NOMBRE DEL ESTUDIANTE**:** Nélida Barrientos Rodas

**GRADO**: Licenciatura en Psicología y Espiritualidad

  **Tema**: **Human Integration Process**

**FECHA**: 01-20-2014

**LUGAR**: Mariano R. Alonso. Paraguay

**ATLANTIC INTERNATIONAL UNIVERSITY**

**Tabla de Contenido**

 **Caratula 1**

 **Tabla de Contenido 2**

 **Presentación 3**

 **Introducción 4**

 **Desarrollo 6**

 **Conclusión 13**

 **Apreciación personal 15**

 **Bibliografía: 16**

**PSICOLOGIA\_ESPIRITUALIDAD**

**Human Integration Process**

**“LUSTRE y ESPLENDOR”**

*“Sale el sol, se pone el sol, y corre sin detenerse para salir de nuevo.*

*Va el viento hacia el sur y luego gira al norte, y girando, girando,*

*Vuelve sobre sus giros.*

*Todos los ríos van al mar, y el mar no se llena; nuevamente el agua correrá por los ríos.*

*Lo que fue volverá a ser, lo que se hizo se hará nuevamente.*

*No hay nada nuevo bajo el sol. Y si te dicen: “Mira, esto es nuevo”, aun eso ya fue en siglos anteriores.* “

***Eclesiastés 1, 5-*9**

***PRESENTACIÒN:***

Conocimiento interior- Autoconocimiento

Conócete a ti mismo.

“Nada es nuevo bajo el sol. Todo desde siempre ha existido, existe y existirá

hasta el final de los tiempos”.

 Escribe Rhonda Byrne en su libro **El Secreto**:

*Empecé a buscar los orígenes de El Secrete en la historia. No podía creer que hubiera tantas personas que lo conocieran. Eran algunos de los personajes más grandes de la humanidad: Platón, Shakespeare, Newton, Víctor Hugo, Beethoven, Lincoln, Emerson, Edison, Einstein...*

 Experiencia personal.- Siempre sentí que no estaba siendo la que realmente soy, no había concordancia entre mi vida real y mi ideal de vida. Hasta que tuve la experiencia de ser acompañada durante diez días haciendo los Ejercicios Espirituales Ignacianos en forma personalizada, en Santa María de Fe, Misiones .Paraguay en una sencilla casita de dos aguas. Viví una experiencia de encuentro con mi yo esencial y la de la confirmación de mi llamada a la vida religiosa.

En Santiago de Chile viví la más fuerte experiencia de descubrimiento del rol propio, el carisma personal, el don que el Creador había depositado en mi persona. La de ser acompañante espiritual y favorecer el conocimiento propio. De forma especial el descubrir los **tesoros** que cada ser poseemos desde nuestro principio.

Desde mi ser religiosa Teresiana-Ossoniana va con la formación recibida en el Noviciado la oración como el medio para el encuentro con Dios, el Ser Trascendente, el Creador. En la medida que voy teniendo la experiencia de encuentro con Él, crezco en la relación conmigo misma; esto me hace sentir la necesidad de ahondar en el conocerme cada vez más y más, pues esto me da la alegría y el gozo de adentrarme en el conocimiento de Dios.

Así surge el deseo de una formación académica de calidad. Para fundamentar teóricamente tantas vivencias experienciadas en el trascurso de mi vida de hija, hermana, tía, cuñada, compañera, docente, catequista, religiosa, acompañante espiritual de jóvenes, adultos, parejas y personas de la tercera edad. Después de muchas averiguaciones me encuentro con la AIU que está favoreciendo que se vaya dando milagros tras milagros de grandes descubrimientos de los “Tesoros” guardado que poseía.

***Introducción***

Presento el fruto de mi recorrido por los caminos de la espiritualidad de Santa Teresa de Ávila, San Enrique de Ossó, San Ignacio de Loyola y que me acercan a la espiritualidad de Jesús el Resucitado, de la espiritualidad oriental, de la espiritualidad que me abriga y me inunda. Y el fruto del “Viaje Interior” con el instrumento del Eneagrama. Viaje personal, viaje grupal y comunitario, como integrante y como acompañante.

Los Libros de Rhonda Byrne me han abierto los ojos para poner nombre a experiencias, visiones y descubrimientos alcanzados, con el ejercicio de contemplación desde el “Tercer Ojo”. Es sorprendente encontrar descripciones, de experiencias, hechas con distintas palabras, pero lo que describe es la misma: ***Vida y Verdad***.

