

# Detente!

Detente. Adónde vas, así corriendo?

Para un ratito. Respira.

Date un momento. Leeme despacio:

Piensa qué te gusta, mucho mucho y hace rato no te das?

No pongas límites en tu mente. Imaginalo... ahí está!

Ojalá que tu sabiduría madure por la tarea cumplida y no por el simple paso de los años.

Que los besos no se mueran antes de salir de tus labios.

Ojalé que los abrazos no se queden escondidos en tus brazos.

Que las huellas en tu corazón muestren cuantos seres pasaron por ahí...

Lee otra vez. Se entiende?

Ojalá seas feliz con lo que tienes.

Detente a observar lo que te rodea.

Huele, siente, toca, saborea, escucha.

Todo está dispuesto para tu deleite: el sol cayendo sobre la tierra, la música del mar en las rocas, el cri-cri de los grillos, la fragancia del jazmín bajo tu ventana, la piel suave de un cachorrito, la risa de los niños y el disfrute de los abuelos.

Respira y recuerda el huequito cuando te enroscas en el pecho de tu pareja, el chocolate caliente pidiéndote ser bebido, el hoyuelo de la sonrisa en el alma...

Todo es parte de este mundo magnífico que estás transitando.

Hoy valora lo que tienes, date un minuto, óyete, piénsate.

Date cuenta: estás vivo! Disfrútalo. Disfruta de todo.

Te abrazo fuerte, para que la Paz todo lo envuelva.

Bendiciones de mi corazón al tuyo, Verónica Heiland (c)

---

# Madurar en Luz

Cuando veo las palabras COACHING, MAESTRA/O, SANADOR/A como títulos que se ponen algunas personas para definirse en aras de vender el producto que ellos mismos representan, me pregunto cual identidad de ser humano se encuentra allí. Quién está al mando realmente: el corazón o la mente?

Por supuesto hay muchísima gente que tiene un caudal de conocimiento inmenso, que ha estudiado muchísimo, que se esfuerza por evolucionar conscientemente, que busca seguir aprendiendo... muchos lo hacemos! Desde el plano mental todo esto es indiscutible y es de reconocer el empeño.

A los que estamos en la senda del autoconocimiento nos mueve más bien servir en el plano espiritual propiamente dicho. Por eso, lo que digo, lo que observo y lo que escribo, siempre es desde mí.

Desde mi visión, mi propia perspectiva, y por supuesto no tiene por qué ser la tuya, y no es un ejercicio de condena sino de ver en mí misma qué hay de esto.

Además de incorporar conocimientos, es necesario que los vivamos, que experimentemos, que nos entreguemos con pasión a lo que hacemos.

Las personas que llegan a tocar nuestra vida son aquellas que nuestra energía estaba atrayendo para proseguir con el aprendizaje o cruzar el mar en el que estábamos navegando. La humildad para reconocer que de todo lo que nos ocurre puede surgir una enseñanza o que cada persona puede resultarnos un espejo, es parte fundamental en nuestro crecimiento.

Madurar en luz requiere mucho más tiempo y esfuerzo cuando está empañado por esa parte de la personalidad de la que hemos hablado en algún otro momento, llamada ego.

Éste no es malo o bueno, sino simplemente es una porción de nuestra energía encarnada en esta tercera dimensión que actúa como máscara o escudo. Es esa parte que vestimos voluntariamente para atravesar los juicios de la sociedad. Hay gente que me llama maestra porque les muestro cosas que no habían visto o porque les facilito alguna situación que les ayuda a sanar. Yo lo agradezco profundamente, y claramente lo reconozco como un mimo al ego. Lo dejo ir con amor, así como lo recibí. Cuando comparto las enseñanzas recibidas de lo Alto, digo que prefiero si me van a decir de alguna manera, que sea "sensei" palabra japonesa para designar a aquel que transitó antes el camino... aún sabiendo que mi camino y el tuyo no tienen por qué coincidir, ni siquiera parecerse o tocarse...

Creo que todos somos coaching de nuestra propia vida, todos somos maestros de otros permanentemente, así como somos alumnos. Y por supuesto, todos, absolutamente somos sanadores, tenemos el don de sanarnos a nosotros mismos. Tenemos el don de la regeneración en nuestros cuerpos físicos, aunque no siempre le damos el tiempo y el amor a nuestras células. Podemos con la INTENCIÒN y nuestras manos transmitir energía de altísima Luz que sane y restaure, que equilibre y cuide.

Lo que te propongo es repensarnos, discernir, analizar sobre lo que otros nos

sirven en bandeja... porque ocurre que hay bandejas tentadoras pero que contienen manjares que no son los mejores para nosotros.

Entonces te pido siempre que recuerdes que es tu SER interno el que sabe, el que elige, el que despierta, el que recuerda.

No necesitas maestros, gurús ni coachings externos. No necesitas pastores que te lleven de las pestañas o te digan qué y cómo hacer. Cuando estás enfocado en tu crecimiento, en elevar tu conciencia, van a llegar las oportunidades indicadas y las personas correctas de una manera absolutamente perfecta. Sin necesidad de que venga acompañado por designaciones rimbombantes, sin chorreras de títulos o certificados enmarcados. Los marcos, como tales, limitan.

En verdad las respuestas están adentro, solo que no nos tomamos el tiempo y no nos damos la paciencia de trabajar con nosotros mismos.

Te invito una vez más, a escribirte una bella carta a tí mismo, a usar tu cuaderno de trabajo una y otra vez, a tener muchos cuadernos para poder explayarte, leerte y analizarte. Te convido este espacio, mi blog, para dejar tu comentario, tu aliento para alguien que lo necesita, tu festivo agradecimiento a la vida... en fin, lo que sientas en respeto y luz.

