

# VIVIR LA RENUNCIA



DIA A DIA

# TRABAJO ANUAL 2025

## GRUPO VIRTUAL 1 COCHABAMBA- BOLIVIA

D.S. Beatriz Joffré	T. 184
D.S. Estela Mercado	T. 69
D.S. Lilibeth Leigue	T. 184
D.P. Yolanda Sejas	T. 63
D.S. Consuelo Abastoflor	T. 39
Dlla. S. Erika Jiménez	T. 39
Dta. P. Sonia Villarroel	T. 63
Dta. P. Bertha Mamani	T. 63

**A LA**

**DAMA GRAN MAESTRE**

# CONTENIDO

<b>CONTENIDO</b> .....	1
<b>PREÁMBULO</b> .....	3
<b>METODOLOGÍA</b> .....	3
<b>CAPÍTULO 1</b> .....	4
La misión de Cafh.....	4
La Renuncia.....	4
La Renuncia como proceso .....	4
El observador .....	4
Las idealizaciones .....	4
La ausencia de límites y la resignación.....	5
La honestidad .....	5
La autodeterminación .....	5
La interdependencia.....	5
La acción y la participación.....	5
La plenitud .....	6
La egoencia .....	6
<b>CAPÍTULO 2</b> .....	6
La Renuncia.....	6
La Renuncia como proceso .....	6
El proceso de la Renuncia: El Observador .....	7
Mitos sobre la Renuncia: Las idealizaciones. ....	7
Mitos sobre la Renuncia: La ausencia de límites y la resignación. ....	7
Actitudes de Renuncia: La honestidad. ....	8
Actitudes de renuncia: La autodeterminación.....	8
Actitudes de Renuncia: La interdependencia.....	8
Actitudes de Renuncia: La acción y la participación. ....	8
La plenitud a través de la Renuncia. ....	9
La Renuncia y la Egoencia.....	9
<b>CAPÍTULO 3</b> .....	9
La misión de Cafh.....	10
La renuncia.....	11
La Renuncia como proceso .....	12
El proceso de la renuncia: el observador .....	12

Mitos sobre la renuncia: las idealizaciones.....	12
Mitos sobre la renuncia: la ausencia de límites y la resignación.....	13
Actitudes de Renuncia: la honestidad.....	14
Actitudes de Renuncia: la autodeterminación.....	14
Actitudes de Renuncia: la interdependencia.....	15
Actitudes de Renuncia: la acción y la participación.....	15
La plenitud a través de la Renuncia.....	16
La Renuncia y la Egoencia.....	16
<b>CAPÍTULO 4</b> .....	17
Parte 1.....	17
Parte 2.....	18
<b>CAPÍTULO 5</b> .....	20
VOCES DE MI ALMA.....	20
<b>CAPÍTULO 6</b> .....	22
<b>CAPÍTULO 7</b> .....	24
<b>CAPÍTULO 8</b> .....	25
REFLEXIONES.....	25
<b>CONCLUSIONES</b> .....	27

## PREÁMBULO

En años anteriores vimos cuán efectivo puede ser utilizar la vivencia diaria, para aplicar lo que deseamos trabajar, no solo como Misión, también como Trabajo Anual.

Desde la certeza de que vida tenemos una sola, y en ella plasmamos todo lo que queremos hacer con ella, surge la convicción de que podemos ver, interpretar, experimentar desde múltiples ángulos, cada minuto que vivimos. Una sola acción nos da material para explorar en nuestra vocación desde muchos ángulos, y lo más interesante, es que esa inagotable materia prima de todos los días, nos da todas las respuestas que buscamos, solo hay que estar atento, estar consciente.

## METODOLOGÍA

Para garantizar la factibilidad del trabajo, se planteó profundizar en los ejercicios de cada Enseñanza del curso, transversalizando además con la Misión Anual. El esquema que se planteó al inicio del año, resume el procedimiento diseñado en grupo, para la ejecución.



En congruencia con el desarrollo del curso Vivir la Renuncia, cada miembro del grupo que ha hecho contribuciones, presenta sus reflexiones y resultados de la práctica con cada uno o con algunos de los temas: La misión de Cafh, La Renuncia, La Renuncia como proceso, El observador, Las idealizaciones, La ausencia de límites y la resignación, La honestidad, La ausencia de límites y la resignación, La interdependencia, La acción y la participación, La plenitud, y La agencia.

Por las particularidades de cada trabajo, no ha sido posible compaginarlo, por lo que se presenta un capítulo para cada miembro del grupo.

# CAPÍTULO 1

## La misión de Cafh

La misión de Cafh solo tiene sentido si la vivimos. Personalmente la misión mística me desafía a no perder el entusiasmo y el ánimo para meditar y conocerme interiormente, solo a través de este trabajo puedo desarrollar la misión social irradiando y expresando en acciones los avances de mi desenvolvimiento y sintonizando con las almas de mi grupo, mi familia y los seres de mi entorno.

## La Renuncia

La Renuncia es mirar la vida sabia y ecuánimemente, transitando por los momentos felices y amargos sin quedar enredados en ellos.

Me gusta entender la renuncia también como abrazar la vida tal como es (DGM Cristina Flor) sin quejas, sin reproches, sin dramas, sin expectativas y anhelos. Es abrazarla con amor, aceptación y consciencia del devenir.

Cuando puedo vivir la renuncia me siento liberada, plena, en paz y alegre, incluso en los momentos adversos.

## La Renuncia como proceso

Es importante reconocer la Renuncia como un proceso e identificar el ordenamiento y las áreas de trabajo. Además, hay que considerar que este proceso se desarrolla en un tiempo, el mismo que está sujeto a cambios.