Ignacio de Loyola recoge toda su experiencia y lo presenta en el libro de los Ejercicios Espirituales. Su autobiografía muestra las distintas etapas de su vida. Su proceso de maduración humana – divina. Teresa de Ahumada de Ávila resume su experiencia de vida en sus obras, específicamente en el libro de Las Moradas.

Los Evangelios según: Mateo, Marcos, Lucas y Juan describen, narran el recorriendo de la experiencia humana y espiritual de Jesús de Nazaret. (Lc 2, 40 *“Y el niño crecía, se desarrollaba y estaba lleno de sabiduría. Y la gracia de Dios estaba en él.”* Jesús tan humano y tan divino. Experimento el proceso de la madurez humana y el de la fe.

 El resumen de los Textos y libros sobre el Eneagrama está en el de Suzanne Zuercher LA ESPIRITUALIDAD DEL ENEAGRAMA de la compulsión a la contemplación. Descripción de cada personalidad, ofrece elementos para hacer el proceso de integración de todas las dimensiones humanas.

Al ir recorriendo religiones como el judaísmo, el budismo, el hinduismo y de forma especial el cristianismo, van trasmitiendo de diferente manera la vivencia espiritual, según la creencia en un Ser Superior es decir en Dios Creador. Existen narraciones antiguas sobre la creación o principio de la existencia de todos los seres creados. Existen las historias secretas guardadas con cuidado por respeto y valoración; también por no dar a conocer a todos, para evitar el tratar de cualquier manera.

El conocimiento propio es de suma importancia para crecer y para permitir fluir toda la riqueza depositada en cada ser humano. Requisito: estar dispuesto a abrirse a sí mismo y a otros apara en una respetuosa exploración del “sí” mismo. Capacidad de admiración y de acogida, de respeto y de creatividad para buscar el mejor modo de reconocer el gran regalo guardado en el fondo del corazón.

Ver con toda atención las similitudes de las experiencias de cada persona para descubrir la gran riqueza que posee cada ser. Poner en común para multiplicar los dones en beneficios de todos y así habrá un mundo totalmente diferente de lo que existe en este momento. El ambiente beneficiará a todos los habitantes de la tierra y no habrá sufrimiento en vano

En todas las personas, está el poder ser tan feliz como tan desdichado. Muchos no son felices por ignorancia, otros por puro desconocimiento de los bienes que posee y algunos viven de forma tan infeliz por incrédulos y por cómodos, desconfiados y por falta de amor a sí mismo y a los demás evaden encontrarse consigo mismo y con Dios para no comprometerse, con nada, ni con nadie, ni siquiera consigo mismo. Pues todo descubrimiento lleva a un compromiso grande o pequeño tanto cuanto sea el descubrimiento que se ha hecho.

Cada persona es un Gran Secreto para sí misma y para los demás. Qué bueno no temer a conocer lo desconocido y así lanzarse al descubrimiento y a la conquista de uno mismo. Pidamos la gracia de tener coraje para mirarnos por dentro, mirarse con el Tercer Ojo que no engaña a nadie. Pues ve lo verdadero y lo real. “guarden siempre mi Palabra; entonces conocerán la Verdad y la Verdad les hará libres” (Juan 8, 31 b -32)

Cuanto más uno se descubre mayor es la libertad para seguir caminando hacia adelante y poder ser constructores de personas de veras, de calidad y de un mundo feliz que puede dar vida y vida en abundancia a todos los seres creados. Construir el mundo y no destruir para que vivamos felices como hermanos de un mismo Padre en la Casa Común que es el Planeta Tierra.

***DESARROLLO***

**1. Espiritualidad Ignaciana**

****

**Nélida en la Cueva de Ignacio de Loyola en Manresa- Barcelona España. Lugar de Conversón de Iñigo.**

**Contemplando y escuchando la biografía del Santo. 2012-**

Ignacio inicia los Ejercicios Espirituales con el “Principio y Fundamento” y para salir de los Ejercicios ofrece una rampa especial de aterrizaje, que llama “Contemplación para alcanzar amor”. Este es un tema básico para seguir en todo el camino de los Ejercicios.

Ignacio en su tiempo escribió a una persona diciendo que los Ejercicios eran *“todo lo mejor que yo en esta vida puedo pensar, sentir y entender, así para el hombre poderse aprovechar a sí mismo, como para poder fructificar, ayudar y aprovechar a otros muchos”*. Ejercicios espirituales para vencerse a sí mismo y ordenar la vida sin determinarse movido por alguna afección desordenada.

