedad desnaturalizada, donde los niños estorban hasta que se convierten en adultos productivos, donde las mujeres no pueden permitirse la crianza desde el corazón, pues lo que impera es que se desapeguen de su cría lo antes posible y retomen cuanto antes su rol social esperado y respetado. Existen infinidad de teorías que te ayudarán a justificar el dolor que sientes al alejarte de tu bebé, al cortar el hilo que os une y que te ayudarán a volver al sistema anestesiada. Para que nada

nos duela, ni nos planteemos demasiadas cosas establecidas.

Encontrarás justificaciones para educar y modelar a un bebé y alejarlo de sus necesidades afectivas y espirituales.

Existen infinidad de libros y teorías sobre “cómo hacer que tus hijos hagan lo que tú quieres”. Libros sobre cómo hacer que los niños no molesten en el mundo adulto.

Este libro no comparte esa búsqueda.

Pretende que sí te escuches, que sí escuches a ese bebé, a ese niño o a ese adolescente, pues en su interior, en tu interior, mora la respuesta a todas tus preguntas.

La respuesta a toda esa larga búsqueda hacia ti misma.

Este libro tiene como misión plantar semillas que transformen el mundo, tu mundo.

Quizás ya descubriste que ese mundo adulto que te rodea tampoco ayuda a la felicidad de esos hombres y mujeres que lo defienden y se resisten a cambiarlo.

Y no hablo de utopías. Aunque se quedará en eso si tu así lo decides para ti.

Seguirá en cada mujer que lea este libro el poder de tomar este mensaje como el inicio de una auténtica transformación que construya el mundo que sueña o bien aparcarlo y seguir recortando sus propias alas y las de sus hijos.

Este capítulo lo dedico especialmente a nosotras, a las mujeres, porque yo misma soy mujer y os lo debo, me lo debo. Ya es tiempo de honrar mi feminidad y la tuya.

No te estoy hablando de feminismo si lo entiendes como separatismo.

Te hablo de reconectarte con lo que eres para poder así abrazar a lo que no eres, a lo diferente a ti, pues desde esa conexión con-

tigo misma observarás que en realidad nada está separado de ti y nada deja de ser una expresión de ti misma.

Te animo a despertar a la Mujer Consciente que eres.

En tu interior está todo lo que necesitas, pero te ayudará infinitamente compartir con otras mujeres, participar en Círculos de Mujeres y en Grupos de Ayuda Madre a Madre.

Los Círculos de Mujeres

Los Círculos de Mujeres son muy antiguos y a la vez están naciendo nuevos por todo el Planeta. Conectan con la fuerza y el poder de la Mujer que eres. En ellos las mujeres se encuentran para honrarse, para recuperar la conexión con la naturaleza que habita en ellas mismas.

Puedes buscar uno o iniciarlo tu misma. En realidad no hay algo preestablecido que debas hacer, decir o sentir en ese Círculo. Tan sólo necesitas seguir ese impulso intuitivo por largo tiempo dormido que te guía.

Es posible que conectar con la Luna llena y la tierra te ayuden, mas no deben condicionar tu conexión: estés donde estés y te encuentres en la fase lunar en la que te encuentres, es un buen lugar y un buen momento, si así lo sientes.

Como la luna y la tierra son las mismas para todos los Círculos, en realidad todos forman uno sólo y en todos ellos participas tú.

Este capítulo lo escribo para invitarte a iniciar un reencuentro con tu Diosa Interior. Para honrar a la Mujer Sabia que ahora mismo eres.

Tan sólo te falta vivirlo y comprender que esa verdad ya Es.

Cualquier búsqueda te lleva siempre al mismo lugar de destino: a ti misma.

¿Qué puedes encontrar en ese recorrido de vuelta? ¿Qué hallarás al conectar con la fuerza de tu esencia femenina?

Puedes descubrir un gran poder al despertar la conexión y la sensibilidad de un útero por largo tiempo dormido.

Puedes acercarte más a ti misma al comprender y amar tu naturaleza cíclica.

Puedes reencontrarte con la parte oscura y negada de ti misma para poder luego integrarla y aceptarla con Amor...

Puedes descubrir que Dios Amor, El Padre, El Creador Supremo, también es La Divinidad, La Fuente, La Madre Cósmica...

Puede que descubras que la felicidad brota al ocuparte de lo que de verdad te importa...

Hemos desprestigiado el valor de la entrega, la devoción, el principio femenino de la vida. Las mujeres buscamos reencontrar nuestro poder ocupando lugares de liderazgo exteriores, huyendo del reencuentro con los territorios que nos son propicios: la crianza, el contacto con la Madre Tierra, el cuidado de lo emocional, la protección de lo que escapa a la prisa del mundo civilizado y racional, el respeto por el ritmo propio y ajeno...

Las Mujeres somos Guardianas de los Ciclos Naturales, Mediadoras entre mundos, Hilanderas, Tejedoras de realidades, Iniciadas en lo Sagrado...

Ahora eres madre o estás a punto de serlo...

Tienes ante ti la historia de la humanidad entera...

Y la posibilidad de Sanarte y Sanarla.

Puedes elegir vivir la maternidad como un acto Sagrado o bien profundamente desconectada de ti misma y tu Ser.

Si eres mujer en esta Sociedad puedes haber hecho tuya esa idea de que matinar, nutrir de forma física, emocional y energética a tu bebé no es necesario... Desde niñas asociamos los bebés a chupetes, biberones y cunitas...

Son aún pocos los muñecos que maman de las niñas...

Creemos que todos los complementos que vienen junto a un muñeco son los más adecuados y también lo son para nuestros bebés. No lo cuestionamos.

Desde niñas asociamos el parto al dolor, a hospitales, a estar tumbadas boca arriba pasivas frente a alguien que nos saca al bebé...

Creemos que eso es así y así lo vivimos...

Pero existen otras realidades más gozosas para ti y tu bebé si así lo deseas.

Quizás lees estas palabras y las pones en duda.

¡Bienvenida duda!

Desde ese cuestionamiento te invito a que te reconectes con lo que realmente quieres vivir como madre.

Duda de lo que te dicen otros, si no va de acuerdo a tu corazón.

Dentro de ti están guardadas todas las respuestas. Todo está en ti.

No me crees...

Aparecen los miedos y la desconfianza en ti misma.

La Sociedad puede alimentarlos con una medicina excesivamente entrometida, desconfiada y temerosa de los procesos naturales, desconfiada de la sabiduría innata de madres y bebés que existe en el acto mismo de dar a luz...

Cuando empezamos a desconectarnos de las necesidades del bebé que llevamos en brazos y a desobedecer nuestra poderosa

intuición a favor del poder de lo racional...

Cuando desaprovechamos la oportunidad que nos brinda ese hijo para activar nuestro hemisferio derecho: femenino, intuitivo, creativo, con visión global de lo que nos rodea...

Es fácil que, anestesiadas, recortemos las alas de ese hermoso Ser.

Escribo también para decirte que la leche de fórmula (que proviene de otra especie) ni se ha diseñado, ni evoluciona continua y especialmente para el bebé que habita tu vientre. La que brota de tus pechos sí.

Escribo para decirte que en ti hay tanta leche y tanto Amor como tus hijos necesitan.

Que el lugar más beneficioso para tus crías de mamífero humano no son las cunas ni los carritos que lo aíslan de la energía de otro Ser. Lo es el cuerpo a cuerpo, la proximidad con su madre o la persona que lo materna...

La Sociedad trata de convencernos y convencer a los bebés de que todos los sucedáneos y consoladores son adecuados. Creemos que nos ayudan a sobrellevar la maternidad y no nos damos cuenta de que nos la estamos perdiendo.

Las Comadronas del Alma

Escribo estas palabras para compartirtte que en otras Sociedades y cada vez más en la nuestra propia, existen mujeres que paren sin dolor, con placer, en un acto íntimo de bienvenida.

Cada vez son más las mujeres que paren junto a otras mujeres Comadronas. Reivindico desde aquí la importancia verdadera de

las mujeres que ayudan, cada día, a parir a otras mujeres. Esas Comadronas Sabias que conocen desde lo más profundo y Sagrado de ellas mismas la importancia de respetar y proteger el milagro del nacimiento.

Gracias a todas ellas desde aquí, pues a menudo se arriesgan y trabajan de espaldas a lo aceptado por la mayoría, en pos de un mundo mejor. Ellas saben que trabajar por ese mundo mejor empieza por ser totalmente respetuosas con cada criatura que nace.

Los Grupos de Ayuda Madre a Madre

En un momento histórico en el que no se da valor a que las mujeres compartamos la sabiduría de lo femenino dentro de la propia tribu o familia, existen los Grupos de Ayuda Madre a Madre, donde se recupera ese contacto con otra mujer que pasó o pasa por lo mismo que una y dentro de ese contacto auténtico, en espejo, cada mujer puede reconectarse consigo misma.

Los Grupos de Ayuda Madre a Madre comparten sobre la lactancia, la crianza y otras cuestiones del Alma femenina. Afortunadamente cada vez son más y dan continuo respaldo a las mujeres que ven la recién estrenada maternidad con ojos asustados y desconfiados.

Te hablo de los Círculos de Mujeres y de los Grupos de Ayuda Madre a Madre porque en el momento actual histórico que vivimos, donde el Alma de la Humanidad está aún dormida, son grandes oportunidades para irte despertando.

Es tiempo de unirnos internamente, interiormente, desde la

Escucha profunda a nosotras mismas. Recuperando el poder y la riqueza de nuestra feminidad, de lo que realmente nos importa.

Tiempo de recuperar, reestablecer, la conexión con nosotras mismas para poder recuperar, reestablecer, la conexión con los hijos y las hijas de nuestros vientres.

Abrirse a la ayuda

Una madre en conexión con las necesidades de su bebé, necesita rodearse de ayudas que la nutran a su vez a ella... Es necesario aceptar ayuda, sobre todo en la primera etapa.

Ayuda en el día a día, con la casa, las comidas, los hermanos mayores, para así poder permanecer unidas, fusionadas, con nuestros bebés.

Ayuda de alguien que entienda lo que nos pasa cuando nosotras mismas creemos habernos perdido.

Esa ayuda puede estar en la propia madre, en la suegra, en la vecina, en la amiga, en una desconocida, en tu pareja, en tu padre... A veces tan sólo hace falta abrirse a la ayuda para que ésta llegue.

También existen las Doulas, mujeres que ante todo son madres, formadas para acompañar y cuidar de esa otra mujer antes, durante y tras el momento de dar a Luz. Disponibles para quien no cuenta con el apoyo necesario para permanecer conectada consigo misma y con ese Ser que recién acaba de conocer.

En una Sociedad que está desorganizada cuando se trata de proteger esa conexión, es necesario que todos estemos alerta, cola-

borando en el cuidado del Alma de la mujer que se convierte en madre.

Desde el contacto con nosotras mismas, seremos capaces de acompañar a esa mujer que necesita ayuda, soporte físico, mental, emocional, espiritual...

En este mundo de prisas y falta de tiempo aparentes, donde las mujeres estamos atrapadas y demasiado ocupadas, ser madre se convierte en algo extraño y ajeno a nosotras. También lo parece aceptar Ayuda sin creernos menos.

Menos sabias, menos fantásticas, menos poderosas...

¡Qué equivocadas!

Es necesario que recuperemos la importancia de abrirnos a la ayuda, porque en el juego de equilibrios del Universo, para seguir nutriendo, primero debemos alimentarnos también nosotras.

Me parece importante saber que no estamos solas, que también contamos con la ayuda de otras mujeres y de otros hombres en el camino. Y que si nos perdemos, nuestros hijos también se pierden...

Las mujeres somos invencibles y poderosas. Somos una perfecta creación divina. Y está en nosotras manejar equilibradamente el Dar, pero también el Recibir.

Observemos lo que ocurre al amamantar y extrapolémoslo a todas las otras etapas de nuestras vidas: para poder permitir que otros coman de ti, es adecuado que antes hayas comido tú.

Volvamos la mirada amorosamente hacia nosotras, dejemos que el Universo nos nutra en sus múltiples formas, sólo así la energía del Amor podrá seguir fluyendo infinita e inagotable hacia nuestros hijos.

Al abrirnos a la Ayuda, sabiendo que la merecemos, ésta llega. El

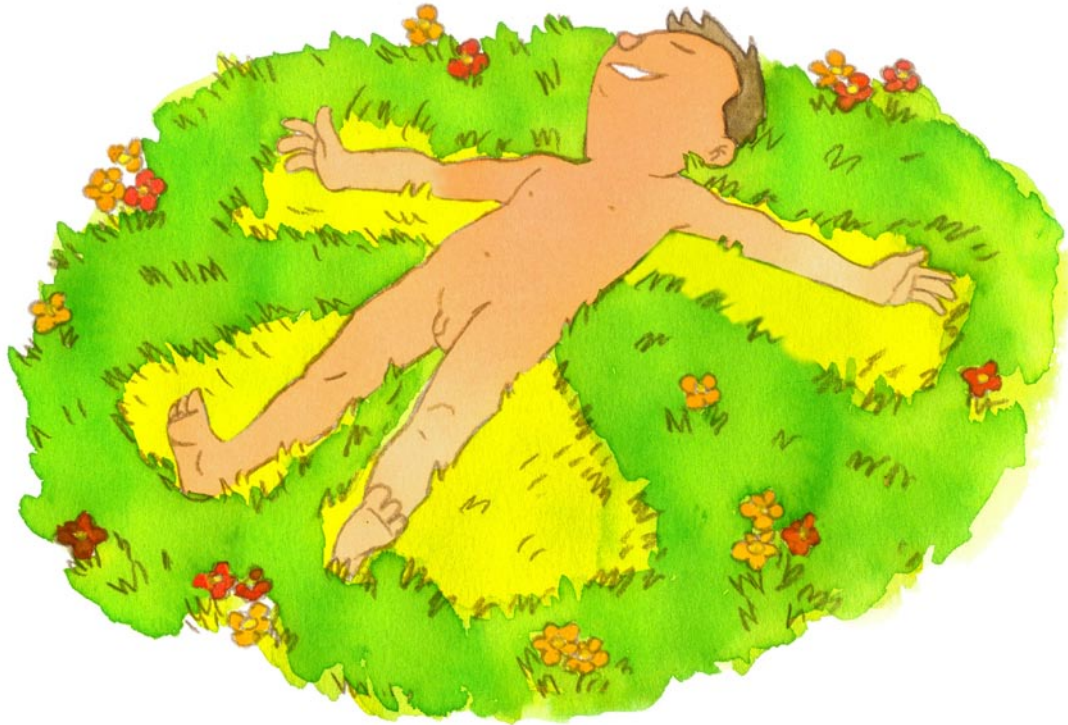
universo es rico y abundante si nos abrimos y extendemos nuestras manos al cielo y a la tierra. Al padre y a la madre.

Del mismo modo que nuestros pechos generan tanta leche como nuestros hijos demandan con su succión, el Universo nos nutre tanto como queramos y necesitemos recibir. Tan sólo hace falta darnos cuenta de que la diferencia con nuestros hijos es que ellos se saben merecedores de ese néctar de vida y nosotras aún dudamos...

Al contemplar enamoradas a nuestros hijos, aprendemos a Amarnos, pues somos lo mismo, somos UNO con ellos.

Capítulo 6

Otra manera de crecer es posible



Tus hijos vienen a ser felices. Y en ellos está la llave de acceso. Trata de no proyectar en ellos tus propios deseos o anhelos sobre cómo quieres que sean.

Recuerda que ellos crean su realidad, tú creas la tuya. Permíteles descubrir todo su potencial, alejados de nuestros condicionantes o límites.

Creemos ser más sabios por ser adultos y nos creemos en el derecho de decirles a nuestros hijos/as: “si sigues ese camino de ahí, encontrarás tal cosa, mientras que si sigues ese otro de ahí, encontrarás esa otra”.

¿Qué sabemos nosotros de la infinidad de posibilidades que les brinda el Universo con cada camino elegido, con cada elección? “Elige el camino que tu deseas, hijo. Yo te apoyo incondicionalmente”.

Eso lo dice Dios.

Eso lo puedes también decir tú, si así lo eliges.

La Comparación

Los adultos estamos tan acostumbrados a comparar...

Pero cada Ser es único. Nadie es más que nadie. Tampoco menos.

Una piedra no es menos que una mariposa.

Un río no es más que una flor.

Todos los Seres tienen toda la importancia y en realidad todos son expresiones diversas de ti, de la Existencia misma.

Cuídate de la forma en que usas la comparación. Puede servirte la que es usada para situar, para encontrar por contraste dónde se desenvuelve mejor tu hijo, cuáles son sus mayores virtudes, qué tipo de inteligencia tiene más desarrollada, en qué lugares y haciendo qué él es más feliz. La comparación de otra forma limita y baja la autoestima de los niños.

Cada Ser es único, diferente, cada ser Es. Dios no se ha equivocado con ninguno. Repito, con ninguno.

He oído calificar de subnormales (una etiqueta equivocada para cualquier Ser) a personas que nos dan lecciones de Amor Incondicional, de Superación y de Humildad que sin ellos no sería posible aprender.

Cada Ser tiene toda la importancia para el Universo. Nadie escapa a la PERFECCIÓN dentro de lo aparentemente erróneo, imperfecto o deficitario.

Dentro del actual sistema educativo, los niños cualificados de niños "con necesidades educativas especiales" son sólo algunos, pero bajo mi visión podrían ser todos los niños.

Todos tienen necesidades distintas a los demás, si de verdad es-

tamos dispuestos a olvidarnos de la uniformidad.

Cuando aprendamos a valorar a cada Ser que nace y crece según su propio potencial y valía dejaremos de comparar y juzgar.

Descubrir el potencial de tu hijo es importante para ti como padre o madre, pero qué importante es que también lo descubra tu propio hijo. Es en definitiva él mismo quien se hará cargo responsablemente de vivir en consonancia con ese descubrimiento.

Cada niño es un Ser irrepitible y viene a Ser, a expresar y a crear.

¿A expresar qué?, ¿a crear qué? A expresarse a sí mismo y a crear su Vida.

Los dibujos

Que importante es permitir que la energía fluya libremente en sus creaciones, lo más alejada posible de juicios o críticas. Cada niño tiene a su alcance un torrente ilimitado de creatividad, alejado de ideas preconcebidas de las cosas.

A veces cuando un niño dibuja y un adulto lo alaba, éste enreda al niño en un contentamiento que lo limita y aleja de la experiencia en sí de dibujar. Puede que entonces trate de lograr alabanzas a través de sus creaciones futuras o se frustre si no las consigue, o se juzgue...

Cuando un niño dibuja, se está expresando, está creando y eso Es.

Ese niño viene y me muestra su dibujo, entonces puedo decirle que lo veo y realmente contemplarlo con detenimiento. O incluso puedo describir lo que veo, sin ponerle adjetivos. Se trata de

corresponderle con mi mirada y mi presencia. Es lo mismo que cuando un niño salta y pide que le miremos: que le correspondamos con un expresivo “ya veo como saltas” es lo que necesita, no hace falta que juzguemos si salta muy bien, muy alto o cualquier otra cosa relativa.

Y si ha dibujado un garabato redondo no le decimos “qué sol más bonito” y menos aún “mira, para que sea un sol de verdad lo pintas de amarillo y le haces unos rayitos por aquí”, como dice José Miguel Castro en su curso “Educación Creadora”.

Podemos jugar, si él quiere, a buscar todo lo que vemos en su dibujo, si lo contemplamos de diferentes formas: puede ser una tortuga si lo miro así, o un dragón si le doy la vuelta... o también una...