Aunque me costó, logré reconocer los avances en mi trabajo de desenvolvimiento, valoricé aspectos concretos como el aumento de mi paciencia.

También entendí que todo proceso lleva su tiempo y que actuar de prisa muchas veces no es la mejor opción.

## El observador

Resulta fácil identificarse con los personajes y roles que se interpreta. Es necesario ser capaz de observarse objetivamente para desidentificarse y lograr mayor conocimiento de uno mismo.

Observar mis emociones me permite que éstas pierdan fuerza e intensidad. Al desidentificarme me acerco a lo que soy en esencia porque puedo salir de mis moldes, prejuicios y estructuras mentales.

## Las idealizaciones

Las idealizaciones exageradas son trampas que conducen al "deber ser" y a las expectativas, impidiendo una aceptación plena de la realidad.

He descubierto que el "deber ser" es un aspecto que ha marcado mi vida durante mucho tiempo. Mis pensamientos, sentimientos y acciones se han basado en idealizaciones creadas.

Me encuentro trabajando para dejar de responder a la imagen perfecta que he creado y más bien aceptarme amorosamente tal como soy.

## La ausencia de límites y la resignación

La Renuncia no es la ausencia de límites y la aceptación de relaciones nocivas o abusivas. Tampoco implica la resignación.

Considero que la renuncia es aprender a amarse, quererse y respetarse a una misma y a los demás.

Estoy en el esfuerzo de desafiar mis propios límites en los actos cotidianos, practicando el acto contrario, por ejemplo.

## La honestidad

La honestidad es fundamental para auto observarse, sin ella no se puede vivir la renuncia y el desenvolvimiento espiritual.

Necesito ser valiente para mirarme tal como soy, ingresando en la profundidad de mi ser.

A veces es lindo lo que veo, otras me causan asombro, e incluso en ocasiones me duele; pero eso es lo que realmente soy y ahí empieza mi trabajo, deconstruyendo mis estructuras y generando transformaciones.

## La autodeterminación

La autodeterminación es el resultado del autoconocimiento y la conciencia. La voluntad es el vehículo de la autodeterminación y de la libertad.

Es importante entrenar mi voluntad, lo puedo hacer trabajando la "mística de los actos cotidianos", con opciones como manejando mejor mis emociones, meditando, poniendo amor en lo que hago incluso en lo que no me gusta, etc.

## La interdependencia

La interdependencia es tener consciencia que somos parte de una red de relaciones con otras personas, seres vivos, entorno y planeta. Al percibir la interdependencia nos volvemos más humildes, empáticos y cuidadosos. Reconocemos al otro y lo incorporamos a nuestro mundo interno.

Esta enseñanza me recordó que soy parte de un todo y me di cuenta que muchas veces actué como si fuera el centro del mundo. Estoy trabajando con la empatía, trato de ver a través de los ojos de los demás para comprenderlos mejor, dejando de lado mis prejuicios y críticas.

## La acción y la participación

La acción implica actuar en el momento oportuno con todo nuestro potencial, sin apropiarnos de los logros. Nuestra única satisfacción es la tarea bien realizada.

Cuando la intención que nos mueve es la de servir con nuestra vida a todos los seres humanos, nuestra acción se expresa en participación y así podemos abrazar nuestro compromiso con la humanidad.

Actuar soltando los resultados me resulta difícil, pero al hacerlo centro mi atención y energía únicamente en la acción, considerando la participación.

## La plenitud

La plenitud es aceptar y entregar, es vivir de manera trascendente. Podemos mantenernos desapegados de cualquier plan sabiendo que todo es transitorio. Esta actitud nos permite ser flexibles y sentirnos plenos en los momentos agradables y en los difíciles.

Gracias a la flexibilidad puedo trabajar con mi rigidez, solo siendo flexible puedo acomodarme a las circunstancias, salir del contrario de opuestos, comprender y vivir el devenir en lo cotidiano.

## La egoencia

La egoencia es estar conscientes de nosotros mismos, y al mismo tiempo, de nuestra pertenencia al todo.

Trabajamos en nuestro autoconocimiento y accedemos a lo esencial en nosotros y así descubrimos que somos parte de un todo mayor, reconocemos la necesidad de unirnos a ese todo y trabajar en el relacionamiento con el entorno.

Cuando traté de comprender "ser parte del todo", tenía ideas abstractas. Mi reto ha sido concretizar estos conceptos, a continuación, menciono algunas opciones que estoy trabajando:

Esforzarme para tener una actitud comprensiva y empática con los demás.

Ser más paciente y amable con las personas que me rodean, más aún si estoy cansada.

Agradecer a la Divina Madre por las bendiciones recibidas brindando mi ayuda y servicio a las almas.

Teniendo presente que el cambio se realiza a través de acciones simples y profundamente espirituales.

# CAPÍTULO 2

## La Renuncia

En el cotidiano vivir me esfuerzo por practicar La Ley de la Renuncia, porque esto me permite tener una mirada ecuánime de la vida, ya que al experimentar vivencias de momentos tanto felices como amargos sin quedar enredados en ellos, por estar atascados interiormente en los sucesos del pasado o añorando el cumplimiento de mis deseos.

El vivir diariamente con la predisposición de afrontar los desafíos cotidianos con el interés siempre renovado de conocerme cada vez más y descubrir quién en realidad soy, y así contribuir a desarrollar habilidades que me permitan mejorar mis relaciones con mi entorno y así contribuir a la paz de la humanidad.