Que cada uno pueda mostrar su maestría desplegándose soberanamente!  
Bendiciones de mi corazón al tuyo, Yo Soy Verónica Heiland (c)

---

## Hace falta más gente...

“Hace falta más gente de esas que llegan de la nada, te arrancan una sonrisa, te sacan lo bueno que hay en ti, lo envuelven como para regalo y te lo depositan en tus manos como la mayor delicia que tuvieran y te dicen hasta luego, cuídamelo; ahí caemos en cuenta que es nuestro, ni siquiera lo habíamos visto ni valorado.

Hace falta más gente de esas que entienden un silencio, se sientan a tu lado sin decir una palabra, sólo por el hecho que sepas que están presentes, luego se levantan y se van sabiendo que entendiste el mensaje.

Hace falta más gente de esas que escuchan nuestros problemas, sostienen nuestra mano, enjugan una lágrima sin vendernos el manual de “Haz lo siguiente”, como si el escucharnos ameritara una solución a la cual acatar.

Hace falta más gente de esas que con una sonrisa te hacen ver que no todo es gris como lo estabas viendo hasta el momento que llegaron.

Hace falta más gente de esas que llevándote a su mesa, a su hogar, a compartir una cena te hacen sentir parte de ellos, es una forma de decirte no estás solo.

Hace falta gente de esas que te abrazan si sienten que lo necesitas aunque no se los pidas, y te sientes pequeñito y protegido por unos instantes eternos.

Hace falta gente de esas que dicen, todo "estará bien" conformando alguna especie de pacto celestial al cual acuden en casos de necesidad.

Hace falta más gente que te quiere porque sí, sin motivos ni razones, que no piden nada a cambio, que no negocian con tu necesidad, que se brindan por entero y no se detienen a ver si agradecerás o devolverás lo que brindan aunque sea un deber inquebrantable de parte tuya."



Cada día podemos ser nosotros mismos una de estas personas para los demás. Pruébalo! verás que la satisfacción de sentir el amor en cada poro saliendo de tu ser es más revitalizadora que cualquier cafeína.

---

## Irradia tu grandeza

Todos somos poderosos. Potencialmente grandiosos. Desde el momento en que fuimos creados a imagen y semejanza de Dios... cómo crees que la Divinidad te ha imaginado, con qué habilidades y capacidades te ha dotado?

Cada uno de nosotros tenemos todo el poder, cada espíritu es luz y somos nosotros los que escogemos como hacerla brillar... Pero está claro que hay personas en las que esto se nota mucho más. Lo que sucede es que ellas han quitado las capas del ego que tapaban al Ser interno... han quitado los pensamientos que limitaban, han transformado las emociones de una manera asertiva y positiva, han limpiado memorias que cargaban y así se han permitido manifestar su verdadera Presencia.

Brindo porque tu grandeza sea revelada al mundo!  
Bendiciones de mi corazón al tuyo, Veronica Heiland (c)

---

## Feliz día papá

Padre, papá, papi... cuantas formas de llamarte, recién en meditación te apareciste.  
Tu recuerdo llenó mis ojos y sentidos.

Tu presencia llegó con risas y vino, con trabajo y disfrute, con honestidad y pasión.

Tu huella imborrable volviendo en flores felices, en el vuelo de vaquitas de San Antonio,

en el sol de las siestas cordobesas y el rumor del río dentre las piedras.

Tu mirada humedeció la mía en un reencuentro etéreo y la sonrisa nos desvistió el alma.

En la víspera del domingo que nos reuníamos en familia a la sombra en un viejo patio,

tus iris de miel se abrieron en la alegría de sabernos unidos,

más allá de estados, lugares y tiempos, atravesando muros, vidas y muertes.

Te amo papá. Estás en mi, en tu nieto, en el aire, en la tierra y el campo.

En una chamarrita, en una flecha y en el canto tempranero de un gallo.

Gracias por tu vida, por la dicha. Gracias por tu ejemplo.

Feliz día, feliz eterno presente..

Gracias a Dios porque no creíste en Él.

Gracias a Dios porque tuve, tengo, el mejor padre para mí.

El que me enfrentó en la inexorable verdad del espejo, para que viera y entendiera, para que me hiciera cargo de este ser humano que habito.

Gracias Dios porque con mi madre generaron el espacio de amor y respeto para que creciéramos sanas, felices, sintiéndonos amadas y valoradas.

Gracias Dios porque no lo extraño. Gracias Dios porque lo sé tan cerca y tan presente sin llamarlo.

Gracias Dios porque sé que en el mundo hay muchos otros padres como el mío.

Padres que escuchan, padres que hablan, que dan libertad y protegen, que aman y cuidan.

Padres que relegan algún gusto personal por la familia.

Padres que incentivan la lectura, los buenos viejos valores como el apretón de manos para sellar un acuerdo, hombres que enseñan el respeto por el tiempo ajeno y las ideas propias, la demostración de afecto como un escudo y la sensibilidad para ser infinitos.

Gracias a mi Padre, gracias a los Padres que hacen del mundo un mejor lugar.

Felicidades y bendiciones en cada corazón. Verónica Heiland (c)

---

## Celebrar la vida

Lo que sigue no es mío, desconozco el autor, pero siento pienso así.

La felicidad más que un estado transitorio es una forma de vivir, de ver la vida; puede que muchos no lo entiendan o simplemente les moleste esta forma de ser. Seguramente no comprenden que somos creadores de nuestra propia realidad y la actitud con que enfrentamos esa realidad que creamos, es lo más importante.

El Sol brilla y no se pregunta a diario si debe o no salir, ni quienes intentan que no salga podrán impedirlo. La nube empañan su brillo, pero si se sube alto, entre más alto, él sigue radiante y brindando su calor con más ímpetu.

