

La música del alma

“Cuenta una historia sufi que cuando los cuerpos fueron creados Dios ordenó a las almas entrar en sus cuerpos, y las almas se negaron, ya que encontraban al cuerpo demasiado limitado, demasiado pequeño, como una cárcel.

Entonces Dios ordenó a los ángeles tocar una melodía divina, y hacer que esas angeladas notas resonaran en el interior de los cuerpos.

Las almas, embriagadas por ese sonido envolvente entraron al cuerpo, con el anhelo de escuchar esa magnífica música, por eso se cuenta que cada alma es, en sí misma, música.

Y así como entraron al cuerpo por la deliciosa música, pueden salir y volar, a través de ella recorriendo el vasto universo.”

Espejo magnético blanco: realidad y reflejos

Hoy comienza la [onda encantada](#) del Espejo magnético blanco. Con la cualidad magnética atraemos el propósito mediante la unificación. Cual es mi meta, adonde quiero llegar, qué deseo lograr?

Los espejos son replicantes, multiplicadores infinitos. Qué sucede si coloco un espejo frente a otro? que uno se refleja en el que tiene enfrente y al mismo tiempo me interno en un juego de reflejos sin fin. Es una cuestión de punto de vista,

donde me sitúo como observador para ver uno, dos, diez o cuantas más veces reflejado el espejo en el espejo.

Propongo como meta para estos días Observar, con paciencia, con decisión de ver y discernir. Podemos trabajar internamente esto desde varios aspectos:

-qué estoy viendo ahora mismo en mí misma/o que quisiera cambiar?

-qué estoy observando en este presente de mí misma/o que deseo conservar, y hasta inclusive acentuar, seguir madurando?

-es posible que si cambio tan solo un poco mi punto de vista, vea nuevos reflejos... entonces, estos 13 días me sirven para revisar si debo dar un pasito atrás o al costado, o muy decididamente al frente.

Reposicionarme siempre es válido, siempre estoy a tiempo de corregir mi propia postura. Si me miro al espejo físicamente, ya no hablo metafóricamente, : lo que veo, me gusta? o tengo más críticas para mí misma/o? Si no me gusta, qué estoy haciendo concretamente para cambiar eso? es una decisión interna real y mía, o viene impuesta por el afuera? Por ejemplo, si me siento gorda, es real? o es lo que me dicen? Qué hago con eso? porque si hay algo que me duele, sea por la mirada ajena o la propia, debo sanarlo en mí. [Hooponopono](#) a full!

Muchas preguntas dejé en esta entrada, para que cada un@ pueda trabajar internamente, mirarse, darse el amor que necesita darse y confirmar si estamos bien encaminados.

Bendiciones de mi corazón al tuyo Verónica Heiland (c)

Se permite compartir respetando el texto y la fuente que es www.puentedeluz.org

Otros Artículos relacionados:

[Trabajo con el espejo](#)

[Subo de peso y no puedo bajar](#)

Era de Acuario, época de Integración

El viejo paradigma era la separación. Ahora es la época de la Integración.

Incluso entre quienes ciertamente reconocemos la luz interna y decidimos servir al Plan de Luz Mayor, había una idea de que debía mantenerse alejada a la oscuridad.

Cuando se hablaba en talleres y encuentros de situaciones dolorosas, se buscaban caminos para evitarlas o había quienes buscaban herramientas para ir en contra de todo eso que veían como negativo.

El otro día alguien me escribió preguntando cuál era el mejor método para no sentir dolor, para no sufrir más. Y lo único que me salió decirle fue que no luchara por evitarlo, sino que se permitiera atravesarlo.

Como cuando nadamos en un río y queremos cruzar de una orilla a la otra. Nos sumergimos en el agua, la sentimos, nadamos y la atravesamos. Por un momento, en ese nado, nos integramos al río. Fuimos uno con él, y así avanzamos más velozmente a nuestro destino.

Hoy nos damos cuenta que con esta era de Acuario que recién está comenzando, hay necesariamente un cambio de visión, una manera renovada de hacer las cosas. Cada era trae sus dones, su sabiduría. Es momento de Integrar, de Unificar en nosotros.

Aquel viejo y consabido SOMOS UNO comenzó siendo una declaración metafísica de final de la era de Piscis, justamente preparándonos para esta nueva realidad.

Hay emociones intensas a tu alrededor? intégralas, verás como a través de tu corazón pierden intensidad.

Hay oscuridad en tu entorno? ilumínala desde tu corazón, sin miedo y sin cálculos previos.

Hay personas envidiosas, pesimistas, situaciones negativas? empatiza con ellas, como te salga, pero sin juicio, y te darás cuenta que se trata de niveles de conciencia. Y no por ello significa que estés más elevado! sino simplemente en otra frecuencia.

Desde la Unidad del Ser que Yo Soy, enlazando amorosamente mi corazón al tuyo, [Veronica Heiland](#)

Se permite compartir respetando el texto y la fuente <http://www.puentedeluz.org/>

Los trabajadores de Luz

Los trabajadores de la luz somos una especie intensa.

Amamos nuestro trabajo y sentimos que es la mejor decisión que hemos tomado: dedicarnos a esto que hacemos.

Estamos siempre viendo de qué manera podemos actualizar nuestros conocimientos. Hacemos cursos y leemos todo cuanto letra tiene que nos resuene.

Los más osados nos metemos a experimentar y probar cosas nuevas, terapias aún en proceso de desarrollo, en el afán de seguir descubriendo herramientas positivas.

No nos importa fichar ni cumplir un horario, sino que nos lanzamos de lleno a cubrir las horas extras que el planeta necesita.

Nuestros salarios los pagan desde las oficinas del Cielo, a

veces vienen en milagros, otras en bendiciones y en ocasiones hasta recibimos bonos especiales de satisfacción, cuando el corazón nos susurra "Tarea cumplida. Vamos por más."

Si te identificás con mis palabras, somos de la misma tribu: Felicidades y bendiciones de mi corazón al tuyo, [Veronica Heiland](#)

Se puede compartir resotando el texto y la fuente www.puentedeluz.org

Todo deja su huella

Todo deja su huella en el Universo.