El primer momento es reconocer y agradecer los regalos de Dios, expresión de su amor a mi persona. Los beneficios de la creación, redención y dones particulares. Uno de los dones es la capacidad de búsqueda para crecer más como persona. El don concreto para mí es haber encontrado la AIU que me facilita el encontrar nuevos caminos de crecimiento. El Señor me da mucho y hasta Él mismo se me da, se me hace encontrar en mi propia persona.

Él va cambiando mi mirada y mi percepción en la medida que voy descubriéndome y descubriendo mi entorno y a El mismo. Considero que Dios está presente en todos y en todas las cosas, siempre dando el **ser**. Recibo la cálida caricia del amor de Dios. En el Evangelio de Mt 5, 45 dice:” Él hace salir el sol sobre bueno y malos”. Todo es un resplandor de su amor incondicional. Todo lo que recibimos de los demás son expresiones del amor incondicional de Dios.

Aquí presento los modos y los pasos a tener en cuenta para cada ejercicio de oración, considero muy importante a tener en cuenta no solo durante los Ejercicios sino en todo tiempo y para la vida diaria. De las anotaciones:

 46. *Oración. La oración preparatoria (es el horizonte constante de los E.E., es la síntesis del principio y Fundamento) es pedir gracia a Dios nuestro Señor, para que todas mis intenciones, acciones y operaciones se ordenen puramente al servicio y alabanza de su divina majestad.*

47. Primer preámbulo. El primer preámbulo es la composición de lugar. Aquí es de notar que en la contemplación o meditación visible (como contemplar a Cristo nuestro Señor, el cual es visible, la composición será ver con la vista la imaginación del lugar material, por ejemplo un templo o monte donde se halla Jesucristo o Nuestra Señora, según lo que quiero contemplar.

Ignacio de Loyola no fue un psicólogo de estudio, pero sí fue un gran conocedor de sí mismo y de la composición humana. Dice: Contemplar en lo invisible (como aquí, tratando este ejercicio de los pecados) la composición de lugar. Disponerse a experimenta viviendo en fe la realidad vivida o experimentada por Jesús y sus apóstoles, por la Virgen María y los grandes santos y santas de Dios.

Ignacio invita a contemplar, vivir, admirar las obras de Dios en todas las creaturas. Alabar y bendecir y darle gloria al Rey Eternal, al Creador y Salvador de los hombres Cristo Jesús, Hijo de Dios.

**2. Espiritualidad Teresiana.**

 ****

Teresa de Ávila recogió toda su experiencia humana –divina en sus escritos. Una mujer que vivió la vida con pasión y con amor. Recorrió su proceso humano-cristiano a la luz de la Palabra de Dios y desde lo puramente humano; sin desligarse de la realidad de todo su entorno, entorno familiar, social, cultural y eclesial. Teresa siempre estuvo al tanto de los aconteceres en el mundo en general. A través de su hermano Lorenzo llegó virtualmente hasta América, el nuevo mundo donde se perdían tantas almas era su preocupación.

El libro de Las Moradas recoge totalmente el proceso de la unificación de la persona humana y cristiana. Para llegar a las Sétimas Moradas es necesario pasar por las anteriores donde se va conociendo a sí misma y las manifestaciones de Dios. Se va transformando la persona desde su experiencia de encuentro con su Creador. Para lo cual es necesario tener una disciplina interior y exterior. Constancia y mucho ánimo, fe y disposición de acogida y entrega total para los cambios necesarios.

Cambio de concepto y de estilo de vida de relación, se va dando como fruto de la oración, momento de encuentro consigo mismo, con el entorno y con Dios. Fruto de la oración es el poner a Dios en el lugar que le corresponde en la vida. El es el centro de todo, es el protagonista de cuanto va aconteciendo en la persona, en el entorno y en el universo; los hombres son instrumentos para la realización del sueño o de los planes divinos.

La oración es un tiempo en que la persona se dispone, escucha, para que Dios le revele, le hable, para que se dé el encuentro de dos libertades. Un encuentro para que la persona, disponiéndose, vuelva a ser colocada por Dios en su justo lugar y la persona le coloca a Dios en el lugar que le corresponde, pues Él es el Rey del Castillo Interior. Para el momento de oración es bueno tener en cuenta como punto de partida:

* Entrar, comenzar con ganas y con ánimo.
* Acoger las mediaciones: textos, método, estructura, reflexiones.. etc.
* Dejarse conducir por la petición y el deseo.
* Creer que “El que busca encuentra, al que llama se le abre; y el que pide recibe”
* Dios se deja encontrar, conduce dentro, y se da sin medida. Dejar que el Señor pregunte aquí y ahora: ***¿Qué buscas, qué quieres****?.* Escuchar dentro la petición o el deseo que brota en el interior en el momento de iniciar el encuentro en la oración.