Problemas hay a diario, pero el enfrentar con positiva disposición lo cotidiano, es la condecoración de un verdadero héroe. No el héroe que se manifiesta desde una posición confortable y de riqueza, hablando de la abundancia ni de dificultades dentro de un ambiente de comodidad y apatía o de paz dentro de un templo de meditación. Sino ese, que convierte la adversidad en desafío, las crisis en oportunidades, las ocupaciones en vez de preocupaciones y da soluciones a los problemas.

El camino no es fácil si se parte con fatídicas premisas, no es liviano si se comienza con cargas. No es gratificante tampoco si no se contagia a quienes te rodean, si no se comparte, si no se exterioriza a tu alrededor, si se guarda en un cajón y se deja en el olvido transformándose con el devenir del tiempo en un resentimiento.

¡Saber que la vida es un regalo y que se está vivo, es suficiente motivo para celebrar!

---

## Cocrear el mundo que deseamos alimentando al lobo bueno

Estamos cocreando en perfecta armonía este mundo donde queremos vivir. Encendemos luces de conciencia activa, que van iluminando a otros seres. Plantamos las semillas de la vibración de la Nueva Tierra, y comenzamos a ver como florecen las primeras.

Solo hemos dado los primeros pasos, pero es así la única manera de comenzar una gran historia planetaria.

Hay muchísimo escrito y canalizado sobre la magia poderosa que se despierta con los movimientos cósmicos de estos tiempos.

Cada acto que realizamos es celosamente guardado en nuestros Registros del Alma. Cada acto egoísta que cometemos debe ser sanado en algún momento así como cada acto surgido del miedo debe ser limpiado. También así cada acto de amor, de confianza, de entrega y servicio, son conservados como tesoros que elevan nuestro espíritu a dimensiones superiores.

Alimenta a tu lobo bueno, que al malo ya se encargan de alimentarlo otros por tí. Permite a tu lobo bueno surgir en su esplendor y educa al otro, para que la violencia y el temor que conlleva implícitos sean integrados en tu ser como fuerzas positivas y nunca destructivas. La violencia domesticada puede ser fuerza y potencia, el temor superado puede convertirse en osadía y coraje.

Yo solo aspiro a tocar tu corazón, para que desde ese lugar sagrado, nos conectemos en el Corazón Uno, donde vibramos en unicidad.

Toda la paz de mi corazón al tuyo  
SuShan, Verónica Heiland (c)

---

## En qué energía estás vibrando?

A riesgo de repetirme, una vez más escribo sobre la Ley de Atracción.

Esta Ley es sumamente simple, y se cumple en el universo de una forma tan acertada, que podemos trabajar con ella a nuestro favor.

“Nada de lo que percibimos es tal como lo percibimos. Sólo existe un universo de energía vibrando a distintas frecuencias. Nada está separado, somos una unidad con el todo.”

Todos estamos interconectados, somos parte de un cuerpo más grande que es Gaia, dentro de un ser aún más vasto que es el Universo.

Recuerdan la película de Cameron AVATAR? en ella se muestra como las criaturas azules de Pandora, el planeta que pretendían colonizar los humanos, conocían y honraban este principio, respetando la vida en toda expresión, pues cualquier parte era una parte del todo.

Entonces como partes de esa Totalidad, atraemos por vibración energética todo lo que percibimos en nuestra realidad.

**Unas simples preguntas para que te hagas y te ayuden a resolver estas situaciones**

Si sientes que los demás te mienten, piensa en dónde te estás negando verdades.

Si sientes que te usan, analiza si entregaste tu poder a otros o si estás usando la situación de alguna manera... para victimizarte, para mostrarte frágil, o necesario a los demás, etc.

Si sientes que no te dan lo que esperas, revisa si tus expectativas son realistas... aunque sería mejor despojarse de ellas.

Si sientes que no eres amado, fíjate si te amas y aceptas como eres... suele suceder que falta autoestima y claridad.

Si sientes que te rondan pensamientos negativos, pregúntate quién los dice. Esos pensamientos reflejan tus ideas o son ideas de tu pareja, padres, maestros o amigos?

Si esos pensamientos son tuyos, respóndete claramente: te sirven? te sientes identificado con ellos?... así puedes dejarlos ir.

Cuando estés listo, deja ir lo que llena tu mente de manera negativa, tal como la imagen de la foto que ilustra esta nota, y deja que se eleven al cielo, entregándolos al Creador! Habrá entonces lugar en tu mente para miles de bellos pensamientos y frescas ideas que te edifiquen y nutran, que te reconforten y permitan sentir la plenitud de ser Uno con Todos.

Aquí les dejo un video que hice con las partes que me parecieron más importantes como lecciones de esa película:

[Enseñanzas película Avatar](#)

Se permite compartir respetando la fuente y el texto, honrando así mi tarea. Gracias! Verónica Heiland (c)

---

## Maternidad

Ser madre me trajo paciencia. Kilos, toneladas de paciencia! Antes yo deseaba las cosas sin esperarlas, iba en su busca, a veces sin medir consecuencias. En cambio desde la llegada de mi hijo aprendí a entender que hay procesos que requieren tiempo, dedicación y tolerancia.

Introducir de a poco los nuevos alimentos que podía comer a medida que iba creciendo, con una mezcla de esperanzada resignación ante las escupidas por lo que no era de su agrado y los gritos de impaciencia ante lo que sí le gustaba.

Y junto a él crecía la paciencia para mostrarle el mundo, para alcanzarle sueños propios y aventurarlo a otros bien suyos. Para leer juntos, descubrirle el universo de las letras y que fuera el primer chico del jardín que leía de corrido, sin pausa y con emoción largas frases y cuentos.