Aún aquello que haces inconscientemente y aquello que dejas de hacer, tiene un efecto, un resultado visible o mensurable.

Todo acto de amor hacia todas las criaturas, se plasma en el cuerpo etérico de Gaia.

Toda palabra de bendición, todo pensamiento de misericordia, quedan resgistrados en el Akasha planetario.

Te das cuenta cuanto Bien, cuanta Luz, cuanto Amor y cuanta Paz podés dejar como señal indeleble de tu paso por la Tierra?

Honro mis huellas y me reflejo en las tuyas. Somos Uno!

Bendiciones de mi corazón al tuyo

[Veronica Heiland](#)

Despierta la magia

En nosotros mora un mago, un hacedor secreto, que a veces ni nosotros mismos tenemos en cuenta.

La palabra MAGIA deriva del latín que la tomó del griego y probablemente del antiguo persa *magush*, que contiene la raíz *magh-*, 'ser capaz', 'tener poder', haciendo referencia a la antigua casta sacerdotal persa y a su vez del sánscrito *maga*, 'ilusión', de la raíz *may*, 'obrar', 'mover. Miren cuantas connotaciones en este vocablo!

La rutina diaria, nuestro ego, nuestra mente, limitan nuestro poder. No es sencillo volver a reconectar con la Fuerza que guía todo el Cosmos. Somos parte de esa fuerza, pero hay q volver a abrir el corazón. Desde este espacio sagrado surge la fuerza creadora y poderosa que nos conecta directamente a la Fuente, tanto en el Cielo como en la Tierra.

Encuentrate con el silencio. Encuentrate con tu magia interna. Que cada día, sea como el primer día de tu vida, vive con esa intensidad.

Mira todo como si fuera la primera vez.

Despierta Maga divina, despierta Mago sagrado.

La Magia es la música del alma hecha canción...

Bendiciones de mi corazón al tuyo, Verónica Heiland.

Deseo en el Día de la Mujer

Que podamos todos juntos avanzar, mujeres y hombres, reivindicando a la especie humana, en sagrada integración de opuestos.

Recordemos que en este plano que habitamos, de dualidad, la noche no sería sin el día y viceversa. El calor no lo percibiríamos sin el frío, o la luz no brillaría sin la oscuridad... necesitamos ambos extremos para experimentar la TOTALIDAD del ser, de la existencia.

De la misma manera, es imposible manifestar femineidad y masculinidad sin reconocer a la otra fuerza en nosotros y en los demás, que al fin y al cabo son otros yo en distintos cuerpos...

Bendiciones de mi corazón al tuyo Veronica Heiland (C)

Imagen de Freepick

Propósitos para el 2018

1. Hacer ejercicio

Ejercitaré mis brazos brindando abrazos más amorosos y contenedores.

Ejercitaré los músculos de mi rostro brindando más sonrisas a todos lados y por toda circunstancia.

Daré más besos y más palabras de aliento.

2. Bajar de peso

Trabajaré para bajar el peso de mi ego, de mi orgullo y de

otros defectos que no me permitan evolucionar como persona.
Bajaré el peso de mis cargas, poniendo en manos de Dios todo aquello que no esté en mis manos resolver y ocupándome de lo que si puedo solucionar.

3. Dejar algún vicio

Dejaré de lado el vicio de quejarme de todo lo que pasa, de esperar que los demás solucionen mis cuestiones.

Valoraré más las cosas que sí tengo y aprenderé a vivir sin todo aquello que no tengo y que pudiera sentir que necesito para ser feliz.

4. Mejorar la alimentación

Mejoraré los nutrientes que le doy a mi espíritu.

Me enfocaré en rodearme de personas positivas, que aporten a mi vida paz, amor, cariño y estabilidad emocional.

Pondré barreras de protección consciente para que las quejas, comentarios negativos y la amargura de otras personas no se implanten en mi corazón y lo dañen.

5. Terminar algún proyecto

Haré de cada día un nuevo proyecto, el cual tendrá el objetivo de manifestar plenamente mi esencia de luz.

Viviré los 365 proyectos de este año con alegría, pasión, fe, fortaleza y optimismo.

Me impondré metas magníficas, y pondré mis fuerzas y talentos por conseguir lo necesario para tener una vida con sentido.

6. Viajar

Viajaré cada día hacia mi interior, meditaré cada momento de mi día y sacaré la mejor enseñanza de lo vivido.

Viajaré por el espacio virtual y llevaré palabras de amor, aliento, tranquilidad, comprensión y paz a quien lo necesite, así como con este escrito que hoy te llega.

7. Ahorrar

Ahorraré palabras que no debo decir.

Ahorraré acciones que no debo hacer.

Ahorraré dificultades, problemas y conflictos a quienes me rodean.

8. Aprender algo nuevo

Aprenderé a amarme sobre todas las cosas,
aprenderé a valorar mi ser,
aprenderé a saber alejarme a tiempo,
aprenderé a respetarme y hacerme respetar,
aprenderé a callar cuando es necesario,
aprenderé a hablar cuando me lo requieran,
aprenderé a honrar mi silencio y el de los otros,
aprenderé a aceptar mis errores sin querer justificarme.

9. Leer más

Aprenderé a leer entre líneas los mensajes que el bendito universo me mande.

Aprenderé a leer en las miradas de la gente su alma.

Leeré cosas que enriquezcan mi vida, tanto intelectual como moralmente, leeré solo cosas positivas que me dejen un mensaje y una enseñanza.

10. Cambiar mi look

Maquillaré mi rostro con sonrisas, pondré en mis pupilas chispas de alegría.

No me pondré máscaras de amargura y tristeza a pesar de que los momentos sean difíciles.

Sacaré fuerza de mi interior para no provocar frases sobre mi como: "pobrecita/o" "que mal se ve" "como sufre"

Mantendré elevada mi cabeza a pesar de todo, levantaré hacia el cielo mi rostro y caminaré con postura valiente ante cada día, sabiendo que lo que más importa es mostrar la real belleza de mi ser interno.

Bendiciones de mi corazón al tuyo y excelente año lleno de concreciones radiantes! ♥

Texto anónimo tomado de la red y editado por Veronica Heiland

Se puede compartir respetando el texto y la fuente <http://www.puentedeluz.org>

Atrévete!