## La Renuncia como proceso

Cuando me detengo a observar mis pensamientos, mis acciones y mi percepción actual y comparo con mi forma de ser del ayer, veo con claridad que nada permanece igual, inamovible, veo que todo cambia constantemente, así en lo exterior como en mi interior,

y esto me impulsa a conocerme con toda honestidad y puedo ver con claridad la transformación a la que se somete mi Ser.

### El proceso de la Renuncia: El Observador

En el transcurso de mi vida identifiqué los diferentes roles que interpreto como ser: hija, hermana, madre, esposa, amiga, o abuelita. Y me veo en diferentes personajes, con un comportamiento también variado, a veces agradable, amable, cariñosa, irascible, paciente, impaciente, miedosa, insegura, autoritaria, ansiosa, etc. Me doy cuenta que en esencia no soy ninguno de esos personajes, sino que esas son manifestaciones de los compuestos que conforman el vehículo con el cual vivimos. Me percaté que soy energía en movimiento, y esa energía va tomando diferentes formas y expresiones. Veo como urgente la necesidad de conocerme a mí misma, a través de un trabajo interior permanente. Y una vez encaminada en esta misión, para poder observarme, y ver con qué imagen de mí mismo o con qué faceta me estoy identificando, que se está manifestando de mi persona en este instante. El trabajo interior me permite acercarme cada vez más a mi centro interior.

### Mitos sobre la Renuncia: Las idealizaciones.

Al darme cuenta que mantengo pensamientos donde prevalece "el deber ser", veo claramente que esto perjudica mi desenvolvimiento, porque yo siento que debo alcanzar esos "ideales" que avizoro como una meta a la que debo llegar, para ser una persona ideal. También analizo lo que me provoca el comportamiento de los demás que no está de acuerdo con lo que yo espero. En ambos casos tiendo a sentirme decepcionada, frustrada, a veces hasta resentida y esto desemboca en un malestar físico, emocional, espiritual, e incluso son la causa de enfermedades. Entonces llegué al convencimiento de que lo más conveniente es dejar esa postura de estar idealizando a las personas y sus reacciones. Trabajo en comprender que todo lo que pasa es por algo y además busco el aprendizaje de esa experiencia y llegué a la conclusión de que el mensaje que recibo de la experiencia adversa me lleva a ampliar mi conciencia. Descubro que todo lo que sucede en mí y en mi entorno, me ayuda a incrementar mi trabajo interior, entonces tengo la actitud de tomar los acontecimientos sin resentimientos, sin culpa, sin miedos, sin juicios; más al contrario los recibo con amplitud, con amor y esto me ayuda a fluir con lo que la realidad me presenta.

### Mitos sobre la Renuncia: La ausencia de límites y la resignación.

Es muy importante aclarar que la Renuncia nunca implica "renunciar a derechos irrenunciables". La Renuncia no implica ausencia de límites que acrecienten actitudes abusivas de maltrato o de manipulación. Más al contrario la Renuncia nos impulsa a conocernos y determinar nuestra conducta siempre precautelando el respeto, la escucha profunda y el trato amable. Al comprender que nos hacemos cargo de nosotros y de nuestra conducta somos conscientes de la responsabilidad que tenemos para no caer en la resignación del proceso de la vida como es la vejez, la soledad, el maltrato, etc. Por el contrario, la Renuncia nos impulsa a desafiar nuestros propios límites y seguir esforzándonos para enfrentar cada instante de la vida con interés, gratitud y disfrute de todo lo que la vida nos ofrece. Además, tomar en cuenta que nuestros pensamientos, acciones, actitudes y palabras tienen su repercusión y debemos usarlas conscientemente.

### Actitudes de Renuncia: La honestidad.

La honestidad es una actitud esencial para vivir la Renuncia, al auto observarse es indispensable la honestidad, porque me permite conocer el verdadero motivo de mi actuar, ya que muchas veces me descubro camuflando ante mí misma mis supuestos, juicios, prejuicios y afirmaciones. Sin detenerme a analizar el origen de los mismos. Por esa razón me propongo esforzarme en ser honesta y esto me permite ser más ecuánime y como consecuencia no me polarizo con una parte del problema, y esta actitud me devuelve el poder interno; porque ya no pongo la posibilidad del cambio afuera, en otros o en las circunstancias. Soy consciente de que no tengo control sobre muchos acontecimientos, pero sí tengo el poder de elegir mi actitud, mi intención y mis acciones. Soy consciente de que en el trabajo del desenvolvimiento mi trabajo interior es permanente y sé que no llegará a su fin, por más experiencia acumulada que considere que tengo. Me propongo practicar la honestidad diariamente tanto hechos pequeños como en los hechos trascendentales de mi vida.

### Actitudes de renuncia: La autodeterminación.

Al autoanalizarnos vemos claramente el rumbo que queremos tomar, es ahí donde nace la autodeterminación, donde prevalecerán nuestra voluntad y nuestras decisiones. La voluntad se debe ejercitar todos los días para lograr ponerlo al servicio de la conciencia y no de los impulsos inconscientes. Cuando actuamos llevados por la reflexión la autodeterminación es una expresión de la Renuncia.

Para lograr tener una voluntad inquebrantable, es necesario ejercitarla en forma constante y sostenida, para ponerla al servicio de la conciencia y no de los impulsos inconscientes.

Cuando sopesamos nuestras decisiones conscientes, estamos en la capacidad de autodeterminación.

