

# **Tus Negaciones y lo que Dios piensa de ellas**

**Te estoy esperando  
en el silencio de tu corazón**  
**Scherezade Muñoz**  
All rights reserved

Email: [schereza@bellsouth.net](mailto:schereza@bellsouth.net)

**Copyright © by Scherezade Muñoz**  
**All rights reserved**

No part of this book may be reproduced  
in any form or by any electronic or  
mechanical means, including information  
storage and retrieval systems, without  
permission in writing from the author.

# Introducción

Os ofrezco esta reflexión de las limitaciones que nos imponemos con las negaciones que forman parte del vocabulario individual y social. Limitaciones que en muchos casos nos han enseñado desde pequeños, expresiones que repetimos y repetimos hasta que finalmente las convertimos en una forma de vida porque realmente llegamos a creer en ellas.

Estas negaciones son espejismos creados en nuestras mentes sin fundamento real. Unos espejismos que dictan una forma de vida llena de sufrimiento interno y de limitaciones.

El entrenamiento que recibimos desde pequeños es precisamente que la vida y el sufrimiento van unidos. Que venimos aquí a sufrir. Esto dejarme que os diga es totalmente incorrecto, es una gran mentira.

Dios, El Padre, no quiere sufrimiento para nadie. Dios quiere que todos, tú, yo y todos puesto que todos somos sus hijos seamos felices y nos ha dado absolutamente todo lo que nos hace falta para tener la felicidad completa. Nos ha entregado todo para que nuestra existencia sea una existencia de abundancia en todos los sentidos, no de carencias.

¿No nos creó DIOS a su imagen y semejanza?, entonces entiende que lo que el Padre es, tu eres. A su imagen y semejanza significa iguales, somos iguales. Y el Padre no es limitación y sufrimiento.

**El Padre es amor, paz, armonía, abundancia, sabiduría, compasión, entendimiento, luz. El Padre lo es TODO. Ese TODO es tu ADN.**

DIOS ha creado un universo perfecto para todos nosotros.

¿Acaso piensas que la creación de DIOS es imperfecta?, ¿Que DIOS no sabe lo que está haciendo y deja sus creaciones a medias o mal terminadas?

Tú sabes muy bien que eso no es cierto, que DIOS nos ha creado perfectos y ha creado un universo perfecto a nuestro alrededor. Las limitaciones, el miedo, las carencias no son creación de DIOS, son nuestras creaciones.

Tú eres el que eliges un mundo de limitaciones y de negaciones o un mundo de armonía y abundancia total, de luz y de amor.

No hay recompensa en el sufrimiento por lo tanto no sigas sufriendo.

Hay crecimiento en el aprendizaje

Hay realización del Espíritu en la enseñanza

Hay cumplimiento en el amor

Pero en el sufrimiento no hay nada, solo cargas para la mente y alejamiento de la esencia pura del Padre que es tu verdadero YO.

Medita sobre que limitaciones te tienen prisionero y replázalas por la armonía perfecta de tu PADRE. Respira profundamente y toma la luz divina, elimina para siempre esa limitación de tu corazón, de tu mente y de tu vocabulario.

Estoy triste	Tu tristeza hoy es el comienzo de la alegría
No tengo oportunidades	Las oportunidades están delante de ti todos los días. Tu miedo te tiene ciego y no las ves
Mi vida está vacía	Tienes tantas bendiciones y sigues pensando en lo que no tienes. Mira a tu alrededor. Mira dentro de ti ahí estoy Yo.
Siento odio y rencor	Tus enemigos estarán contentos entonces. Ese veneno acabará contigo
Estoy solo	Búscame, Yo estoy contigo. Bendita soledad la que compartes conmigo.
Nadie me quiere	Yo te quiero. Quiérete tú para que los demás puedan ver lo fácil que es amarte.
Tengo miedo	El miedo es la negación del amor. Yo soy amor Tú eres amor Yo estoy a tu lado.
He fracasado	Eso significa que has superado una lección. Sigue adelante ahora Mi fuerza te ayudará a levantarte.

<p>La vida es dura</p>	<p>La vida es perfecta  porque Yo la he creado.  Tus ojos tienen la dureza  que tú has creado en ellos.</p>
<p>No puedo</p>	<p>Mi poder  está en ti.  No puedes verlo  porque tu miedo  no te deja.</p>
<p>Tengo mala suerte</p>	<p>Eres afortunado  por decir eso.  Significa que estas vivo  y aprendiendo  a cambiar.</p>
<p>Estoy cansado de luchar</p>	<p>Estas cansado  de no encontrar.  Busca en tu interior  te estoy esperando.</p>
<p>He perdido la esperanza</p>	<p>Yo soy esperanza y  Estoy contigo.  ¿Es que no me ves?</p>
<p>No tengo valor</p>	<p>Que valiente tu  que buscas el valor.  No busques más  porque tú eres  mi mejor guerrero.</p>
<p>No tengo dinero</p>	<p>Tienes lo que creas,  tienes lo que en fondo  quieres para ti.  Abre tu corazón  Abre tus manos  aprende a recibir.  La abundancia  que Yo he creado  es para todos.</p>
<p>Tengo muchos problemas</p>	<p>Muchas oportunidades  para aprender.  Recibe Mi fuerza  para resolverlos  Mi sabiduría  para entender las lecciones  y Mi amor para reconfortarte.</p>