Atrévete!

Tienes un sueño que acaricias con amor? un proyecto que acunas en tu corazón?

Solo por hoy, busca más allá de tus límites. Exígete. Cuestionate.

Quién mejor que tu propio corazón alinéandose con tu Misión? Quién mejor que tu propia conciencia ratificando o modificando el rumbo?

Intenta llegar un poquito más lejos, alcanzar un nuevo objetivo.

Cada día nos da la oportunidad de creer y crear, solo necesitamos tomar la decisión de actuar.

La vida pasa, cada día que vuela no vuelve. Está en tus manos... o en tus pies ☐ que camino escoger.

Bendita vida! Amor a tu experiencia en este principio de año y siempre.

Bendiciones de mi corazón al tuyo, Verónica Heiland

Mis deseos y un brindis de corazón

En este fin de diciembre te deseo:

que puedas abstraerte del ruido externo y revisar tus metas internas,

reconocerte y decidir si corriges rumbo o lo afirmas, con paciencia y coraje,

que tengas el valor de decir basta a aquellas cosas que ya no te nutren

y des la bienvenida con brazos esperanzados a lo nuevo que va llegando,

que no te quedes con culpas y sepas asumir la responsabilidad de lo que ocurra,

te deseo el atrevimiento, que te juegues, que te quieras y te escuches,

que tengas dolor de panza de tanto reír y ojos cansados de tanto mirar,

te deseo locura sabia y magia dulce, alegrías compartidas y plena salud en tu cuerpo,

colores para los días grises, paraguas para las duras tormentas y soles infinitos para tus días,

te deseo abrazos de los que duran una vida cuando cierras los ojos,

que tengas viajes felices cargados de buenos recuerdos, sembrado de descubrimientos,

huracanes de emociones que te hagan sentir, que te amen sin que te necesiten,

te deseo una nueva canción favorita y una nueva fecha para sonreír de solo pensarla,

te deseo dinero, pero solo el suficiente para que sepas dominarlo y dominarte,

haciendo de él solo un recurso que te facilite algunas cosas,

te deseo labios encantados de besos y llenitos de tiernas palabras,

y por último te deseo las ganas inmensas de seguir avanzando en tu propio camino.

Que tu Maestría interior se despliegue cada día.

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

Si compartes respeta la fuente y el texto www.puentedeluz.org

El arte de regalar como un ritual

Se acerca la Navidad, época de regalos si las hay... aunque en mi caso personal debí esperar a ser adulta para incorporar este ritual en mi vida, ya que de pequeña, Navidad era una celebración religiosa y familiar, en la que no tenía cabida ningún Papá Noel ni regalos, que eran considerados una cuestión netamente comercial. La verdad, es que en el mundo que me fui construyendo, mi VeroMundo, siento que encontré un equilibrio entre un extremo y el otro. Por eso me gustaría hoy compartir con ustedes una mirada sobre el ritual de regalar.



El significado de REGALAR, según la Real Academia Española es: “dar a alguien, sin recibir nada a cambio; ofrecer algo en muestra de afecto o consideración o por otro motivo”. Podríamos decir que el regalo nace de un deseo espontáneo de expresar a una persona nuestros sentimientos positivos o agradecimiento. Pero, ¿cuándo regalamos? Y más importante aún ¿cómo regalamos? El obsequio es algo más que una muestra de sentimientos positivos hacia una persona, ya que es capaz de perdurar en el tiempo, permanece en el recuerdo de las personas, lleva consigo implícito un mensaje por parte del que lo realiza, a la vez que refleja su personalidad. El ritual de

regalar está ligado con la capacidad de dar y recibir, se trata fundamentalmente, de un gesto de amor, que no guarda relación con la importancia material del obsequio.

Han pensado alguna vez, que en esto también funciona la ley de correspondencia? Es decir lo que damos es lo que recibimos. Está bien que habrá algunas excepciones, cuando se trata de aspectos puntuales karmáticos a limpiar (no les ha pasado que con alguna persona en cuestión ustedes sienten que deben hacerle un MUY buen regalo? O con otras todo lo contrario?). Entonces, retomando lo que planteaba al principio como interrogante, si recibimos lo que damos, no será momento de prestar atención a lo que estamos dando?

Dar y recibir son las dos caras de la moneda. Al obsequiar manifestamos no solo nuestro amor o sentimientos por la persona, sino también expresamos nuestra autoestima. Quien tiene una autoestima saludable disfruta tanto en el prodigar su afecto a los otros, como en recibirlo de los demás. Los regalos no son más que vehículos que expresan lo sentido. Cuando regalamos podemos tomar distintas actitudes:

- 1- Comprar lo mejor que mi presupuesto me permite. (Actuar por objetivos)
- 2- Comprar lo más caro, porque es lo que se mostrará socialmente. (Vivir de las apariencias)
- 3- Comprar algo lindo pero económico, que en estos tiempos no estamos para tirar manteca al techo. (Centrarse en la escasez)
- 4- Comprar lo primero que veo y me saca el problema de encima. (Resolver sin involucrarse)
- 5- Regalar tratando de ponerme en el lugar del homenajeado. Pensando en sus gustos o deseos. (Practicar la empatía)
- 6- Obsequiar con creatividad al servicio de este ritual, confeccionando yo misma mis regalos. (Poner el alma)



El decir a los otros cuánto nos importa, sabiendo cuánto les importamos, me parece una de las claves a la hora de pensar en el ritual de regalar como un acto de amor. Los mejores regalos que podemos hacer para sorprender a los demás, no son los más costosos, sino aquellos que tienen en cuenta los pequeños detalles que al otro le agradan, pueden transmitir a nuestro destinatario cuan importante es para nosotros.