### Actitudes de Renuncia: La interdependencia.

Es importante que nos demos cuenta que la interdependencia juega un papel muy importante en la capacidad que tenemos de aplicar nuestra voluntad en aquello que nos proponemos y lo logramos, podríamos caer en la soberbia

Nosotros vivimos en interdependencia constante, ya que todo lo que acontece fuera de nosotros como nuestro entorno, el trabajo, la familia, el país, el planeta, etc.

Nos afecta porque somos parte del todo

Al ser conscientes de que nuestros pensamientos, sentimientos y acciones, afecta a los demás y todo lo que sucede también nos impacta de alguna manera, nuestro comportamiento cambia, nos volvemos más empáticos, más humildes, más cuidadosos y tomamos en cuenta de que todos pertenecemos a la misma corriente.

La interdependencia es imprescindible para la Renuncia.

### Actitudes de Renuncia: La acción y la participación.

La acción es parte de la Renuncia, porque se debe actuar, participar con todo el potencial que poseemos, porque la pasividad no contribuye a lograr los propósitos que tenemos.

El resultado de la acción no es lo central, no nos sentimos importantes ni esperamos reconocimiento por la tarea ejecutada.

El haber puesto todo nuestro empeño e interés al realizar la tarea es la única satisfacción que tenemos, luego pasamos a lo siguiente.

La actitud de participación tiene sentido cuando la intención es de servicio desinteresado.

### La plenitud a través de la Renuncia.

La Renuncia contribuye a lograr una vida amorosa, generosa, hospitalaria, sanadora, porque dá la bienvenida a todo y no se aferra a nada.

La Renuncia logra armonizar nuestras vidas, porque mejoran nuestras relaciones con nosotros mismos, con los demás, con lo que hacemos.

La Renuncia nos proporciona un sentido profundo y de plenitud. Cuando estamos desarmonizados, es una muestra clara de que estamos alejándonos de ese sentido trascendente que nos dá la Renuncia

El hecho de estar conscientes de soltar el apego, el saber que todo es transitorio, lograr fluir en el devenir, sentirnos plenos en los momentos agradables como en los momentos difíciles, nos permite abrirnos a la enseñanza de la vida.

### La Renuncia y la Egoencia.

La Renuncia nos lleva a la egoencia.

Cuando estamos conscientes de nosotros mismos y al mismo tiempo de nuestra pertenencia al todo, podemos decir que eso es egoencia.

Al convencerme que soy parte de un todo mayor, tengo el propósito de relacionarme con ese todo de la mejor forma posible, esto implica estar consciente de que todo mi accionar tiene repercusión, entonces reconozco la necesidad de unirme conscientemente a ese todo.

Para eso debo trabajar en desarrollar relaciones menos egoístas, más sanas, altruistas, profundas y armónicas.

Practicar la Renuncia a través de los actos cotidianos y ser fuente de coherencia, consuelo y esperanza para el mundo.

## CAPÍTULO 3

El peor intento es el que no se hace.

La coherencia debe ser uno de los pilares del comportamiento humano, más difícil de alcanzar.

Hay más modelos de comportamiento de los que nos imaginamos que son expresión de nuestra divagación entre los pares de opuestos. Ellos parecen regir nuestras vidas. Debemos aumentar o mejorar nuestro trabajo interior con ellos.

Encuentro que el trabajo realizado con este curso ha puesto a prueba muchos momentos, la estabilidad de las comprensiones alcanzadas a veces por pocos minutos o pocas horas; y también las de muchos años. Así de veloz la dinámica de cambios o de ajustes tras las experiencias vividas o los ensayos aplicados. Mucho aprendido y todavía para someter a una vida cada vez más dinámica y desafiante.

De la serie de nuevas experiencias y formas de aprendizaje, destaca una mejor disposición anímica a aceptar lo que no puedo modificar, las condiciones y situaciones de los otros seres que comparten el mundo conmigo. Aceptar lo que no puedo entender, y que no necesito hacerlo. Aceptar que no es realmente importante saber, para vivir, pero que el ego se las ingenia permanentemente para convencernos de lo contrario.

En la aplicación misma de los ejercicios de cada enseñanza, fue muy importante usar al máximo la semana posterior a la primera exposición, justamente por la intensidad de lo aprendido. La secuencia y gradual abordaje de los temas, me permitieron evidenciar la consistencia del proceso de desenvolvimiento espiritual y la permanente vulnerabilidad del mismo frente a la dinámica que nos presenta la vida; proceso y dinámica que es muy particular en cada ser humano.

### La misión de Cafh

Mientras más uno se esfuerza por concentrarse y fortalecer una dirección, la complejidad y movimiento de lo externo, desafía en cada minuto la voluntad y la organización individual para avanzar. Cafh plasma su misión en la medida que cada uno de nosotros lo hace, y cada que me detengo, desacelero al conjunto.

Como muchos, o como todos...no estoy segura, tengo prioridades a la hora de tomar decisiones, pero nos toca ver claramente que, aunque el desenvolvimiento tenga el sitio prioritario, hay momentos y circunstancias que aparentan ser determinantes a la hora de elegir. ¿Qué pasa? ¿Hay contradicción? Como resultado del ejercicio veo que es mi falta de amplitud, a ratos, y escasa habilidad en otros... que me hace ver como incompatibles los espacios a conciliar.... Y definitivamente no es así, y se afirma claramente en:

*“Cada uno, cada una, con sus características y en su circunstancia particular de vida tiene en sus manos la posibilidad de encarnar el Mensaje de Cafh y contribuir a equilibrar la balanza de la Humanidad”*

Muy claro, pero arriba el temor.