<p>Dios mío porque me has castigado</p>	<p>Querido mío Yo no castigo, Yo amo. La humanidad comete errores y aprende. Yo amo solo amo de una forma infinita a todos y cada uno de vosotros.</p>
<p>Dios mío ¿porque me ha pasado esto?</p>	<p>Yo te lo he dado todo, hasta el libre albedrío para que escojas tus caminos. No me culpes de tus malas decisiones.</p>
<p>Nunca voy a poder conseguir mis metas</p>	<p>Es posible que no necesites eso que persigues. Es posible que estés persiguiendo las metas equivocadas. En cualquier caso necesitas darte cuenta que eres un ser perfecto. Tienes todo para conseguir lo que quieras.</p>
<p>No hay nada fácil</p>	<p>Las situaciones y posesiones simplemente son. No son ni fáciles ni difíciles simplemente son. Si eliges que sean fáciles lo serán, si eliges que sean difíciles lo serán también.</p>
<p>No sirvo para nada</p>	<p>Yo te he creado perfecto. ¿Para qué quieres servir? Hazlo. No sirves eres, Tu fuerza esta en el ser. El ser es tu poder.</p>
<p>Estoy estresado</p>	<p>Detente por un momento y recapacita. El hacer</p>

	<p>no te hace. Te hace el ser. Aprende a ser, sin hacer y entonces el control pasará a tus manos.</p>
Estoy deprimido	<p>Cuenta las bendiciones que tienes. Las oportunidades brillan a tu alrededor. Abre tus ojos y admira la luz. Admira el milagro de tu vida.</p>
No soy capaz	<p>Te he dado el poder de mover montañas. Una gota tuya de pensamiento contiene poder ilimitado. Cuando entiendas que tú eres el único obstáculo podrás comenzar a construir palacios.</p>
Estoy confundido	<p>Acércate a Mí, que estoy esperándote. Hay caminos infinitos pero solo uno es para ti. Dame tu mano y déjame que guíe tu corazón.</p>
Siempre me pasa lo mismo	<p>Siempre actúas de la misma forma. Lo que te pasa hoy es reflejo de lo hiciste ayer. Haz hoy lo que quieres que te pase mañana.</p>
Todo en mi vida es negativo	<p>La luz siempre será luz y la oscuridad siempre será oscuridad. Tú eres un rayo de luz pero te empeñas en seguir formando parte</p>

	de la penumbra.
No entiendo porque no puedo salir adelante	Yo no entiendo porque te quieres seguir castigando. Yo te lo he dado todo y tú sigues ciego. Mira en tu interior ahí estoy Yo, ahí están las respuestas.
Todos me utilizan, se aprovechan de mí	Si das a los demás bendita sea tu existencia. Si esperas en los demás es que todavía no me conoces.
No tengo buena memoria	Si te acuerdas todos los días de tu mala memoria, prueba a acordarte todos los días de que eres un ser perfecto, con una memoria perfecta.
No tengo estudios, por lo tanto no tengo las mismas oportunidades	Las oportunidades no te las dan los estudios, las oportunidades están ahí para todos. Si tienes la sabiduría para verlas, las verás, si tienes la ignorancia de la limitación no las verás.
Tengo muchas deudas	Todas las que tú quieras, el DIA que decidas tener abundancia también la tendrás. Tienes lo que afirmas. El universo siempre cumple tus deseos, tus declaraciones y afirmaciones. Si tus afirmaciones y declaraciones son tus deudas el



	<p>universo cumplirá tu orden, si tus afirmaciones y declaraciones son de abundancia el universo también cumplirá tu orden.</p>
<p>No soy bonita</p>	<p>Eres un milagro maravilloso. Eres una estrella brillando constantemente. Mira en tu corazón, deja que la belleza que Yo he creado en ti se manifieste.</p>