Encuentro este bello poema de Santa Teresa que me ha abierto el tercer ojo, el ojo interior, para ir mirándome por dentro y abrirme, sacarme las vendas de los ojos de la carne para verme y ver todo con la mirada del Creador:

 **Vuestra soy, para vos nací**

Encuentro mi historia de salvación personal, comunitaria, congregacional. Familiar, congregacional y eclesial:

**1. Vuestra soy, para vos nací, ¿Qué mandáis hacer de mi?:** Veo quien es Dios y en la medida en que le miro, descubro quien soy yo.

**2.** **Vuestra soy, pues me criaste, me redimisteis…**: Una historia de salvación personal. Una historia de salvación familiar, congregacional y comunitaria. Cuantas experiencias de salvación en mi vida.

**3. Qué mandáis, pues, buen Señor, que haga tan vil criado?:** Tomo conciencia honda de mis limites y de mis infidelidades y pecados. Qué admirablemente bueno es Dios conmigo. Me cubre con su amor misericordioso y compasivo.

**4.** **Veis aquí mi corazón, yo le pongo en vuestra palma**: llegan momentos en mi vida, como en este momento de estudiante de la AIU, en lo que nada de lo que he llegado a conocer de mí misma se esconde. Todo se ofrece y se valora, se potencia y se abandona lo que no me ayuda a crecer, como los prejuicios, preconceptos, etc.

**5. Dadme muerte, dadme vida…:** Dios me regala esto que estoy viviendo en este momento. Lo importante es la vinculación profunda y la pertenecía que experimento. En este momento no me importante tanto el lugar, la situación ni el entorno donde me muevo.

**6.** **Sólo hallo paz aquí**: La reconciliación con mi historia personal llega con esa aceptación y lucidez de mí misma y con el consentimiento del ser de Dios, que es así y va actuando misteriosamente más allá de lo que quiero y busco.

Teresa de Ávila mujer, cristiana, consagrada, escritora y Doctora de la Iglesia vivió la vida con ilusión, pasión y entrega total. Persona íntegra, justa y cabal por lo que se le llegó a declarar Santa por la Iglesia Católica, Apostólica y Romana.

Cierro con la Letrilla de Santa Teresa, esto es como el salmo de la vida plena y feliz entregada totalmente a Dios. Llena de confianza, esperanza y amor total. Refleja las virtudes teologales.

***Nada te turbe, nada te espante,***

***Todo se pasa, Dios no se muda;***

***La paciencia todo lo alcanza;***

***Quien a Dios tiene nada le falta:***

***SÓLO DIOS BASTA***.

**3. La espiritualidad del Eneagrama** de Suzannne Zuercher

 

**Resumen** de la experiencia desde el instrumento: Eneagrama para el autoconocimiento. Sigo en este momento el libro de SUZANNE ZUERCHER – LA ESPIRITUALIDAD DEL ENEAGRAMA. De la compulsión a la contemplación.

El Eneagrama y los procesos humanos. Repaso de las diferentes dinámicas de crecimiento.

Tengo como lema el pasar por la experiencia de los talleres, de la distinta metodología de oración, de las meditaciones y hasta de elaboración de alimentos. Trato de presentar como propuesta de vivencia lo experimentado personalmente. Hablo desde la experiencia y no desde los libros, los blog, o desde lo que cuentan o dicen. Trato de no transmitir nada de memoria solamente, sino desde la vivencia. Desde lo gustado, probado y palpado y asumido.

Secundo totalmente lo dicho por la autora del libro en ***“El Eneagrama y los procesos humanos”.*** P.10 ***”***Resulta esclarecedor conocer los diferentes modos en que vemos la vida. Entender las diferentes formas en que los individuos perciben, procesan y responden a su entorno no solo ayuda al autoconocimiento, sino a nuestra propia comprensión en los contextos de las relaciones humanas. Estudiar el Eneagrama y observar la realidad de lo que describe es convertirlo en un instrumento sensible através del cual puede fluir la vida en uno mismo y en los demás.”