Solo hay una manera de saber  
en qué dirección ir.  
Tienes que seguir tu miedo.  
Te mostrará el camino.  
Huir de lo que te asusta es una forma de perder el  
camino: al hacerlo te alejas más y más de lo que  
buscas.  
Si tienes miedo de enfrentar a esa persona o  
situación, ahí está el nudo que hay que derretir.  
Ese nudo que si se reconoce y se enfrenta te  
donará las llaves de la libertad!  
De ahora en adelante, entonces cuando sientas  
miedo, molestia, irritación y preocupación no  
huyas. Mantente escuchando lo que sientes.  
Y con coraje adéntrate a descubrir el tesoro  
escondido en tu malestar.  
" Los tesoros más preciados son custodiados por  
el dragón más terrible.  
Para llegar a los tesoros, hay que ir al dragón... y  
besarlo."  
  
Bert Hellinger.

Si yo no soy capaz de hacerlo, nadie lo puede hacer por mí. Voy a empapar todo el tiempo de mi vida, con mi desenvolvimiento, y tenerlo claro ahora, amerita agradecerlo.

### La renuncia

Tenemos la tendencia a suponer que todos los que nos rodean, que viven en nuestra casa, o que tal vez solo interactúan con nosotros comparten nuestras ideas, principios y valores. Inclusive, sin haber hablado nunca sobre ellos, el solo llevarnos bien, nos hace suponer esa situación. Alimentamos esa idea como si fuera parte de un dominio de una parte de la vida, nos sentimos seguros si detectamos en otros algo de lo que nosotros tenemos.

Cuando empecé a desenvolverme, una primera nebulosa fue entender qué es o qué significa la Renuncia. Esa nebulosa fue cambiando de color, tamaño y forma a lo largo del tiempo, pero además a ello se suma una serie de "impresiones" y prejuicios recogidos de diferentes maneras, sobre lo que significa, y se suele tomar fácilmente lo que es más fácil de entender: limitación, privación, sometimiento, conformismo, culpa o también castigo. Sin embargo, mantener esos prejuicios, sin aventurarse a explorar en su real dimensión, solo producen sofocación, dolor, y privación de la libertad interior.

Inicialmente podemos ir asumiendo para la Renuncia todo lo contrario de lo que es, y ello nos priva de penetrar en ella. Pero, siguiendo la Ascética ya sea por disciplina por fé o por obediencia, se descubre que la vida es un flujo continuo al ritmo que ella misma tiene... y que podríamos apreciar, si no nos "oponemos" con una actitud desinteresada, resignada y presa.

Solo aceptando el movimiento continuo y transformador de la vida, surge esta actitud que permite ver y vivir con plenitud. Aceptarla como es, y aceptar nuestras limitaciones naturales de vivirla, tomar y dejar conscientemente, aprender lo que se pueda, verla con nuevos ojos cada día, y agradecer por ello.

**¡SUBIRSE A LA VIDA!** Para descubrirla como es... La actitud de agradecimiento me ayuda a aceptarla como es, y sentirme plenamente parte de ella.

### La Renuncia como proceso

¡La vida es multicolor, o como otros dicen es “a colores”! Que podamos verlos, es otra cosa.

Hay muchos factores que son determinantes a la hora de ver la vida, la edad, la etapa que transcurre, quienes están en el entorno, qué les pasa a quienes nos rodean, tenemos relaciones de algún tipo con ellos, qué estoy haciendo, qué me interesa, qué sucede con el sitio donde vivo, todo esto y mucho más afecta mi forma de ver ese momento, y lo que podría venir a futuro. La vida fluye, es dinámica, nada permanece igual. Cada uno de nosotros cambia constantemente, voluntaria o involuntariamente, consciente o inconscientemente.

Cambia el exterior, pero también cambia el interior, y el hacer vida la Renuncia implica mirarnos por dentro y por fuera, ser conscientes de cómo están ordenadas y funcionan las cosas, porque en alguna parte de ellas estamos nosotros. El poder saber dónde nos encontramos es importante para entender qué nos pasa y qué pasa en nuestro entorno.

Si pretendemos llegar a un lugar, seguimos una ruta, trazamos una dirección, si queremos entender lo que pasa miramos con atención el entorno, tratamos de ver de una manera integrada.

Como resultado del ejercicio, aprendo a ver sin juzgar ni calificar, para entender, para saber, agradezco darme cuenta de en qué parte de mi vida, y de mi camino me encuentro, agradezco ser ahora consciente de algo más.

### El proceso de la renuncia: el observador

Para poder mirar el proceso que vivimos desenvolviéndonos, debemos tener la capacidad de observar.

Adquirir la habilidad de poder reconocernos en las diferentes facetas que nos toca vivir.

Pero para poder reconocernos debemos estar conscientes de quien realmente somos, para no confundirnos en la multiplicidad de roles que nos demanda la vida asumir.

Lo más arriesgado sería enjuiciar o calificar cada uno de esos roles, que sería una forma de rechazo de lo que toca en ese momento vivir.

Como resultado del análisis y de practicar el mirarme sin juicios, agradezco la capacidad de responder a las demandas de la vida y de mi desenvolvimiento, sin ser ahogada por el prejuicio, la autocompasión o la soberbia. Ser libre para escoger el mejor traje, el que me guste, o el más conveniente para cada ocasión.

### Mitos sobre la renuncia: las idealizaciones

Las idealizaciones más difíciles de detectar creo que deben estar relacionadas con uno mismo o con los Hijos e Hijas de Cafh que están cerca nuestro, o bien alejados. Tal vez en la búsqueda del camino “nos agarramos” de ideas como soporte y después no las

sabemos soltar: o terminamos poniéndolas en un altar. Mismo patrón se dá antes de descubrir a Cafh, desde niños con nuestros padres y familia, y luego en la escuela y con los amigos, y así a medida que crecemos vamos repitiendo el mismo modelo pero en escala mayor ya sea en alcance o en importancia.