Luego fui reemplazando lavar innumerables veces su ropita manchada por babas y mocos para fregar una y otra vez las marcas de las rodillas verdes de césped y los bordes de sus pantalones llenos de lodo, tal como él llamaba al barro gracias a los doblajes mexicanos de los dibujitos.

La paciencia fue tomando alas para guiarlo en sus primeras incursiones en bicicleta sin rueditas, sus llantos en la noche por alguna pesadilla y abrazarlo fuerte, acostarme un rato con él o permitirle compartir el calor de la cama de mamá cuando lo sentía triste y tratar de que él nunca sintiera la angustia mía.

La ciencia de la Paz como he llamado a veces a la Paz-ciencia, fue expandiéndose en mi corazón, en mi alma, en mi espíritu, logrando que la luz



de Dios guiándome siempre, fuera consuelo también para él en esas horas oscuras que el alma a veces necesita atravesar para resurgir luminosa y nueva.

Por eso, me reconozco MADRE, y al verme en mi hijo, veo a mi madre. Que también entrenó su paz-ciencia conmigo. Honro a mi linaje y agradezco estar en este tiempo bendito encarnada y en servicio de amor.

Bendiciones a cada madre, de mi corazón al tuyo!

Verónica Heiland (C)

---

## Sigo aprendiendo

En este tiempo sigo aprendiendo:

- ♥ a reconocermme como soy, con los dones que llegué al mundo y los que supe cultivar,
  - ♥ a darme tiempo y permisos, corriendo los “debo” y “tengo que”,
    - ♥ a ofrecer mi mano extendida sin imposiciones,
    - ♥ a brindar mi corazón abierto sin suposiciones,
    - ♥ a decir libremente “si” o “no”, sin justificarme,
  - ♥ a seguir mi sabiduría intuitiva y dejar que se exprese,
- ♥ a observar con atención, escuchar con paciencia y hablar con respeto,
  - ♥ a actuar pensando siempre en el Bien Mayor para Todos,
  - ♥ a ver en los demás solo lo bueno que me ofrecen,
  - ♥ a aceptar en las experiencias vividas la sabia madurez,
    - ♥ a honrar mis amores, mis maestros y ancestros,
    - ♥ a agradecer cada día, cada oportunidad, cada palabra, cada gesto de amor, cada rezo, cada canto y todo el milagro.

Sigo aprendiendo la vida.

Bendiciones de mi corazón al tuyo, Verónica Heiland (c)

---

## La historia del Centésimo Mono

Queridos amigos, les comparto la historia del Centésimo Mono. Esta experiencia nos cuenta cómo la conciencia colectiva recibe el influjo de lo que algunos seres transmiten, a través de la repetición consciente de determinados parámetros. Imaginen si esto puede darse entre monos, cómo será entre seres humanos, desarrollando una acción consciente, por ejemplo de enviar LUZ AL MUNDO. Aquí está la historia:

El mono nuclear, *Macaca fuscata*, estuvo observado en tierras salvajes por un período de 30 años.

En 1952, en la isla de Koshima, científicos estaban dando a monos papas dulces dejándolas caer sobre la arena. A los monos le gustaba el gusto de las papas dulces crudas, pero demostraban disgusto con la suciedad.

Una mona de 18 meses llamada Imo, encontró que ella podía resolver el problema lavando las papas en el cercano riachuelo. Ella enseñó este truco a su mamá.

Sus amiguitos de juego también aprendieron esta forma nueva y ellos lo enseñaron a su vez, a sus madres.

Esta nueva conducta fue aprendida por varios monos ante los ojos de los científicos.

Entre 1952 y 1958, todos los monos aprendieron a lavar las arenosas papas dulces para hacerlas más gustables al paladar.

Sólo los adultos, que imitaron a sus hijos aprendieron esta mejoría social. Otros adultos siguieron comiendo las papas dulces sucias.

Entonces:

Algo asombroso ocurrió en el Otoño de 1958.

Un cierto número de los monos de Koshima estaban lavando papas dulces, el número exacto no se conoce.

Supongamos que una mañana había 99 monos en la Isla Koshima quienes aprendieron a lavar sus papas dulces.

Y supongamos que más tarde esa misma mañana, el centésimo mono aprendió a lavar papas.

¡ENTONCES PASÓ!

Al anochecer casi toda la tribu estaba lavando sus papas dulces antes de comerlas.

La suma de esa energía del centésimo mono, de alguna forma, creó un descubrimiento ideológico!

Pero noten:

El más sorprendente descubrimiento hecho por estos científicos fue que el hábito de lavar las papas dulces saltó sobre el océano.

Colonias de monos en otras islas y los monos de tierra firme de Takasakyama empezaron a lavar sus papas dulces!\*

Entonces, cuando una cierta cantidad alcanza un conocimiento, este conocimiento puede ser comunicado de mente a mente.

A pesar de que el número exacto pueda variar, el Fenómeno del Centésimo Mono significa que sólo cuando un limitado número de personas saben una forma nueva, puede quedar fija como conciencia propia de esta gente.

Pero hay un punto en el cual, si sólo una persona más sintoniza con ese conocimiento, éste alcanzaría a casi todos!

Los experimentos del Dr. J.B.Rhine, repetidamente demostraron que los individuos pueden comunicarse en forma privada a pesar de estar en diferentes lugares.

Cuando a esta fuerza extrasensorial, se le suma la conciencia de la "Centésima Persona", pueden alcanzar planos muy efectivos.

Tú puedes ser el "Centésimo Mono".

Sé un agente de PAZ, AMOR, LIBERTAD y CONCIENCIA.