Un capítulo aparte son quienes reciben obsequios y si no les gustan, tienen un cajón especial adonde van a parar para el caso de que tengan que hacer ellos mismos un presente a otra persona. Quién no ha hecho esto alguna vez? Pero una vez que pensamos seriamente en esto, nos damos cuenta que le estamos cargando una energía de rechazo si no nos gustó o cuando menos de indiferencia, si es que estamos tan decididos a dejarlo ir, que se suma a la que ya venía cuando lo recibimos... qué berenjenal de energías-sentimiento habrá en ese paquete! Distinto es que ante algo inútil para uno o que por cualquier motivo no usaremos, lo ofrezcamos a gente de nuestra confianza con la aclaración pertinente. Por ejemplo: me han regalado una cartera con la tira muy corta y me resulta incómoda, a vos te gusta? y entonces la entregamos en armonía.

Piensa también que hasta el hecho de regalar dinero puede ser creativo y una muestra de tu arte y dedicación. Bien podría ser que tu hijo quiera cambiar su teléfono móvil y esté ahorrando, tal vez contribuyas con el valor del estuche nada

más ☐ , pero esos billetes que le des, dáselos bien amorosamente. Te dejo algunas muestras de formas de presentar un obsequio de dinero en efectivo.



Angelitos hechos con una servilleta de papel, un bombón como cabeza y un billete como alitas



Una planta con billetes dobladitos que semejan las flores



Tarjeta navideña
con un billete
doblado como
pinito

Al dar y recibir regalos esta Navidad, recuerda que es una excelente oportunidad de poner en marcha este ritual de amor que es regalar y despreocúpate por el contenido de los paquetes, ocúpate de que tus regalos sean amorosos, bien entregados, bien recibidos, que dejen una agradable huella en la memoria!!!!

Con amor ♥ Verónica Heiland

44 Fractales y la energía de los números

Muchísimas gracias a todas las personas que desde el primer día se han sumado enviando sus oraciones, energía y buenas intenciones a los 44 tripulantes del submarino perdido en la Argentina. Como cocreadores que somos estamos vibrando con cada fractalito de los 44, número maestro que en esta ocasión nos viene a enseñar la UNION.

Un juego simbólico de números maestros

En estos días se nombró a los 33 mineros de Chile que fueron rescatados. Otro número maestro. Como lo es también el 11, del mes que transitamos, que ya sabemos ha traído una energía inmensísima y radiante siendo el momento cúlmine justamente el 11.11... tenemos además este año 1 (la suma da 10 que es 1) iniciático y revelador de la luz. Han visto el mensaje canalizado que recibí hace dos días? en él hablan de estos cambios increíbles a nivel de la conciencia y en las rejillas de la tierra, cambio que está principalmente expuesto en el empoderamiento de la [energía femenina](#), sostenido desde la integración y equilibrio de ambas energías. El 33 representa el amor crístico, el 44 la transmutación para la liberación, y si lo sumamos da 8 que es el número del infinito, conectándonos así a la inmensidad del Universo que se replica en sí mismo sin límites.

Claramente siento que esto no acaba, sino más bien que recién comienza. Sigamos, cada uno desde nuestro lugar dando lo mejor, a pura conciencia y en pura luz! Gracias a todos los que están unidos al [CIRCULO DE LUZ](#) .

Paz y Bien. Y bendiciones de mi corazón al tuyo Verónica Heiland (C)

Te dejo a continuación este texto de ARipka Maia con el que concuerdo hasta las comas:

44 seres como fractales de 44 millones de argentinos

Una parte en cada uno de nosotros trasciende, muere, para emerger a una nueva frecuencia

No dejo de sentir el inminente cambio que ya está frente a nosotros hace más de 7 días. Más bien, se está gestando desde mucho antes, pero se nos presenta con más claridad en estos

días con el suceso del submarino.

En primer lugar este submarino fue ensamblado, lo cual nos dice que estaba dividido en dos. Es, en parte, un fractal de nuestra esencia como argentinos. Siempre divididos en una mitad o en otra. Un presidente u otro, un partido u otro, una polaridad u otra.

Y por más que intentemos ensamblar con pegamento esas dos partes, si no cambiamos la pieza por una que nazca ya completa, íntegra, a la larga la que fue ensamblada se terminará quebrando ya que no soportará el peso de las emociones.

Esto es una metáfora de que para renacer verdaderamente una parte de nuestra conciencia debe morir en un plano para emerger a otro, y así poder renacer ÍNTEGROS!

Esto nos muestra todo el trabajo interno que aún nos queda por hacer. Esto está recién comenzando...

Como país ascendemos al signo de Libra. La balanza. El equilibrio de nuestras dos mitades. No ponernos ni en un bando ni en otro, sino estar en equilibrio. Claramente este 4-4 nos indica la perfección de nuestras energías, unidas a la tierra, siendo el 4 el número de Gaia, siendo el 44 la maestría de nuestra energía Femenina unida a la del planeta.

Hoy, 44 seres están bajo el agua y no se sabe aún lo qué pasó, lo que ya se siente en el aire de nuestro país es un profundo duelo.

Como dije hace unos días "Sea lo que sea que vaya a pasar, ya está ocurriendo" porque esto nos espeja, este suceso es un fractal de nosotros mismos. Siendo un país con Sol en cáncer (signo de agua que refleja la memoria) ascendiendo a libra, signo de aire que refleja el equilibrio de la pareja interna (Femenino/Masculino)

Este suceso nos muestra dos caras que nos conducen a un mismo punto:

1. Si algo les pasó y ya no podrán regresar a la superficie, ellos y un fractal de todos nosotros muere con ellos.
2. Si ascienden a este plano y emergen de la profundidad, también habrán muerto en un nivel de sus conciencias y

nosotros también.

Cualquiera de los dos hechos nos lleva a lo mismo: La trascendencia espiritual. Claro está que la conciencia humana se aferra a la posibilidad de la segunda... queremos verlos trascendidos y con cuerpo físico en este plano. Nuestro lado egoico se sentiría mejor así. De esa manera no tendríamos que sufrir la pérdida. Pero si observamos el hecho desde el plan que lo creó podremos amplificar nuestra mente, darle paso a nuestro corazón y despertar "Admiración, Honra y Gratitud" a nuestros 44 por ser un reflejo de los 44 millones de argentinos.