La imaginación puede construir los paisajes más hermosos, o escenas de pesadilla. A veces, debido a nuestra educación o cultura, podemos asignar ciertas características particulares a los elementos que forman parte de nuestro desenvolvimiento.

He creído tropezar muchas veces con obstáculos “insalvables” que me han hecho dudar de la fidelidad hacia mi vocación, inclusive de la pertinencia de seguir el camino, que es muy diferente a dudar de la Vocación. Y en otras, al revés... pensar que se superaron dificultades y desafíos propios del desenvolvimiento, pero volverlos a descubrir en el interior, muy arraigados y definiendo la vida que uno creía poseer; también es otro extremo que lleva a especulaciones, interpretaciones erradas, y muchas veces la toma de decisiones inadecuadas.

Como resultado de la interiorización de lo que son las idealizaciones, agradezco redescubrirme como lo que soy, un alma en desenvolvimiento. Y ver mi vida, necesitada de simpleza y sencillez, pero sin miedo a las complejidades que pueda poner el camino. Creo que el poder hacerlo conmigo, me permite ver a los demás Hijos como son, y al camino mismo.

Cada uno tiene un rol que cumplir, pero no se lo va descubriendo a menos que se vaya aceptando lo que viene en cada momento de la vida. Está llena de sorpresas, agradables y desagradables, pero todas coyunturales, lo único que permanece es la Vocación.

### Mitos sobre la renuncia: la ausencia de límites y la resignación

Otro modelo de extremos, que nuestra educación maneja siempre de manera polarizada: “TODO TIENE UN LÍMITE” y “TIENES TODO EL POTENCIAL PARA VENCER LOS LÍMITES QUE SE TE PONGAN” o también, “Qué vas a hacer... así es la vida, resignación” y “Es tu derecho, lo deben respetar” ... si prestan atención, es un tercero que le dice al sujeto protagonista. Nos indican qué y cómo hacer las cosas, el que ve es alguien fuera, es un tercero. Obviamente, en estas situaciones, para aplicar la acción más adecuada, habrá que pedir que intervenga el “observador”.

Mirando con atención, ambos son extremos de una misma circunstancia, que podría llamarla “desubicación” o mala interpretación de la dirección que se sigue para desenvolverse.

Si como observador, se hace el trabajo, habrá que agradecer... la oportunidad de ver los dos extremos, de cualquier situación, o un polo y el opuesto, si no hacemos que opere NUESTRO observador, lo más probable es que siempre veamos solamente el extremo que nuestro nivel de conciencia nos permite ver. Una bendición ver los dos, porque ello representa la oportunidad de subir al nivel por encima de ellos, o sea salirse del juego de los opuestos, para darse cuenta que en realidad solo nosotros los vemos en una particular situación, entonces, será la oportunidad de ponernos por encima de ellos.

## Actitudes de Renuncia: la honestidad

El flujo de opciones que va presentando la vida, que en realidad no nos parece que lo sean porque se suceden con mucha rapidez, obliga a una forma de vida congruente con los fines que se buscan, y la coherencia necesaria entre una acción y otra, de lo contrario habremos perdido el tiempo divagando.

Nuevamente el observador, juega su protagonismo, porque con objetividad me muestra la diferencia entre lo trascendente y lo superfluo para mi desenvolvimiento; poniendo también en evidencia en diferentes situaciones, los pares de opuestos.

Desde el ejercicio del Observador, el paisaje cambia sustancialmente para mostrarnos con objetividad, ¿lo que vivimos? ¿La realidad? ¿El camino? ¿Mi Vocación? ¿Todo?

Apoiada en una actitud honesta, la vida puede seguirme mostrando opciones, alternativas, trabajo permanente, plenitud.

Agradezco poder ver que todavía no he logrado nada, y no me produce frustración ni desaliento, al revés hay nuevos desafíos, nuevo conocimiento, nuevas posibilidades por descubrir.

## Actitudes de Renuncia: la autodeterminación

La autodeterminación es un resultado.

Nadie va donde no quiere ir.

Los desafíos evidentes y aceptados como tales por nuestra mente, ponen a prueba la voluntad, el esfuerzo, la planificación, la creatividad, y desde un punto de vista positivo, su logro o superación nos proporciona satisfacción. Podríamos poner a concurso los muchos eventos en los que la vida nos ha puesto a prueba y con mayor o menor dificultad se los ha superado.

Pero no todos los desafíos son de nuestro agrado, en especial los que son evidenciados por resultados adversos, no buscados, o no alcanzados. Los que evidencian nuestras vulnerabilidades, deficiencias o debilidades.

Sentir impotencia como consecuencia de la falta de voluntad, es frustrante.

La queja, por ejemplo, es actualmente en el mundo, el pan de cada día. ¿Es por inercia? ¿Nace de adentro? Impulsos similares, ¿qué generan, o cómo afectan mi desenvolvimiento? ¿Puedo resolverlo?

Planteado el desafío, y logrado aparentemente el objetivo, ¿por dónde sigo?

Agradezco poder tomar conciencia de mi tendencia a quejarme, y lo escondido de los argumentos para justificarla. Con seguridad siempre tendré razón, pero, ¿en qué medida estoy determinada a erradicarla? Con seguridad que la actitud no es la mejor para eliminarla, y tampoco alguien nos preguntará por qué siempre nos estamos quejando

Creo que aplico mi voluntad preferentemente cuando es tan evidente la deficiencia, que superarla mejorará mi imagen: conmigo misma y con los demás. ¿Pero interiormente? ¿Vale la pena? ¿Resuelvo algo?