\*\*\*Traducido y extraído del Libro "The hundredth Monkey" = "El Centésimo Mono" del escritor Ken Keys, Jr. (autor también del libro "Manual hacia una Alta Conciencia")

Traducido por Perla Abrams

---

## [Ideas para tomar otro rumbo](#)

Si hay cosas que no te gustan en tu realidad actual, te invito a probar estas ideas para cambiar esquemas en tu vida. Todo es cuestión de romper con las estructuras que formaste o que permitiste que otros construyeran para vos:

- Pensar distinto. Es posible, solo hay que ver cuales otras alternativas tienes ante determinada circunstancia.
- Soltar el corazón, escucharte con amor.
- Resaltar tu sello personal. Reconoce cual es tu talento, cuales son tus dones.
- Mostrar tu individualidad, tu originalidad. Sé vos mism@ sin copiarte de otros.
- Sentir con la mente.

- Aunar procesos intelectuales con intuición.
- Generar otros estímulos, para tener otros resultados.
- Plantear nuevas preguntas.
- Buscar rutas alternativas.
- Salir de lo conocido, dejar lo esperable.
- Dar un paso más allá de tu territorio conocido.
- Revisar cuál es tu zona de confort y cuanto estás dispuesto a alejarte de ella.

Se te ocurren otras ideas que quieras compartir conmigo?  
Bendiciones siempre, de mi corazón al tuyo!

---

## Las dos habitaciones

“Imaginen dos habitaciones.

Una está llena de una luz increíble y la otra está totalmente a oscuras. Sólo hay una puerta entre ellas.

Miren lo que ocurre cuando abren la puerta. Si están parados en la habitación iluminada, la oscuridad no penetra, se queda en la otra habitación. Sin embargo, si están en la habitación oscura, cuando la puerta se abre la luz entra súbitamente e ilumina todo.

El grado de oscuridad que había antes se ha ido. La luz ha vencido a la oscuridad.

Queridos, eso ocurre porque la luz es activa y la oscuridad es pasiva.

La energía de la iluminación es un faro activo de luz que ilumina la oscuridad de la vieja energía en el planeta.

Unos pocos trabajadores de la luz portando su brillo de lugar a lugar pueden realmente cambiar la energía que equilibre a la Tierra.

Sabiendo esto: ¿les sorprende que los amemos tanto?”

KRYON canalizado por Lee Carrol

\*\*\*

Te das cuenta de tu inmenso poder creador? de lo que cada uno de nosotros puede hacer en el mundo, para los demás? Simplemente atrevete a dejar que tu luz salga, irradie, avance en los sitios oscuros, ilumine con todo su esplendor. Las personas que aún no ven su propia luz, esperan ver los reflejos de otros para poder autodescubrirse.

Permítete ser esa luz que alumbre a los demás generosa, amorosa, compasivamente. Gracias por dejarme ser faro en algunas tormentas personales, gracias por aceptar mi luz, gracias por compartir tu luz!

Bendiciones de mi corazón al tuyo, Verónica Heiland

---

## ¿Hay vida después de nacer?

En el vientre de una mujer embarazada se encontraban dos bebés. Uno pregunta al otro:

-¿Tú crees en la vida después del parto?

- Claro que sí. Algo debe existir después del parto. Tal vez estemos aquí porque necesitamos prepararnos para lo que seremos más tarde.

- ¡Tonterías! No hay vida después del parto. ¿Cómo sería esa vida?

- No lo sé pero seguramente... habrá más luz que aquí. Tal vez caminemos con nuestros propios pies y nos alimentemos por la boca.

- ¡Eso es absurdo! Caminar es imposible. ¿Y comer por la boca? ¡Eso es ridículo! El cordón umbilical es por donde nos alimentamos. Yo te digo una cosa: la vida después del parto está excluida. El cordón umbilical es demasiado corto.

- Pues yo creo que debe haber algo. Y tal vez sea sólo un poco distinto a lo que estamos acostumbrados a tener aquí.

- Pero nadie ha vuelto nunca del más allá, después del parto. El parto es el final de la vida. Y a fin de cuentas, la vida no es más que una angustiada existencia en la oscuridad que no lleva a nada.

- Bueno, yo no sé exactamente cómo será después del parto, pero seguro que veremos a mamá y ella nos cuidará.

- ¿Mamá? ¿Tú crees en mamá? ¿Y dónde crees tú que está ella?

- ¿Dónde? ¡En todo nuestro alrededor! En ella y a través de ella es como vivimos. Sin ella todo este mundo no existiría.

- ¡Pues yo no me lo creo! Nunca he visto a mamá, por lo tanto, es lógico que no exista.

- Bueno, pero a veces, cuando estamos en silencio, tú puedes oírla cantando o sentir cómo acaricia nuestro mundo. ¿Sabes?... Yo pienso que hay una vida real que nos espera y que ahora solamente estamos preparándonos para ella...

\*\*\*

Puedes vislumbrar otra vida, más allá de esta? Bendiciones de mi corazón al tuyo

---

## Jardín de Almas

Hoy te invito a pensar en tu vida como un bello jardín, te propongo ser

jardinero de tu espíritu.

Este es un trabajo amoroso y consciente para realizar con paciencia.

Piensa en la tierra como un tesoro que debe ser abonado con el conocimiento que has traído y también aquel que vas adquiriendo encarnado. Hay que cuidarla, removiendo la tierra periódicamente. Esto es una forma de remover viejos esquemas, de dar aire nuevo a lo que está firmemente arraigado.

Luego vas quitando las hierbas silvestres, esas que pueden perjudicar tu siembra, es decir, eliminando hábitos negativos, pensamientos rumiantes, ideas equivocadas, memorias erróneas que vuelven una y otra vez. Con sumo amor, vas observando pacientemente y retirando cada nuevo brotecito de enojo, ira, soberbia, egoísmo, indiferencia, apatía, envidia y todo lo que veas que te impida una buena cosecha.