**QUE TU MENTE NO SE ESPANTE**

**PORQUE HE VENIDO A VERTE**

**QUE TU CORAZON NO TEMA**

**PORQUE HABITO EN EL**

**QUE TUS OJOS VEAN SIEMPRE LO**

**SAGRADO DE TU EXISTENCIA**

**QUE NO TE ENGANE NUNCA LO QUE**

**VES PORQUE NO ES REAL**

**QUE ADMIRES A TODOS TUS HERMANOS**

**EN LA TIERRA PUESTO QUE YO HABITO**

**EN TODOS Y CADA UNO DE ELLOS**

**Y QUE EL MIEDO NO TE CONFUNDA,**

**CADA VEZ QUE DUDAS DE TI MISMO**

**ESTAS DUDANDO DE MI**

<p>Mi vida es un desastre</p>	<p>Yo te amo igual, aunque hayas escogido rechazar todo lo que yo te he dado. Yo SOY dentro de ti todo lo que YO SOY TU eres.</p>
<p>Yo sufro mucho</p>	<p>Deja de sufrir, tu eres un ser de amor infinito. No hay recompensa en el sufrimiento, ¿porque te empeñas en negarte a ti mismo?.</p>
<p>Estoy cansado Búscame dentro de ti que te estoy esperando.</p>	<p>Ven y descansa en MÍ. Yo soy tu Padre, estoy aquí, ahora contigo, en todos los aquí y ahoras de la eternidad. Búscame dentro de ti que te estoy esperando</p>
<p>Soy demasiado mayor .</p>	<p>El tiempo que Yo te he dado es la eternidad. ¿Cuándo serás mayor?, nunca. Solo ERES para siempre, te cambiaras de ropas pero eternamente ERES</p>
<p>No tengo fuerzas para hacer nada.</p>	<p>Deja de alimentarte de tus propias limitaciones, deja de mirar hacia fuera y ven a beber de la fuente de fuerza y energía inagotable que late dentro de ti. Mi fuerza es tu fuerza</p>
<p>He tirado la toalla hace mucho tiempo.</p>	<p>Quando la oscuridad total te envuelve, comenzaras a ver la luz que brilla en tu interior y entonces te darás cuenta que ahí te estoy esperando.</p>

<p>Todo el mundo es malo</p>	<p>Lo que ves en los demás es un reflejo de ti mismo. Deja tu miedo y comenzarás a ver la luz brillando dentro de ti. Cuando entiendas que tu eres amor veras el amor en los demás.</p>
<p>Mi existencia es absurda, sin sentido</p>	<p>Yo no he creado ninguna existencia sin sentido. Aprende a amarte a ti mismo, así también me amarás a MI. La FE es un ejercicio de amor. Ten FE en ti y recuerda que YO estoy contigo.</p>
<p>No veo la salida</p>	<p>Tampoco viste la entrada. Deja de ver y escúchame que</p> <p>Te estoy guiando y tú tienes tapados tus oídos.</p> <p>¿Quieres ver?, ESCUCHA,</p> <p>¿Quieres oír?, MIRA en tu interior.</p>
<p>Si yo lo hubiese sabido antes, no habría tomado esa decisión</p>	<p>Que afortunado eres, si lo hubieses sabido antes no habrías aprendido una nueva lección. Y si no hubieses necesitado la lección entonces no habrías tomado esa decisión.</p>
<p>Me siento atacado</p>	<p>Tu ego reacciona ante los demás, y tú sigues sin entender que el único que tiene poder sobre ti eres tú mismo.</p>

<p>Todo me sale mal</p>	<p>Tus deseos son ordenes para el Universo. Si tu así lo ordenas, así será.</p>
<p>Nadie aprecia mi trabajo</p>	<p>Yo que soy Tu PADRE estoy orgulloso de ti. Sigue realizando tu trabajo con amor, y no esperes de nadie la recompensa que solo YO puedo darte.</p>
<p>Si yo fuese más joven</p>	<p>He creado una eternidad para ti. ¿Por qué la sigues rechazando?</p>
<p>Siempre estoy enfermo</p>	<p>Yo te he creado perfecto. Tu manifiestas la imperfección en tu cuerpo reflejando las limitaciones de tu mente y de tu corazón.</p>
<p>No tengo talentos</p>	<p>Tienes miedo de SER todo lo que puedes ser. Creo que has encontrado una buena excusa para desperdiciar tu existencia.</p>

<p>Seré feliz cuando.... (tenga dinero, posición, coche, matrimonio)</p>	<p>Quando acabes de buscar en el mundo exterior comprenderás que tu verdad no está fuera Y estarás preparado para ver Lo que siempre ha estado contigo, dentro de ti, YO.</p>
<p>Todos me critican</p>	<p>Tu eres el responsable de ello. Tú te has puesto delante de ellos Para que te critiquen. Retírate y mírate en el Silencio Sagrado de tu Templo Interior para que puedas comprender porqué buscabas la crítica de los demás.</p>
<p>Estoy de mal humor</p>	<p>¿Eso es lo que quieres para ti? ¿A que estas esperando para manifestar tu esencia que es de puro AMOR?</p>
<p>Mi futuro es incierto</p>	<p>Confía en ti, confía en MI y déjame recordarte que lo que te pase mañana será una consecuencia de lo que pienses hoy, de las acciones que tomes hoy, de que sientas hoy. No te ocupes entonces en el futuro ocúpate en el HOY.</p>
<p>He tenido muchos problemas en el pasado</p>	<p>Entiende Hijo, no hay problemas. Solo lecciones. El tiempo que tardes en aprender porqué llegaron a tu vida solo depende de ti.</p>