¿Cuándo quiero agradecer, digo gracias? ¿Qué tal otras formas de agradecer?

Dar, Devolver, Ayudar, Comprometerse, Retribuir, Cuidarse, No quejarme, Donar, Entregar tiempo personal, Hacer algo con las manos, para otros, Prestar un servicio (sin cobrar), “Apapachar” (consolar, estimular, mimar), Orar por/para Otros.

Percibo como resultado que realmente se necesita “plantar” en profundidad, el sentido del esfuerzo por conciencia, no por cumplir. Detectando los momentos de los impulsos inconscientes, automáticos. Trabajarlos desde la meditación afectiva, para darle un “resorte” a la voluntad. Pero, sobre todo, darle tiempo/vida al proceso.

### Actitudes de Renuncia: la interdependencia

*“Ser conscientes de que la interdependencia es una condición de nuestra existencia, es un paso profundamente espiritual”*

Durante toda nuestra vida, estamos interactuando con todo y todos. Conscientes de ello o no conscientes, en algún momento de nuestras vidas nos damos cuenta que sufrimos las consecuencias de las acciones de otros seres humanos, o los embates de la naturaleza. Una prueba de ello es estar constantemente echándole la culpa a otros sobre lo que nos ocurre.

A momentos, en nuestra vida, podemos ser notoriamente egoístas, como producto de diferentes situaciones que se dan o del periodo de vida en el que uno se encuentra, y generamos diferentes impactos en el entorno; impactos desintegradores, nocivos.

Sin embargo, hay elementos que mimetizan esos periodos, para bien o para peor, y son el amor y la arrogancia.

Cuando empezamos a ser conscientes de que somos un compuesto, también surge la necesidad de ser coherentes, nos sorprende encontrar partes de nuestro ser caminando en dirección contraria a la que hemos trazado.

Tomar consciencia de ser un compuesto, demanda al mismo tiempo la necesidad de tener bajo control las partes, puesto que las acciones son resultado de la intervención de cada una de ellas.

Como resultado del ejercicio comprendo, que nuestra comprensión y conocimiento del mundo y del entorno en general, es limitado y es dependiente además de nuestras interpretaciones, y filtros circunstanciales, por tanto debemos reconocer que somos muy parciales en nuestra visión, y para completarla debemos acudir a los demás.

Si no reconozco la interdependencia, ignoro la realidad. Agradezco la evidencia que construyen mis compañeros de grupo, para mostrarme cada día que estamos finamente unidos y tejidos en una sola obra de amor.

### Actitudes de Renuncia: la acción y la participación

Cuando finalmente entendemos que estamos unidos al todo, que somos interdependientes, tenemos dos opciones: sentirnos afortunados o sentirnos culpables.

Es evidente que ese sentir dependerá de la actitud con la vida, y la intención de vivirla plenamente. Cuando somos parte del todo, nada nos pertenece, aunque todo es compartido; no son dualidades son complementaciones.

Disfrutamos de los resultados de nuestras acciones, cuando decidimos no apropiarnos de ellos, al mismo tiempo agradecemos por haber tenido la oportunidad de formar parte del proceso que los generó o de contribuir a ellos. Solo el compromiso desinteresado nos permite ponernos a disposición, y ver claramente los pasos que se deben dar.

El pequeño acto de amor alcanza dimensión insospechada, al renunciar al resultado.

Agradezco la oportunidad de hacer algo, sin importar el tamaño, para contribuir a un logro más de la Humanidad, así sea solo un pequeño alivio para una compañera.

### La plenitud a través de la Renuncia

Quiero hacer algo, por alguien que lo necesita.

Mientras he buscado los mejores caminos para hacerlo efectivo, todo se me ha complicado. Encuentro muchas dificultades, parece una tarea gigantesca. ¿La buena intención no parece ayudar en nada, al logro de lo que se necesita...o tal vez, yo lo necesito?

Al parecer mientras sea yo quien determine, con mis filtros, mis pensamientos, mis reflexiones, por muy buenas que sean las intenciones, no podrán fluir en la dirección correcta. Probablemente mi apego a la necesidad de lograr un resultado, al darle una dirección, saboteo mis acciones: buscando un resultado.

Agradezco las dificultades para conseguir lo buscado, que me obligan a tratar de ver mejor. Estoy inflexible con la búsqueda, debo dejar la expectativa, para lograr el resultado. No veo muy claro, cómo lograrlo todavía, pero estoy segura que lo que necesito es no pretender que sea como lo quiero, solo hacerlo.

### La Renuncia y la Egoencia

*“La vida es energía en continuo movimiento y transformación”*

*“La egoencia es estar conscientes de nosotros mismos y, al mismo tiempo, de nuestra pertenencia al todo”*

*“Por una parte, a través de nuestro trabajo de autoconocimiento vamos accediendo a lo esencial en nosotros, aquello que no está sujeto a los cambios y al devenir. Así, aprendemos a usar el “vehículo” que habitamos -nuestro cuerpo y nuestra mente- de una forma coherente con nuestras aspiraciones espirituales”*

*El Mensaje de Cafh es la Renuncia. Nuestra tarea es hacer de la Idea de la Renuncia una realidad en nosotros mismos y entregar esta experiencia para bien de la Humanidad.*

*La Renuncia es la única actitud que nos lleva a vivir con plenitud*

*La Renuncia es un proceso*

*Hay un observador en nosotros. Normalmente, no solemos estar conscientes de este observador.*