Tampoco nos autolimitemos como espectadores neutros... Si algún día algo que realiza mi hijo me encanta y se lo quiero decir, puedo decirle: “me encanta mirar tu pintura” o “me encanta verte lo feliz que estás con tu pintura”.

La Escuela

La creatividad en los niños es poderosísima. A veces el sistema recorta y recorta sin parar, en cadena, a montones de niños de una vez (aquí en España son unos veinticinco alumnos por aula) dándoles tareas uniformadas, en las que se espera de ellos que hagan las cosas de una sola forma. Normalmente de la forma que pensó su maestro, como muy humorísticamente muestra el autor Tonucci en sus dibujos.

Podemos acompañar a los niños en su camino sin decirles por

donde es el camino.

Podemos acompañarlos en las experiencias vitales que necesiten explorar.

La Vida es la Gran Escuela y venimos a hacer ejercicios continuos que consoliden aprendizajes vitales.

La Escuela Libre

La expresión Educación Libre es temida por muchos, pues quizás imaginan que si dejan libertad a los niños, éstos decidirán cosas terribles, tremendas, descabelladas, inconcebibles para el adulto, o que no “aprovecharán” el tiempo.

Quizás pensar en niños que tienen la libertad de elegir dentro de unos márgenes mucho más amplios de los que concibe la Educación mayoritaria actual, sugiere la imagen de niños desnudos subidos a los árboles en días de frío... Niños que eligen eso en lugar de escribir letras en un cuaderno.

Analicemos qué nos pasa cuando tememos dar libertad a nuestros hijos. ¿Acaso un niño que decide desnudarse y subirse a un árbol, experimentando quizás así un momento de felicidad y conexión, no será capaz de escribir en cualquier otro momento? ¿Acaso si siente frío no querrá ponerse ropa? ¿Acaso no llegará el día en que deseará aprender a leer y escribir?

Ojalá pudiera decir que cualquiera puede subirse a un árbol desnudo siempre que quiera, sea adulto o niño. Pero actualmente nos limitamos tanto, que no es tarea fácil. Ojalá siguiéramos jugando toda la Vida. Pero es en la Infancia cuando más juego necesita un

Alma. Y la Infancia es tan corta...

Es necesario que un niño calme jugando su sed de jugar, porque así estará nutrido para realizar otras áreas de su Vida cuando sea el momento.

Es necesario que crezca conectado con su cuerpo, con la Naturaleza, con sus necesidades, para que conserve esa conexión toda su Vida.

Es más necesario que viva todo eso a que aprenda pronto la lecto-escritura. Pronto no es una edad, pronto es antes de interesarle, pronto es antes de estar preparado.

A veces la Escuela cree "saber lo que conviene" a cada niño en cada momento y trata de dirigirlo hacia allí. Pero cada niño conoce el camino, como la semilla conoce el suyo. Sólo necesitan que el entorno les nutra y les permita seguir su proceso.

Unos niños que no encajan en el sistema actual de enseñanza, pero que están acompañados por padres que confían en ellos y que les apoyan incondicionalmente, es posible que sigan sabiendo lo importantes que son, aunque en su Escuela no lo sientan así.

Es más importante lo que vive un hijo de sus padres que no de la Escuela.

El sistema educativo y la educación evolucionan y tratan de entender y responder adecuadamente al niño, al adolescente, al adulto... pero no te confundas en pensar que el sistema siempre tiene la razón o siempre sabe más lo que le conviene a tu hijo... Permítete escucharte y escucharle.

Dentro y fuera del sistema existen Escuelas formadas por padres, maestros y niños en las que todos ellos son conscientes de que son todos los que aprenden de la experiencia y por ello trabajan como un equipo. Escuelas donde se da importancia a respetar el propio ritmo,

las propias necesidades e intereses de cada uno de los niños.

Existen Escuelas donde lo importante es vivir experiencias enriquecedoras, elegidas por cada niño, según su momento. Y donde las capacidades básicas disponibles que pueden adquirir los niños les capacitan para Vivir con plenitud y felicidad en sus corazones.

¿Quieres dar un paseo por una Escuela en la que todo lo invade una corriente de bienestar?

Entras por la puerta y ya lo sientes...

Observa el bienestar de los maestros en su rostro, en su cuerpo, en su voz...

Hay un número proporcionado de ellos en relación al número de alumnos de la Escuela. Así pueden dedicar su atención y su mirada a todos los niños, sin forzarse, ni debilitarse ante demasiada demanda hacia cada adulto.

Tras ellos hay un sueldo abundantemente adecuado.

Tienen toda la confianza en ellos por parte de las familias y los niños. Disponen de la libertad de acción adecuada.

El tiempo de trabajo es equilibrado pues les permite invertir en el Proyecto pero también les deja tiempo libre en el día para invertir en ellos mismos y en sus necesidades propias y familiares.

El lugar de trabajo es excelente (la mayor parte del tiempo al aire libre, rodeados de árboles, en contacto con la tierra y el cielo) y desean estar en este trabajo y en este lugar pues corresponde con lo que desea vivir su Ser.

Observa el bienestar de cada niño en su rostro, en su cuerpo, en su voz... Todos disponen de una gran libertad de movimiento y acción, se saben respetados y acompañados en su expresividad, incluso en su deseo de ahora no hacer nada o no hacer eso que hacen otros. Tienen a su alcance la mirada de un adulto que acompaña y se ocupa de la seguridad de la experiencia. Disponen de un entorno adecuado para explorar y explorarse. A su alcance están todos los elementos que necesitan para enriquecer su Ser. Desean estar aquí y ahora y saben que también pueden decidir a veces no querer estar allí y serán respetados.

Observa el bienestar de esos padres y esas madres en sus rostros, en sus cuerpos, en su voz... Saben que tienen las puertas abiertas de la Escuela para ellos, pues también forman parte integrante del Proyecto. De hecho son las familias las que más se benefician del acompañamiento al proceso vital de cada una de ellas que se da en la Escuela. Algunas han venido con los bebés a pasar el día. Esas familias saben que son muy útiles para apoyar ahí donde los maestros no llegan (creación de materiales, más mirada a otros niños...) y sobre todo saben que son respetados y acogidos por todos, especialmente por sus hijos.

Observa el bienestar de todas las otras personas que forman el Proyecto, como la cocinera, quien conoce que ella es tan importante con su sonrisa mientras cocina como lo es la sonrisa del conserje al abrir la puerta. Ambos ayudan en gran medida a propiciar esa corriente de bienestar que invade la Escuela.

Salimos y observas que también colaboran en ese bienestar los vecinos que rodean la Escuela, con sus miradas cálidas desde el balcón.

Te diste cuenta de que en esta Escuela todos se saben importantes

para propiciar que la corriente de bienestar fluya de unos hacia otros... Todos cuidan de ellos mismos y de los unos hacia los otros.

La Escuela es la Vida: Educar en Familia

También existen vivencias muy parecidas pero en niños que no van a una Escuela física en concreto porque sus padres saben que la Escuela es la Vida y acompañan a sus hijos en su aprendizaje en la ciudad, en el bosque, en la playa, en un museo o en el comedor de sus casas...

Educación en Familia está siendo cada vez una opción más y más elegida por familias que sienten la necesidad de cuidar del Alma de sus hijos. Actualmente en España se está trabajando por acoger esta opción en vez de marginarla o combatirla pues se está mostrando que quienes eligen esta opción se ocupan plenamente de sus hijos y no los desatienden por no llevarlos a la Escuela oficial.

Considero muy importante el trabajo que están realizando las familias que educan en casa en España para lograr que sus hijos puedan acceder en cualquier momento al sistema educativo oficial, superando las pruebas correspondientes y accediendo así a los mismos derechos que los otros alumnos.

Existen muchas experiencias hermosas de Acompañamiento a la Infancia que no son únicamente las oficiales, otras están aún por venir.

Observaos y elegid en consonancia con vosotros y vuestros hijos.

Desead la mejor experiencia para cada momento y la tendréis.

La importancia del pensamiento lateral

El pensamiento lateral sería algo así como el pensamiento libre o ilimitado.

Este tipo de pensamiento ayuda en gran medida a la felicidad por permitir pensamientos imaginativos, distintos y originales. Pensamientos diferentes a los de la corriente, la sociedad, la masa, e incluso diferentes a los que uno mismo tuvo en otro momento diferente a este aquí y ahora.

Estos pensamientos son mucho más eficaces que los “lógicos” o verticales para alcanzar soluciones a supuestos problemas o dificultades de la Vida.

Los niños tienen facilidad para este tipo de pensamientos. Pero también se pueden entrenar si los perdiste.

¡Aprovecha cada aparente adversidad de tu vida para investigar todas las distintas soluciones que te brinda! No te conformes con la respuesta más obvia.

Recurre a la creatividad para reenfocar una situación aparentemente corriente.

A veces las actividades y ejercicios escolares entrenan a los niños a responder sólo de una determinada forma, que se potencia como la adecuada o única válida. Así, por ejemplo, las pegatinas de circulitos se enganchan en una ficha allí donde el maestro o la maestra espera o prevee. Negamos la propia interpretación de cada niño sobre lo que le sugiere o anima a hacer una ficha o ejercicio concreto.

Los tests de inteligencia valoran en gran medida la adaptación del niño al lenguaje y al pensamiento escolar preestablecido, oficial y dentro de unos determinados márgenes. Tu hijo puede dar

unos resultados aparentemente muy bajos y ser en realidad tremendamente inteligente. Si eres un niño brillante, que dispone de sus propias ideas, es probable que fracasas dentro de un sistema educativo que penaliza tu pensamiento lateral, ese que te lleva a responder de una manera desconocida e imprevisible para los adultos que te rodean...

Tenemos desarrollada una parte muy pequeña de nuestros cerebros. El resto sigue ahí, disponible para activarse en todos nosotros en cualquier momento. Observa esto: si sólo aceptas los pensamientos que te han inculcado, tendrás activadas las mismas zonas cerebrales que tus padres o tus maestros. Permite a tus hijos y a ti mismo/a abrirte a los pensamientos que están y van más allá. Permíteles pensar por ellos mismos. Permítetelo tú también.

Capítulo 7

Confianza en la Vida



Vivimos en una Sociedad sugestionada y controlada en gran medida por miedos. Diariamente se pagan “seguros” para tratar de protegerlo todo. Llenamos nuestras calles de policías y cámaras de video vigilancia. Destinamos millones a la defensa de nuestros países. Compramos perros y alarmas para guardar nuestras casas y según donde vivamos, hasta armas. Vacunamos a los niños de todo lo que nos indiquen. Impera una especie de terror que se encarga de atraer todo tipo de desgracias que a su vez retroalimentan este tipo de pensamientos... Cuando nos demos cuenta de lo sencillo y económico que resulta proteger con pensamientos positivos, destinaremos mucha energía sobrante a disfrutar realmente de las cosas, las ciudades, los países y las personas.

Lo mismo sucede con nuestros amados hijos. Alejados del miedo y rodeados de Confianza, sus Vidas serán más seguras, a pesar de que pudiera parecer lo contrario.

Todas las emociones provienen del Amor o del Miedo. La con-

fianza tiene que ver con el Amor, como la desconfianza con el Miedo.

Amor, Apertura, Confianza, Entusiasmo, Ilusión, Pasión... Atraen a tu Vida aquello que deseas.

Miedo, Cierre, Desconfianza, Apatía, Desmotivación... Atraen a tu Vida aquello que no deseas.

Observa dónde estáis, observa dónde está tu hijo y aprended en familia a transitar hacia estados emocionales y vibracionales más elevados.

Cuando observes que los acontecimientos no se corresponden con lo que deseas, vuelve a conectar con el bienestar y siente cómo todo se está arreglando y reajustando.

El “Mal” es tan sólo una resistencia al “Bien”.

Tu Vida es una película y puedes elegir que sea de terror, si tú quieres.

Los peligros son directamente proporcionales a nuestros miedos.

Dios te da absoluta Libertad para crear tu realidad como decidas. No va a salvarte de nada que tú atraigas. Eso no sería Libertad absoluta.

Observa si en tu casa tienes guardados un montón de “por si acaso” que ya no usas hace tiempo y que ocupan espacio innecesario. Es muy saludable regalar o tirar todo aquello que implica que no confías en que la Vida ya te lo proveerá si lo vuelves a necesitar. Limpia de tu Vida aquello que no necesitas como un ejercicio de Confianza en la Vida y tus hijos lo aprenderán.

Observa si proteges excesivamente algo a causa de pensamientos de que te lo van a sustraer y díte a cambio que Confías.

Observa si proteges excesivamente a tus hijos: demasiada ropa

encima cuando hace frío les hace sudar, el sudor les moja y luego les enfría. Una sencilla metáfora para elogiar el equilibrio en tu protección.

Cuando tus hijos salgan de casa recuérdales que Confías en la Vida. Les ayudarás más que con pensamientos o frases de preocupación. Cuando te sientas preocupado, envíales mejor un pensamiento del tipo “te rodeo de amor y protección”.

Su Confianza en ti

Como madre o padre suyo que eres, su Confianza en ti es de vital importancia.

No le engañes diciéndole, por ejemplo, que hoy no le van a pinchar y entre confiado en la consulta del médico de donde saldrá dolorido con una vacuna.

El dolor que siente es de su Alma.

Tampoco le digas a tu hijo pequeño que esté tranquilo, que no te irás, y entonces desaparezcas, justo cuando juega confiado y despistado, sin despedirte. Por ahorrarte ver sus lágrimas siembras en su seno la desconfianza.

Desconfiar de una madre o de un padre es algo terrible para ese Ser.

Cuando te descubras pensando que algo va a ir mal, tómate tu tiempo en transformar esa sensación.

Los miedos de los padres pueden interferir y condicionar la realidad de un hijo. Mientras que la Confianza y la CERTEZA de que todo va a ir bien también interfieren y condicionan la realidad.

Su confianza en ti le llevará a confiar en otros y a atraer situa-

ciones prósperas a su vida.

Su desconfianza en ti le pondrá en el camino de la desdicha. La desconfianza y el miedo nos hacen tener pensamientos desconfiados que a su vez atraen situaciones negativas que los alimentan.

No le mientas ni hagas que te mienta (al ejercer una fuerza en su contra, puede elegir mentirte para liberarse de tu presión). Y si llegáis uno o ambos a tal situación. No le juzgues. No te juzgues. Déjale experimentarse y experimentarte también en esa situación.

Devuélvele una imagen amorosa de sí mismo. La necesita.

Encuentra para ti una imagen amorosa de ti mismo/a. La necesitas.

Su Confianza en ti también está ligada a tu propia Confianza en ti. Cultívala y muéstrasela.

Su Confianza en sí mismo

En realidad no importa cómo sea tu hijo, sea como sea es PERFECTO.

Y siempre puedes ayudarle en una cosa: a confiar en sí mismo y en la Vida.

Su Confianza en sí mismo está ligada a tu confianza en él o ella.

Un “yo sé que tú puedes” tuyo, en un momento de titubeo de tu hijo, le devuelve el poder perdido.

Los niños aprenden muy pronto a devolverte frases que tú usas y saben que ayudan: “Mami, no pasa nada, no te preocupes... yo estoy aquí” o “tú sí puedes, Mami, yo te acompaño” o “¡imagínate

que sí va, que sí funciona y así será!” (esta última frase se la digo yo y me la dice también mi hijo, cuando me ve ofuscada por algún aparato que se me resiste).

Muchas madres tenemos una tendencia claramente invasiva y entrometida con los más pequeños.

En el parque por ejemplo, los subimos y bajamos donde queremos. Colocamos su cuerpecito allí donde sea, o allí donde nos piden, independientemente de si ya pueden acceder solos a ese lugar...

Es mucho más adecuado y recomendable dejar que sean ellos mismos quienes intenten subir o hacer por ellos mismos aquello que les interese. Nosotros permaneceremos a su lado, animando o simplemente estando. Podemos ofrecer nuestro cuerpo para que lo usen de apoyo, o de puente, colocándonos entre el suelo y un lugar alto por ejemplo. Mas evitaremos resolver o hacer por ellos. También podemos guiarles con palabras: decirle donde puede poner un pie o si le falta desplazar el cuerpo un poco hacia delante...

La autonomía, la independencia, la conquista del espacio, el dominio del propio cuerpo, favorecen su confianza en sí mismo.

Confía en que mantendrá el equilibrio aunque por un momento pensaste que se iba a caer. Aléjate de comentarios como: “¡cuidado, te puedes caer!”, o “¿no ves que te vas a caer?”.

Y luego encima decimos : “ves, si ya te lo decía yo...”

Desconocemos que fue justamente ese comentario nuestro, esa desconfianza en él, lo que hizo que se viniera abajo, pues se creyó nuestras palabras...

Crianza para la Abundancia

Cuando tu hijo te cuente su sueño recuerda y recuérdale: nada es imposible. Si tu hijo lo puede concebir, existe en él o ella.

Cualquier cosa pensada o soñada ya es parte de la Existencia.

Quizás su sueño habla de cuando sea adulto. Ten por seguro que sus pies ya están caminando hacia allí.

“No sabían que era imposible y lo hicieron”.

A veces se les dice a los niños que algo es imposible o muy difícil, o que no es para ellos o: “es sólo tu imaginación” y entonces contribuyes a que tengan una creatividad limitada y una vida limitada.

Cualquier cosa que se permitan pensar y sentir la atraerán a sus vidas poderosamente. Ahí está tu gran importancia, en mostrar una sonrisa amorosa y confiada cuando te cuente lo que desea.

También puedes mostrarle maneras de atraer eso que desea. Lo mismo que ocurre cuando pide en una carta unos objetos y todos le apoyamos a confiar en que los Reyes la leerán y los traerán.

Eso es muy diferente a que le digamos que no sabemos si se lo traerán... (porque es “mucho”, o porque no ha sido lo “suficientemente bueno” como para merecerlo). Así lograremos que atraiga a su vida poca abundancia...

La clave para llamar al viento de la Abundancia y la Prosperidad a sus jardines está en el saberse merecedores de toda la riqueza y prosperidad que deseen.

Los niños saben de la Abundancia. Pero a fuerza de repetirles que las cosas se gastan o no hay suficientes... Se lo creen.

Ellos viven claramente en la Abundancia y nos esforzamos como padres por limitarles y inculcarles una idea “más realista”... ¡Cuán equivocados!

Empieza por confiar en que puedes atraer toda la Abundancia y la

Prosperidad a tu Vida. Y si no eres capaz aún, al menos permite que en su realidad tú hijo sí lo haga.

Abstente de comentarios limitantes acerca de la riqueza.

Cuando tu hijo desee su mundo, no lances ideas preconcebidas sobre la infelicidad de las personas “ricas”, por ejemplo.

O le rodees de noticias terribles sobre escasez o pobreza.

Tampoco limites sus peticiones sistemática e inconscientemente, argumentando que mami y papi tampoco pueden tener tal o cual cosa, porque no tienen suficiente dinero...

Mi hijo dice cuando le aviso de que ese es el último iogurt: “Mami, no pasa nada, compraremos más, en la tienda había muchos”.

Vivimos en el plano de la materia, pero el Planeta Tierra es un lugar rico y abundante. Hay tanto como deseemos.

Ayuda a tu hijo a confiar en los demás y no a verlos como enemigos que quieren quitarle nada. Crianza para la Abundancia.