Hecho esto, debes arar el campo, llenándote de sentipensamientos elevados, ya visualizando los tiernos brotes de tus realizaciones emerger. Eliges entonces las mejores semillas y vas depositando con mimo las alegrías, la buena predisposición, voluntad, ternura, generosidad e inteligencia y riegas abundantemente otra vez con la sabiduría intuitiva, mezclado con unabono del legado sanado de tus ancestros.

Y así, realizando este trabajito en tu jardín espiritual, verás como cada día surgen tus magníficas creaciones abriéndose paso desde la profundidad de la tierra hacia el cielo. Verás que cada vez las malas hierbas irán perdiendo fuerza, porque estás abonando desde la regadera del Amor con aguas de Perdón y Gracitud.

Sabrás que el jardín empieza a despertar, germinar, florecer, entregarse al mundo generosamente cuando observes tus propias flores y frutos irguiéndose felices en la tierra.

Tu alma estará radiante, plena, elevada y desplegando toda su luz!

Cada uno haciendo su parte en su parcela, haremos un feliz, abundante y estupendo Jardín de Almas.

Bendiciones de mi corazón al tuyo, Verónica Heiland (c)

---

## Un pedacito de cielo

Un campesino cansado de la rutina del campo y de tanto trabajar duro, decidió vender su finca.

Como sabía que su vecino era un destacado poeta, decidió pedirle el favor que le hiciera el aviso de venta.

El poeta accedió gustosamente y redactó el aviso que decía: "VENDO UN PEDACITO DE CIELO, ADORNADO CON BELLAS FLORES Y VERDES ARBOLES, HERMOSOS

PRADOS Y UN CRISTALINO RIO CON EL AGUA MÁS PURA QUE JAMÁS HAYAN VISTO.”

El poeta tuvo que marcharse por un tiempo, pero a su regreso decidió visitar a sus nuevos vecinos, pensando que aquel hombre del aviso se había mudado.

Su sorpresa fué mayor al ver al campesino trabajando en sus faenas. Entonces el poeta preguntó:

- ¡ Amigo ! ¿ no se iba de la finca ?

El campesino con una sonrisa le respondió:

– No mi querido vecino, después de leer el aviso que Ud. me hizo, comprendí que tenía el lugar más maravilloso de la tierra y que no existe otro donde yo pudiera sentirme mejor.

\*\*\*

Piensa cuantas veces necesitas que venga un anónimo poeta para mostrarte las muchas cosas buenas y bellas que tienes... Sé agradecido con lo que tienes. “Que Dios bendiga ese pedacito de cielo que es tu vida”

---

## Una y otra vez he vuelto a la vida

Una y otra vez he vuelto a la vida.

Renazco ígnea del centro cristalino de la tierra bendita. Echo raíces valientes en las quebradas profundas de esta carne de Gaia.

Y me elevo como un tronco fuerte y femenino, flexible ante los cambios y firme en la vorágine.

La savia de la búsqueda anega mis entrañas, recorre las extensiones de mi cuerpo.

La luz de lo Alto llega, un sol gigante y hermano me alumbra, me colma y satura cada célula y fluye libre y veloz, quemando con un dulce calor mis pies-raíces y mis manos-tallos.

Soy un árbol de la tierra, un árbol-mujer, lleno de jugosos frutos y aromáticas flores. Las hojas-ideas surgen preciosas verdiazuladas, y tiemblan con cada brisa. Algunas caen y bailan la danza azulina de las evoluciones. Las que quedan, verdes y pujantes, ríen y festejan la vida conectada profundamente a la naturaleza.

Una nube revoltosa se compadece y detiene su paso, dándome sombra. Luego me nutre con su llanto emocionado, latiendo acompasado, tiñendo de noviembreros lluviosos mis renacimiento, anegando mis raíces.

Mis manos-tallos mecen las cunas de las aves que allí anidan, con infinita ternura. Mi rostro –fruto o flor, no logro verlo!- bendice una y otra vez que he vuelto a la vida.

Resurjo, renazco, viva!  
SuShan, Verónica Heiland (c)

Si compartes te pido respetes el texto y la fuente. Gracias!

---

## Otro día de la Mujer

Otro día de la Mujer que recibimos cientos de mensajes felicitándonos por portación de identidad sexual.

Agradezco y recibo con amor los saluditos... pero me encantaría que fuéramos bien conscientes de lo que significa este día.

A medida que voy leyendo e investigando más el verdadero origen de esto, sé que lo de la fábrica que fue incendiada ocurrió, pero no en la fecha que se le atribuye, que el nombre de la fábrica en realidad es de dos establecimientos y con diferencia de años entre cada episodio... en fin, así como sucede con muchas celebraciones religiosas que fueron corridas en el calendario o inventadas para superponerlas con rituales paganos, esta fecha del Día de la Mujer fue una convención para dar un marco de reconocimiento "social" a las mujeres, que además del derecho a voto y a ocupar cargos públicos, demandaban el derecho a trabajar, a la enseñanza vocacional y el fin de la discriminación en el trabajo. Algo que aún hoy se sigue reclamando.

En definitiva, todo este marketing alrededor de este día, siento que nos distrae de lo verdaderamente importante: Integrar energía femenina y masculina a la par. No somos iguales, tenemos particularidades propias, pero merecemos los mismos derechos y deberes. Y bendito Dios!, agradezco ser distintos, originales, divinos en nuestros microuniversos y complementarios...