Tomemos el mensaje que esto nos trae y que esto nos brinde la fuerza para saber que aún tenemos mucho por hacer. Eliminemos las culpas y los culpables y comencemos a hacernos cargo de nuestra existencia. Sabiéndonos con el suficiente poder de crear la realidad en la que queremos vivir de ahora en más. A las personas que trabajan sembrando conciencia en nuestro país les digo que aún falta mucho por hacer y que esto tiene que darnos más fuerza para trabajar con más conciencia y unidad para que el Avatar pueda manifestarse verdaderamente.

No perdamos la esperanza! La ciencia de poder esperar con templanza a que todo se aclare en las próximas horas y podamos vivir esta transición en paz, que ya está sucediendo. Este es el principio de una nueva vida para los 44 del submarino y los 44 millones de argentinos.

Con amor infinito! Aripka Maia"

Confía, no desistas

A veces las cosas parece que no salen bien, o aún no se ven resultados... Espera, sé paciente !

El tiempo de Dios no tiene tiempo... o mejor expresado, el Universo se rige por otras realidades temporales.

No obstante ÉL está actuando... quizás ÉL está insistiendo sobre tu poco de paciencia para fortalecerte en la fe en ti mismo y hacerte crecer como persona...

Confía, no desistas... A veces las oportunidades vienen disfrazadas de dificultades, pero en verdad algo muy lindo o bueno está por ocurrir y es que aún no puedes verlo.

En otras ocasiones, un NO viene a mostrarte que no es lo mejor para ti, en este momento o de esta forma.

Recuerda, Él, Dios en TI, es el único que sabe lo que es mejor para cada quien.

Confía y haz tu mejor trabajo. Cree y realiza el mayor esfuerzo. Pero ojo! esfuerzo implica trabajo duro, dedicado pero nunca sacrificio. La era de los grandes sacrificios acaba.

A medida que la conciencia recuerda, despierta y se empodera a sí misma, entiende que no es necesario el sufrimiento ni la resistencia.

Confía, no estés triste, angustiado o ansioso, todo está en orden perfecto y armonía divina!

Bendiciones de mi corazón al tuyo, Verónica Heiland

Se permite compartir respetando el texto y la fuente www.puentedeluz.org

Un día como hoy, flotaba

Flotaba.

Un día como hoy, todo lo que me rodeaba era cálido, intenso... un océano nebuloso subyugante, donde solo flotaba. La gravedad no me importaba... qué digo! ni pensaba en la gravedad, o en estar tendida o de pie.

La inmensidad tierna abrigaba mis ansias de movimiento y un cordón de oro rojo retenía mis impulsos cada vez que giraba. Bailaba siguiendo su voz cantarina de contralto entonando zambas andariegas o pícaras coplas heredadas de alguna abuela española.

Hasta que pasado el mediodía decidí que necesitaba salir. Así fue que primero busqué con mis manitas, a tientas, la posible salida. Fui metiendo mi cabeza y sentí que cedía muy despacito a mis esfuerzos.

Entonces, súbitamente fui azotada por una luz potente que agredía mis sentidos. Y ruidos! lo mismo que oía antes seguía, pero ahora se sumaba una cacofonía llena de nuevos sonidos. Me di cuenta de pronto que ya no flotaba, que el mar había desaparecido. Ahora era todo tierra, o suelo o sábanas, y olas del océano interior lamiendo mis pies.

Luego supe que eran manos, ésas que me tomaron y alzaron hasta la piel de la voz tan conocida. Y cuando habló supe que era a mí, cuando aún sin abrir mis ojos me vi en los suyos llenos de agüita. Hubo un momento de vacilación al cortarme ese hilo de oro que nos unía, hasta que sentí su alivio, su alegría, su cansancio, sus ganas de besarme y que siguiera a su lado, sus ganas de dormir y entregarse al fin al milagro de haber creado vida.

Hoy cumplimos un nuevo aniversario, mamá querida. Hoy te agradezco tu entusiasmo, tu fe, tu amor y este camino. Que hayas amado a papá y juntos me hayan concebido. Bendigo el contrato de almas que suscribimos. Te amo y me amo. Nos deseo lo mismo que deseo a cada persona en su día: bendiciones, alegrías, música y sabiduría, paz, felicidad y realizar misión y propósito de vida.

Verónica Heiland (c)

Los conflictos suceden por una razón

Cuantas veces nos resistimos a los sucesos que se nos presentan solo porque pensamos desde nuestro pre-juicio sobre lo que debía pasar. Esperamos determinados resultados, alimentamos expectativas sobre cómo debería ser algo o cómo deberían actuar los demás.

Todos experimentamos conflictos personales de vez en cuando... y a veces mucho más seguido que eso!

Una de las formas más proactivas para gestionar las discusiones o desacuerdos es tomar un respiro y preguntarte: "¿Qué está tratando de enseñarme esta situación?".

Los conflictos suceden por una razón: Existe una lección superior que las dos partes implicadas tienen que aprender o trascender.

Y si bien es fácil distraerse, la forma en que podemos aprovechar lo mejor de un momento es estar completamente presentes, sintiendo desde el aquí y ahora, dejando a nuestro Ser fluir suavemente mientras simplemente ocurre.

Agradeciendo la oportunidad de crecimiento o entendimiento que

logras al estar compenetrado desde el sagrado espacio de tu corazón en esa instancia de sanación.

Y cuando aprendemos a soltarnos, sin dejar por eso de ser coherentes con nuestra verdad interna, todo fluye mágicamente. Como ocurre con el niño en el trineo, que juega y se desliza por la nieve. Va sin miedos, disfrutando del trayecto, confiado en que está viviendo plenamente ese momento presente.

El universo se ordena y en ese autoordenamiento, dispone en nuestra vida de forma simple y efectiva. La Fuente Divina actúa en nosotros a través de Todo. Dios se refleja en Todo, en todos, en mí misma, en vos mism@!

Bendiciones de mi corazón al tuyo Veronica Heiland.

Se permite compartir respetando el texto y la fuente www.puentedeluz.org

Permitámonos florecer en donde sea que estemos

Feliz Día, feliz Vida, Caminantes del Puente de Luz!!

Los invito a florecer. Sin importar el lugar donde estamos, nuestra alma sabe que lo escogimos con sus fortalezas y debilidades, como un escenario magnífico donde expresarnos.