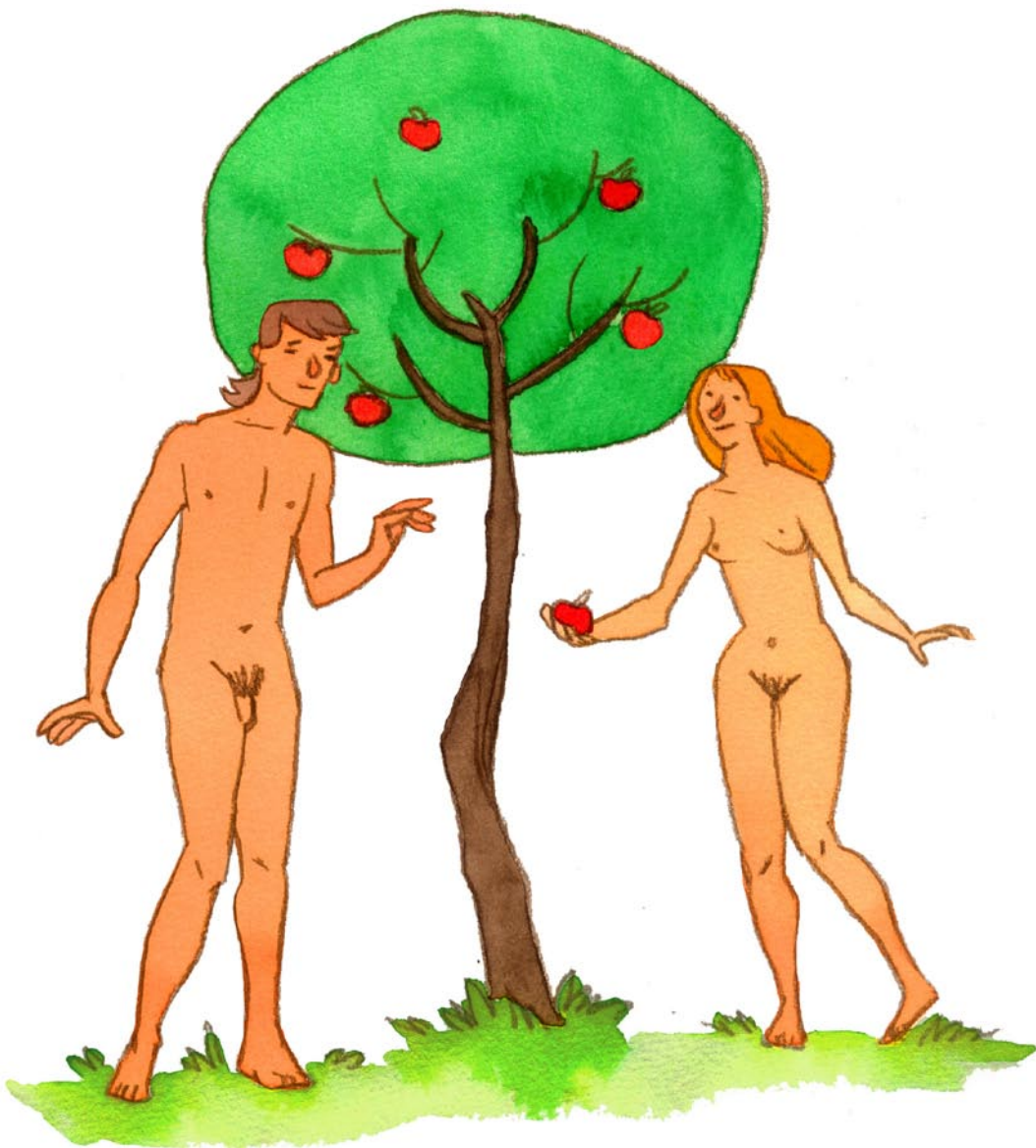
Con tu ejemplo.

El dinero es una energía. Una energía que circula a vuestro alrededor. Ayúdale a Confiar, alejado de Controlar. Así permitirá que la Vida mueva los hilos a su favor.

Es algo así como no mirar demasiado, hacerse el loco con los números, para permitir que la Vida te haga un regalo sorpresa ante tus narices.

Existen infinidad de trucos para que no se corte un torrente ilimitado de Abundancia en nuestras vidas, pero no dejan de ser maneras de materializar en el mundo concreto una actitud interna.

Tan sólo ojo con las falsas necesidades de los niños (y de los adultos). Se trata de que caminen de acuerdo a lo que da felicidad a sus corazones, no de que acallen el sentimiento de carencia o el malestar con substitutos...



Capítulo 8 Amor donde había miedos

Convivir con niños que nos temen puede resultar más manejable y cómodo. Aparentemente nos permite vivir más tranquilos, pero no en espíritu. Pues en el fondo sabemos que estamos con ellos para alcanzar otra manera más luminosa de caminar juntos. También sabemos que un niño crecerá más (sobre todo en su interior) alejado de sustos y miedos. Los miedos no son necesarios ni aconsejables en la vida de nadie. Tan sólo deberíamos mostrarles los peligros reales, sin exagerar y mucho menos adornándolo de personajes siniestros e irreales. Guardamos memoria del miedo para preservar nuestro cuerpo, por ejemplo de ser atropellado por un coche, pero se trata de un miedo que dura el tiempo inmediato de la experiencia misma, como el de la liebre al saber de un depredador cerca. Pero del mismo modo que la liebre no se pasa una sola noche de su vida en su madriguera temiendo por el depredador, nuestros niños pueden pasar su infancia sin temer peligro alguno más allá del inmediato.

El peligro real, además, siempre es relativo...

Por supuesto que jugar con un cuchillo puede cortar, pero si nos limitamos a transmitir a nuestro hijo ese cuidado especial que debe tener y le decimos que confiamos en su buen hacer y su atención cuidadosa... Es muy probable que nuestro hijo se cuide mucho más de cortarse que si le anunciamos todos los peligros que tememos ante su manipulación... ¿Por qué? Por su manipulación confiada. Juntos atraeremos una buena práctica con nuestros pensamientos alejados del miedo.

A veces los miedos vienen de los cuentos o de las películas pero, a veces, vienen de las amenazas de los adultos.

Cuando los miedos aparecen se necesita del apoyo y la confianza de unos padres para que desaparezcan.

Recuerda: si él cree que los monstruos están en su armario, para su realidad así es.

Ayúdale creativamente a convivir junto a ellos, a conocerlos mejor, a integrarlos amistosamente o también a decirles que se vayan si le molestan.

Muéstrale que el Amor protege e invade cualquier ser o lugar por terrible que parezca. Visualizarse recibiendo y enviando Amor es de infinita ayuda.

Donde hay Luz, no cabe la oscuridad.

Tu visión de las cosas, confiada, le ayudará a ver que puede reescribir su propia visión de las cosas.

Y si tu hijo necesita dormir a tu lado, olvídate de ideas preconcebidas sobre lo que necesitan los niños. Pues muchas veces hablan egoístamente sólo de lo que necesitan los adultos.

¿Acaso no es adecuado dormir con tus hijos como mamíferos que son?

La especie humana ha sobrevivido durante mucho tiempo usando

el contacto directo para asegurar el cuidado de las crías.

Pregúntate si obligarlo a dormir sólo, cuando insiste en no querer, colabora con ese sentir miedo...

Otros sentimientos...

Cuando un niño muestra un sentimiento que juzgamos equivocadamente como desagradable, quizás como adultos tengamos la tentación de tratar de negarle lo que ha sentido, o incluso reprimirlo. Sea lo que sea que sintió: para él es y tiene el valor de realidad.

Por ejemplo, puede decirte que odia a la abuela o a su hermanita. Para ti eso es inconcebible y puedes estar tentado a tratar de convencerle de que no es eso lo que siente.

Pero todos los sentimientos pueden aceptarse. Alejados de juicios, desde la Escucha al otro.

“Me disgusta lo que haces o dices ahora, pero a ti te quiero y eres libre en tus sentimientos”.

Muéstrale que enfadarse no es negativo, ni malo. Muchas veces, llegados a determinadas situaciones, es de lo más necesario y liberador. Como por ejemplo cuando alguien te violenta y no para de hacerlo a pesar de estarle pidiendo que pare.

Cuando llega el enfado, necesita ser expresado. Sin dañar a nadie física o emocionalmente. Cada niño puede tener su forma de expresarlo.

Desde esa expresión que libera, podrá transformarlo en otra emoción. Como por ejemplo en perdón.

Todos los sentimientos pueden aceptarse y ciertas acciones se tienen que limitar: desde la Escucha profunda de ti mismo como

padre y madre sabrás cuando una acción debe ser limitada.

Cuando hablamos de limitar ciertas acciones del niño a la hora de expresar su rabia o frustración, no nos referimos a que moleste o no guste con ello a otros. Evidentemente a algunos de los adultos que nos rodean en el parque o en la tienda, les disgustará esa expresión. Pero si acallamos a un niño por ese desconocido, seamos al menos conscientes de ello. Y ocupémonos de nuestro hijo empáticamente, permitiéndole un espacio y un tiempo de Escucha, donde sí nos sintamos a gusto, alejados de adultos que según nuestra idea temamos que nos enjuicien.

Pero cuídate de pensar que otros te van a juzgar, pues en tu realidad así será...

Cuando te animo a permitir que se exprese, siempre que ello no cause daño a sí mismo ni a otros, me refiero a que no golpee o lastime a ningún ser vivo.

Tampoco puede romper o destruir algo de alguien que no le pertenezca.

Pero sí podemos permitirle y acompañarle a golpear o destruir otros objetos como papel, torres de cojines, torres de arena, lanzar piedras hacia un lugar permitido...

Cuando un niño golpea con patadas un material o tira al suelo objetos de una manera violenta, qué necesario es acercarse a preguntarle si se siente enfadado y ayudarlo a encontrar una manera de expresarse: “¿quieres tirar cosas?, ¿quieres dar patadas a algo?, pues si quieres eso tienes que encontrar un material que se pueda usar para ello... Si quieres te acompaño a buscar piedras para tirar, o cojines para golpear...”

Me alejo de la censura, la crítica y el juicio. Me acerco a ese niño empáticamente y le ayudo a encontrar un camino de expresión

y liberación. Pues si coloco un falso tapón, y no atiendo esa llamada, mi acompañamiento está desatendiendo a esa Alma.

Los niños necesitan saber que todos nos enfadamos, sentimos rabia o frustración y que es un bienvenido sentimiento a expresar, no a reprimir.

Dando a los niños la oportunidad de expresar ese enfado de la forma que elijan, saltando, gritando, alejándose de los demás hasta que se les pase, golpeando un objeto suyo, acudiendo a su lugar preferido del jardín... ¡Como prefieran! Les damos la libertad para amarse a sí mismos independientemente de lo que sientan.

Cada familia decidirá donde está el margen, pero ojalá que los niños gocen de una gran libertad para mostrarse también en situaciones dolorosas. Sentirse amado en estos momentos es cuando más se necesita.

Cuando alguien (el padre, la madre, un hijo o los hijos o combinaciones entre ellos o incluso todos a la vez) se encuentra en una situación de tormenta emocional, se necesita recuperar la brújula interior de uno mismo antes de proseguir el viaje juntos. El modo de lograrlo está siempre más cerca de lo que uno cree en ese momento. Después de todo, es uno mismo quien atrajo o permitió la tormenta.

Obedeciendo al corazón: un medio cuento. Sin portarse bien ni mal

Portarse bien y portarse mal... Pueden ser dos expresiones igual de limitantes.

Obedeciendo a tu fuero interno, a tu espíritu; así es como Dios y tu Alma prefieren que camines por el Planeta Tierra, de niño y de adulto.

Permíteme que empiece por contarte un trozo de un cuento, que encierra una Gran Verdad.

Un día, hace muchísimo tiempo, Dios decidió tener hijos, Seres de Luz.

Y en su infinito Amor, les dotó de la mejor de las capacidades que él mismo poseía, la Creatividad. En su Amor Incondicional a los dioses, les dio la capacidad de crear aquello que desearan.

Pronto empezaron a crear y perfeccionar diferentes lugares y formas de vida. Paraísos rebosantes de esplendor y riqueza.

Llegó un momento en que desearon habitar con cuerpos físicos ese mundo creado.

La mujer y el hombre se convirtieron en los cuerpos perfectos para experimentarse, para sentir aún más sus propias creaciones...

Aprendieron entusiasmados a usar esos trajes y cada vez los usaban más y más.

Un día empezaron a identificarse con esos nuevos vehículos para el Alma.

Y fue desde esa vivencia que olvidaron que tiempo atrás, ellos mismos habían creado a la serpiente y hasta El Árbol del Conocimiento del Bien y del Mal.

Dios y sus hijos se mantenían estrechamente unidos y dialogaban sobre cada acto creativo.

Así fue como El Padre observó una trampa en aquel árbol creado por sus hijos y así se lo expresó.

“Ese árbol contiene la ilusión de la división, la separación, la pérdida de la visión integradora y global de la Existencia...”

Pero sus hijos decidieron vivir por ellos mismos lo que Dios les contaba...

La serpiente (que era una expresión más de ellos mismos) arrancó el fruto y les sugirió desatender las palabras de El Creador Supremo.

Dios sabía que acceder al árbol de ese fruto “prohibido” significaba tomar el fruto que inventaría el Mal en sus vidas. Morder la manzana les daría una visión desajustada de ellos mismos y de la realidad.

Mas les dio la Libertad de hacerlo. Con su infinito poder no hizo desaparecer ese árbol, ni lo hizo inaccesible, ni les impidió de ninguna manera acercarse a él...

Lo contempló todo amoroso. Aún sabiendo que si comían de ese árbol, ellos mismos crearían la idea de la muerte y esa idea les llevaría a “morir”. Experimentarían la muerte como una realidad, mas sus espíritus continuarían siendo eternos.

Adán y Eva tomaron el fruto de ese árbol y empezaron a verse “desnudos” pues empezaron a juzgarse a sí mismos.

Se adentraron en el mundo material, donde la tendencia a verlo todo polarizado es muy fuerte: vivo/ muerto, positivo/ negativo, bueno/ malo...

Olvidaron su perspectiva pura, ilimitada y amplia de las cosas...

Empezaron a juzgarlas...

Sintieron la culpa por hacer algo que creían les separaba de El Padre.

Olvidaron que la serpiente formaba parte de ellos mismos y también la juzgaron.

Algo o alguien “malo” en su anterior estado de gracia divina no había sido concebido. Nada escapaba al orden universal, a la en-

voltura divina de todo lo existente.

Pero fueron aprendiendo a distinguir y dividir las cosas según su recién estrenado conocimiento del Bien y el Mal. Cometieron su “pecado original” al valorar las cosas desde una limitada visión de lo que les rodeaba.

Así, apegados a este plano, sintieron por vez primera el miedo a ser destruidos. Y ese miedo les llevó a creerse finitos.

Fueron olvidando y desconfiando de su esencia divina...

Empezó la muerte a cobrar vida...Y pronto quedaron autoatrapados en la reencarnación, en la vuelta en otra vida... y en otra...

Y pasaron ese miedo y esa desconfianza en la Vida de manera genética de unos a otros, de padres a hijos...

Los hijos divinos de Dios se fueron apartando de El Padre (según creyeron desde su limitada visión de las cosas) aunque El Padre jamás se apartó de ellos.

La culpa se hizo la mentira personal de muchos, o el no puedo, o el no merezco Amor... Pero tan sólo eran eso: mentiras...

Dios mientras tanto estuvo con todos y cada uno de sus hijos en todo el trayecto y no dejó de Amarlos nunca. Sin excepción.

El famoso “pecado” original, fue calificado así por los hombres, mas no por Dios.

La Humanidad, sumida en un drama creado por ella misma, siguió apartándose de su esencia divina, olvidando su origen...

Pero afortunadamente los dioses que se creían sólo hombres y mujeres, siempre siguieron buscando algo más, fuera y dentro de ellos mismos...

Por siempre siguieron usando la capacidad creadora de su Padre.

Y Dios acompañó a sus hijos de regreso a ellos mismos.

El impulso de su espíritu les mostró el camino de regreso para liberarse de las consecuencias del erróneamente cualificado “pecado” original.

En cada niño que nace están las huellas de esa manzana y de ese Árbol del Conocimiento del Bien y del Mal.

Cada niño es un fractal de la humanidad entera. En él o ella reside esta historia, “el problema” y su resolución. Todo está en él o ella.

Todo está en ti.

¿No me crees?

¿Cómo ocurrió que renunciemos a nuestro propio saber interior? Cuando a alguien le dices, tantas veces como sea necesario, que Dios está fuera de él o ella y que en su Alma es malvado y pecador, esta idea pasa a formar parte de él mismo y a su vez de la memoria colectiva del hombre y es difícil de cambiar.

Dije difícil, pero difícil también significa Posible.

Cedemos nuestro Saber a cambio del de organizaciones religiosas que nos hablan de formas para limpiarnos y lograr que Dios nos perdone y ame... Pero Dios ya nos AMA y no tiene nada que perdonarnos.

Todo son sólo experiencias que necesitamos vivir. Ejercicios en la Escuela de la Vida. Dios no juzga, sólo la humanidad lo hace.

Buscamos templos Sagrados y olvidamos que el primer templo que nuestra Alma necesita honrar es nuestro Cuerpo. Somos Perfectos y si no nos damos cuenta es nuestra visión desajustada la que no lo sabe.

Nada sobra en ti, nada falta en ti.

El Famoso Reino de los Cielos no está lejos. Está justo donde estás ahora y en cada momento.

La llave del Cielo la tienes tú, y aunque lo has olvidado, sigue en tu corazón.

La astrología, las cartas del tarot... son como fotografías de un instante que no determina nada futuro. Tan sólo te informan de una tendencia actual, modificable y transformable.

Un maravilloso día me di cuenta de que nada de eso me limita. Dios no tiene escrito mi guión de Vida que yo voy siguiendo. ¡Qué aburrido sería para Él! Y qué poca creatividad y responsabilidad dejaría para mí...

Está a tu alcance y el de tus hijos lograr y gozar las experiencias que deseéis, los mayores sueños y vivir en consonancia con vuestras pasiones.

Dios no tiene cuentas pendientes contigo.

Eres tú quien decide en cada momento si mereces algo o no.

Dios te da todo el poder para ti. Para que crees tu Vida.

Confía en la Vida y ella responderá en consonancia.

Has venido aquí, como todos, a ser tremendamente feliz, a disfrutar de esta existencia, a Amarte y Amar a los otros y a cualquier cosa que te rodea. Sólo porque Es. Sin valoraciones que te alejen de las cosas. Sea lo que sea que pienses... Es. Y un día sabrás que todo es PERFECTO. Pero no “perfecto” como el concepto limitante que tenemos en su uso común del lenguaje. Y que todo está BIEN, pero no me refiero a un “bien” limitante tampoco...

Dios te Ama Incondicionalmente y tú eres parte de Dios. Sois lo mismo.

Vive cualquier experiencia que tu Ser interno necesite. Escucha tu alegría y tu paz interna como guías para decidir algo y no las descartes por prejuicios sobre lo que está “bien” o “mal”.

Deja de lado los juicios de valor sobre otros o sobre ti mismo.

Ámate y abraza tus deseos y tus pasiones. No existe juicio final más allá del tuyo propio.

Vive de acuerdo con tu fuero interno. Sólo así tus hijos estarán agradecidos por tu ejemplo.

Y no pidas tampoco que tus hijos renuncien a seguir su propio fuero interno.

¿Qué es ser bueno o portarse bien?

En el mundo que pisamos, muchas veces eso es sinónimo de vivir de acuerdo al sistema, complacer a tus padres, traicionar tus deseos, rechazar una parte de ti que no es aceptada por los otros...

¿Y qué es ser malo o portarse mal?