Confirmo desde mi propia experiencia, El Eneagrama me ayudó a descubrir las grandes potencialidades escondidas y las trampas que me impedían avanzar hacia mi yo esencial, para dejar fluir la vida, la vida verdadera, la que el mismo Creedor puso en mí. Hoy día la AIU me está favoreciendo para seguir auto descubriendo los tesoros escondidos que se encuentran en mi yo, en mi persona.

Descubro que he estado frustrando lo que más deseaba realizar conocerme, conocer al Creador y amarme, amar a Dios y hacerle conocer y amar por todos. Me ayudó a descubrir lo que nubla mi percepción y bloqueaba mi energía. Aprendí que es lo que me daba miedo para lanzarme hacia el entorno, hacia fuera. Mi gran inseguridad inconsciente, vivía en la “terraza”, todo a nivel razón, mente, ideas y nada de acción por miedo a equivocarme y a comprometerme o quedarme como ridícula e ignorante.

El Eneagrama me presentó mi yo esencial y las virtudes con las que vine al mundo, es lo que me puso en camino para buscar lo que me faltaba, llenar el vacío interior y animarme a lanzarme “mar adentro” en las honduras de la vida. La AIU me anima a articular y ampliar mi visión de la vida. Creo en la Sabiduría que me ayuda a crecer en la autoconciencia buena y suavemente.

Necesito mucha paciencia y hasta humor para ir admitiendo mis limitaciones y mis vacios de conocimientos académicos, teóricos y prácticos formales.

Desde el Eneagrama mi personalidad pertenece al centro de energía Cabeza y el número es el 5 con ala 4. Problemas de los del centro de energía cabeza: “El miedo les paraliza y les conduce a permanecer en un lugar interior seguro ordenando sus percepciones del mundo y de la gente. Buscan un orden interno que les proteja de las amenazas externas e indagan el lugar donde cuadran mejor dentro del esquema” (p.15 La espiritualidad del Eneagrama. Suzanne Zuercher.). Estoy saliendo del miedo que durante tanto tiempo me ha hecho permanecer en el aislamiento de los conocimientos, y de no atreverme, a tomar compromiso que requiera entrega total de mi persona.

Mis Tutores y todos los que van relacionándose conmigo desde la AIU, me animan a lanzarme al mundo del conocimiento propio, y del mundo en general. Me siento valorada y muy acompañada por ellos y esto hace que fluyan tímidamente de mi persona acciones: Como los Ensayos que cada vez fluyen con más naturalidad como fruto del cambio, la conversión de mente y corazón que se va dando en mi persona es totalmente gratificante.

Sé que la verdadera conversión no es una tarea a llevar a cabo. Desde la experiencia puedo decir con certeza que si vivimos la vida plenamente, seremos probados hasta transformarnos en la persona que Dios quiere que seamos, no en la que queremos nosotros. Tenemos que llegar a conocer quiénes somos, nuestras luces y sombras, nuestros dones y compulsiones, nuestros instintos y nuestros excesos. La vida enseña que la información nos hace humildes y conduce al auto aceptación.

Para llegar a ser una persona completa necesitamos volvernos contemplativos, estar alertas y consientes de nuestra realidad interna y externa según se nos presenta momento a momento. El Eneagrama ve la conversión como un proceso contemplativo y al hacerlo emplaza la conversión a un nivel más profundo que el del desarrollo del yo.

 **El camino a recorrer para llegar al mundo único**, al mundo real, al propio yo, al que hemos sido creados para ser:

* La primera tarea de la vida: Ver las etapas de la vida. El paraíso en el que empezamos.-Vivir por nuestra cuenta. – “Nuestra feliz culpa”. –Creando nuestra caricatura. – Vuelta a la realidad.
* La segunda tarea de la vida: - Intentar responsabilizarse. – Esforzarse en no esforzarse. – Volviéndonos nuestros propios amigos. – Un viaje continúo.
* Vicio y virtud: - Los instintos básicos. – Viaje simbolizado en el cuerpo. – Lugares de la energía instintiva. – Papel de la ansiedad. – Papel del miedo. – Papel de la ira. – La cuestión de la mentira. – La cuestión de la sensibilidad. – Llegando a un lugar sin salida. – Del control a la contemplación. – Vivir con nuestra realidad.
* Historia de María Magdalena: - Una historia de ansiedad. – Hacer en vez de sentir. – Manteniendo la relación. – La misión de Jesús.
* Historia de Tomas: - Una historia de miedo. – Anonimato ambivalente. – La postura hiperperceptiva. – Llegar a ser creyente. – La respuesta humana plena.
* Historia de Pedro: - Una historia de pasión. – Necesidad de la conciencia. – Una llamada al abandono.
* Significado de la encarnación: - los que reflejan al Espíritu de Jesús. – Los que reflejan al Hijo de Dios.- Los que reflejan al Dios Creador. – El lenguaje del misticismo. –Imágenes en plenitud. – Imágenes en los sueños. – La plenitud humana es espiritualidad.