Las grandes almas enfocan su atención en aquello que les permite evolucionar.

Las pequeñas en cambio, prefieren que otros decidan por ellas.

La capacidad de avanzar, de decidir nuestro “destino”, de cocrear la manifestación de lo grandioso en nuestra vida está en nosotros, latente como una semillita.

En nuestra alma está la posibilidad de permitir que nuestras capacidades, que nuestros dones y talentos brillen en colores especiales y únicos. En nuestra alma se expande la Divinidad y con ella, podemos florecer en cualquier lado.

Tomemos nuestro poder, permitamos que la Luz Divina guíe siempre nuestros pasos, dejemos que la Sabiduría Divina sea en nosotros. Abramos nuestros brazos desde el centro de nuestro corazón para que podamos elevarnos cada vez un poquito más en pleno vuelo.

Bendiciones de mi corazón al tuyo!

Verónica Heiland (C)

Se permite compartir respetando el texto y la fuente www.puentedeluz.org

Ideas para alinearte con las nuevas frecuencias de luz

Muchas personas estamos recibiendo información sobre las frecuencias de luz cristalinas que están llegando a la Tierra. Aquí te dejo algunas ideas para que desde tu Sagrado Espacio puedas alinearte a este cambio de Conciencia planetario.

- ♥ Libérate de sentimientos que contaminan.
- ♥ Perdona a quienes sientes te ofendieron y pide disculpas a quienes hayas herido.
- ♥ Sé dulce y suave en el trato con los demás. La violencia solo es un signo de impotencia.
- ♥ Ama a todos los seres, uniéndote en comunión con el mundo todo.
- ♥ Manifiesta Compasión. Esto es entender la situación de los necesitados, sin lástima y en servicio.

♥ Desarrolla la Empatía. Esta es una de las claves de las frecuencias de luz que están llegando al planeta.

♥ Integra Energías, la Sagrada Femenina y el Divino Masculino en comunión interna.

♥ Entrega lo mejor de ti, porque será con tus sentimientos, tanto los buenos como los negativos, con los que inicies el viaje de vuelta a casa... nada más que con la suma de ellos experimentados en tu alma. Y por tu bien, te conviene que haya muchos más positivos que de los otros.

♥ Mantén tu oído atento a la Voz interna. Tu Sabiduría Intuitiva pugna por salir. Esta también es una de las prerrogativas de las nuevas frecuencias de luz.

♥ Recuerda que estás aquí y ahora encarnado en un cuerpo físico pero eres mucho más que eso. Eres Energía, Conciencia en expansión. Creador puro.

♥ Dedicar un tiempo diario a tu re-conocimiento interno. Solo quien se conoce avanza más fácilmente en su propia evolución. Ten una feliz vida. Bendiciones de mi corazón al tuyo.

Verónica Heiland (c)

Puedes compartir respetando el texto y la fuente www.puentedeluz.org

Todos somos parte importante del Todo

Queridos, hoy me levanté con esa idea que publiqué en mi muro de [Facebook](https://www.facebook.com/) respecto de que todos somos importantes. En este maravilloso Juego de la Vida, todos tenemos roles específicos, todos traemos talentos y habilidades para poner al servicio del cumplimiento de nuestra Misión personal y de un más alto

Propósito planetario o colectivo.

A veces me escriben o comentan que no creen tener talento o que no saben como hacerlo, que meditar y trabajar en la luz es algo ajeno a sus capacidades. Me gustaría darles este mensaje de apoyo a quienes se sienten así.

Pensemos en un auto. Necesita un conductor que lo guíe, pero si tiene copiloto y acompañantes, mejor! porque lo ayudan con el mapa, lo entretienen para que no se duerma, o cambian en el camino cuando está cansado. Pero el auto necesita un motor, verdad? cada engranaje en toda la mecánica y cada pieza en la electricidad cuenta. Pero adonde podría ir si todo eso estuviera y no hubiera ruedas?, arrancaría pero no podría avanzar, cierto?

Lo mismo sucede con estos trabajos, como el que propongo en este blog del [CIRCULO DE LUZ](#) o en el grupo de Facebook [ALMAS AL CIELO](#). La energía de todos los que estamos aquí es NECESARIA. Todos hacemos que esto funcione. NO piensen que si no ven, no huelen o no escuchan lo están haciendo mal. Cada uno trae sus dones y talentos. Cada uno sabe qué debe hacer y cuándo, no duden de su poder personal!

Quien hoy conduce mañana puede ser motor y quien hoy es rueda quizás mañana puede conducir... no se trata de jerarquías, ese es un concepto de la vieja energía. Ahora los Maestros nos piden desplegar nuestro poder trabajando en EQUIPO.

Yo Soy un granito más en la playa de Dios... y me encanta saber que somos muchísimos granitos, cada uno haciendo su parte. Los amo. Gracias por leerme y estar, Verónica Heiland (C)

El contenido puede compartirse respetando el texto y la fuente www.puentedeluz.org

El florecimiento de uno mismo

Hasta el 26 de octubre estamos transitando la onda encantada de la Semilla magnética amarilla, cuyo poder de Florecimiento nos facilita identificar nuestro Propósito, respondernos a la pregunta interna: Cuál es mi meta?

Este pensamiento acerca de florecer, de dar nuestros mejores frutos, quiero asociarlo a un ejemplo, citando la vida de Viktor Frankl. Como psiquiatra, él desarrolló lo que se conoce como tercera escuela vienesa de psicoterapia, llamada Logoterapia. Estando Austria ocupada en la segunda guerra, le ofrecieron un puesto en Estados Unidos, donde podría haber permanecido a salvo. Lo dejó en sus propias palabras:

“...era libre para marcharme, desarrollar y defender mi teoría. Mis padres estaban contentísimos y compartían conmigo la alegría de verme a salvo en el extranjero. Sin embargo no me decidí a usar el deseado pasaporte, pues sabía que al poco tiempo de marcharme mis ancianos padres serían deportados a cualquier campo de concentración. La duda me comía...

