



MARÍA PILAR ALDEA MALO

LA ENERGÍA DEL AMOR

edicionscarena

ediciones**carena**

MARÍA PILAR ALDEA MALO

LA ENERGÍA DEL AMOR

Primera edición: noviembre de 2022

© María Pilar Aldea Malo, 2022
© Ediciones Carena, 2022

Ediciones Carena
c/Alpens, 3133
08014 Barcelona
T. 934 310 283
info@edicionscarena.com
WWW.EDICIONESCARENA.COM

Diseño de cubierta
y maquetación: Sandra Jiménez
Corrección: Diana Ordóñez

ISBN 978-84-19136-59-6

Impreso en España Printed in Spain

Reservados todos los derechos. No se puede reproducir ninguna parte de este libro, ni almacenar en cualquier sistema de reproducción, ni transmitir de ninguna forma ni bajo ningún concepto, mecánicamente, en fotocopias, en grabación o de ninguna otra manera, sin el permiso del propietario o propietaria de los derechos de autor. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

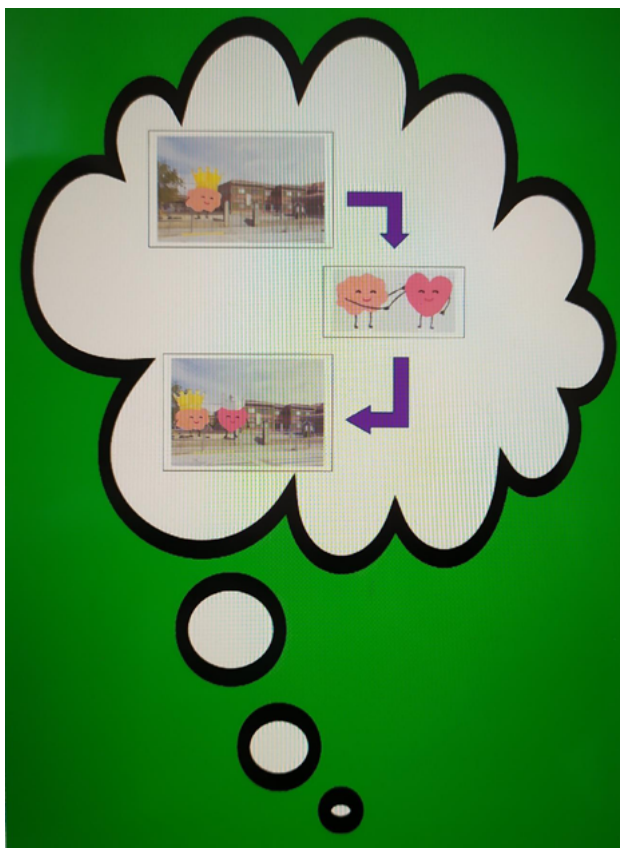
Todos somos energía
y la Energía del Amor
es la que todos buscamos.

INTRODUCCIÓN

Sé que soy fruto del abuso y, cuando tenía un año y medio, tuve parálisis infantil en la pierna derecha. Ambas cosas me aportaron energía negativa (enfado, rabia, esfuerzo, envidia, etc) y, aunque mi madre estaba atenta y me escuchaba, no tenía idea de cómo ayudarme. A lo largo de mi vida, pedí y busqué ayuda porque no me sentía bien; el miedo y el abuso seguían presentándose de diferentes maneras. Fue a los 50 años cuando inicié un nuevo camino para lograr la resiliencia, la transformación de la energía en positivo. Esta experiencia me ha permitido entender lo que me pasó, tanto a mi familia como a mí, y lo que ocurre con muchos alumnos que he tenido, sus familias y los docentes.