 **Plenitud humana, es Espiritualidad.**

Si todo parece tan humano, el descubrimiento se hará en la vida diaria. Dios está en todo lugar: en las Escrituras, la música, la liturgia, la novela y el periódico, está en toda la naturaleza, en el cosmos. Es maravilloso ir descubriendo a Dios presente en una misma y en todos los seres.

Desde lo que voy experimentando puedo afirmar que haciéndome más despierta, más alerta y vivo consciente, más contemplativa me encuentro con Dios en todo momento y su presencia me impacta, me mueve en todo mi vivir cotidiano. Es lo que me da energía, vitalidad y vivo con ilusión y entusiasmo real.

Dice Suzanne Z. Cuando somos instrumento del espíritu de Jesús vivo, somos contemplativos. Lo único que nos falta es una lengua de fuego sobre nuestra cabeza, aunque lo que estas llamas simbolizan, está presente: el calor y energía que nos une a nosotros mismos y a los demás. Cuando vivimos con autoridad pero inclinándonos ante la Providencia de Dios somos contemplativos. Somos personas inspiradas como Jesús lo fue.

Me siento feliz descubriéndome que soy una mujer cristiana, religiosa, catequista y estudiante de la AIU contemplativa real como lo fue Jesús, mi Maestro y mi Dios. Mi vida es un testimonio de Dios Creador y Salvador.

En el momento presente:

Me siento llamada a vivir una espiritualidad encarnada en el hoy, como una mujer cristiana y consagrada en Paraguay en este momento de mi vida. Tomando compromisos sin miedo porque, sé hasta dónde llegar y con Quien voy caminando por el mundo.

 Soy enviada a una misión concreta: Hacer conocer y amar a Jesús, para lo cual disponerme a conocer y amar para llevar a otros la Buena Noticia del gran amor que nos tiene Dios Padre, al enviar a su Hijo Único en la tierra Cristo Jesús Nuestro Señor y Redentor, liberador del universo entero, Dios Encarnado, el Rostro visible del Padre: Jesús y hacerle conocer y amar por todo el mundo, de forma especial en Paraguay.

**4. Lo Trascendente desde, El Poder** de Rhonda Byrne

 

*Como es arriba, es abajo*

*Como es dentro es afuera.*

La importancia del autoconocimiento. Pues, desde mi estado presente actuaré y mi actuación o mis actitudes, son reflejos de mi ser interior, lo que soy, refleja mi condición, mi estar viviendo, mi yo profundo, muchas veces es el yo herido, lastimado, dañado, con màscaras, con escorias. No muestra al yo verdadero, al yo que salió de las manos de mi Creador. Al yo que estoy llamada a ser.

**El secreto** es el título del libro escrito, en tres tomos por Rhonda Byrne donde va trasmitiendo sus grandes descubrimientos, desde la propia experiencia basadas en experiencias de grandes personalidades de la historia, quienes también han dejado impresas en letras sus experiencias de descubrimientos para vivir una vida plena.

Llama: **El Secreto**, por lo que en la antigüedad no estaba al alcance de todas las personas. Hoy día sí, según se va descubriendo se van publicando y las personas buscadoras de SECRETOS- CONOCIMIENTOS se van alegrando con sus descubrimientos, como yo en este momento de la vida.

Desde su experiencia Rhonda dice: Tus pensamientos crean la frecuencia, atraen cosas semejantes a esa frecuencia y luego te las devuelven en forma de imágenes de tu vida. Si quieres cambiar algo, cambia de canal y de frecuencia, cambiando de pensamientos. *“Las vibraciones de las fuerzas mentales son las mejores y por lo tanto las más potentes de la existencia” .* Yo en este momento estoy imaginándome que en junio del 2014 estaré. Estoy- en la Florida en la graduación de los alumnos de la IU.