Soñé que la gente estaba formada, pacientes psicóticos, para ser llevados a la cámara de gas. Yo sentí una compasión tan profunda que decidí unirme a ellos. Sentí que debía hacer algo, trabajando como psicoterapeuta en un campo de concentración, ofreciéndoles apoyo mental, lo cual sería incomparablemente más lleno de sentido que solamente ser psiquiatra en Manhattan.”*

Viktor Frankl encontró el más alto Sentido de su vida, sirviendo a otros seres humanos en el campo de concentración.

Si no encontraste aún el tuyo, no desesperes. Algunos vienen con varias misiones personales, que deben ir siendo cumplidas una a una. La misión más alta no tiene necesariamente que ser salvar vidas a cientos de personas, esto es maravilloso por supuesto, pero no es para todos. En muchos casos es

simplemente servir con voluntad, amor y compasión a quien tienes al lado, sea tu pareja, un padre, un hijo o un jefe. Y cuando digo “servir” es en el sentido más elevado y provechoso, en el que las almas mutuamente han acordado un trabajo conjunto.

El cambio necesario crece en uno mismo cuando aceptamos que el entorno no se modificará si no somos los propios actores.

Que tu florecimiento sea en paz!

Bendiciones de mi corazón al tuyo

[Veronica Heiland](#)

*Cita tomada
de: www.logoforo.com/las-estragias-de-viktor-frankl...

Día de Prevención del cáncer de mama

Ya con el resultado cierto, puedo escribir sobre esto.

Hace unas semanas en un estudio de control aparecieron unos nódulos en mis pechos. Luego una ecografía mamaria y mas tarde una de alta resolución mostraron muchos más que los que aparecían en la mamografía, de tamaño y cantidad considerable. Me citaron para un nuevo estudio. Me recibió un doctor profesor de la Universidad y una médica colega suya que miraron las imágenes. El doctor me dijo que podíamos aguardar un par de meses y repetir los estudios para ver si cambiaba de forma o tamaño, pero recomendó relizar en ese mismo momento una punción. Yo manifesté que no quería y prefería esperar. Pero él dijo que realmente lo recomendaba por mi seguridad. Mi marido que me acompañaba insistió en que la hiciera.

Yo me sentía realmente sana. Interiormente sana. Sin embargo,

por complacer, por apagar la preocupación de mi amado, y desoyendo mi propia voz interior acepté hacerlo.

Me escarbaron, tomaron varias muestras. Todo el tiempo fueron muy amables, tanto el doctor como la médica, y la enfermera. A nivel humano fueron muy considerados, sin ninguna duda. Me explicaron cada cosa que hacían, me preguntaban todo el tiempo si dolía, que les avisara, etc. Luego me envolvieron los pechos como una momia, para evitar posibles derrames. Durante tres días no debía hacer esfuerzos, no levantar peso, mejor no conducir, ni mojar la herida. Debía cambiarme los apósitos cada mañana. Me entregaron las instrucciones por escrito, los apósitos, todo lo que necesitaba!

Sin embargo salí del Hospital muy molesta, enojada, no solo por el dolor, que sí dolía, sino enfadada con los profesionales, con mi marido, con la situación...

Y avisé solo a algunas pocas personas de mi confianza que sabía podían hacerme el aguante con su envío de buenas ondas y sanación.

A medida que pasaba la tarde y pensaba en lo vivido, me di cuenta claramente, que no estaba en realidad enojada con las otras personas en las que había focalizado mi descontento. En realidad estaba enfadada conmigo. Con mi necesidad de complacer. Enojada por hacerle sufrir a mi cuerpo una agresión cuando no lo sentía necesario. La frustración era por no haberme escuchado, por no haberme respetado en mi auténtico sentir, desoyendo la comunicación con mi físico.

Hoy es el Día Internacional de Prevención del cáncer de mama y recordé este escrito que hice hace unos meses y me había guardado. A veces debemos pasar determinadas situaciones para después verlas, y observar como las trascendimos, ver cuál fue la enseñanza.

Yo aprendí de esto a respetarme más aún, a oír mi voz interior más que antes. A valorar mis propias percepciones y comunicación con mi propio cuerpo. Desde la toma de la muestra hasta tener el resultado de la biopsia, fueron días de integrar la paciencia, desoyendo la ansiedad del afuera. Mucho trabajo interno ciertamente.

Quiero aprovechar esta oportunidad para recordarles con estas imágenes, a qué es lo que debemos estar atentas las mujeres al hacer el autoexamen. Hagan periódicamente la autoexploración. Párense frente al espejo, desnudas y miren si hay cambios... y díganse cuanto se aman!!!

Que todas sean muy bendecidas, desde lo profundo de mi corazón
Veronica Heiland.



Rituales como formas auténticas de conexión interna

Sobre los rituales por Verónica HeilandMe han preguntado sobre hacer rituales. Qué lindo, que me dan la oportunidad de contar cosas. Mil gracias!

Rito proviene del término latino ritus, que significa orden. Se trata de una costumbre o ceremonia que se repite de forma invariable de acuerdo a un conjunto de normas ya establecidas. La celebración de los ritos se llama ritual y varían conforme a la sociedad o cultura que los produce, pudiendo ser solemnes

y serios o de carácter festivo y alegre. El rito por excelencia que se practica con grandes diferencias, pero por todos los pueblos del planeta es el funerario, que representa la despedida de la persona que fallece. Otros ritos populares están vinculados a la purificación (como el bautismo), la consagración (la investidura de sacerdotes o reyes), el agradecimiento o el perdón, así como otros dedicados al paso de una etapa a otra (de la pubertad a la adultez, de la soltería al matrimonio). También hay ritos de iniciación, que están relacionados con la introducción a ciertos misterios o prácticas ocultas para los no iniciados.

Los rituales constituyen el conjunto de acciones que realizamos para celebrar el rito, por ejemplo: encender una vela, rezar por el alma del difunto, llevarle una flor a la tumba, etc.. En otras ocasiones he contado que como mujer he realizado rituales de conexión con la tierra, arrodillada en el césped, elevando una plegaria, entregando mi luna o un cristal con mis intenciones.