Después de trabajar muchos años en la escuela pública de infantil y primaria, de 3 a 12 años, la mayor parte del tiempo como especialista de Educación Especial dentro y fuera de las aulas ordinarias y también como tutora de una Unidad de Apoyo a la Educación Especial de primaria durante siete cursos, y viendo que, año tras año, era más de lo mismo, después de sugerir muchas actividades, me entraron muchas ganas de irme, hasta que hice una actividad sobre el perdón que me llevó a la aceptación de lo que pasaba en la escuela, cosa que me permitió experimentar conmigo misma y con los demás un nuevo tipo de energía.

Cuando cumplí los 60 años, me pude jubilar de la escuela en espera de encontrar cómo aportar un granito de arena para mejorar la educación y en agradecimiento a todo lo que había experimentado y aprendido en la escuela. Gracias a un curso de psicología *coaching* que terminé al año siguiente y con la colaboración de una tutora, elaboré el proyecto *Valórate*, que confío en poder llevarlo a cabo para que se cumpla este sueño.



Mientras tanto, os contaré lo vivido hasta el día de hoy, confiando en que podáis ver el proceso de cambio de una energía negativa a otra positiva.

El Dr. Karmelo Bizkarra, en una entrevista, dice:

El alma siempre escucha.
La enfermedad nos cura.
Hay que currarse para curarse.
Vive y ayuda a vivir.

A continuación, os comparto un escrito recibido por WhatsApp con el que me siento totalmente identificada porque muestra lo que me va sucediendo:

Todo sanará.
Tu cuerpo sanará.
Tu corazón sanará.
Tu mente también lo hará.
Tu alma se repara a sí misma y
la felicidad volverá a tu vida.
Los tiempos malos vinieron a
enseñarte algo, no a quedarse.

Tal como veréis, los secretos de familia producen mucho dolor y sufrimiento, lo que nos enferma y no nos permite vivir la energía del amor. La verdad siempre debe manifestarse asertivamente con empatía y compasión, desde el amor. Más adelante os contaré lo que he aprendido y vivido sobre la comunicación.

Si la mente está
ocupada con
pensamientos
positivos, es más
difícil que el
cuerpo enferme.

Según Rudolf Steiner, filósofo austriaco, «el hombre pertenece a tres mundos: cuerpo, alma y espíritu». También difundió la doctrina de la antroposofía, que habla de que todas las personas atraviesan ciclos en su desarrollo vital. Existe la Teoría de los Septenios, que te ayuda a comprender los cambios que acontecen en tu vida. Esta teoría afirma que, cada siete años, vivimos una crisis personal que nos conduce a un cambio. En cada septenio, nuestra mente, nuestro cuerpo y nuestra espiritualidad evolucionan. Las experiencias vitales y el propio crecimiento personal van cincelandando nuestro carácter y nuestra personalidad. Por este motivo, escribo lo acontecido en mi vida de siete en siete años.

SEPTENIOS	CRISIS PERSONALES	CAMBIO A LOS QUE ME LLEVA LA CRISIS
De 1 a 7 años	Poliomielitis en la pierna derecha; el abuelo paterno me viola.	Me sumerjo de lleno en el miedo (terrores nocturnos, enuresis, me muerdo las uñas, etc)
De 7 a 14 años	Cuando expreso lo que siento, hago daño a los demás. Nadie me querrá.	Cierro mi corazón, construyo un personaje y empiezo a evadirme de la realidad.
De 14 a 21 años	Me siento asfixiada y tengo baja la autoestima (no valgo nada, los demás sí que saben).	Pido ayuda a mamá y me lleva a una psicóloga.
De 21 a 28 años	El miedo y el abuso se siguen presentando.	Consigo decir basta por primera vez y busco ayuda, empiezo a hacer sesiones de psicoanálisis.

De 28 a 35 años	Dejo de cuidarme y solo acudo a todo lo exterior a mí.	No consigo vaciar la mochila del pasado.
De 35 a 42 años	Estando en pareja, me siento sola.	Soy responsable y afronto sola las dificultades de los demás (hijos, madre, etc.).
De 42 a 49 años	Fallece mamá. Ya no tengo apoyo.	No entiendo lo que me pasa, estoy muy triste y deprimida.
De 49 a 56 años	Me doy cuenta de que repito lo que le sucedió a mi mamá (a los 49 años, sufrió una depresión)	Vuelvo a buscar ayuda y descubro el mundo de las energías.
De 56 a 63 años	Me llega información difícil de asumir y con ayuda consigo reconducirlo hacia la aceptación y el perdón, abriendo de nuevo el corazón.	Vivo la energía del amor hacia mí y hacia los demás.

