



¿Cómo es mi comunicación con Dios?

Viéndolo en retrospectiva, me doy cuenta de que he estado siempre en comunicación con PadreMadreDios, como a mí me gusta llamarle, incluso cuando no era consciente de ello. Mis primeras memorias de haber escuchado una voz que me daba información o mensajes sintiendo al mismo tiempo una gran sensación de que era verdad lo que escuchaba, sucedieron cuando tenía ocho años mientras estaba siendo adoctrinada o inculcada a tener determinadas creencias para hacer la Primera Comunión en el mes de octubre de 1967.

Llegué a escucharla cuando el sacerdote o la monja encargada de la catequesis decían cosas como: “Jesús se entristece si te portas mal o Dios te castigará enviándote al infierno si desobedeces a tus padres o a tus adultos” mi corazón de niña se aceleró y ahí fue cuando escuché por primera vez la voz en mi corazón que me decía: “No es cierto. No lo creas. No hagas caso”. Ahora sé que esa voz es mi guía interna y proviene del amor y la sabiduría de sentirme amada por Dios así tal cual soy y por quién soy. Es una voz a la que puedo escuchar cada día con mucha más facilidad y claridad. Mi corazón se acelera cuando proviene de ese espacio amoroso. Déjame decirte que también el miedo o tu sentido de supervivencia tienen voz, pero esa voz nunca te da certeza, contrario a eso sientes duda y mucha incertidumbre. Al menos así he aprendido yo a identificarlas. ¿Cómo lo vives tú? ¿Cómo ha sido para ti ese sentirte cerca o lejos de Dios? ¿Te sientes escuchado y amado por Él? Cuéntame. Escríbeme a carolina@carolinalamujerdehoy.com.gt



¿Cómo es mi comunicación con Dios?

Sentir la sensación de certeza tan fuerte, me llevó a levantar la mano para preguntar ¿madre/padre por qué usted dice eso, si no es verdad? Como ya te podrás imaginar, me castigaron dándome la orden de rezar cierta cantidad de Padres Nuestros y de Aves María. La verdad nunca comprendí ni validé la metodología del castigo, los dogmas y el silencio. No me hacía ningún sentido porque a mí ese tipo de castigos y falta de información adecuada me alejaba de Dios en lugar de acercarme a Él; pero mi llamado era mucho mayor que la forma de pensar de ellos, de esa cuenta seguí cuestionándome las cosas que ellos y mi mamá decían que me alejarían o acercarían a Dios.

En varios de los podcasts en Carolina la mujer de hoy, he comentado que desde pequeña he sido muy curiosa, solía preguntar muchas cosas y cuestionarme a mí misma sobre las distintas situaciones que llegaban a mi vida. Nunca lo hice por simple curiosidad, sino porque deseaba comprender el por qué de los hechos. Fui desde mi punto de vista en la infancia y durante mi adolescencia una persona callada, un poco introvertida, creo que inteligente, estudiosa, ordenada y muy curiosa, cualidad o característica que aun afortunadamente conservo, aunque en su momento, me llevo a ser catalogada como “rebelde”, calificativo que nunca me molestó porque lo consideré como un privilegio de persona a la que no se le podía obligar a hacer las cosas solo porque sí. Una de las personas a las que más cuestioné en mi vida fue a mi madre, ahora entiendo el por qué. También aprendí que la parte de sombra de persistencia al querer aprender era que esa misma cualidad se volvía en testarudez. Busco nuevamente en Google la definición que dan a la acción de ser testarudo y esto fue lo que encontré:



¿Cómo es mi comunicación con Dios?

“Un testarudo no es una persona con un fuerte carácter como se le suele definir. Son individuos con una voluntad de hierro, pero sustentada en pensamientos rígidos. Por su actitud egocéntrica, les cuesta escuchar y dialogar ya que no admiten que nadie pueda cuestionar sus criterios”. Pensé ah caray cuanto de ello había en mí. La clave acá era que mi testarudez estaba basada en pensamientos rígidos, lo cual me impedía dialogar y por supuesto no soportaba que cuestionaran mis criterios cuando era eso lo que yo me pasaba haciendo, cuestionando el criterio de los demás. Bien dice la frase que la herida es el mismo espacio que puede ser utilizado para infectarte o para que entre la medicina. Puedo reconocer agradablemente que cada vez me es más fácil darme cuenta de que no necesito convencer a ninguna persona de nada, que cada uno de nosotros necesita tener sus propias creencias y criterios para poder experimentar aquellas cosas que nos sean de utilidad para nuestra evolución y despertar espiritual. Todas las cosas obran para bien, así no lo comprendamos al inicio.