A veces, leo consejos sobre como hacer rituales para encontrar el amor, o rituales para obtener un trabajo, y hay que encender velas de determinado color, en un orden específico, y recitar alguna oración, sacudir una pluma, pegar tres saltos y listo el pollo, ritual terminado. Y no dudo que quienes recomienden esos métodos lo hagan con la mejor intención, pero siempre me pregunto: qué lugar queda para la verdadera conexión con el Yo Superior?

Otras veces veo con pavor, publicidades de personas que ofrecen a cambio de buen dinero, hacerte un rito de limpieza abrecaminos, destapacorazones y atraefortunas. Y todo está en perfecto orden, habrá quienes se crean eso y prefieran poner su poder en manos de otros, que solo hacen su negocio. En estos casos, no hay duda de la desconexión de estos pobres individuos.

Ocurre lo mismo cuando veo algunos servicios en la iglesia, o misas. La gente entra, se sienta, se para, se arrodilla, se levanta, se sienta, canta, y se va. De qué manera se ha

conectado con la Divinidad? Solo por hacer todo como autómatas se está adorando a Dios y todo está bien?

Estamos viviendo tiempos en los que más que nunca tenemos todo dispuesto para pegar el salto dimensional. Y este salto no viene por sí solo, sino por descubrir la verdadera conexión con Dios en mí! Y desde allí proyectarlo al afuera, a mi entorno, mi familia, mis amigos, mi trabajo, mis relaciones todas.

Dice Pedro Gómez García, del Dto de Filosofía, Universidad de Granada en su artículo Los ritos como forma de adoctrinamiento: "El ritual cumple una función sociológica, reforzando las estructuras sociales. En cualquier colectividad, los ritos codifican y expresan experiencias básicas, cosmovisiones, valores y actitudes vitales para su supervivencia y reproducción. En las sociedades igualitarias y en las jerarquizadas, son los chamanes o los ancianos quienes controlan la práctica ritual. En las sociedades estratificadas, alguna clase de clero ostenta el monopolio de la relación con el poder divino, mediante el control institucional de los mitos y los ritos.

(...)Los ritos vivos son necesarios como catalizadores de energías transformadoras, creativas, asociativas, que crean comunidad entre los humanos. Conllevan tal vez cierto adoctrinamiento. Pero los rituales, que nos modelan, también hemos de moldearlos nosotros. Por lo tanto habrá que discernirlos críticamente, a fin de que se aparten de la doctrina que apaga la inteligencia o la adormece, y despierten la conciencia a grados crecientes de humanización."

Cuando hacemos un ritual que surge de nuestro corazón, de lo profundo de nuestra divinidad, es maravilloso! Pero casi diría que pierde su carácter de ritual, pues no es algo que vayamos a repetir en el mismo orden otras veces, y se convierte en una ceremonia consagrada. Es nada más y nada menos que perpetuar la conexión sagrada con lo divino. Si para eso me sirve encender una vela, bienvenida sea. Si me sirve cantar un

mantra, o saltar una y otra vez en el mismo lugar hasta sentir la conexión con el chakra de la tierra, fantástico. Cualquier acción que realice sin afectar a otros (con esto quiero decir, por ejemplo que si para conectarme debo gritar como loca y así molestar a los vecinos, no estoy haciendo un buen ritual) y sienta que me religue a la Fuente Divina, es buena.

Sin embargo, también siento que cada vez menos, necesitamos conectarnos con “cosas externas” y cada vez menos requerimos sustentar mandatos contruidos por otros.

Sé libre! En acción y sentipensamiento. Si sientes que debes hacer un ritual, hazlo! Pero no hace falta que busques muchas indicaciones para hacerlo, mas bien dejate guiar por tu sabiduría intuitiva. Podemos buscar ideas, leer sugerencias, todas las opciones posibles nos abren un panorama vasto. Pero elijamos lo que resuene en nosotros, en el orden y tiempo que vibre en armonía con nuestro proceso.

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

Se permite compartir respetando el texto y la fuente.
www.puentedeluz.org

Procura el equilibrio

Este texto que compartió hoy una buena amiga me resultó muy sincrónico. A veces, como me está sucediendo ahora mismo, pasamos por situaciones que nos corren un tanto de nuestro centro.

Planeamos y proyectamos determinadas cosas y luego, al entrar en cocreación con los demás, debemos reprogramar nuestro plan original. Buscamos aquello que deseamos, haciendo todo lo

posible, poniendo nuestro trabajo para que ocurra eso que anhelamos. Pero si sentimos que lleva mucho esfuerzo o que no está saliendo como esperábamos, nos desanimamos. Entonces es cuando debemos recordarnos a nosotros mismos, que estamos siendo asistidos, desde la Sagrada conexión de nuestro Corazón en Conciencia con la Luz más Alta. Sabemos que todo vuelve a estar en Orden divino bajo la Gracia Perfecta.

Te dejo estas palabras de Eileen Caddy tomadas de su libro La voz interior, como para recordarnos siempre buscar mantener el equilibrio. Cuando sentimos que nos estamos cayendo hacia un lado, sea la decepción o la euforia, la tristeza, la desesperación, la ansiedad o las expectativas desmedidas, volver a nuestro centro. Siempre volver, respirando mansamente y centrándonos en lo que dice nuestro corazón.

“Procura que haya equilibrio en todo. Trabaja mucho pero también aprende a jugar mucho, y haz lo que de verdad te guste hacer, sea lo que sea. No importa que las cosas con las que disfrutas sean sencillas o extravagantes, si de verdad encuentras auténtica alegría en hacerlas. Cuando haces algo que te gusta, da igual que conlleve esfuerzo; no te sientes agotada sino vigorizada y animada. El trabajo nunca habría de ser monótono, y no lo será si tu actitud hacia el mismo es correcta y disfrutas haciendo lo que haces.

Cuando haya equilibrio en tu vida, encontrarás que ésta es completa, y no tendrás sobredosis ni de trabajo ni de juego. Lo uno es tan malo como lo otro. Nunca compares tus preferencias con las de nadie más; lo que a ti te gusta quizá no le atraiga a nadie más. Haz aquello con lo que disfrutas y deja que los demás hagan lo que les resulte atractivo. Vive y deja vivir.”