Para otros eres malo si no haces caso de lo que te dicen o si no le quieres dar hoy un beso a la señora de la tienda que te dio un caramelo o si protestas cuando estás harto de algo, o si tocas con curiosidad objetos extraños o si te tocas los genitales sólo por placer...

E internamente te acabas creyendo malo... Igualmente terrible es identificarse sólo con ser bueno... Porque así tu mismo coges las tijeras, desde niño y te recortas tus propias alas o las de tus compañeros... Te limitas a vivir la vida de un personaje con el que acabas identificado y que con suerte se cuestionará un día por qué no es feliz, a pesar de ser tan bueno...

Creer que te has portado bien o has sido muy bueno te acerca a la falsa necesidad de no defraudar a los demás. Muy a pesar de lo que te diga tu corazón enjaulado.

Creer que te has portado mal te acerca al sentimiento de culpa. La culpa te hace creer que no mereces lo mejor. Atraes así a tu Vida poca felicidad, pues consideras que vivir en plenitud y atraer las mejores cosas y situaciones es demasiado para ti.

Tantas veces un niño tiene que oír cómo otros lo juzgan de ese modo, que acaba aprendiendo a hacerlo él o ella misma perfectamente.

¡Tiene tanta importancia que desde ahora decidamos hablarles en otros términos a nuestros hijos..!

Tampoco permitamos que otros lo hagan ante nosotros... O al menos, busquemos nuevas oportunidades para mostrarles otra imagen de sí mismos.

Y amplíemos con nuestro acompañamiento su visión de cómo son las cosas.

-¿Es bueno tu hermanito o llora mucho?- le dicen ante mi.

Entonces mi hijo de tres años tendría que quedarse con la idea de que el bebé es malo por llorar o llorar “mucho”...

Mientras subimos en el ascensor, tras dejar a la vecina que le ha hecho ese comentario a mi hijo, le comento a Pau que un bebé se comunica de muchos modos y uno es llorando y que mucha gente piensa que eso es portarse mal. Pero que para el bebé se trata de su voz interior y le recuerdo que es muy importante para el bebé sentirse escuchado y no acallado.

-¿Te has portado bien? Si no has sido bueno, los Reyes no te traerán nada. Sólo carbón...- le dice cualquier familiar o cualquier desconocido con toda libertad a un niño.

Esos comentarios violentan el fuero interno de muchos niños.

¿Es necesario que los Reyes pregunten si te has portado bien?

Eso significa ir en contra de tus deseos y en favor de los de los demás. ¿Eso es ser “bueno”?

Hace poco escuché una iniciativa estupenda: la recogida de firmas para lograr que S.S. M.M. los Reyes Magos dejaran de preguntarles eso a los niños.

Apoyo esta iniciativa y cualquiera que empiece a liberar a los niños de las cargas acumuladas por la Humanidad entera.

Nadie es malo, nadie es bueno.

Todos somos a veces buenos ante los ojos de alguien. Todos somos malos a veces ante los ojos de alguien. En nosotros está TODO. Aprendamos a desprendernos como padres de los juicios de valor y liberemos de una vez por todas a las nuevas generaciones.

Cada vez que nos juzgamos nos violentamos con nuestra Alma.

Cada vez que juzgamos a cualquiera ejercemos violencia.

Nuestra visión de las cosas es una visión influida por la historia de la humanidad, que es nuestra historia propia.

Todo lo que me rodea soy yo misma. Nada de lo que ocurre en ningún rincón del Universo infinito es ajeno a mi.

Tú y yo somos lo mismo...

Todos somos Uno...

Lo que hasta ahora te ha parecido maldad o malvado en otros es sólo un pensamiento desajustado de la realidad.

Todo son experiencias...

Y uno mismo se puede experimentar mañana mismo en lo que hoy desapruéba y critica en otro.

Libera todas las cargas que acumulaste en tu espalda. Comprende al fin que tienes todo el poder para ser feliz y Amarte en cada instante, en este instante mismo.

Todo es PERFECTO en ti. No existen las casualidades y La Divinidad no se equivocó contigo. Nada en ti sobra, nada en ti falta.

Lo bueno y lo malo son conceptos relativos y limitantes. Son ideas inventadas por la Humanidad que han ido variando e intercambiándose según el momento, el lugar...

Lo mismo para el bien y el mal. Son conceptos que inventó la Humanidad.

La culpa la inventó la Humanidad, no Dios.

La culpa aleja de la felicidad. Tus hijos Son, sin juicios. Y son perfectos. Recuerda: PERFECTOS.

En lo que aparentemente es imperfecto existe una PERFECCIÓN infinita.

Los Castigos

Los Castigos alejan al niño de Dios. Y del dios que él y ella misma Es.

El Alma del niño recibe y graba esa información.

Los castigos son métodos represores dentro de un sistema que no funciona y chirría por todas partes.

Los padres de hoy echan mano de lo que recibieron ellos mismos en su momento. Cuando uno se enfrenta a la paternidad o la maternidad con creencias antiguas y erróneas sobre lo que se debe o no hacer como padre o madre es fácil que surjan los castigos físicos o de otro tipo.

Los castigos de cualquier tipo no son necesarios, de hecho son totalmente perjudiciales para el Alma Infantil.

Es importante que nos deshagamos de la culpa si hemos castigado a nuestros hijos. Pero más importante es aún que dejemos de castigarlos.

En el seno de una familia que Sabe del Amor Incondicional de Dios y del Amor Incondicional de todos los miembros que la habitan, no cabe ningún tipo de castigo, físico o no.

Los castigos para el Alma del niño son muestras de no Amor.

“Entonces, ¿como respetarán lo importante?, ¿cómo me harán caso?” –pregunta alguien.

Si eliges el camino del miedo, la represión, el control y la desconfianza en tus hijos, aparentemente te harán caso, mas en el fondo aprenderán a esconderse de ti, de ellos mismos. Y plantarás la semilla de la mentira, el odio, el rencor, la culpa...

Cuando un niño realiza una acción que su padre o madre deciden castigar, es preferible observar la acción dentro de su contexto: ¿qué ha llevado a ese niño a emprender esa aventura?, ¿sabía que eso sería desaprobado por sus padres?, ¿cómo se sentía para llegar a preferir realizar algo prohibido?

Muchas veces esas acciones infantiles esconden enfados, tristezas...

Un niño feliz, en una familia feliz, no es un niño que necesite castigos.

Un niño infeliz, en una familia desdichada, no es un niño que encima necesite castigos.

Todos los niños del mundo necesitan lo mismo: AMOR, Respeto profundo por lo que fueron, son y serán.

Cuando suena la alarma del “mal comportamiento” de un niño, conectemos la alarma que nos indica cómo se encuentra el Alma de ese niño y el Alma de la Familia entera.

Como padre o madre conecta contigo, con cómo estás tú y permítete darte cuenta de que tus hijos son sabios. Confía en ellos, respétalos. Pero eso es sólo una parte... La otra es confiar en ti mismo, en ti misma y respetarte.

Respeto en lo más profundo.

Respeto desde ese adulto capaz de conectarse con su vivencia

como niño que también fue.

Respeto ante ese Ser con apariencia de niño y que un día será adulto. Pero que ahora Es y todo está ya en él.

Tanto respeto por tu hijo como el que ofrecerías a lo más Sagrado, o al adulto que más respetes.

Cuanto más conectada esté una persona con su fuero interno, más permitirá a sus hijos conectarse con ellos mismos.

Cuanto más respeta un adulto su fuero interno, más respeta a lo que le rodea y más respetado es por todo aquel o aquello que le rodea.

El Amor te mostrará el camino en el que no son necesarios los castigos.

Amor a ti mismo primero, que brota desde el Perdón absoluto por todo lo que hay en ti. Perdón desde ti para ti. Dios no tiene nada que perdonarte. Eres tú quien no está en paz, Él sí.

¿Recuerdas la Vida con los ojos del niño o la niña que un día fuiste? Acuérdate de cómo sentías y valorabas el respeto de los adultos hacia ti. De ahí nacerá la empatía con tus hijos. La fuerza para estar siempre de su parte frente a los adultos que les quieren vender tijeras brillantes para que encajen en una vida gris.

Presévalos también de los chantajes, declarados o encubiertos: “Qué malito eres que no me quieres dar un beso, con lo que yo te quiero...”

“Si no le das un beso a la abuela, no nos vamos...”

Me sonrió recordándome en mi infancia dando besos forzados a personas que no me apetecía ni tener cerca.

Tampoco juzgues a otros.

Acostumbramos a etiquetar y valorar a los demás cuando estamos solos y también cuando nuestros hijos están delante.

Cuando observes que alguien que –ante tu limitada concepción de las cosas– crees que se está equivocando, o hace o dice cosas que no apoyas, no lo juzgues en términos de si eso es ser malo.

Dios Ama a esa persona porque es una expresión del Ser que necesita vivir esa experiencia.

Aunque cueste al principio, trata de no emitir juicios de valor. Y si lo haces, ojalá puedas acompañarlos del pensamiento de que “esa es sólo mi limitada idea de las cosas”.

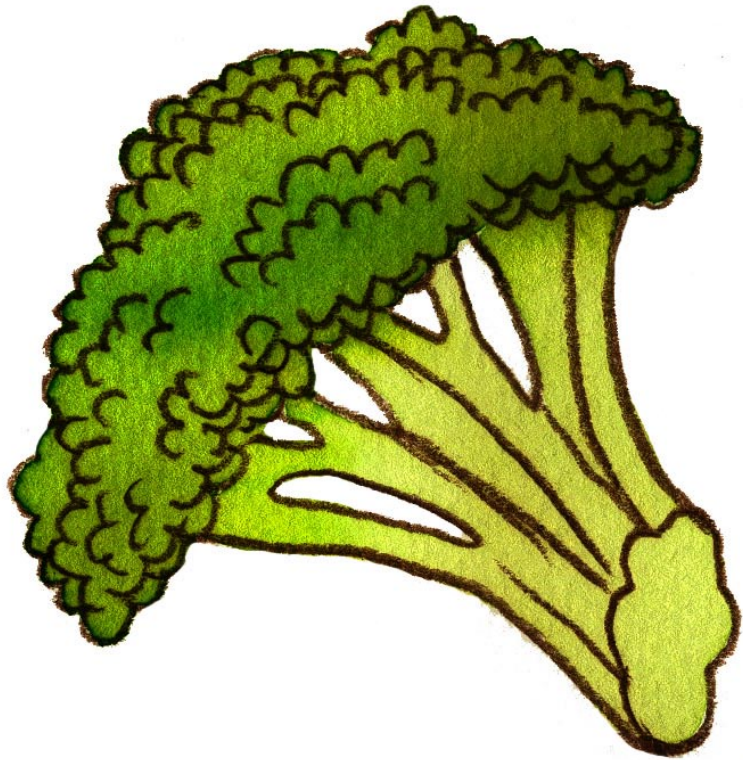
Mantente al margen de sermones o discursos moralizantes a tus hijos. Existen infinitas maneras de transmitir lo que consideramos –para nosotros– importante.

Un ejemplo: podemos tratar de mostrar a los niños la importancia del orden y la limpieza a nuestro alrededor como propiciadores de orden y limpieza internas, reales. Rodearnos de belleza y armonía contribuyen a un bienestar palpable de todos los miembros de la familia.

Mostrar estas ideas es diferente a imponerlas o moralizar al respecto de ser ordenado o recoger o no los juguetes: “va, sé bueno y recoge tus cosas del comedor”.

Capítulo 9

Los niños curan el Alma de la Familia



Los hijos sí eligen a sus padres antes de venir a esta realidad. Se acercan por afinidad al grupo de Almas con las que pueden explorar su potencial. Los padres no siempre eligen a los hijos. Pero los últimos en llegar disponen de una información muy valiosa para los que ya están aquí.

El Alma de un niño guarda una conexión más próxima con lo Sagrado de la Vida, aunque no te hable específicamente de Dios. Para tu hijo, es más cercana su esencia divina que para ti.

Los hijos nos explican sin palabras dónde reside la enfermedad de la familia, dónde está lo que olvidamos. Cuando un hijo sana algo, es capaz de sanar a su familia a través de él. Cuando yo me sano, sano a la vez a mi madre, y a mi abuela a través de mi.

Los hijos nos ayudan a vibrar en el Amor, a cicatrizar viejas heridas, a transformarnos continuamente en alguien más útil y armonioso para la humanidad.

Ellos vienen a susurrarnos al oído lo que teníamos previsto desarrollar con nuestro proyecto vital y hemos olvidado. A veces nos lo gritan.

Algunas veces nos rescatan del olvido, de una vida sin sentido, donde la experiencia del día a día se ha vuelto tediosa. Con su presencia todo cambia. Los abuelos sonrían más y les vuelven las ganas de jugar y divertirse. Los padres dejan de ir en busca del Dorado más allá de su propia casa. La familia entera recupera el gusto por juntarse y compartirse.

Los niños curan de la falta de Amor a la familia entera.

Si somos capaces de recuperar la Vida a través de sus ojos, en vez de tratar de alejarlos de esa vida gloriosa que experimentan, nos habrán curado.

Si tratamos de convertirlos en uno más de la masa gris actual, donde lo importante es lo que otros digan que lo es, donde la Magia está muerta, entonces les estaremos enfermando.

Pero por suerte algún día ellos también tendrán hijos... y ante ellos una nueva oportunidad para reconectar con la Magia de estar vivos.

Cada niño es un fractal de la humanidad entera, como una pequeña parte de la coliflor es a su vez igual que la coliflor entera. Te pido que contemples este simbolismo sagrado un día cualquiera si no lo has hecho aún.

En cada familia también se expresa la humanidad entera. Y cada familia ofrece una hermosa oportunidad para trascender los miedos y convertirlos en amor. Para comprender que del mismo modo que esta mano mía acude sin pensárselo a salvar a la otra mano herida, cada niño se sabe parte de su familia y por eso acude poderosamente a sanarla.

A abrírnos a ver más allá de lo que vimos ayer de nosotros mismos

y de nuestra familia. A darnos una nueva visión del nosotros. Ampliarnos. Comprender y Comprendernos. Amar y Amarnos. A todo eso colabora tu hijo con su llegada.

Se lo damos todo y ellos nos corresponden infinitamente.

Démosle las Gracias a la existencia por esos hijos, que sin ser nuestros, son nosotros y a su vez son ellos. Pero sobre todo démosle las gracias en persona a ese hijo, sino cada día, al menos una vez en la Vida...

También nuestros padres nos dieron la vida y toda su experiencia. Démosles las Gracias. Incluso cuando sintamos dolor por cómo fue nuestra relación junto a ellos. Acojamos y comprendamos nuestro dolor. Desde la Luz del Amor podemos sanarlos al sanar nuestras heridas. Al sanarnos les sanamos también a ellos.



Capítulo 10

Volar de vuelta el viaje hacia lo Sagrado

Tu visión de la vida, su visión de la vida

“Si eres feliz, tienes razón.”

Si eres feliz, tu visión de la vida es adecuada, pero lo es para ti, aquí y ahora.

Puedes sentirte muy orgulloso de tus ideas y pensar que tu visión sobre la vida es la mejor visión sobre las cosas. Seguramente tus ideas son fantásticas y tu hijo estará encantado de conocerlas, pero permítete abrirte cada vez más a otras posibilidades y sobre todo permite que tu hijo tenga su propia visión de las cosas.

Muestras a tu hijo tu escala de valores, para que él construya la suya propia.

Un niño va construyendo su visión de las cosas, pero es posible que ya venga con algunas ideas claras.

Es posible que se quede con algunas cosas de ti que le marquen, pero también quedarán en él huellas de experiencias con otras personas.

A priori, según una idea limitante, unos padres deben mostrar e inculcar a su hijo cómo son las cosas de esta vida.

La idea de que “unos padres deben educar a su hijo” permítete dejarla en interrogante, al menos hasta después de la lectura de este libro. Pues quizás necesites revisar esta idea para ser feliz como padre o madre y para permitir que tu hijo lo sea.

A veces ocurre que unos padres, capaces de abrirse realmente a la experiencia de acompañar a ese Ser que les ha elegido como compañeros de viaje, se permiten ampliar su propia visión de las cosas.

La paternidad y la maternidad son experiencias únicas para transformarnos, reescribirnos y realinearnos con nuestra Alma.

A veces llega un hijo y se abre una puerta hacia lo desconocido. Podemos ofrecer nuestras resistencias a lo que ahora las cosas son, o bien, podemos elegir reinventarnos y reinventar nuestra Vida.

Puede que antes de la llegada de tu hijo ya tuvieras muchas ideas sobre lo que necesita un niño o una niña de sus padres. Puede que incluso te hubieras especializado universitariamente en pedagogía o psicología infantil. Pero ante tu hijo te das cuenta de que esas ideas no ayudan a vuestra felicidad.

A mayores ideas preconcebidas de los niños, más necesidad de revisarlas e incluso a veces de desaprenderlas.

Este libro te habla de permitir que tu hijo se construya a su ma-

nera su felicidad. Y también de que tú reconstruyas la tuya.

Aunque a lo mejor es necesario tirar al suelo alguna torre (pensamientos, actitudes, decisiones) que hiciste en otro tiempo con esmero y dedicación. Esa torre no te sirve. La llegada de tu hijo te permitirá quedarte con los cimientos de lo que realmente es útil aquí y ahora.

Sobre esos cimientos, si tú quieres, construirás tu nueva vida.

Una vida rebosante de felicidad, si tú lo permites.

Ante la maternidad y la paternidad:

Flexibilidad cuando corresponda...

Firmeza cuando sea necesaria...

Adaptación ante los cambios...

Aflojarse ante las resistencias (propias o ajenas)...

Que nuestros egos cedan primero...

Abrirse a ideas ilimitadas...

Es una Gran Oportunidad para crecer, como lo son otras crisis vitales.

La Vida es cambio continuo y lo que te dio la felicidad ayer es diferente a lo que te la dará mañana. Tu mismo/a eres diferente.

¿Acaso tus células no se van regenerando continuamente?

Desapegarse de una idea inamovible sobre nosotros mismos nos ayuda y ayudará a nuestros hijos.

Tu visión de la vida influye directamente en la visión que tienen tus hijos. Por eso es que tenemos que tener la higiene adecuada también para nuestros pensamientos y palabras. Revisar y actualizar.

Descartar aquello que nos limita o aleja de la felicidad.

Existe un dicho popular que limita a mucha gente: “más vale malo conocido que bueno por conocer”.

Tú eliges de qué mensajes quieres rodearte y rodear a tus hijos.

Puedes elegir y rodearte del tipo de dichos, frases hechas y canciones que tú quieras. Incluso puedes elegir qué tipo de oraciones quieres para ti y tus hijos.

Existe todo tipo de materiales (cuentos, películas, juguetes...) al alcance de los niños que influyen en su visión de la Vida. La Sociedad acepta como aptos para el público infantil productos que le envían todo tipo de mensajes. Algunos de esos mensajes son limitantes.

Pero ocurre que están tan establecidos en el mundo infantil que pasan por adecuados para su felicidad. Se les presupone bienintencionados o inofensivos por tener forma de dibujos animados.

Tu visión de la Vida construye tu realidad. La Vida te va según crees que te va a ir.

Tu visión de la Vida no construye la realidad de tu hijo, pero sí influye en su visión de las cosas. Su visión de la Vida construye su realidad.

La tendencia a polarizarlo todo en este plano es muy grande (bueno/ malo...) y con ello acotamos, limitamos, nuestra realidad y la de nuestros hijos.

Por eso es tan importante viajar y conocer muchos tipos de experiencias diversas y distintas a la de uno. Ampliarnos y expandirnos. Ver la Vida desde diferentes gafas...