¿Cómo es mi comunicación con Dios?

De mi gusto por cuestionar las cosas y verificarlas.

Viene a mi mente una sentencia que escuché mucho durante la niñez: “que únicamente pocas personas podían ser cercanas a Dios, porque eso era un privilegio que pocos podían tener”. Justo en este momento resuena en mi corazón la frase que tantas veces escuche decir: **“Muchos son los llamados, pero pocos los escogidos”**. Como no tengo mucho conocimiento sobre cómo o en qué se basa esa frase o en qué parte de la Biblia está la misma, consulté en Google haciendo la pregunta ¿en qué parte de las Sagradas Escrituras está dicha frase? y esto fue lo que verifiqué: Está en Libro de Mateo capítulo 20 versículo 16. Y esa frase es precisamente la última parte del capítulo 20 sobre los obreros de la viña.

En resumen, este capítulo se refiere a la inconformidad de unos obreros con la paga recibida a cambio de su jornada de trabajo. La cual me permito de alguna forma parafrasear: Habla sobre un hombre que contrató un grupo de obreros para trabajar en su viña y convino con ellos el pago de un denario por la jornada de trabajo. Luego de contratarlos los envió a la viña a trabajar. En la hora tercera contrató a un segundo grupo y otros en la hora sexta y a los últimos los contrató en la hora novena diciéndoles: Id a la viña, y recibiréis lo que sea justo.



¿Cómo es mi comunicación con Dios?

Cuando llegó la noche el señor de la viña dijo a su mayordomo: “Llama a los obreros y págales el jornal, comenzando desde los postreros hasta los primeros”. Los primeros pensaron que habían de recibir más pero también ellos recibieron cada uno un denario. Los primeros murmuraban diciendo: “Estos postreros han trabajado una sola hora, y los has hecho iguales a nosotros, que hemos soportado la carga y el calor del día.

Él, respondió: Amigo no te hago un agravio ¿no conviniste tu pago en un denario? Toma lo que es tuyo y vete; pero quiero dar a este postrero, como a ti. **¿No me es licito hacer lo que quiero con lo mío? ¿O tienes tu envidia porque yo soy bueno? Así, los primeros serán postreros, y los postreros, primeros; porque muchos son llamados, más pocos escogidos.**

Ahora comprendo de esa frase que cuando decía “primeros” se refería a los judíos que tuvieron la bendición del pacto y las promesas y rechazaron al Señor Jesús tornándose de esta forma en postreros, es decir condenados, y los postreros son aquellos que no de forma directa recibirían el mensaje del evangelio y eso les bastaba para creer y seguir a Jesús. Dicho en mis palabras: No es que tanto conozcas las Leyes de memoria o recites la Palabra, sino que sepas ponerla en práctica y dar testimonio de ella con tus acciones. Aquellos que crean y la practiquen serán los primeros y los que únicamente la reciten serán los postreros. “No seamos fariseos hipócritas ni afectemos virtud alguna juzgando severamente la conducta de los demás; seamos como el Maestro Jesús que vino a servir y no a ser servido”. Cuando era niña pensaba: Todos somos llamados, pero somos pocos los que escogemos seguirle. A mí esta frase me hacía más sentido.



¿Cómo es mi comunicación con Dios?

De mi íntima cercanía a PadreMadreDios no pude hacerme consciente sino muchos años después. Todo a causa del ruido que producen las creencias familiares y del entorno y del tener la necesidad de sentir que pertenecemos a una familia o a un grupo social, y que somos valiosos, vistos y amados por ellos. Cuando al final el único y verdadero amor ya forma parte de nuestra existencia, es esa parte de Dios que mora en nosotros, y que lo único que requiere es que vivamos. Si, que vivamos y experimentemos cada una de las situaciones que cada uno está procurándose a sí mismo desde la ignorancia de saber quién realmente somos y que todo lo que elegimos es perfecto y necesario, porque tiene un propósito que es de amor y está al servicio de nuestra evolución o despertar espiritual.

En el Libro de Regreso a Casa compartí contigo una serie de eventos que me han sucedido en diferentes etapas de mí vida en las que he podido ser testigo de la cercanía de Dios y de cuánto me ama, a las que elegí llamarlas milagros. También compartí en ese mismo libro algunos de mis miedos más profundos originados en la creencia que hizo mella de que estamos separados de Él y que tenemos que hacer muchas cosas para poder merecer su amor, pero ahora doy fe de que eso es una total y verdadera mentira. Fuimos creados a su imagen y semejanza, y se está expresando a través de cada uno de nosotros.