Recuerdo cuando trabajé con el Video-conferencia de: Y TÚ QUÉ SABES. Escuché por primera vez lo de la Física Cuántica. Y la Física cuántica nos dice que el universo entero ha surgido de un pensamiento. Y el libro del Génesis 1, 3-25 habla de la creación: y dice que Dios creó todo de la nada. Con su solo querer y decir: hágase, todo fue hecho. **Génesis 1, 26 – 29** Relata la creación del hombre. Para crear al hombre sí, dice que lo formó del barro y le dio un soplo de vida. Y que lo creo a su imagen y semejanza y le dio una misión.

El hombre creado a imagen y semejanza de su Creador, según **El** **Secreto,** puede crear su vida a través de sus pensamientos. Yo digo que la vida ya esta creada, viene de Dios y que el estilo, la forma de modelar la vida recibida de la VIDA-DIOS, la manifestación de mi ser depende de mí, esto puedo darle la forma y el color según me proponga.

 En el libro dice: “*Tú creas tu vida a través de rus pensamientos y de la ley de la atracción, y todos los seres humanos lo hacemos. No es que solo actúes si la conoces. Siempre ha actuado en tu vida y en la de todos los seres humanos a lo largo de la historia. Cuando eres consciente de esta gran ley, eres consciente de tu increíble poder, que te permite llegar a PENSAR tu propia vida que se manifieste.”*

En el Evangelio de San Juan aparece que no hay mayor poder en el mundo, en el cielo y en la tierra que el poder del amor. Desde lo que encuentro en el libro y confronto con el Evangelio de San Juan: el sentimiento del amor es la frecuencia más elevada que puedo emitir. También lo confirmo desde mi propia experiencia. Desde que voy descubriendo los “**secretos**” lo voy poniendo en práctica y no me falla. Gracias al verdadero AMOR de los AMORES quien entrego su vida para redimirme/nos: JESÜS.

Hago el ejercicio de envolver todos mis pensamientos y mis deseos con amor, y de amar a todas las personas y cosas de la misma manera y siento que mi vida se va transformando de a poco en lo que sueño: ser una persona que vive en armonía y que en mi vida se refleje la bondad y el amor lleno de misericordia de Dios del Dios Encarnado, de Jesucristo.

Desde la doctrina cristiana católica se enseña que todos los buenos deseos, vienen del Espíritu y que el mismo Espíritu va acompañando la realización de los deseos que fluyen en el corazón, es decir para que los deseos lleguen a realizarse, a concreciones, de mi parte nada más que creer que eso se realizará. El **amen** pronunciado al final de cada oración de petición equivale a decir: Es, ya **ES.**

El amén es una expresión de fe total y profunda en Dios. Ser persona de fe supone creer y esperar de la acción del Espíritu y de mi disponibilidad y entrega confiada y plena en la Providencia de Dios Padre.

**Conclusión**

 

Empieza ahora a gritarle al Universo: «¡La vida es muy sencilla! ¡La vida es buena! ¡Todas las cosas buenas vienen a mí!».

En lo más profundo de tu ser hay una verdad que está esperando a que la descubras y esa Verdad es ésta: *te mereces todas las cosas* *buenas que la vida puede ofrecerte.* En el fondo lo sabes porque te sientes fatal cuando no las experimentas. ¡Las cosas buenas son tu derecho de nacimiento! Tú eres tu propio creador y la ley de la atracción es tu gran herramienta para crear todo lo que quieras en tu vida. ¡Bienvenido a la magia de la vida y a tu espléndido Yo!.

Todo el recorrido por la vida de Santa Teresa hace ver que todo crecimiento supone desprendimiento de todo lo adquirido en el trascurso de la vida. Ella tuvo que dejar familia y amistades, dejar las vanidades y todas sus posibilidades de mujer de su época, fue pasando por muchas pruebas y purificaciones. Sus escritos reflejan su proceso de crecimiento como persona humana y divina. Esto lo expresa claramente lo del Castillo Interior. Ella expresa: *El alma es como un castillo, Castillo de cristal transparente y luminoso.*

Al recorrer las Moradas de este Castillo va describiendo el proceso que es necesario ir haciendo para pasar de unas moradas a otras. Pues en esto corresponde el proceso humano-divino. Para llegar a las Ultimas Moradas que es donde está el Rey-Dios y esto es el yo profundo.

San Ignacio de Loyola ha recorrido su proceso de conversión de forma bastante dolorosa. De desear ser caballero conquistador de todos los honores de la época y ganar a doncellas y ser el primero en el servicio del Rey terrenal en una de las peleas le llega un tiro de gracia que lo tumba. Para salir este accidente de guerra, tuvo que refugiarse en la familia para su tratamiento de recuperación de la pierna herida.