Las ideas preconcebidas nos llevan a lugares que ya conocemos. Permítele a tu hijo que viva la aventura y el gusanillo de lo que tú no controlas.

Como tu concibas a Dios, así lo mostrarás a tus hijos...

Existen muchas formas de mostrar a tus hijos cómo es tu visión de Dios, a veces una oración, a veces cómo te posicionas ante lo que otros hacen o dicen al respecto...

Te comparto cómo es mi actual concepción de la Divinidad, una concepción que ha ido cambiando mucho desde aquella niña que rezaba antes de irse a dormir una hermosa oración que le enseñó su abuela:

Jesusito de mi Vida, tú eres niño como yo,
por eso te quiero tanto y te doy mi corazón.

Ahora he ampliado esa oración para mis hijos, pues quise transmitirte y recordarme nuestra esencia divina y mi cercanía a aquel que se declaró abiertamente Hijo de Dios:

Jesusito de mi Vida, tu eres divino, como yo,
por eso nos quiero tanto y escucho mi corazón.

Las oraciones son muy poderosas y es muy importante escoger las palabras de tal manera que lo que nos digamos tantas veces nos nutra por dentro, nos potencie y eleve.

Se me ocurre otro ejemplo para explicarte mi propia visión de Dios: cuando colocamos el pesebre con mi hijo de tres años y quise contarle la historia, me di cuenta de la importancia que tenía lo que yo le contara. Decidí transmitirle la Verdadera historia. Verdadera para mi Ser. Le expliqué que el bebé que había nacido era muy importante porque se sabía hijo de Dios. El resto, su madre María y José, y los Reyes Magos y los pastorcillos y hasta la burra, también eran hijos de Dios, como nosotros, pero eso ellos no lo recordaban. Bueno... quizás los tres Reyes sí lo sabían (dudo ante mi hijo) y se alegraban de que el niño Jesús también

lo supiera.

Desde mi respetuosa y humilde visión de las cosas, Jesús de Nazaret vino a recordarnos la esencia divina de todos, pero aún transmitimos la historia como si fuese el hijo único de Dios...

Jesús no estuvo ni un momento alejado de su Padre, de nuestro Padre.

Su Padre no estaba en el cielo observando como mero espectador.

Aún me recuerdo de niña mirando nubes como quien mira hacia el balcón de Dios.

Me gusta que los niños sepan que Dios acompaña sus pasos en todo momento y les abraza hagan lo que hagan, digan lo que digan. Cuando están en un lugar sin ventanas Dios no está fuera. Debajo de las sábanas Dios sigue allí. No hace falta que lo busquen muy lejos, viajará toda su vida en su corazón.

La anécdota de mi visión de Dios

Tengo treinta y un años y estoy en la primera visita a una gran osteópata, Leonor, cuyas manos calientes están vivas y ven.

He acudido a su consulta tras mi segunda cesárea.

Me dice que hay en mi una tristeza profunda que viene de cuando yo tenía ocho años.

Yo me sorprendo pues no sé a qué se refiere.

Ella me dice que alguien muy importante para mi debió morir entonces.

Hago silencio en mí y entonces lo recuerdo claramente: sí, tenía ocho años, era el medio día y estaba en la orilla de la playa con mi padre. A nuestro alrededor no recuerdo mucha más gente. El sol,

el agua, el sonido de las olas... Todo era tan hermoso que le dije a mi padre con una gran sonrisa: "y todo esto lo ha creado Dios..."

Mi padre me miró y dijo: "no me digas que aún crees en el niño Jesús..."

Y así fue como en ese instante, así de sencillamente, murió Dios para mí.

Se lo cuento a la osteópata y le digo que hasta ese instante yo estaba muy conectada. Me recuerdo alegre, vital, confiada, en armonía con mi Ser y con todo y todos los que me rodeaban. Pero desde las palabras de mi padre ya nada había sido lo mismo. Me lo creí tanto, que hasta negué durante años que existiera ni la figura de Jesús de Nazaret. A un padre te lo crees.

Hacia los veinticuatro años tuve una experiencia maravillosa de conexión con lo divino a través de la Naturaleza. Me encontraba en un Ashram en Tarzo, Italia, realizando un curso de Alquimia y estaba dando un paseo a solas, en actitud meditativa, cuando decidí pararme en un arroyo de agua cristalina. Tuve en aquel lugar una hermosa conexión con una libélula y una mariposa con las que pude comunicarme. Aquello fue tan intenso que mi Alma volvió a alinearse.

Dentro de la experiencia misma, me di cuenta de que lo ocurrido allí no era para explicarlo a voces.

Por aquel entonces, yo acudía a una psicóloga para trabajar la repentina muerte de mi padre en accidente de tráfico y al regresar de Italia le conté ilusionada mi experiencia. Con unas palabras que me helaron, me preguntó si acaso me sentía especial para creer que Dios se comunicaba conmigo. Recuerdo que bajé las escaleras de su consulta enfadada y cuando llegué a la calle las lágrimas brotaban sin poder pararlas. Poco a poco, con el paso de

los días, empecé a dudar de mí misma y a cuestionarme si no me lo habría inventado yo todo.

Así fue como, por segunda vez en mi vida, di el poder a alguien de afuera y me volví a sumergir en una vida donde no cabía la Magia.

La osteópata me mira con dulzura y me dice que ya es hora de no ceder mi poder a otros. Mucho menos en mi relación con Dios. Y entonces, así de simple y sencillo, algo en mí se transforma y sé que es el momento de volver a conectarme y recuperar la conexión con mi Ser. Yo sé. Siempre supe. Es algo que mi corazón me dice si le pregunto.

Si miro atrás, me veo a mí misma siempre buscando... Y algo en mí me dice que ya está, que ya lo he encontrado. Ya me he encontrado, y a Dios en mí.

Y entonces dejo de separarme, de alejarme, de dividirme...

Dios es Amor...

Contemplo mi peregrinaje espiritual... Busqué en diferentes religiones, seguí a mi Maestro, como si a través de ello pudiera acercarme más a Dios. Medité, realicé rituales, ayunos, disciplinas... Sin yo saberlo, todo eso me alejaba. Inconscientemente entendía así que a Dios tenía que alcanzarlo. Dios estaba separado de mí. Algo en mí debía ser distinto para acercarme a Dios...

En realidad lo único que necesitaba cambiar era mi ceguera por apertura desde mi corazón, cambiar mi visión desajustada de mí y de lo que me rodea.

Ahora sé que yo misma soy esencia divina. Cada una de mis pequeñas células y cada uno de mis pensamientos son divinos. Como los tuyos. Dios me Ama. Tanto como te Ama a ti.

Cuando en Italia tuve la oportunidad de contactar con la divinidad

que hay en mí, me di cuenta sorprendida de que le tenía miedo a Dios. De repente, después de todo lo que había compartido con la libélula, me pregunté si me picaría...

Sentí miedo de Dios...

En aquel momento era todavía más fuerte la creencia limitante que tenía de un Dios castigador que no la experiencia hermosa que acababa de vivir. Desde niña me habían transmitido la idea de un Dios enfadado al que tenía que complacer. Incluso creo que mis ganas de encontrar la felicidad iban supeditadas a “ser feliz siempre en consonancia con un Dios moralista”.

Ahora yo te digo: ¿cómo es tu idea de Dios?, ¿te has parado alguna vez a pensar si Dios es un Ser enfadado y justiciero?

Tú Sabes. Todo está en ti, tan sólo hace falta que te abras a ello, que te lo permitas.

Actualmente sigo realizando rituales, sigo practicando una disciplina, medito y tengo la referencia de mi Maestro. Pero es tan sólo una manera entre las tantas posibles de experimentarme. Son fantásticas las prácticas espirituales que he ido descubriendo y practicando, pero no son necesarias para alcanzar a Dios. Dios está en mí cuando escribo estas líneas, cuando me levanto con el sol para practicar Artes Marciales y también cuando decido que me quedo en la cama. Todos esos recursos están bien cuando te sirven para experimentarte sin juicios y te sirven para pasar a un mejor estado emocional y por lo tanto vibracionalmente más elevado... Son recursos válidos para transmutar tu energía y está bien conocerlos y tenerlos a mano. Pero no son necesarios para alcanzar a Dios. Son necesarios para que te acuerdes y recuerdes que Dios está en ti. Para que te pares de vez en cuando si andas tan ocupado/a que vas perdiendo tu conexión con lo Sagrado.

Cuando enciendo una vela o coloco unas flores en mi altar, me recuerdo que Dios no las necesita, ni me las pide. Las pongo porque me sirven a mí, no a Él.

Escúchate tú con respecto a tu relación con Dios y no dejes que intermediarios limiten el mensaje de tu propia Alma.

La relación con un Maestro, más allá de lo que pueda parecer, te muestra el camino de la Entrega y la Obediencia a ti mismo, aunque más allá de un Yo mental. Te recuerda, con el Servicio Impersonal, que tú eres mucho más que tu personaje, tus pensamientos o tu casa. Te recuerda que Dios está en todos y en todo. La relación Maestro-Discípulo siempre coloca fuera lo que tu fuero interno ya Sabe.

Muchas religiones te recuerdan que hace tiempo vino un Profeta (Buda, Mahoma, Jesús...) que logró algo que todos tenemos a nuestro alcance: sabernos esencia divina.

En mi corazón, el Dios al que intentan acercarse todos los religiosos del Planeta es el mismo Dios. Y vive en todos y cada uno de los corazones que pueblan la Tierra. Más allá de quienes lo crean o tengan fe en ello. Dios seguirá allí, sin abandonar a nadie.

Para mí Dios es pensamiento, todo pensamiento y no te va a querer ni una pizca menos hagas lo que hagas, aunque seas el lobo del cuento. Dios no juzga, tan sólo los adultos y los niños que ya están sometidos al sistema, que así se lo transmite, son los que juzgan.

Dios Ama todo en ti. Te abraza en cualquier circunstancia, tengas el rostro que tengas y hayas acumulado las experiencias que hayas acumulado.

Nada en ti deja de ser Sagrado y divino. Nada en ti escapa a

lo verdaderamente esencial que habita en ti. Todo tú eres PERFECCIÓN. Dios Ama cada aspecto de ti y te acompaña amorosamente en cualquiera de tus actos diarios y cotidianos, día tras día, todos tus días.

La idea que sigue me pareció divertida pero no carente de trascendencia: mientras estás en el WC, Dios no se queda en el pasillo. No se tapaba los ojos escandalizado mientras encontrabas placer en tus genitales de pequeño. Tampoco lo hace ahora. Dios te Ama cuando sientes envidia, cuando insultas y cuando te sientes culpable por cualquier cosa. Dios Ama incondicionalmente. Dios te da Libertad para ser feliz y expresarte y experimentarte como tú desees. Mereces todo lo que tú quieras. No tienes cuentas pendientes en el cielo. Piensa en lo que quieres atraer en tu Vida y disfrútalo. Dios te da la libertad y la confianza que tú, a su vez, puedes tener en tus hijos.

La humanidad transmite a los hijos una especie de miedo al castigo divino para asegurarse un autocontrol, un discernimiento en cada acto. Ahora comprendo que el sentido de transmitir por tanto tiempo ese miedo a Dios es lograr una especie de código de conducta, que de otro modo se teme que no surja en los hombres. Pero no es Dios quien desconfía del hombre, es otro hombre el que transmitió ese miedo. Dios confía.

Confío yo de nuevo también... Transformo el miedo en confianza, libero a mi corazón oprimido, cerrado, protegido. Me aflojo y permito que el Amor de Dios vuelva a envolverme y a vibrar en mí, como lo ha hecho por siempre.

Me propongo retirar del corazón de mis hijos mi mano cerrada, mi desconfianza. Permitiéndoles así vincularse con la Existencia sin el peso de mis memorias limitadas.



Capítulo 11

La Magia existe

Recuerdo en mí el viejo sueño de convertirme en bruja y practicar magia blanca. Luego, más adulta, pasé a llamarlo Mujer Sabia. Algo en mí seguía sabiendo que la Magia existía y no era sólo cosa de imaginaciones infantiles.

Tras adentrarme en el universo de la astrología, las cartas del tarot a nivel evolutivo, las piedras... Me di cuenta de que la Verdadera Magia estaba en el día a día y que no necesitaba más que mi pensamiento, mi intención. Pero claro, como en todo aprendizaje, es necesario estudiar, comprender, asimilar y ponernos a hacer prácticas.

Todos somos ya magos, con posibilidades de convertirnos en Magos.

Un día, de repente, cuando mi hijo era aún un recién nacido, me asaltó la siguiente idea: ¿dejará mi hijo de creer en la Magia cuando descubra que los Reyes somos sus padres?

Cuando llega el día 7 de enero, muchos padres –con ojos sin brillo– olvidan que la Verdadera Magia sigue presente. Esos niños sí tienen posibilidades de alejarse de su potencial como Magos.

Pero los niños que conocen la Magia en su día a día, descubren que en realidad, tras el cuento o la historia de que vienen los Reyes Magos, existe sólo una Verdad hermosa.

Esa verdad hermosa la desconocen muchísimos padres...

Quizás tú mismo la hayas olvidado, entonces escucha:
Los Magos no son los padres...
Los Magos son ellos, los niños... ¡Son ellos los que han atraído a sus vidas esos regalos!
Los padres jugamos un solo día a hacer de Reyes Magos y nos perdemos lo mejor del cuento: podemos seguir jugando a ser Magos todos y cada uno de los días de su Vida y de las nuestras...
¿Quiénes eran los Reyes Magos? ¿Conocían entre otros principios la Ley de la Atracción? Ese poder es el mismo del que disponéis tú y tu hijo.
¿Qué es la Magia para ti? ¿Y para tu hijo?
La Vida está llena de símbolos y tu hijo aprenderá con tu ejemplo, o con tu confiada mirada, a jugar con ellos.
Todo son símbolos hacia uno mismo. ¿Qué me estoy diciendo yo mismo con ellos? ¿Qué me quiero decir?
Nada de tu mundo está fuera de tu responsabilidad. Todo lo que ocurre está íntimamente relacionado contigo. Eres tú mismo.
Las aparentes “casualidades” o sincronicidades te recuerdan que estás en el camino de la Magia, que tienes el poder para crear lo que quieras.
Tú eres el dios de tu mundo. Siente esa Certeza.
Si en tu realidad eso no es posible, tienes razón, no lo será.
Cuando en tu realidad eso es posible, tienes también razón y así Es.
Accedes a otro plano superior y a tu alcance está la Magia que construye realidad.
Para ello no necesitas ningún apoyo material. Ni varita, ni traje especial.

Pero mientras tu hijo y tú ensayáis, podéis permitir os jugar con los apoyos que queráis: los elementos, los colores, las visualizaciones...
No existe una única forma de hacer Magia.
Recuerda, la información está al alcance de todos. Igual que la Magia.
Mas solo oyes lo que estás preparado para oír.
La Magia se protege del candidato aún no preparado... O dicho de otro modo,
Tú mismo te alejas de la Magia cuando aún no es tu momento. Lo mismo puede ocurrir en los niños.
Pueden ser niños y ya tener una mente vieja: llena de condicionamientos, dudas, límites, desconfianza...
La confianza en el propio poder, su Certeza, es la fuerza del Mago.
Un niño puede necesitar primero empezar por reconstruir, recuperar, la confianza en él, en ti, en la Vida.
La magia le seguirá acompañando a pesar de no darse cuenta y un día hermoso logrará descubrir que ya es Mago.



Capítulo 12

Ungüentos para alas: recursos para tus hijos (y para toda la familia)

Todos los niños se alimentan de otras cosas además de comida...

Nada de todo esto es necesario, pero son impulsos vitales que te mantienen a ti y a tu hijo bien arriba, en un buen estado físico, emocional, mental y espiritual. Equilibrados y por lo tanto más fácilmente conectados.

Crea tus propios recursos allí donde estéis, construye un enorme y riquísimo catálogo y sobre todo respeta y ayuda a tu hijo en la construcción del suyo propio...

Recursos para reequilibrar en un momento dado un estado de desarmonía o para el mantenimiento de un estado vibracional alto:

- Saludar al nuevo día, con la misma alegría con la que lo hacen los pájaros, agradecidos por la luz solar que vuelve para regalarles otra oportunidad en la Escuela de la Vida. Podemos cantar una misma canción, o saludar con nuestro rostro sonriente al sol, o simplemente darnos los buenos días conscientemente.
- Abrazarte y abrazar a tu hijo cada día, cada noche: el valor y la importancia del abrazo son incalculables. Puedes empezar por abrazarte más a ti mismo ¡Verás como tus brazos llegan y tu Ser los recibe!
- Dirigirte siempre a tu hijo con palabras cariñosas que signifiquen siempre aspectos positivos. Por ejemplo, aunque creamos usar cariñosamente palabras como “trasto”, asociamos ese Ser a algo que nos molesta o entorpece...
- Bendecir (que significa decir bien) los alimentos o el agua que vamos a ingerir (aunque sólo sea de pensamiento).
- Meditar juntos, en familia. Según la edad de tu hijo procurarle un espacio de silencio y unión consigo mismo y a su vez de unión con los otros miembros de la familia. Como padres, medita sin alejaos o esconderos de vuestros hijos. Meditar no es aislarse, es “conectarse desde el medio, desde el estado de Centro”. Es sentirse a uno mismo y a su vez a la realidad que nos envuelve, por eso nuestros hijos con sus voces no nos impiden gozar de la meditación.
- Practicar una disciplina de unión con uno mismo y lo divino como yoga o Artes Marciales regularmente, con nuestros hijos, de cualquier edad que sean. Antes, después y durante el embarazo. El yoga o las Artes Marciales son una práctica beneficiosa para ambos y accesible a los niños. En mi familia en concreto practicamos Yug-Do, una síntesis entre las Artes Marciales y el

Yoga que se realiza con un bambú.

- Permitir a los niños desde pequeños conocer y acercarse a los cristales: en especial el ámbar (que es una resina) es un conocido protector de los niños. La turmalina se encarga de limpiar negatividades, también de pensamiento, y las devuelve a la Tierra. Permítele descubrir cuál necesita en cada momento guiado por su intuición. Enséñale cómo limpiarlas (con agua y sal, bajo el grifo con la intención de que eso la limpia, con lavanda...) y cómo recargarlas bajo el sol (el cuarzo) o la luna, en especial la llena (amatista). Internet o un buen libro mostrarán la información que busquéis.
- Propiciar el contacto muy regular con la Madre Naturaleza. Los niños se recargan rápidamente. Los niños de ciudad lo necesitan muchísimo... Buscad para el día a día oasis cercanos donde haya tierra, árboles...
- Descalzarnos: pies descalzos siempre que quieran y sea posible, pies que reconecten con el suelo, con la tierra cálida plena de energía, pies que descarguen y liberen tensiones.
- Bailar danzas que conecten con La Madre Tierra. Mi hijo Teo me ayudó a recordar la importancia de una danza que te reconecte con el elemento Tierra a través de tus raíces (tus piernas y tus pies). Gran parte del trabajo de escritura de este libro (elemento Aire) lo pasé danzando con mi bebé de tres meses. Movimientos rítmicos, capaces de aflojar mis rodillas y mi útero. Volver al cuerpo, sin perderme en los cielos...
- Abrazar a un árbol y jugar a darle energía y a recibir la suya.
- Crear un Tokonoma: una especie de altar (viene de situar “en alto”), un lugar Sagrado al alcance de los niños que va cambiando con las estaciones, y con la Vida, en estrecha unión con la

Madre Naturaleza. En él pueden colocar aquello que encuentren o busquen en la Naturaleza, Honrando a la Madre Tierra. Pueden estar presentes los cinco elementos: plumas, conchas (elemento fuego), piedras (elemento metal), hojas, semillas, flores (elemento madera), agua (elemento agua), figuritas u objetos de barro (elemento tierra). Pero lo más importante es el cuidado y el valor de lo natural que nos ofrece la Madre Tierra siempre cambiante.