¿Cómo es mi comunicación con Dios?

Acciones que me acercan cada día a PadreMadreDios:

Los diferentes contactos con la religión me permitieron recordar que Dios no habita exclusivamente en los templos. El templo mayor es cada uno de nosotros y hemos de buscarle dentro y no afuera. Poner en práctica todos los días las siguientes acciones y nuevos pensamientos o creencias me ha permitido seguir siendo testigo de nuevos milagros en mi vida.

- Aprendí y acepté que en nuestra familia es en donde encontraremos las primeras claves para comprender cual es la misión en nuestra vida. La mía era comunicar.
- Que el amor de Dios por nosotros es tan grande que si ponemos atención podremos reconocerlo todos los días en cualquier circunstancia y en cualquier persona, especialmente observando la naturaleza. Observarla con atención y sin juicio, ese es uno de los secretos. Escuche hace unos días a Emilio Carrillo decir algo al respecto, puso el ejemplo de una rosa, y explicó, si tu dices que la rosa que estás viendo es bonita o es fea no estás viendo la rosa, estas refiriéndote únicamente a lo que tu crees de ella no a lo que ella es. Una rosa solo es eso: una rosa.
- Que todo lo que nos sucede en la vida es perfecto y necesario y tiene un propósito que es de amor. Esto lo aprendí de Gerardo Schmedling en su libro Aceptar para vivir sin sufrir. De él también aprendí sobre el valor de aprender a renunciar.
- Que cuando oramos dando las gracias por lo que nos sucede en lugar de cuestionar el ¿por qué nos sucede? el milagro no se hace esperar.



¿Cómo es mi comunicación con Dios?

- Estoy aprendiendo cada día más a reconocer y aplicar a mis acciones que somos uno con la esencia de amor de Dios que es inmutable y eterna. Que solo su amor es lo real y todo lo demás es temporal. Que nuestro propósito en la vida es descargar y expresar ese amor lo mejor que podamos cada día en todo momento. Esto lo aprendí de Marianne Williamson.
- Estoy aprendiendo a renunciar al miedo que producen la ignorancia de creer que soy un cuerpo, y eligiendo contactar con la esencia y la sabiduría de Dios que habita en mí. Esto lo aprendí de Gonzalo Rodriguez Fraile.
- Estoy aprendiendo con genuino interés a dejar de sentirme ofendida, y eligiendo la compasión que produce el pensar que la otra persona cuando ataca lo que realmente está pidiendo es amor, pero lo está haciendo de la manera equivocada. Esto lo aprendí en Un Curso de Milagros.
- Estoy aprendiendo a aceptar la realidad de las cosas como son, porque comprendí y he verificado que pelear con ella no modifica las circunstancias, la perpetua. Esto lo aprendí de Byron Katie.
- Estoy aprendiendo a dejar de preocuparme por el futuro, ahora elijo dejarme sorprender por la vida. Un Curso de Milagros.
- Estoy aprendiendo a dejar de querer tener el control en todo aquello que no me corresponde, ahora elijo comprender y aplicar la libertad de ser cada uno lo mejor que puede ser. Un Curso de Milagros.



¿Cómo es mi comunicación con Dios?

- Estoy aprendiendo a dejar de querer tener la razón, ahora elijo el respeto por las creencias e ideologías de los demás. Cada uno tiene su propia historia, experiencias y verdad, y que es desde ahí donde funciona y toma decisiones. Esto lo aprendí de Martha Salvat.
- Estoy aprendiendo a dejar de asumir lo que otros están pensando o sintiendo, y estoy eligiendo hacerme cargo de mí misma, ya con eso tengo suficiente trabajo por hacer. Esto lo aprendí de Wayne Dyer
- Estoy aprendiendo a reconocer y aceptar cuáles eran mis más grandes miedos para poder aprender a cuestionarlos y transmutarlos en valentía, vulnerabilidad y amor propio. Esto lo aprendí de Gerardo Schmedling.
- He aprendido a reconocer, aceptar y enfrentar mis dolores más profundos para poder verlos sin juzgarlos, abrazarlos y darles un espacio real en mi corazón. Esto lo aprendí de Perla Salas.
- He aprendido a validar la tristeza que en un momento dado no me permití sentir por miedo a ser débil. Hoy sé que la tristeza es totalmente necesaria y natural cuando perdemos algo que es valioso para nosotros. Esto lo aprendí de Perla Salas.
- Sigo aprendiendo a elegir conscientemente mis pensamientos porque ahí residen el origen tanto del problema como de la solución de aquello que me desagrada. Un Curso de Milagros.
- Sigo aprendiendo a hacerme consciente de que cuando algo me molesta es porque no estoy siendo capaz de aceptar la responsabilidad de mis emociones y acciones. Un Curso de Milagros.