Durante este tiempo entro en una verdadera conversión descubriendo el fin para lo que había sido creado por el Rey Creador de todos. Desde esta experiencia tomó otro rumbo su vida y llegó a ser el fundador de la Compañía de Jesús- los jesuitas, un gran santo de la Iglesia Católica. Sus seguidores han llegado a lugares difíciles y distantes con el deseo de extender el Reino de Dios, del Rey Eternal.

**Espiritualidad del Eneagrama** Suzanne Zuercher ofrece una gran variedad de experiencias relacionadas con la espiritualidad y la psicología clínica. Ella es miembro de las Hermanas Benedictinas de Chicago. Tiene amplio conocimiento de la vida en todas sus dimensiones y en el proceso de crecimiento como seres humanos transcendentes. Suzanne es una psicóloga espiritual.El contenido del citado libro abre todo el campo a recorrer para descubrir la riqueza y las limitaciones de los hombres varones y mujeres.

Anima a recorrer la vida partiendo de “El paraíso en el que empezamos. Vivir por nuestra cuenta. Nuestra “feliz culpa” y disponernos a volver a nuestra realidad en un viaje continuo hacia donde esta nuestra meta. Muy importante descubrir los Vicios y las Virtudes para lo cual hacer el viaje interior. Nuestro plano de viaje es nuestro mismo cuerpo con todas sus dimensiones de posibilidades y limites.

Presenta el Eneagrama como una ayuda para la contemplación. El Eneagrama forma parte de una tradición oral que ayuda a recorrer y el camino espiritual. Dice Suzanne: *“La vida espiritual es dinámica y contemplativa. Solo puede vivirla solo quien se ha zambullido, o al menos desea zambullirse, en su corriente.”* Lo confirmo desde mi experiencia.

**La vida de Jesús** es la vida queresume todo proceso de encarnación y de plenificación. Es la persona que vivió plena e intensamente su ser hombre y su ser trascendente. Llevó en la tierra una vida de entrega, de cercanía, de alegría y de liberador de otras personas de sus ataduras legales, morales, religiosas, culturales y sobre todo de los males físicos: enfermedades. El llevó la Buena Noticia a todos. y al final envió a sus apóstoles a continuar siendo anunciadores de la Buena Noticia: EL REINO DE DIOS YA ESTA ENTRE NOSOTROS.

 

La imagen que podemos contemplar es una imagen que representa la unificación de la persona, una persona unificada, Plenificada es persona entregada a otros, es persona que tiene vida y trasmite vida. La persona fecunda, es como el Pan de la Eucaristía: Pan bendecida, partida y repartida para ser alimento, alimento que da vida y alegría a cuantos comparten la vida con ella.

**Apreciación personal** sobre el ensayo: Me llevó mucho tiempo de dedicación: Tiempo de lectura, reflexión, revisión y oración.

Al descubrir la importancia que tiene el autoconocimiento y los conocimientos de los medios que favorecen entrar en proceso de crecimiento, para descubrir el origen y la meta de la existencia entré y me dispuse hacer el recorrido por la vida de grandes personas santas y de la mía propia.

Nadie vino al mundo por su cuenta, todos venimos porque ALGUIEN nos envió. Todo envió es para algo concreto, que viene a ser la finalidad de la existencia. Esta conciencia mueve en mi corazón el deseo de ir haciendo la Lectura de la propia Vida. Confirmar que vengo de Dios y que es importante estar en Él para llegar a la Meta que viene a ser el mismo Creador Dios Padre y Madre.

Me da mucha alegría el haber realizado este ensayo desde la misma experiencia iluminada con experiencias de otras personas



***Nélida estudiando la vida de Teresa de Jesús y creciendo en autoconocimiento. En Ávila- España – Enero – abril del 2012***

**BIBLIOGRAFÌA**:

Biblia Latinoamericana. Edición LXXV.-EDICIONES PAULINAS- VERBO DIVINO- 1972

Rhonda Byrne.” Qué es el Secreto”? 1ª L. WWW. Vidaom.cl)

San Ignacio de Loyola. Ejercicios Espirituales- Colección “Santos Mártires” Nro. 11. Asunción Paraguay 1997

Suzanne Zuercher. La espiritualidad del Eneagrama. Editorial: NARCEA, S.A. DE EDICIONES. Impreso en España 1996

Teresa de Jesús. Obras completas. Editorial “MONTE CARMELO” 2ª Edición 1977