Soy demasiado tímido	La timidez es solo un refugio. Deja de ser una sombra para comenzar a brillar como Hijo MIO que eres.
Me siento culpable	Te has dado cuenta que obraste mal. Querido Hijo aprende la lección  YO que SOY tu PADRE te perdono y tu desde el amor que hay en tu corazón te perdonas también ahora.
No sé qué hacer	No hagas nada entonces. Conócete en tu inmensidad infinita y el camino comenzará a trazarse delante de ti.
Nadie me entiende	Entiéndete tu primero y ya verás como los demás te entenderán también.
Mi infancia fue muy difícil	A través de grandes lecciones aprenderás grandes enseñanzas si miras a través del amor.
Soy una carga para los demás	Huirán de ti igual que tu huyes de ti mismo. Deja de huir y conócete para que te des cuenta que no hay más cargas que las de tu propio pensamiento.

<p>Si yo supiera lo que va a pasar mañana, me sentiría más seguro</p>	<p>Y YO te aseguro que si tienes FE en la perfección que YO he creado no tendrás miedo alguno. Todo lo que llegue a tu camino si te mantienes dentro de tu perfección es perfecto.</p>
<p>Dios mío ¿porque me has abandonado?</p>	<p>No Hijo mío, YO, abandonarte nunca ¿Por qué tu me has abandonado? YO siempre SOY y ESTOY contigo</p>
<p>La vida es muy complicada</p>	<p>Cuando no hay balance todo parece complicado Dedicar tiempo a tu interior igual que lo haces con las cosas externas ya verás como todo es más sencillo de lo que tú puedes ver desde donde estas mirando ahora.</p>
<p>Mis problemas son muy graves y no sé como se van a solucionar</p>	<p>Deja ya de patear en el fango y agarra mi mano que yo te ayudaré a salir si tu me dejas.</p> <p>Estas haciendo tanto ruido con tu propio chapoteo que no me oyes y yo te sigo llamando</p>
<p>Estoy desesperado</p>	<p>Yo nunca me he negado a ti Tu decidiste caminar solo y ahora te das cuenta que no puedes YO Soy parte de ti Si no ves a mi no sabes quién eres Pero hijo mío YO sigo aquí esperándote</p>



Porque me ha tocado a mí esta enfermedad?	Sigue meditando en esa pregunta Cuando sepas la respuesta Quedaras libre de tu enfermedad Yo te he creado perfecto Tú has creado la enfermedad
Ahora que todo parecía Ir mejor se han vuelto a torcer las cosas	Que miedo sigues conservando? Sigues sin darte cuenta que recibes lo que pides Que tú mismo creas Cada ápice de tu presente
Nadie puede en contra del destino	Tu destino es regresar a tu casa con tu Padre. Lo demás no son más que desvíos que tú mismo elijas en tu camino de regreso

Ahora te recuerdo  
algo que se te ha olvidado  
todo este tiempo.

Tu Presente.

Vive tu presente,  
solo en el presente  
puedes eliminar  
para siempre tus limitaciones,  
solo en el presente  
puedes SER.

Tu destino esta en SER

en el presente,  
en ese presente infinito,  
ahora, ahora, ahora, ahora, ahora  
ahora, ahora, ahora, ahora, ahora.....

## **DECALOGO DEL PRESENTE**

1

YO SOY FELIZ

2

YO VIVO

YO SIENTO Y RESPIRO

EL AMOR,  
LA SABIDURIA Y  
EL PODER

DE DIOS

3

YO SONRIO A LA VIDA

Y A MIS HERMANOS

4

YO NO TENGO MIEDO

PORQUE ESTOY CON DIOS

DIOS ESTA CONMIGO

Y DONDE ESTA EL AMOR DE DIOS

NO PUEDE HABER MIEDO

5

YO NO TENGO PASADO

YO NO TENGO FUTURO

YO VIVO

EL PRESENTE INFINITO

6

YO TRIUNFO

EN TODO LO QUE EMPRENDO

AHORA

PORQUE LO HAGO

CON AMOR

7

DOY GRACIAS

OR TODAS LAS BENDICIONES QUE TENGO

AQUÍ Y

AHORA

8

TENGO TODO

LO QUE NECESITO

EN ESTE MOMENTO

9

SOY UN SER

COMPLETO

E ILIMITADO

10

SOY DUENO

DE MI PRESENTE

EN EL PRESENTE

SOY Y

TENGO TODO