¿Cómo es mi comunicación con Dios?

Cuando pongo en práctica cualquiera de las acciones acá mencionadas, siento inmediatamente la presencia de Dios en mi vida. Me siento con más calma y más paz para poder expresarle como me siento y cuales son mis pensamientos más ruidosos. Ya no me desbordo emocionalmente ante Él, porque lo sé en mí, de esa cuenta mis acciones están más conectadas al amor, su amor. Soy más respetuosa conmigo y con los demás, soy un poco más paciente, confío más, un poco más valiente, más humilde, más compasiva, más comprensiva, más tolerante. Puedo discernir con más facilidad, lo cual me permite seguir aprendiendo sobre el amor real, con todo ello me doy permiso a amar con mayor profundidad aquello que realmente soy y que tú también eres, Amor Puro, Eterno, Inmutable e Incondicional.

Después de años y años de sentirme pérdida y estar buscando afuera, finalmente **encontré que tú y yo somos cada uno una expresión de Dios, que no tenemos que hacer nada para merecer su amor, que Él no necesita que hagamos algo específico porque ya está completo, que si quisiera algo sería únicamente que pudiéramos recordar como bien dice María del Mar Ríos: “Que Somos olas naciendo de Poder creador del océano y que la individualidad del ego surge cuando la ola cree que es causa de sí misma, de un poder separado y eso le lleva a sentir culpa y miedo”.**



¿Cómo es mi comunicación con Dios?

EJERCICIO “DECRETO DE LIBERACIÓN”

(Este es uno de los ejercicios que practico todos los días en la sauna)

RENUNCIO, CIERRO Y SALGO POR COMPLETO Y A TODO NIVEL DEL ALMA, DEL CAMPO, Y DEL ESPÍRITU DEL PENSAMIENTO Y SENTIMIENTO DE...

(agregar acá la palabra del listado adjunto que se desea liberar ese día)

LO HAGO A TODO NIVEL: EN LO FÍSICO, EN LO MENTAL, EN LO EMOCIONAL, EN LO ESPIRITUAL, EN LO CONCRETO, EN LO COLECTIVO, EN LA FAMILIA, EN LA PAREJA, ENTRE PADRES E HIJOS, ENTRE MADRES E HIJOS, ENTRE HERMANOS, EN EL TRABAJO Y EN LA AMISTAD.

**A
SOLAS
CON
CAROLINA**



¿Cómo es mi comunicación con Dios?

(ABANDONO, ANGUSTIA, ANSIEDAD, ARROGANCIA, ALEVOSÍA, ACAPARAR, AMARGURA, AVERSIÓN, ASCO, CELOS, COBARDÍA, CONTRADICCIÓN, COMPARACIÓN, COMPETENCIA, CONTROL, CRÍTICA, CULPA, DECEPCIÓN, DESCONFIANZA, DESPRECIO, ENVIDIA, FALSEDAD, FURIA, HARTAZGO, HUMILLACIÓN, INCOHERENCIA, INJUSTICIA, INDEFENSIÓN, INDIFERENCIA, INDIGNACIÓN, IMPACIENCIA, IMPULSIVIDAD, INFIDELIDAD, INSATISFACCIÓN, IRA, IRREVERENCIA, JUSTIFICACIÓN, MIEDO, NECEDAD, NOSTALGÍA, ODIO, OFENSA, PELEA, PENA, PREMEDITAR, PREOCUPACIÓN, PROCRASTINACIÓN, QUEJA, RECHAZO, RESISTENCIA, SOBERBÍA, SOLEDAD, SOBRESALIR, TRAICIÓN, TRAMPA, TRISTEZA, VACÍO, VENGANZA, VERGÜENZA, VULNERABILIDAD.

SI PASÓ, PERO YA PASÓ

**A
SOLAS
CON
CAROLINA**



¿Cómo es mi comunicación con Dios?

Las palabras marcadas en amarillo son heridas del alma y todos los seres humanos las tenemos en mayor o menor medida, mi sugerencia es que empieces por ellas y que cuando las revises en tu corazón puedas atender ambas vías, tanto cuando te abandonaron como cuando fuiste tu quien abandono.

Carolina

**A
SOLAS
CON
CAROLINA**