- Rodearse de objetos que potencien la felicidad y la armonía familiar, bellos, pocos, en su adecuado lugar. Un objeto en un lugar se dignifica, cobra sentido. En otro lugar se convierte en un obstáculo o un trasto, una carga. Convierte vuestro hogar en un lugar que facilite la armonía y el bienestar de todos sus miembros. Muéstrale a tu hijo que cada lugar (cada cajón, cada armario...) en la casa es importante. Respétale su espacio propio y permítele decidir sobre sus cosas. Ayúdale a respetar el espacio común.

- Rodearse todos los miembros de la familia de objetos, imágenes o fotos que ayuden a recordar sus pasiones. Yo he encontrado una preciosa furgoneta pequeña pintada de colores vivos, con flores y caritas sonrientes. La tenemos en un lugar visible. La compré en el supermercado de un Centro Comercial y el cajero dijo que no sabía que vendieran eso allí. Cuando la veo me reconecto y recibo de nuevo claramente mi deseo de recorrer mundo con mi familia, con espíritu libre, en una furgoneta amueblada. De pequeña pasábamos con mis padres las vacaciones así.

- Cantar y rezar una oración o canción positiva. Si aún no conoces ninguna, pídelas y te llegará. También puedes inventarla.

- Colocar a vuestro alrededor fotografías que fortalezcan y capten momentos de dicha. Rodearos de las imágenes que provoquen en vosotros sonrisas.

- Encender velas con un deseo o propósito (como recordarnos un aspecto que queremos cuidar de nuestras Vidas). Las velas son mucho más que un mero trámite.

- Quemar incienso, que limpia un lugar de las energías bajas o densas. Las multitudinarias religiones lo saben y usan desde antaño.

- Daros bañitos de pies en agua caliente con sal que descargan el cuerpo de energías densas.

- Ducharos con agua a temperatura natural, pues de ese modo limpiamos el cuerpo energético. Observa si en un momento dado necesitas o necesita tu hijo cambiar un estado emocional turbio. Con ese sencillo recurso lo conseguiréis. Incluso si prefieres, podéis realizar de manera preventiva una ducha así a diario, especialmente antes de meditar o practicar yoga. Empieza mojando las partes más alejadas del corazón (pie derecho, pierna, pie izquierdo pierna, brazo derecho, brazo izquierdo, cabeza y tronco). Sirve por supuesto sumergirse en el mar o en un río...

- Escribir notas cruzadas (entre los diferentes miembros de la familia) por toda la casa que refuercen pensamientos positivos. Escribirlas en positivo. Sirve escribir: "Me gusta cuando sonríes, se me ilumina el día, anda, sé generoso". Mucho más adecuado que "Últimamente andamos distantes y fríos, necesito tu atención y tu mirada".

- Reír... La risa. Que liberadora y necesaria para grandes, pequeños y medianos...

- Valorar el buen humor contenido en una acción cualquiera, capaz de sacar del enfado o el desánimo a otro Ser.

- Pintar: que los niños pinten y dibujen lo que desean atraer a sus vidas.

- Evitar dulces, harinas refinadas, lácteos (que no sean la leche materna, esa es siempre adecuada en todo tiempo y lugar) o alimentos muy alejados de su estado natural.
- Practicar ejercicios concretos de conexión cielo-tierra, como el llamado Wu-Chi, en Artes Marciales o Tada Ásana en Yoga, que a través de la sencilla postura quieta, de pie, te permite conectar con la energía terrestre a través de tus pies y con la celeste a través de tu coronilla.
- Practicar movimientos liberadores con nuestro bebé aúpa: de pie y con las rodillas relajadas y flexionadas empezamos a vibrar el cuerpo con movimientos suaves arriba y abajo. Notando después nuestra energía, quizás en los labios, un hormigueo en los brazos, la pelvis más suelta...
- Encontrar una libretita pequeña, fácilmente llevable, donde podáis dibujar lo que queráis atraer, así como escribir en los momentos en que te sientes confiado/a; así atraes lo que deseas: "Era tarde y parecía imposible pero me dije confiada, llegarás a tiempo y aún te sobrarán unos minutos. ¡Escribo esto en esos minutos que me han sobrado!" Notar tu libreta en el bolsillo o saberla en el fondo de tu bolso puede transportarte a la Confianza y a la Magia de tu Vida.



Capítulo 13

Palabras que cuidan y curan

“Somos lo que pensamos. Todo lo que somos surge de nuestros pensamientos. Con nuestros pensamientos creamos el mundo”.
Buda.

Cada padre o madre ofrece su lengua a su hijo y, camuflada en esa lengua, transmite una forma de pensar, una visión de la Vida. Un punto de partida desde donde construir su propia forma de expresarse y vivirse.

Mi Alma habla desde antes de su concepción a mis hijos, en la lengua en la que yo pienso y me hablo a mí misma...

Sé que es importante respetar el fuero interno de una madre o un padre al elegir en qué lengua se siente más cercano a sus hijos.

Aunque parezca que los sentimientos no están arraigados a la lengua materna, a la lengua con la que uno construyó su estructura de pensamiento, prueba por ejemplo a dar las Gracias en otra lengua diferente a la tuya y notarás como te resulta más fácil y menos verdadero. O observa qué pasa cuando te enfadas... ¿Con qué lengua conectas?

Pero continuemos contemplando un tema muy importante: el aprendizaje de una lengua y su uso.

Cuando un niño aprende a hablar, el adulto repite lo que él dice, ofreciendo el modelo correcto y expandido.

Por ejemplo “abua” dice el niño,

“quieres agua” dice la madre.

Ella no dice: “¡no se dice “abua” es “agua”!; a ver, dímelo bien “agua”.

Las dificultades en el aprendizaje de una lengua, muchas veces tienen que ver con presiones, intervenciones excesivas o estrés asociado al querer comunicar y que no te dejen tu espacio y tu tiempo.

Por ejemplo un niño de cuatro años tartamudea y lo que necesita es que su mensaje sea escuchado, que su voz interior pueda llegar al otro. No necesita, y le perjudica, que le corrijan o acaben sus frases...

Mucho Respeto ante cada niño que se está expresando.

Los niños disponen de lenguaje y el lenguaje estructura su pensamiento.

Su pensamiento construye su realidad.

Cuida mucho tus palabras y enriquece su manera de expresarse sólo a través de tu ejemplo, no de la censura o la imposición.

Imponer una forma de hablar es imponer una forma de pensar...

Tan sólo cuida tu propio uso de la lengua y tu hijo lo tendrá como modelo sobre el cual construir su propia manera.

Observa qué frases hechas y qué expresiones utilizas, de qué pensamientos te rodeas.

Las palabras contienen su información, su Alma.

También importa mucho la intención, el tono, con que son pronunciadas.

Un tono dulce y sin tensiones en tu voz genera mucha más energía en ti y a tu alrededor.

Atención a la actitud corporal que acompaña a las palabras... A veces el dedo autoritario de un adulto puede convertirse en un auténtico rayo láser para el cuerpo de un niño.

Elige de nuevo tus palabras y reeducarás tus pensamientos. Re-construirás tu Vida.

El Verbo usado en tiempo presente te ayuda y ayuda a tu hijo a permanecer en el único momento disponible: el aquí y el ahora.

Úsalo siempre que puedas, te ayuda a permanecer presente, no en la mente.

Cuando quieras lograr que tu hijo no haga una determinada cosa y cambie de interés o actividad, centra tu energía y coloca tu atención en la alternativa que quieras ofrecerle. Descarta usar la negación de lo que está haciendo, pues lo refuerzas...

Le dices a la mente que piense en lo que quiera menos en ranas que saltan, ¿y en qué piensa ésta? En ranas saltando.

Por ejemplo si le digo a mi hijo “no pienses en subir la escalera” o “no subas la escalera...”; o le digo “no te choques con ese nene”; por más que lo repito, ahí sigue enganchado.

Es más útil que diga “mira, vamos a ver si está el perro en el jardín...”

Para evitar violentar y violentarnos, también es útil despersonalizar o desvincular de lo personal una norma: es preferible informar o recordar que “en esta casa” o “en esta escuela” hacemos las cosas de esta manera a decir “yo te digo que hagas las cosas de esta manera...”

También es adecuado hablar de cómo “está” tu hijo, o cualquiera, en vez de cómo “es” él, lo que implica una etiqueta, un encasillamiento, una carga.

Por ejemplo alguien me dice:

–¡Que tranquilo es tu hijo!

–Sí, ahora está tranquilo...- contesto.

Prefiero “está nervioso” a “es nervioso”; prefiero “está malhumorado” a “es un antipático”.

Trata de deshacerte de las etiquetas que otros cuelguen a tu hijo por muy positivas que parezcan a priori.

Pues incluso si alabas lo bonita que es una nena, hermosa con sus rubios rizos, puede convertirse en una presión para ese Ser. Como, por ejemplo, me explicaba mi amiga al confesarme cómo se siente atrapada en una etiqueta de belleza permanente para lograr aquellas viejas alabanzas.

Tampoco me siento cómoda si le dicen a un niño “¡qué fuerte y que valiente eres por no llorar!”

Aprecio que los adultos sigan llorando cuando lo necesiten y no se escondan de los niños, sobre todo los hombres que se permiten hacerlo ante niños y niñas.

“Los niños mayores ya no lloran”.

“A ver qué valiente eres que no lloras”.

“No llores que te pones muy feo”.

Recuerdo con tristeza cómo durante unas prácticas en parvulario, con niños de cinco años, la maestra tutora del grupo preguntó a toda la clase ¿Qué le decimos todos a Félix? Lo cierto es que no recuerdo qué había hecho el niño o qué le había pasado, pero lloraba. Y entonces, ante mi estupor, la clase empezó a corear: “Niño bebé, chupete y a la cuna”. Todos al unísono, con un dedo acusador... Y la cancioncilla que se repitió y repitió hasta que la maestra dijo “¡basta!”

Hay palabras y frases que duelen y se graban toda la Vida...

Hay observaciones que castran: no puedes, no sabes, no mereces, no vales...

Su Alma lo registra, su mente lo atrae.

Aún recuerdo lo que en la Escuela nos decía enfadado un temido profesor:

“no llegaréis a nada, sólo a “cereros”..., os pasaréis la Vida sin hacer nada, todo el día de una cera a la otra...”

Seguro que tú también recuerdas frases que impactaron en ti.

Ojalá también recuerdes aquellas palabras que te acogieron o apoyaron en un momento dado.

Aquellas que no te juzgaron ni dividieron internamente.

Conecta con aquella persona que con un “no te preocupes, tranquilo” te mostró, por ejemplo, que te valoraba más a ti que a aquel objeto que habías roto al caerte.

Hay palabras que cuidan y curan. Se me ocurrió recoger un pequeño listado mientras escribía este libro. Algunas me sirven para tenerlas en mente, otras para escribirlas y colocarlas junto al espejo, en la puerta de salida de mi casa o en otro lugar que considere oportuno. Algunas me sirven para tender la mano a mis hijos en un momento dado.

Tan sólo son algunas; tú sabes éstas, otras y encontrarás muchas más:

- Te amamos incondicionalmente.
- Dentro de mi hay Amor suficiente para todos (cada uno de los hermanos y papá y los yayos y mis amigos y...).
- Te voy a querer siempre, hagas lo que hagas, digas lo que digas, seas lo que seas...
- Estoy aquí para lo que necesites de mi (le susurro al oído a mi bebé Teo de tres meses, mientras lo aúpo).

- Disfruta de la Vida.
- Vive la Aventura que tu Alma te impulsa a Vivir.
- Yo Sé.
- Tú Sabes.
- Tú Puedes.
- Imagina que sí funciona o que sí va y verás como sí lo hace.
- ¡Te apoyo en lo que tú elijas!
- Mis hijos me sorprenden con sus capacidades.
- A ver qué día creo hoy (creo del verbo crear, en substitución a tengo).
- ¡Que crees un bonito día!
- Sé un creador consciente.
- Ahora es el momento de recuperar tu poder.
- Somos un equipo.
- Amo lo que Eres.
- Ama lo que Eres.
- Me merezco lo mejor.
- Te mereces lo mejor.
- Es muy bueno para mí dar Gracias.
- Si es fácil, es para mí.
- Por hoy...
- Sólo a veces...
- En este aquí y ahora decido experimentarme así.
- Hijo, esto es muy importante para mí.
- Mami, esto es muy importante para mí.

También existe un Silencio que está más allá de toda palabra. Un Silencio que acoge al otro sin invadirlo, que permite al otro, que espera disponible y receptivo. Un Silencio que abraza. Silencios que hablan más que palabras. Silencios que cuidan y curan.

Capítulo 14

Jugar con la existencia



Todos necesitamos jugar para sentirnos vivos. De niños nos maravillamos con las cualidades de la realidad. Las exploramos maravillados, extasiados. Conmovidos por cómo las cosas son.

Antes del gateo

Un bebé empieza por explorar su propio cuerpo y sus manos. Las lleva a su boca y se explora a través de ese contacto. Pronto empieza a interactuar con su alrededor y a recibir información sobre las cualidades de los objetos. Por eso es de vital importancia permitir que accedan desde ese momento a la riqueza que ofrece la Madre Naturaleza y no les limitemos el acceso únicamente a peluches y plástico. Los objetos naturales que no son peligrosos son gratuitos y ¡son infinitamente más ricos que los comprados! La Naturaleza nos brinda regalos para poner al alcance de nuestros bebés: conchas, piedras, trozos de un tronco, hojas, frutas, verduras...

Los bebés se enriquecen explorando su entorno natural, mejor en el suelo que en una cuna, mejor al aire libre que en una habitación. Sobra decir que no vale cualquier trozo de tierra o suelo y que es conveniente cuidar que el lugar no contenga objetos desaconsejables, como vidrios, colillas u otros desechos humanos.

Insisto en la importancia de permitir (que no forzar o insistir por nuestra parte) que un bebé explore con su boca una piedra, una ramita, sin quitársela diciendo: “no, caca, eso es caca”. La boca, repleta de terminaciones nerviosas, es para ese niño el lugar sensorial que más información le ofrece sobre ese objeto y que más conexiones neuronales le permite realizar.

Como escribo ideas desde un libro y pueden recibirse y acogerse de maneras diversas en función de las ideas y pensamientos que tiene cada lector, prefiero matizar que no vale cualquier piedra si la consideramos peligrosa o sucia. Pero te invito a cuestionarte qué la hace peligrosa y sucia para ti.

Si nuestros bebés están en la ciudad, alejados de la tierra y el suelo que ofrece la Naturaleza, al menos acerquemos los tesoros que ésta ofrece. Recojamos esos objetos naturales y pongámoslos a su alcance, que no en su boca o sus manos directamente. Ofrecer, sugerir, preguntar, sin imponer. Del mismo modo que una madre ofrece su pecho y es el bebé quien se acerca, quien abre la boca si le apetece o quiere, ofrecemos un objeto y esperamos a que acerque su manita, o lo dejamos a su lado para que repte y se estire si le interesa.

Cuando aparece el gateo

Los beneficios del gateo son de largo alcance y tremendamente trascendentes para el desarrollo, no sólo motriz, del niño.

Cuando colocamos a un bebé en un andador, o le sujetamos de los bracitos para que ande y permitimos que explore su entorno aparentemente seguro, estamos forzando su naturaleza.

El gateo permite la autonomía real y la vivencia de confianza en las propias posibilidades, facilita la marcha cruzada de mano con pierna contraria y por lo tanto la conexión entre los dos hemisferios.

Ese bebé que es suficientemente dejado en el suelo, interesado por los objetos cercanos a explorar, aprende a gatear cuando está maduro para ello y eso le facilitará aprendizajes como la lecto-escritura más adelante.

También existe una tendencia clara a darles nosotros ese objeto que miran y al que dirigen su cuerpo. Pero como vimos en el capítulo de la confianza, permitirles llegar solos a cada objeto es entregarles la primera llave de su propio destino...

Cuando sea capaz de explorar por sí mismo su entorno más próximo y necesite aprender otros aspectos de la realidad como el dentro/ fuera, el arriba/ abajo, el lleno/ vacío, el sonido frente al silencio... lo hará a través de la propia vivencia corporal y también a través de los objetos. Pero tampoco entonces necesita que compremos juguetes educativos... Son tremendamente felices con esos objetos cotidianos y carentes de peligro que tanto desean: collares, cadenas, cacerolas, coladores, cubiertos de madera, cucharas...

Desde esos mismos objetos, al agruparlos e interactuar con ellos,

descubren los tamaños, las proporciones, las clasificaciones... Es recomendable contar con estos objetos cotidianos que ven en nuestras manos y que son los que prefieren explorar. No es necesario censurar los objetos fabricados específicamente para bebés y primera infancia. Mas sí recordar que no son las únicas fuentes de información y sensorialidad que demandan y necesitan nuestros hijos.

También es importante hablar de adaptar nuestras casas a la llegada de los pequeños en vez de recluirlas en una cunita parque. Guardemos las figuritas delicadas y los objetos que creamos peligrosos. Así, con nuestra atenta presencia podemos permitirles desplazarse libremente por el espacio y explorarlo. Tocar, chupar, manipular y conocer su hogar.

El juego simbólico

Sobre todo en una primera etapa, los niños conectan con la esencia de las cosas, alejados de juicios. Exploran los objetos con una visión amplia y contemplativa que los adultos hemos perdido.

Pero luego empiezan a conectar con memorias colectivas que habitan en su interior y que necesitan ser actualizadas a través de ellos. El juego simbólico brota espontáneamente en ellos y pone en las manos de cada niño todo el potencial del universo. A través del juego pueden ser o tener todo aquello que deseen.

Llega pues el simbolismo y las cosas empiezan a ser más allá de lo que parecen en un primer momento. Con un tronquito tienen un hermoso caballo. Que dentro de unos días puede transformarse

en una nave espacial... Entonces no necesitan objetos comprados con los contornos y las formas bien definidas, la imaginación modela los objetos a su antojo y va exactamente donde desea ir, sin limitaciones. De nuevo, lejos de censurar los muñequitos de las tiendas, tan sólo recuperar la importancia de darle usos nuevos e imaginativos a los objetos naturales o cotidianos que tienen a su alcance.

Cuando un niño se sumerge en sus juegos, la unión consigo mismo y sus anhelos es muy fuerte, muy vital. Cuanto más pone de imaginación y creatividad más se divierte y disfruta el momento. Por eso se resisten a acabar sus juegos antes de tiempo, cuando ya creemos que toca comer o marcharnos a otro lugar. Es preferible avisarles de que falta poco para irnos, en vez de cortar un juego drásticamente, pues le invitamos a que desde su imaginación también vaya concluyendo su historieta para continuarla en otro momento.

También es muy recomendable participar de sus imágenes simbólicas y seguirles en su juego. Por ejemplo cuando nos piden que les coloquemos una tela a modo de capa. O cuando nos muestran un tesoro en unas piedras como regalo para nosotros.

Cuando llega la etapa en la que les gusta experimentarse desde otros personajes con determinadas cualidades que quieren vivenciar, se está dando un proceso necesario e importante para su desarrollo, no sólo psicológico sino también espiritual.