También quiero compartir un resumen de las siete leyes o principios universales, dado que ser conscientes de ellas nos permite cambiar la forma de vivir nuestra vida.

En el curro, para curarme, en la vida me he ido encontrando personas especiales que van apareciendo en diferentes escritos, en el relato de las experiencias vividas. Todas ellas están en mi corazón, pues no tengo más que agradecimiento, y las quiero mencionar en este libro sobre la Energía del Amor. Quizás a alguna de ellas no la menciono, pues me gusta que las cosas que me impactan me lleguen varias veces y por diferentes vías para darles credibilidad, sin alimentar el ego y para que mi pensamiento no cree más negatividad. No puedo negar que hay cosas que a veces me cuesta creerlas, pues todavía me falta seguridad en discernir entre lo que pienso y lo que siento, aunque poco a poco siento que voy mejorando, confiando cada vez más en la vida, que día a día me va mostrando más cosas mientras me voy fortaleciendo y atreviendo a mostrarme tal cual soy, amándome.

En este camino en el que voy buscando mi esencia, ordenando y limpiando mi ser, las personas que la vida me ha puesto cerca en los últimos trece años y a las que puedo acudir cuando necesito son:

- Marta Cabeza Villanueva, artista y terapeuta, pone por primera vez mi vida patas arriba.
- Silvia Cegarra Lascorz, primera maestra sobre las energías con la que inicio un mundo mágico para mí.
- Miriam Jerez Cantornè, terapeuta, me sigue ayudando a descubrir y evolucionar.
- Marian Gomiz Pascual, practicante de chamanismo, que me permite vivir una nueva experiencia en profundidad.
- Laura Masip Jover, osteópata, que equilibra la energía de mi cuerpo físico desequilibrado.

- Maria Dolors Obiols Solà, doctora en Filosofía, que me da vocabulario para comprender experiencias vividas y me aporta conocimientos nuevos.
- María Luisa Ramírez Castillo, armonizadora con energía universal, que me ayuda a limpiar mi cuerpo.

Quisiera insistir en la palabra equivocarse, cometer un error, hace que su energía nos culpabilice. Uno puede enmendar una acción cuando es consciente de lo que hace y de su repercusión, utilizando la herramienta del perdón que comparto más adelante. Pero, cuando uno es inconsciente, la respuesta que da ante las experiencias que vive es la única que sabe dar en ese momento, no se es culpable de nada, por más grave que parezca lo acontecido.

Las DIFICULTADES
no son señales
para detenerte,
son ENSEÑANZAS
para continuar

Como decía Gandhi:

«Sé el cambio que quieres ver en el mundo».

Y yo quiero que se sepa la verdad, aun a riesgo de que mi familia no me entienda y no pueda aumentarla en cuanto a número de miembros. No estoy dispuesta a guardar ningún secreto de familia para enfermar de cáncer, tal como sufrió mi mamá, que tuvo tres. Con todo ello y desde el amor, confío en redimir al género femenino de linajes familiares transgeneracionales y atraer a mi alrededor únicamente al amor.

Os quiero compartir la conclusión a la que he llegado y que coincide con lo que nos indica el violinista Luciano Alvarado, autor de *¡ÁMATE y vive la vida sin miedo!*

Cuyo vídeo, en el que está la letra que compartiré más adelante, es interpretado por el violinista David Garret.

He procurado escribir mi biografía desde una nueva mirada del inconsciente, es decir, desde la consciencia y el amor.

Tal como dijo Rudolf Steiner:

«No crean lo que digo, experimentenlo».