Que las diosas, reinas y hadas en cada una de nosotras, encarnadas en mujeres, puedan y sepan sacralizar, reinar y hacer la magia necesaria para dar este salto cuántico que la conciencia colectiva nos está pidiendo. Y que los caballeros guerreros bajen sus escudos para dejar batallas de lado y encontrarnos en la danza de la vida.

Te invito si resuena en tu ser a realizar este decreto. Puedes agregarle palabras, reemplazar otras o directamente poner tus propias frases:

"Yo, .... (tu nombre), aquí y ahora,  
(si eres mujer): como mujer en este cuerpo bendito, como hombre en mi polaridad interna,



(si eres hombre): como hombre en este cuerpo bendito, como mujer en mi polaridad interna,

como ser humano manifestando su esencia elijo y decreto:

Aceptar y honrar mi linaje, a mis ancestros y familia,

Aprobar y agradecer las experiencias que me trajeron hasta aquí,

Alimentar y entregar lo mejor de mí desplegándose hacia afuera,

Admitir y bendecir los encuentros de almas pactados,

Alejar y soltar todo aquello que ya no me nutre,

Amar y sentir como uno en mí a cada ser que llega a mi vida,

Gracias gracias gracias, porque así es."Y en lo personal agrego:

yo, Verónica, escojo

Agradecer a los hombres que me dieron su energía para que yo pudiera ser hembra, niña, madre, diosa, princesa, leona, MUJER.

Agradecer a las mujeres que me dieron su sangre, sus palabras, su ternura, su amistad para que sea esta servidora, rebelde, juguetona, incisiva, honesta, trabajadora, feliz, PLENA.

Que cada una y uno que lea estas palabras pueda reconocer en su propia vida aquellos regalos recibidos, que puedan hacer su propia elección consciente y vivir en armonía con ella.

Bendiciones de mi corazón al tuyo, siempre. Paz y Bien

Verónica Heiland ©

---

## El loco que caminaba sobre sus dos piernas

Cuenta una historia que el joven rey de un imperio lejano se cayó un día de su caballo y se rompió las dos piernas. A pesar de contar con los mejores médicos, ninguno consiguió devolverle la movilidad. No le quedó más remedio que caminar con muletas. Debido a su personalidad orgullosa, mandó publicar un decreto por el cual se obligaba a todos los habitantes a llevar muletas.

Del día a la noche, todo el mundo comenzó a arrastrarse –en contra de su voluntad– con el apoyo de dos palos de madera. Las pocas personas que se rebelaron fueron arrestadas y condenadas a muerte. Desde entonces, las madres fueron enseñando a sus hijos a caminar con la ayuda de muletas en cuanto comenzaban a dar sus primeros pasos.

Y dado que el monarca tuvo una vida muy longeva, muchos habitantes desaparecieron llevándose consigo el recuerdo de los tiempos en que se andaba sobre las dos piernas. Años más tarde, cuando el rey finalmente falleció, los ancianos que todavía seguían vivos intentaron abandonar sus muletas, pero sus huesos, frágiles y fatigados, se lo impidieron. Acompañados por sus inseparables muletas, en ocasiones trataban de contarles a los más jóvenes

que años atrás la gente solía caminar sin la necesidad de utilizar ningún soporte de madera. Sin embargo, los chicos solían reírse de ellos.

Movido por su curiosidad, en una ocasión un joven intentó caminar por su propio pie, tal y como los ancianos le habían contado. Al caerse al suelo constantemente, pronto se convirtió en el hazmerreír de todo el reino. Sin embargo, poco a poco fue fortaleciendo sus entumecidas piernas, ganando agilidad y solidez, lo que le permitió dar varios pasos seguidos. Curiosamente, su conducta empezó a desagradar al resto de habitantes. Al verlo pasear por la plaza, la gente dejó de dirigirle la palabra. Y el día que el joven –ya recuperado– comenzó a correr y a saltar, ya nadie lo dudó; todos creyeron que se había desquiciado por completo...

En aquel reino, donde todo el mundo sigue llevando una vida limitada caminando con la ayuda de muletas, al joven se le recuerda como “el loco que caminaba sobre sus dos piernas”.

\*\*\*

Que esta historia sirva para iluminar tu camino y te haga pensar si estás usando las muletas impuestas o caminando libre, aún cuando cada tanto des un tropezón. Bendiciones de mi corazón al tuyo, siempre.

---

## Amor y gratitud, siembra de mis encuentros

Agradezco con inmenso amor todo lo recibido en los encuentros en Mar del Plata y Córdoba. Hemos vivido hermosas experiencias juntos, hemos tenido ocasión de conocernos, abrazarnos y vibrar en sintonía de armonía uniendo corazones. He recibido magníficos mensajes para cada iniciado en Energía Crística... y todo eso, les aseguro me llena el corazón de amor y gratitud.

Yo me siento honrada sinceramente de que algunas personas me elijan para guiar sus pasos en este camino, tanto en los encuentros presenciales como a distancia. Les agradezco la confianza en mi canal para que accedamos y trabajemos juntos a sus Registros akáshicos o los acompañe con la enseñanza del fascinante ho'oponopono, de la línea de Energía Crística tan amada por mí, o de los talleres de mandalas, de mudras y mantras y tantas otras cosas que fuimos cocreando en sintonía y sincronía.

En todos esos encuentros yo preparo material ciertamente; también me preparo a mí misma y tengo siempre esas maripositas en el estómago de desear que todo fluya de la mejor manera. Y así es. Porque en cada ocasión, siento el amor que va y vuelve de mi corazón al de todos, y de ellos al mío!

Estoy alistándome ya para dar los últimos talleres: mañana en Luján con dos niveles de Energía Crística y una maestra que se suma a la difusión de este reiki crístico. El lunes me esperan los mismos niveles pero en Buenos Aires, y el martes con Ho'oponopono y Registros Akáshicos nivel Lector.