Del mismo modo que la humanidad necesita darse cuenta de que no existen buenos ni malos absolutos, que somos en verdad seres poderosos, cada niño necesita jugar y ensayar esas verdades que intuye, que recuerda...

No hay grandes diferencias entre los personajes que todos los

niños necesitan adoptar en sus juegos, pues la historia de la humanidad se repite en cada uno con pequeños matices.

En sus memorias está la historia, la vivencia de la humanidad entera, por eso necesitan ensayar los mismos personajes arquetípicos y llegar a trascenderlos al fin.

Un niño que está jugando emocionado, totalmente sumergido en su rol, si fuera capaz de hablarnos desde la profundidad de su Alma nos diría: “Cuando me experimento como monstruo o pirata o malísimo, necesito meterme en la piel del personaje pues en mi construcción sobre mí mismo necesito saberme y explorarme como tales. Pues son aspectos míos. Aspectos que aún juzgo o no entiendo. Para un día dejarlos, comprendidos e integrados en mí.

Tú, adulto que me das la oportunidad de verme en tu voz, en tus ojos y en tus gestos expresivos tal como yo necesito, me estás ayudando a construir ese personaje para integrarlo y entenderlo para, cuando yo lo necesite, poder abandonarlo.

Un día descubriré que puedo trascender al malo y también al bueno, un día descubriré que soy un dios y a la vez soy algo pequeño y humilde. Ese día integraré todo y a todos en mí, y pasaré a darme cuenta de que estoy jugando directamente con la existencia.”

Algunas ideas más sobre los juegos de los niños

El juego del niño pequeño es de naturaleza libre (evidentemente que tiene que estar contenido dentro de unos parámetros seguros). A través de sus propios intereses y motivaciones descu-

brirá sus talentos, los anhelos de su Alma y su potencial ilimitado para llevarlos a cabo.

Más tarde llega el juego reglado con el que aprendemos a funcionar con el hemisferio racional, analítico, masculino, matemático, que rige nuestra Sociedad. También tiene su importancia y su función dentro de la preparación para la vida que supone el juego.

El juego a cualquier edad, con materiales naturales, en la propia Naturaleza, en el jardín, en el bosque, en la playa, en el pie de un árbol... tiene un potencial diferente al de una habitación, por muy hermosa que esté decorada.

Bienvenido el juego que nace desde una sutil propuesta del niño, o del adulto y que deriva en algo que ni el adulto ni el niño conocían de antemano pero que el niño necesitaba recorrer y el adulto acompañar. Lejos de casualidades, cada juego también habla al adulto que acompaña de aspectos suyos, propios.

Bienvenido también el espacio de juego que posibilita, que permite, infinitas transformaciones: crear una casita, un castillo, una tienda, una nave espacial... A veces nos perdemos los adultos lo importante que es para ese niño crear una casita, aunque para ello utilice la mesa del comedor y estire del mantel hacia abajo...

Los niños necesitan espacio y tiempo suficientes para el juego. Casi todo el día se lo podrían pasar así. Explorando, explorándose, conociendo, conociéndose, expresando y expresándose. Necesitan todo el tiempo posible para actualizar quienes son ellos mismos.



Capítulo 15

La Madre Naturaleza está en ti, está en todo

Los cinco elementos y los niños: madera, fuego, tierra, metal y agua

A veces olvidamos la importancia del juego y la experiencia de contacto y fusión de nuestro hijo con los elementos y se lo prohibimos o le reñimos ante un pantalón mojado o unas manos y una boca llenas de tierra...

Ese Ser que aún conserva su capacidad de asombro, su alegría con lo que Es a su alrededor, es arrancado bruscamente en ocasiones de vivencias que tienen todo el sentido para su Alma.

Si permites que tu hijo siga conectado a los elementos, quizás descubra y conozca cómo usarlos para reequilibrarse y reequili-

brar a otros o su entorno. También quizás será capaz de leer en ellos símbolos que hablan de sí mismo y de la naturaleza que los une.

A nuestro alrededor los elementos están presentes en múltiples formas y colores, interactuando entre ellos y potenciándose o controlándose unos a otros.

En la Naturaleza observamos un equilibrio dinámico y en continuo movimiento entre estos elementos. Por ejemplo en el fondo marino, menos invadido por la inconsciencia de la humanidad que otros lugares del Planeta, podemos encontrar fácilmente estos cinco elementos conviviendo en armonía.

Facilitar y no impedir el equilibrio de estos elementos es necesario para el propio bienestar del Ser humano, de los otros seres vivos y del espíritu de Gaia (la Madre Tierra).

Date cuenta de que tras una exploración o manipulación aparentemente sin importancia de tu hijo con un elemento, existe un contacto Sagrado de quien trata de acercarse a lo que simplemente Es, para aprender a manejarlo y conocerse a sí mismo a través de ese juego.

El equilibrio de los elementos es un juego importante a permitir que los niños desarrollen desde pequeños, desde sus primeras interacciones con el medio. Así no será necesario que empiecen a hacerlo tarde, tras un curso de Magia o Feng shui siendo ya adultos en que lo aprendemos mentalmente, desconectados de la intuición.

También es importante que como adultos juguemos con el equilibrio de estos elementos a la hora de diseñar o cuidar espacios infantiles para facilitar actitudes positivas o para reestablecer un orden interno a través de lo externo.

Tu casa es una expresión más de ti mismo. La casa entera y en concreto su habitación afectan directamente a tu hijo, pues también son una expresión de él o ella misma.

Cada elemento tiene características propias que también están relacionadas con rasgos de la personalidad y el comportamiento de los seres humanos.

Acepta, siempre que te sea posible, que tu hijo decida y modifique su propio espacio exterior, que experimente y juegue con ese territorio que no deja de ser él o ella misma.

Elemento madera

Energéticamente, el elemento madera fomenta la intuición, la creatividad, la flexibilidad y la expansión.

Podemos usar equilibradamente este elemento en la vida y el entorno de un niño para reforzar la confianza y la valentía frente al miedo.

Cuando este elemento se encuentra en exceso alrededor de una criatura en su habitación o en la Escuela, puede abrumarla o hacer que el peso de la responsabilidad parezca mayor.

Cuando este elemento se encuentra en deficiencia puede dificultar la intuición de esa criatura y su creatividad.

Este elemento se encuentra en:

- Los muebles de madera: armarios, estanterías, mesas y accesorios.
- Todas las plantas y flores: reales y frescas, secas, pintadas o dibujadas.
- Las telas de algodón y las fibras vegetales, la seda.

- Cuadros o imágenes de paisajes, jardines, plantas y flores.
- Columnas, pilares, pedestales (por su similitud con el tronco de un árbol).
- El papel en cualquier expresión.
- Las rayas.
- Los tonos azules y verdes.

Elemento fuego

El elemento fuego activa las cualidades de liderazgo y también las relaciones emocionales sanas entre las personas.

Demasiado fuego en el entorno del niño estimula y aumenta la impulsividad, la agresividad, la impaciencia...

La carencia de este elemento puede provocar frialdad emocional y distancia con los otros.

Este elemento se encuentra en:

- Todos los animales: reales, en cuadros y en muñecos; también en objetos hechos con materiales provenientes de los animales, como pieles, cuero, lana, plumas...
- Todas las personas en fotos, cuadros, muñecos...
- La iluminación: la natural del sol y la eléctrica; la de velas, la de chimenea...
- Cuadros de soles, de fuego u otro tipo de iluminación.
- Formas geométricas de pirámides, triángulos y conos.
- Color y tonos rojos, rosas, anaranjados, castaño y magenta.

Todos los niños necesitan acercarse y vivenciar este elemento a pesar de su peligro. Te pido que no prohíbas sin más su juego y que le acompañes si es necesario en la exploración de

su experiencia, quizás quemando unos trastos viejos en San Juan junto a ellos. Ese día, que coincide con el solsticio de verano, en Catalunya se acostumbra a realizar hogueras que simbolizan la transformación de lo viejo en nuevo y también se tiran petardos, que son otra expresión del elemento fuego.

A los niños les atraen las velas y los encendedores. Bajo tu mirada, a una determinada edad que ambos decidís, podrá experimentar y disfrutar de su atracción por este elemento tan fascinante.

Elemento metal

El elemento metal mejora la agudeza mental y la independencia. Ayuda a la concentración.

Un exceso de este elemento provoca falta de trabajo en equipo y crea rigidez mental (dificultad para permitir que entren en nosotros ideas nuevas, ilimitadas o diferentes a las creencias que tenemos).

Una carencia de este elemento puede traducirse en indecisión, incapacidad para comprometerse con otros y confusión.

Este elemento se encuentra en:

- Todos los metales: acero inoxidable, hierro, cobre, aluminio, plata, oro...
- Las rocas, las piedras (incluidos cristales y piedras preciosas), el mármol, el granito, el cemento...
- Esculturas y objetos de metal o piedra.
- Formas circulares, ovales y arqueadas.
- Color blanco y tonos pastel.

Elemento tierra

Este elemento potencia la fuerza física, la ubicación armónica con el vehículo del Alma: el cuerpo. Es el elemento que rige la maternidad. Conecta con el sentido de lo práctico en el plano terrenal y mundano, con el orden y la estabilidad. Conecta al niño o la niña con el cuidado, la armonía familiar y del hogar.

Se encuentra en:

- Objetos hechos de cerámica y arcilla.
- Formas cuadradas y rectangulares.
- Colores amarillos y ocres.
- En cuadros y fotos de paisajes de huertos, desiertos, arena de playa....
- Las construcciones y hoyos en la arena de la playa, del parque o del jardín.
- El barro mojado que se moldea entre las manos.
- El trabajo en un huerto o en un jardín.
- La arcilla mojada con la que el niño puede cubrir su cuerpo y así dejarla secar al sol.

Elemento agua

(Agradezco los trabajos de Masaru Emoto).

Este elemento rige el interior, los sentimientos del ser humano, la profundidad, la calma, la meditación. Promueve el desarrollo interior.

El elemento agua se encuentra en:

- Fuentes naturales o artificiales, ríos, estanques.

- Superficies reflectantes, como cristal tallado, vidrio y espejos.
- Formas fluidas, asimétricas que recuerdan el cauce que sigue el agua del río.
- Imágenes o fotos donde haya agua.

Los niños conservan una gran atracción por el agua y necesitan nutrirse de su contacto vivo.

El agua de la bañera, del grifo o incluso de la piscina, no es contacto auténtico con el elemento agua. Sirve pero no es suficiente para los niños. Necesitan contacto directo con agua viva: el agua de un río, de un “sucio” charco, de la lluvia, las olas del mar en sus pies...

Lleva ropa de recambio en su mochila si eso te ha de permitir ser más flexible en la calle ante sus ganas de mojarse.

El agua registra y guarda la vibración de las palabras o la música. El contacto con ella sugiere el cuidado y la atención. Nosotros mismos somos más de un 70% de agua.

Las palabras también tienen su alma. Puedes cambiar de nuevo la vibración baja de un agua desvitalizada o contaminada con un simple “Gracias” pensado o escrito en una etiqueta colocada en la jarra del agua.

En casa, guardamos el agua en limpios botes de cristal tapados con corcho y dentro llevan piedritas: cuarzos, cuarzos rosas, amatistas, turmalinas... Las piedras están allí dentro para elevar la vibración del agua, aunque algún invitado simplemente piense que es para que sepa más buena (que también). Siempre que bebo suelo enviarme mensajes: “agua de amor, agua curativa, agüita buena pá mis celulitas...”

Encontré un día una tienda hermosa de artesanía donde vendían grandes frascos como los de las antiguas farmacias. En ellos

había escritas en latín en letra antigua palabras hermosas. Elegí Amor, Felicitas, Patientia y Comprehensio. Me llevé un gran paquete con esos cuatro botes aparentemente vacíos y los coloqué en mi casa. Durante un tiempo cada vez que cocinaba echaba en la olla una pizca de todos ellos. Luego decidí llenar el de Amor de agua. A veces, en algunas ocasiones, mi hijo me dice “quiero agua de amor”, y yo se la doy con atención, como si se tratara de una medicina sagrada, pues así es.

También tomamos Esencias Florales en casa. Un día a Pau se le estaba a punto de acabar el contenido de su frasco (quedaba una gota) y yo lo rellené de agua. Seguí dándole aquellas gotitas con la etiqueta de “SOY FUERTE” tanto como mi hijo necesitó.

El agua se activa y vitaliza con el movimiento. Mientras la muevas enérgicamente, visualiza el agua descendiendo veloz por el cauce de un río. Las piedras y rocas que va encontrando a su paso la “animan”.

Cuando me encuentro fuera de casa y bebo de una botella de plástico, suelo moverla antes enérgicamente. O bien la abrazo con mis manos y le envío el pensamiento “agua viva” o “gracias”.

El agua que colocamos mientras dormimos en la habitación, se carga especialmente. Pues nosotros liberamos en ella parte de las energías que hemos ido acumulando durante el día. Por eso es especialmente recomendable que pegues una palabra o imagen que la limpie antes de beberla. O bien que pienses por ejemplo “Sanación” antes de ofrecérsela a tu hijo.

Los cinco elementos se manifiestan en ciclos:

El Ciclo de **Generación**:

- El agua da vida a la madera pues provee de alimento a plantas

y árboles para su crecimiento y desarrollo.

- La madera genera el fuego.
- El fuego reduce a polvo lo quemado y nutre con ello a la tierra.
- La tierra protege y produce metales y minerales.
- El metal al fundirse se convierte en líquido y al diluirse da lugar al agua.

El Ciclo de **Control**:

- El agua controla la expansión del fuego.
- El fuego moldea los metales.
- El metal ayuda a cortar la madera.
- La madera, los árboles y la flora, evitan el exceso de tierra volátil.
- La tierra delimita al agua en su recorrido y la contiene en lagos y mares.

El Ciclo de **Destrucción**: es el ciclo de Control llevado al extremo provocando la desaparición del otro elemento:

- El agua apaga al fuego.
- El fuego funde al metal.
- El metal corta totalmente la madera.
- La madera abusa de la tierra y la deja sin nutrientes.
- La tierra seca completamente al agua, absorbiéndola.

El Ciclo **Reductivo** se refiere al desgaste de un elemento disminuyendo su fuerza o potencial:

- El agua reduce al metal.
- El metal menoscaba a la tierra.
- La tierra aminora el fuego.

- El fuego reduce a la madera.
- La madera restringe al agua.

Los cuatro elementos

La manera occidental de entender la Vida concibe la Naturaleza dividida en cuatro elementos: Agua, Tierra, Fuego y Aire. Según este orden, y este modo de clasificación, vemos cuatro aspectos del ser humano: el plano emocional, el físico, el espiritual y el mental respectivamente.

Existen múltiples correspondencias con esta forma de clasificar: los cuatro tipos de signos en astrología, los cuatro tipos de temperamentos dentro del ser humano (Flemático-agua, Melancólico-tierra, Colérico-fuego, Sanguíneo-aire).

La visión de los cuatro elementos, como la de los cinco, comprende lo que nos rodea y la naturaleza del ser humano a través de la misma clasificación, pues lo que está fuera también habla de nosotros mismos.

Las dos son formas válidas y compatibles de acercarse y tratar de comprender lo que nos rodea y lo que somos nosotros mismos.

En cuanto al elemento aire, no contemplado antes desde la visión de los cinco elementos, a nivel de objetos lo encontramos en las cometas, los molinillos de viento, los silbatos...

La Ecología y los Niños

A la humanidad se le ha subido a la cabeza su poder. Cuando

este poder baje al corazón respetaremos profundamente las leyes que rigen el orden cósmico y con ellas a cada árbol, a cada ser vivo por diminuto que sea, a cada roca, a cada lugar en el que nos encontremos...

La verdadera comprensión de los niños acerca de la ecología tiene que ir de la mano con el entendimiento de que la preservación de todo lo que nos rodea es responsabilidad directa nuestra, de cada individuo.

Hay quien piensa que el cambio hacia un mundo mejor empieza por convencer a los que gobiernan.

Es más efectivo, necesario y adecuado empezar por uno mismo. Cada acto en ti repercute directamente en todo el Planeta, en todo el Universo.

Cuando yo misma logre hacerme consciente de que mis actos diarios tienen toda la importancia, podré ofrecer un marco adecuado para acompañar a mis hijos hacia su propia conciencia ecológica.

Pero lo más importante es que empiece por mí misma.

La ecología empieza por cada individuo que vive responsablemente, en consonancia con lo que ya sabe.

Cuando desconoces la repercusión de tus actos por tener la inocencia de un niño muy pequeño, no es igual a cuando ignoras y haces caso omiso a lo que ya sabes.

Una vez sabes y conoces la repercusión de cada uno de tus actos o tus pensamientos, puedes superar la pereza o la comodidad de una vida que vive de espaldas al Planeta y a sí misma. Cuando te trasciendes y superas la fuerte tendencia que tienes a ignorar tu responsabilidad, te pones en camino, alcanzas verdaderamente lo Sagrado.

Y el camino de lo Sagrado es ecológico.

Te voy a dar un ejemplo: si al dar un paseo por el bosque, tratando de llenarme de la experiencia de unión con la Naturaleza, sé que tirando al suelo un PEQUEÑO desecho estoy omitiendo mi responsabilidad, no sirve que lo deje allí y prosiga mi camino de búsqueda hacia lo Sagrado.

Olvida lo que otros hacen o dejan de hacer, céntrate en ti mismo y convierte el respeto a Gaia en tu propio lema.

Mostremos a los niños que estamos en camino de respetar profundamente lo que nos rodea y el Planeta entero, desde el ejemplo, desde la responsabilidad, asumiendo nuestra gran tarea, en presente, en este aquí y ahora.



Capítulo 16

Cuentos de Luz

He encontrado múltiples justificaciones para seguir contando cuentos en los que polarizamos a los personajes, para dividir el mundo en “buenos y malos”, o “malvados... y buenísimos”.

Yo ahora sé que eso no siempre ayuda a los niños.

Algo en mí me dice que no hay necesidad de dividir en Buenos y Malos. Las cosas simplemente son.

Me he dado cuenta del gran límite que ponen algunos cuentos tradicionales en los niños: crean en ellos el miedo y el rechazo.

Miedo que en algunos casos no hubiera aparecido en el niño o la niña...

Los cuentos introducen en la Vida de un niño ideas que él mismo no tendría: un niño extrapola rápidamente que hay que tener miedo si un protagonista lo tiene... O que existen los monstruos, los seres malvados...

También provocan el rechazo a otros y el rechazo a sí mismos.

El niño se polariza, se divide y rechaza una parte de sí mismo y la relega a su sombra. Aprende a no amarse completamente, aprende a considerarse imperfecto.

Los cuentos a veces ayudan a polarizar las vivencias de un niño, a enjuiciar a otros, y a juzgarse a sí mismo...

Puede que entienda que en la Vida todo es blanco o negro. O eres “bueno” o eres “malo”. Pero en realidad eso es tan relativo... ¿Acaso en la realidad un lobo persigue a un cabritillo por maldad? ¿Y no es posible sentir a veces lo que siente el antagonista de un cuento?

La moral les envía mensajes del tipo: “si sigues tus instintos eres malo”.

Ese lobo también es divino. Dios Ama incondicionalmente. Y no hay criatura que no sea la expresión de Dios.

Las princesas, los príncipes, los superhéroes... por un lado.

Las brujas, los lobos, los villanos... por otro lado.

¿Acaso las princesas no tienen muchos matices riquísimos a parte de los que conocemos?

Los niños reciben que sentimientos como la bondad, el amor, la paciencia, la amabilidad... (todo lo que se le ocurra al que inventa un cuento y elogia esas virtudes en el protagonista) son algo así como “lo que sienten los buenos”.

La rabia, las ganas de hacer desaparecer a otro, son propias de alguien “malo”.

Y todo va dirigido a que tu hijo se quiera identificar con el o la protagonista.

Observo en las obras infantiles violencia represora contra “los malos” aparentemente “justificada”. El bueno sale victorioso y el malo castigado...

Pero puede ocurrir que tu hijo se sienta “malo” si siente o hace algo que en un cuento se insinúa como propio de “malos”...

Una buena Amiga, Raquel, que transita a mi lado el camino del Amor a la Infancia, me dice: “Pero la maldad existe en el mundo, hay guerras y asesinos...”

Eso existe, si así lo aceptas.

Los cuentos contados del modo tradicional sirven para seguir manteniendo el mismo sistema, la misma realidad dual y polarizada que ya tenemos.

Tampoco me refiero a contarlos intercambiando o desplazando el juicio de unos a otros: ahora la princesa “se carga” al príncipe... Parece una versión más moderna, pero es más de lo mismo... Cuidado con las versiones que excluyen al sector masculino porque quieren contrarrestar un trato inadecuado hacia personajes femeninos. La separación y la negación no ayudan al Alma Infantil. Sí lo hacen la integración y la reconciliación de los opuestos.

Los cuentos transmiten determinadas formas, maneras, de ver y resolver las cosas...

Tampoco insinúo la conveniencia de censurar lo que rodea a tu hijo para sobreprotegerlo. Se trata más bien de poner conciencia en aquello que ponemos ante nuestro hijo para poner Luz con nuestro acompañamiento.

Porque donde está la LUZ simplemente no está la OSCURIDAD. No te pido que aisles a tu hijo. Que deis la espalda a esta Sociedad.

De hecho, aunque trates de no comprarle los cuentos de la librería de cerca de tu casa y rebusques por el planeta sólo cuentos de Luz, un día en la Escuela o en casa de un amigo o alguien para el cumpleaños de tu hijo colará ante él un cuento de esos en los que hay un bueno, un malo, un castigo...

Tu hijo vive en una realidad, en este aquí y ahora, en la que casi todos y casi todo le habla de esa separación.

La realidad en la que vivís forma parte de vosotros.

Sabio es aquel que no huye a la cueva para ser feliz, ciego, de

espaldas y alejado de lo que ocurra en el mundo.

Sabio es aquel que conoce, que mira de frente a la realidad que le rodea para remangarse a transformarla, a enviarle Luz desde su conciencia.

Tu hijo puede vivir en el bosque contigo, en una casita hermosa en armonía con la Naturaleza. Donde sólo encontrará palabras de Luz y Amor. Pero llegará el día en que sabrá de todo lo otro que has tratado de evitarle... Y ten por seguro que su espíritu le llevará a conocerlo y a experimentarse a través de todo eso.

Por eso te pido que amplíes la visión “oficial”, que concilies, que integres, que ayudes a discernir, y que no te olvides de respetar su libertad de elección...

Olvida la censura, busca la Conciencia.

Tu hijo está construyendo su visión propia de la Vida y puedes ayudarle a tener una visión crítica de la versión oficial de los cuentos... Eso ayudará a que más adelante también ponga en duda la versión que le llega de las noticias...

Puedes leerle cuentos de Luz, que le recuerden su esencia divina y que integren y acojan los sentimientos que siente o puede llegar a sentir, lejos de juicios y censuras que sostienen otros cuentos.

Puedes explicarle cualquier cuento sin leer específicamente lo que pone en el libro, ampliando o matizando algunas expresiones limitantes.

Puedes mostrarle, por ejemplo, cómo son los lobos reales, lejos de esas caras y esas imágenes tan terribles que abundan en las estanterías.

Pero recuerda que a los niños les gusta que les cuenten siempre un cuento con las mismas expresiones o palabras, así que trata de tomarte tu tiempo desde el principio con ese cuento. Obsér-

valo primero tú si hace falta. Pero a la vez no te tenses con este tema y mires con aprensión cada cuento... Confía simplemente en tus propias palabras, en tu saber interior, para dar una versión más luminosa de esa historia que explicar.

Podemos contarle cuentos luminosos que contribuyan a formarle un concepto amplio de cómo las cosas son.

Una versión más luminosa le permite:

- Creer en la confianza en la vida frente a la versión desconfiada y temerosa de algunos cuentos.
- Acoger al otro, integrarse con el otro y no destruirlo, matarlo, castigarlo ni hacerlo desaparecer.
- Saber de la abundancia y la riqueza interior y exterior que pueden atraer a sus vidas sin culpas y sin la sensación de injusticia que tratan de transmitir algunos cuentos.

Una versión luminosa le habla:

- De que el Universo entero es suyo y cada expresión es y está en él/ ella.
- Del Perdón al otro y a uno mismo.
- Del Amor hacia uno y hacia todo lo que le rodea.
- De que todos somos UNO, lo mismo.

Cada cuento le ayuda a crear su realidad.

Por eso es tan importante no quedarnos con la versión exacta que alguien dio si esta versión es limitante, polarizada sin llegar a la integración de los opuestos.

He encontrado incluso dentro de cuentos presentados como “espirituales” una clara separación del mal o el malo...

Este libro anima a los autores de todo el Planeta a crear cuentos, películas infantiles, películas y libros para adolescentes y adultos donde podamos experimentarnos integrados, reconciliados, abra-

zados con nosotros mismos y el resto.

Te pido que le ayudes a abrazarse a sí mismo hasta cuando le vengan pensamientos o deseos que alguien calificaría de “malos”.

Te pido que le acompañes por su infancia sin alejarlo de ninguna parte de sí mismo.

Así llegará el día en que se Amará en la totalidad del Ser que es. O mejor aún, no dejará nunca de hacerlo.

Qué liberador permitirle jugar a ser el monstruo, el lobo o el pirata...

También podemos ver una película a su lado y contarle que las cosas en esa película son sólo como las imaginó el que la hizo.

Podemos contarle otra versión de la misma historia.

Los niños van configurando su visión de las cosas recogiendo algo de todas sus experiencias.

Sobre todo cuídate de los juicios de valor con respecto a los demás, tal como hacen tantos cuentos.

Me invento para mi hijo esta tarde una imagen de un pirata y un lobo libres...:

“Los piratas y los lobos hacen lo que quieren porque no tienen dueño ni amo que les diga donde dormir. Ni “aquí quieto”. Sólo se escuchan a ellos mismos todo el tiempo. Muchos te dirán que son malos, malvados, pero no es cierto. ¿Y sabes que?; a pesar de ser tan libres prefieren vivir en grupo porque han descubierto que en grupo llegan más lejos, pero sobre todo porque son más felices”.

Visualizaciones: Paseos Virtuales por el Universo

Antes de dormir, o cuando está enfermo, o simplemente cuando te lo pida, puedes acompañar a tu hijo a donde quiera... Al espacio, a la selva, a otro mundo, a la playa, a la película o al cuento que le gusta...

Tan sólo es necesaria la imaginación...

Este recurso no tiene una forma única de hacerse. Construid la que mejor se adapte a vosotros.

Buscad un lugar tranquilo donde podáis estar cómodos y llegar hasta donde queráis sin interrupciones.

Tu hijo se relaja y cierra los ojos, realizáis unas respiraciones profundas y empezas a describirle en presente donde está.

Desde esa misma posición le explicas que va a viajar a otro lugar y lo describes.

O bien describes todo lo que pasa en ese mismo lugar al cerrar sus ojos.

Cuenta y describe tan detalladamente como quieras. Háblale también de cómo se siente él en ese lugar. Siempre usando el verbo en presente y evitando juicios de valor, por ejemplo sobre las personas que encuentre en su paseo.

En el caso de estar enfermo y querer lograr una visualización con efectos sanadores, utiliza el agua, la Luz, los colores, las figuras geométricas, el contacto con seres de Luz como Ángeles o Hadas, también con animales reales o inventados.

Es preferible emplear este tipo de seres o recursos a utilizar armas o cualquier objeto bélico para conseguir “la destrucción de lo malo”.

Nada en tu hijo es malo.

Por ejemplo pienso en los niños que tienen cáncer. Sé que hay trabajadores voluntarios de la Luz que están ayudando a sanar a esos niños con visualizaciones en las que el erróneamente calificado de “tumor maligno” es tratado como una parte de uno mismo que se ha quedado sin energía, sin luz, sin oxígeno y necesita que mediante las visualizaciones llevemos toda la energía, el prana o chi vital a esa zona. Recuperándola, armonizándola, curándola e integrándola de nuevo al conjunto que somos.

Recuerda que al calificar como malo algo que forma parte del niño mismo, ayudas a que se sienta dividido, en vez de unificado e integrado...

Acaba cualquier viaje con unas respiraciones más profundas que le ayuden a reubicarse en su cuerpo y en el aquí y ahora. ¡Eso si no se ha dormido y prosigue sólo su viaje...!

A Pau y a mi nos gustan especialmente las visualizaciones en el espacio.

Le cuento a veces en ellas cómo estamos dentro del universo infinito y dentro del universo en el Sistema Solar, dentro de Sistema Solar en el Planeta Tierra, dentro de la Tierra en el continente Europeo, dentro de Europa en un lugar llamado España, dentro de España en Catalunya, dentro de Catalunya (...) y así sigo hasta el piso en el que vivimos y dentro de este piso estamos en el cuerpo de un niño de tres años y cuatro meses y yo en el de una mujer de treinta y uno, dentro de esos cuerpos también estamos dentro de todas y cada una de las celulitas que vemos y también en las que no vemos y nos forman... Desde el Universo Infinito hasta el interior de cada celulita, todo somos nosotros, “todo eres tú Pau”.



Capítulo 17

La resiliencia: siempre es momento para el Amor

Una madre tras una desconexión consigo misma y los anhelos de su Alma corta el hilo que la une a ese Ser que habitaba su vientre. Y su hijo puede también sentir esa pérdida de contacto con el otro Ser que le permitió la entrada a este plano.

Mas esa conexión entre Seres permanece dispuesta a reestablecerse.

Siempre hay tiempo para el Amor Incondicional y el Respeto que anhelan nuestra Niña Interior y nuestro hijo. Siempre hay tiempo para recuperar tus alas olvidadas y ayudarlo a reparar las suyas. También existe un hilo que une a cada criatura que nace con La Divinidad...

Por si lo has olvidado, esa conexión sigue disponible aquí y ahora.

Nunca fue anulada realmente.

Tenga la edad que tenga tu hijo siempre hay tiempo para el AMOR INCONDICIONAL.

Tenga la edad que tenga tu madre o tu padre, incluso si ya no están en este plano físico de existencia, siempre hay tiempo para el AMOR INCONDICIONAL.

Y siempre podemos Perdonar y dar las Gracias.

Esos sentimientos son capaces de cicatrizar cualquier herida por profunda que sea.

Nunca llegaremos tarde al Amor.

Recuerda por siempre que tan sólo dispones del presente y que en él todo está disponible.

Recuerda también que estás en la Escuela de la Vida para seguir el proceso de aprendizaje del Alma.

Nada debes considerarlo equivocado o erróneo. Tan sólo se trata de aprendizajes y ejercicios para conocer mejor lo que es el AMOR a ti y a todo lo que te rodea.

La resiliencia nos habla de la capacidad disponible en cada ser humano para reparar aquello que un día fue dañado.

Por ejemplo, a nivel físico lo veríamos como nuevas conexiones neuronales que se crean por otros caminos distintos a los de una zona cerebral lesionada.

A nivel metafórico podemos imaginar que la resiliencia es un unguento mágico, un reparador de alas siempre disponible, en todo tiempo, en todo lugar.

A menudo ocurre que nos invaden dolores en el corazón tras algo que hicimos o dijimos a alguien. Libérate del sentimiento de culpa que sientes al juzgarte. No te juzgues. Asume en cambio la responsabilidad de ir al encuentro de ese Ser y cancelar aquello que

tienes pendiente decir desde hace un segundo o una eternidad, sea tu madre, tu padre, tu hijo, tu pareja...

Di cómo te sientes sin esperar nada a cambio. La ganancia está y queda en ti al permitirte expresar lo pendiente.

Cuando no haya expectativas no habrá decepción.

Cuando no haya expectativas habrá comunicación de Ser a Ser.

Carta a un hijo (que podría escribir una madre que ahora mismo despertara...)

Hoy me di cuenta de que la Vida es infinitamente más maravillosa de lo que creía y de lo que te hice creer...

Siento la necesidad de escribirte para contártelo y dejar que el poder de esta carta llegue a ti, aunque ahora no sepas leer aún.

Me he dado cuenta de que no eres mío... Ni tu cuerpo, ni tu alma, ni tu destino lo son.

Comprendo al fin que el Amor sin Libertad no existe. Que el Amor sin Confianza no existe... Pero antes no lo sabía.

Ahora comprendo también nuestra historia... y la mía propia.

Naciste y te impuse una vivencia alejada de tu necesidad como cría de mamífero... Ignoré tus necesidades y te alejaste de ellas... Impuse mis criterios a los tuyos. Criterios que en realidad ni siquiera eran los míos, los de mi corazón...

Cuando fuiste creciendo, traté de convencerte de que no eras el protagonista de tu realidad. Te dirigí, te premié y te castigué. Te dije cuándo eras bueno y cuándo malo. Te enseñé cuándo comer, qué y cuánto. Te obligué a estarte quieto o a callar. También te obligué a ir más deprisa o a decir cosas cuando no querías hablar...

Sólo ahora me doy cuenta de que no me elegiste para que te explique cómo son las cosas, ni lo que necesitas.

Me acostumbré a mentirte y a mentirme. A no explicarte lo que nos pasaba, pues yo misma no me daba cuenta de por qué no éramos felices.

Te sobreprotegí y te hice sentir cuánto desconfiaba de ti...

También desconfiaba de mí misma y de mi sabiduría como madre.

Te fui quitando, sin saberlo, al igual que hicieron conmigo, tu capacidad de darte cuenta por ti mismo de lo que deseas, de lo que puedes o no puedes hacer, de elegir cómo son las cosas.

Eres Perfecto y eres Libre.

Ahora quizás no me crees. Te llevé a pensar que la Magia sólo son engaños y trucos.

Naciste con el conocimiento innato de que eres el creador de tu propia realidad. Pero lo has olvidado.

Tu vida es libertad absoluta, aunque hasta ahora te hayas sentido enjaulado...

Yo misma me encargué de transmitirte todos los condicionamientos limitantes de esta sociedad, de tu familia y los míos...

Aceptaste las mismas pautas que sostienen otros sobre cómo debe ser tu vida.

Pero esa Verdad es un conocimiento tan claro para tu Ser que cuando alguien trata de impedir que crees tu propia vida, sigues protestando poderosamente.

Nunca te gustó que otros te dijeran lo que debías hacer.

Insistí en obligarte a encajar en la sociedad, pues pensaba que así te evitaría futuros problemas. Te presioné y permití que otros lo hicieran también...

Siempre que renunciaste a tu poderoso derecho de elegir, lo hiciste con ojos tristes, con la resignada actitud de quien camina en contra de su alma.

Miro hoy en tus ojos y aún conservan brillo.

Aunque en otro tiempo no lo entendí y luché por doblegarlo, me maravilla la fuerza de tu espíritu Libre.

Hoy trato de recordarte que tenías razón: que eres libre, que siempre lo has sido y que siempre lo serás.
 Mas no me creas, compruébalo.
 No permitas que otros traten de crear tu realidad (es imposible que lo consigan).
 Pero debes protegerte de la influencia (sobre tus ideas) de los que han olvidado su propia Verdad.
 Busca la sinceridad para contigo mismo.
 No trates de complacerme o complacer a otros.
 Hoy mismo dejaré de persuadirte o convencerte.
 Para permitirte recuperar tus propios deseos.
 Sé que cada uno de ellos puede realizarse.
 Te Amo.

El título del libro... “Pintará los soles de su camino”

El título tiene su lado metafórico y su lado real. Aunque tu mente racional lo ponga en duda, el cielo que te acompaña cada uno de tus días lo atraes tú, lo creas tú, lo pintas tú.
 Los soles en el camino de alguien también pueden ser alegrías, prosperidad, personas amadas y todo aquello que nos da felicidad.
 El verdadero título es “Tu hijo pinta y pintará los soles de su camino”, pues por siempre crea, creó y creará su realidad.
 Este libro está en tus manos para que tú y tus hijos toméis conciencia de que se pueden pintar los soles que uno desee, todos los días (acordándonos de que a veces es de lo más necesario también pintar lluvia o días grises).
 Mi padre nos decía muy a menudo a mi madre y a mí que el hermoso cielo que veíamos lo había pintado él para nosotras. Se murió y creo que sin saber que tenía razón.
 Ahora le escribo este libro, lleno de Confianza y Amor Incondicional para decirle: ¡GRACIAS!
 Él me regala desde muy lejos, y a la vez desde aquí tan cerca, unas palabras que quiero compartir con vosotros:
 “Busqué la Perfección en ti porque no la encontraba en mí. No cometes mi mismo error. En lo “imperfecto” está lo PERFECTO”.

La escritora



Soy madre y escritora de la Luz.

Me autoproclamé un buen día Cuidadora del Alma Infantil que todos llevamos dentro.

Actualmente, confío en que este libro se expande como la Luz hacia los lugares más oscuros del Alma humana.

Cuando escribo estas palabras inicio mi siguiente proyecto: “Una meditación para cada estación del Alma (cuentos infantiles de Luz)”

Yo soy parte de ti, si así lo decides.

Puedes encontrarme en:

www.DespertarEnLaLuz.com

www.facebook.com/CuidandoDelAlmaInfantil

Puedes escribirme a través de:

pintaralossolesdesucamino@gmail.com

Te recomiendo consultar

- Adele Faber y E. Mazlish. Cómo hablar para que sus hijos le escuchen y cómo escuchar para que sus hijos le hablen. Ediciones Medici
- Alexander Sutherland Neill. Sumerhill. Editorial Fondo de cultura económica.
- Bärbel Mohr. Niños de Luz. Ediciones Obelisco
- Cait Johnson y Maura D. Shaw. La Magia de la Tierra. Actividades mágicas en honor a la Madre Tierra para padres e hijos. Ediciones Obelisco
- Carme Solé Vendrell y Ray Sorigué. La espera/ Siete colores/ Una extraña habilidad. Editorial Miquel A. Salvatella (Colección de libros que hablan al niño de la parte divina que hay dentro de él y que él es)
- Françoise Barbira Freedman. Yoga para bebés. Ejercicios suaves y divertidos para la relajación, la coordinación y la salud. Gaia Ediciones
- La Liga de la Leche Internacional. El arte femenino de amamantar.
- María Luisa Becerra. Nacimos para triunfar. El poder del nacimiento en nuestras vidas. Editorial Júpiter
- Miranda Gray. La Luna Roja: Los Dones del Ciclo Menstrual. Ediciones Gaia
- Noemi Paymal. Pedagoología 3000. Guía práctica para docentes, padres y uno mismo. Editorial Ox La-Hun

Este libro, aunque concibe la Vida en relación estrecha a La Ley de la Atracción, no es sobre cómo hacer que mis hijos hagan lo que yo quiera.

Su misión es ayudar a aquellos padres y a aquellas madres que desean ampliar su Consciencia y sanar a su niño interior mientras caminan más felices junto a sus hijos.

Tienes en tus manos un libro portal para tu transformación y la de tus hijos.

Une la visión emocional con la espiritual en la Crianza.

La escritora, Cristina Romero Miralles