Sé que estaremos los que están listos para ello, que todo es perfecto, que mi tarea se ve ampliamente recompensada en distintos niveles del ser. Sé que la luz que damos se engrandece cuando la compartimos, que todo abrazo que no damos es una oportunidad perdida de tocar el corazón del otro, y por eso elijo abrazar. Sé que el tiempo entregado a los demás me vuelve en dharma amoroso, sé que todo fluye, que nada es estático, que la energía circula y a medida que nos permitimos acompañar el movimiento del universo nosotros cambiamos, recordamos, recreamos, entendemos y evolucionamos en conciencia.

Te invito a la curiosidad, a que te cuestiones, a encontrar otras maneras de mirar lo conocido. Te propongo este desafío de permitir a tu maestro interior brillar. Irradiemos juntos!!

Bendiciones de mi corazón al tuyo, yo soy Verónica Heiland, SuShan.



---

## Varias mujeres habitan en mí...

Varias mujeres habitan en mí  
y no sé cual es mas imponente,  
si la que anda centrada, danzando descalza,  
sintiendo cada pisada,  
la que vuela alto, escalando montañas,  
bebiendo todo lo que sus ojos alcanzan,  
o la que se sienta, descansa  
respirando presente cada instante...

Soy la que tiembla de emoción, la que llora de risa,  
la que bendice y se inclina al sol,  
la que honra la prístina esencia,  
con la luna ascendiendo por su espalda,  
la que canta incansable cada día,  
la que estalla en amor al ver al amado...  
Soy ésa que aún sangra y lo consagra,  
la que parió y entregó su seno  
con mucha dulzura y coraje  
venciendo sus propios dragones,  
soltando sus hondos temores,  
la que siguió sin darse por vencida buscando,  
y por eso mismo encontrándose.  
Soy también la que lee y escribe,  
la que se sabe mágica por creer en la alquimia  
por la certeza ineludible del milagro que llega  
en cada momento, en toda mirada.  
Soy todas las mujeres que me antecedieron,  
soy las que nacen como frutas maduras  
en mi florecido árbol de vida...  
soy las que están, las que fueron,  
las que pasaron por mi lado y siguieron camino,  
las que partieron de mi y las que llegaron...  
Soy todas en mi, donde ellas confluyen  
donde hallamos puntos de encuentro,  
nos creamos puntos de apoyo  
o simples puntos suspensivos...  
Aliento a la que saca lo mejor de mí,  
nutro a la que cura, alivia y auxilia,  
trabajo en la que aún reacciona  
y transmuto la que veo en sombras.  
La chamana sabia, la hechicera,  
la curandera, la hembra fértil,  
la diosa nueva, la princesa y reina,  
la despojada, la rica y poderosa,  
la que vibra y te toca el alma  
cuando como ahora, me lees.  
Esa que improvisa sobre la marcha,  
la que planifica y ordena sus pasos,  
o sumerge las manos en la tierra.  
Una que reza descansada en fe,  
la que honra la elemental conexión,  
aquella que abandonó la rabia  
cambiándola por frescas certezas.

Bendiciones de mi corazón al tuyo  
Verónica Heiland (c)

---

# Muévete con el Universo

Cuando uno comienza a moverse, el Universo que nos rodea parece que hiciera lo mismo.

Digo moverse y esto implica necesariamente un redireccionamiento de nuestros pasos, un repensarnos desde lo que somos hoy y si estamos satisfechos con ello. Analizar si podemos potenciar nuestros dones y talentos, si podemos y nos interesa mejorar aquellas partes un poco más flojitas...

Quizás trabajar la paciencia? en lugar de dar paso a la ansiedad. Puede ser tener una actitud más relajada antes los problemas, o tal vez ejercitarnos en escuchar/nos mucho más y dejar de hablar tanto, correr esa necesidad de contar una y otra vez todo lo que hacemos con pelos y señales o comentar cómo estamos haciendo las cosas.

En ese movimiento, se agitan hilos que son imperceptibles a nuestra vista; aunque sí son visibles para nuestra alma, si es que estamos atentos, con la conciencia despierta.

Te dejo estas sugerencias para mantener ese estado de atención:

Ser conscientes de nuestra respiración; cómo fluye por entre los huecos de nuestro cuerpo y va expandiendo y nutriendolo. Te das cuenta que el proceso de la respiración es natural e inconsciente? cuando caminas no piensas que debes respirar para seguir andando, y sin embargo sin oxígeno mueres. Dale más atención a aquello importante en tu vida.

Ser conscientes de la maravillosa naturaleza que nos rodea, con sus colores y aromas magníficos. Cuánto hace que sumergido en la vorágine del día veloz no te detienes a mirar el árbol de tu vereda? Tiene brotes nuevos, ha perdido brillo, está triste o feliz?... o solo ves en él aquello que te molesta como por ejemplo que debes limpiar si pierde las hojas?

Escuchar el ritmo de nuestro corazón, el latir dentro de nuestro pecho... si te cuesta podés empezar oyendo tu latido acercando la muñeca a tu oído, percibiendo el sonido divino de tu sangre.

Revisar conscientemente las "obligaciones" y replantearte cuáles realmente lo son. Por ejemplo: sientes que debes cumplir un rol que te asignaron? de qué otra manera podrías actuar? cómo puedes liberar eso que te limita?

Practicando estos ejercicios simples de atención, descubrimos que la Divinidad nos está hablando a cada instante y en cada uno de los pasos que damos. El universo fluye contigo y tú fluyes en él.

Que tengas Paz. Que tu Ser despierte multidimensionalmente y permanezca atento. Bendiciones de mi corazón al tuyo, yo soy Verónica Heiland, SuShan (C)