*Las idealizaciones son obstáculos poderosos en nuestro desenvolvimiento*

*La Renuncia no implica pasividad ante la vida*

*Sin honestidad no hay Renuncia*

*Entrenamos nuestra voluntad para dejar de responder a los impulsos inconscientes y así hacer uso de nuestra libertad. Sin autodeterminación no hay Renuncia*

*Ser conscientes de que la interdependencia es una condición de nuestra existencia es un paso profundamente espiritual. Nos conduce a la egoencia.*

*Cualquier logro que alcancemos, es un logro de la Humanidad.*

*Contamos con una clara intención, pero fluimos en el devenir. así, podemos sentirnos plenos tanto en los momentos agradables como en los difíciles.*

El curso y su aplicación nos lleva ineludiblemente a un resultado concreto, vivir la Renuncia. Podría pensarse que no hay diferencia, o es muy sutil.... Pero el resultado final es por dentro del alma, vivir en Libertad.

## **CAPÍTULO 4**

### **Parte 1**

El ser humano se define por sus experiencias, su época y su medio ambiente. Es necesario contemplar donde nos llevan nuestro estilo de vida y nuestras relaciones. Nuestra vida es lo que hacemos con ella. Todos necesitamos modelos que nos enseñen y nos inspiren.

El primer paso hacia la vida interior es aprender a discernir qué es lo bueno no sólo para nosotros sino para todos. Todos respiramos el mismo aire, bebemos la misma agua y vivimos en el mismo espacio.

El desafío que encontramos al querer desenvolvernos radica en armonizar lo que creemos ser con lo que realmente somos y con los que anhelamos ser...

Para ello, nuestro principal esfuerzo en la vida espiritual es lograr una unidad entre lo que pensamos, sentimos y hacemos con lo que anhelamos realizar. La vida interior es una de las formas en que se expresa el proceso de expansión de nuestro estado de conciencia. La oración es la forma en que nos comunicamos con aquello que reverenciamos como divino.

No existe el desenvolvimiento si no es integral. El seguir los pasos de otros nos ayuda a llegar al autoconocimiento, pero después tenemos que aprender a caminar solos.

La vida contiene tanta plenitud como tristeza, nos presenta desafíos y nos brinda oportunidades para llevarlas a cabo. La vida es transformación. Ningún aspecto de la vida es superficial. Para el descubrimiento y el aprendizaje, es necesario hacernos preguntas sobre nosotros mismos.

Lo que realmente buscamos es paz y armonía dentro de nosotros. Todo lo que permite la vida y el desenvolvimiento de cada individuo y de la sociedad es bueno.

Vida interior es, fundamentalmente, poner nuestros valores y principios espirituales por encima de otros valores que podamos tener. Vida interior no se limita a ciertos movimientos de nuestra mente y de nuestro corazón, es nuestra disposición habitual, basada en un ideal espiritual.

Para expandir nuestra conciencia debemos vivir guiados por valores altos. Si bien es importante trabajar para ampliar nuestra manera de pensar, para que nuestra vida espiritual tenga sentido, esa ampliación debe estar corroborada por hechos concretos de nuestra vida.

El identificarnos con lo bueno nos evita el egoísmo, que puede trabar nuestros intentos de expandir nuestra conciencia.

La vocación espiritual es un horizonte sin fronteras, donde hay múltiples posibilidades.

El desenvolvimiento espiritual es lo único que puede resolver la oposición entre el individuo y la sociedad.

Nos identificamos cuando identificamos nuestras ataduras, las mismas que sólo existen en nuestras mentes.

La Oración y la meditación nos ayudan a lograr ubicar los valores que llamamos humanos en el contexto de nuestra vida espiritual.

Oramos para pedir ayuda para nosotros y para otros, para agradecer, para discernir cómo orientar nuestra vida.

Renunciar significa caminar en el sendero del autoconocimiento y el amor expansivo.

Renunciar es encontrar el camino de realización y consciencia.

No debemos confundir Renuncia con una pérdida.

La Renuncia disipa la ignorancia y es una forma de completarnos, no una pérdida.

Es conveniente asociar la idea de autoridad uniéndola a la sabiduría y a la actitud de servicio.

No sólo la muerte tiene un significado trascendente sino también la vida.

## Parte 2

Nuestra misión mística es trabajar con nosotros mismos para desarrollar el proceso interior de desenvolvimiento y expansión de nuestra conciencia, lo cual implica Renuncia.

La Renuncia es la única actitud que nos lleva a vivir con plenitud e implica una mirada sabia y ecuánime de la vida y es un proceso.

La Renuncia es una Ley, evidente y misteriosa, que nos impulsa a conocernos a nosotros mismos y a penetrar el misterio divino en nuestro interior.

Vivimos en un proceso que cambia constantemente, no sólo en lo exterior sino también interiormente.

El ritmo de cambio puede ser diferente en cada caso, pero es inevitable.

Somos energía en movimiento, y esa energía va tomando diferentes formas y expresiones.

El trabajo interior nos ayuda a ir sacando capas, como las múltiples capas de una cebolla, y nos vamos acercando a nuestro centro interior, esa energía puramente espiritual.

La realidad nos muestra que todo lo que pasa, pasa por algo, hay algo que aprender, hay algún mensaje para ampliar nuestra conciencia.

Todo lo que sucede en nosotros mismos, así como en nuestro entorno, hay que recibirlo con amor, con amplitud, sin miedo, sin culpa y sin juicios, pues es material para nuestro trabajo interior.

La Renuncia, como proceso de autoconocimiento y aceptación, nos capacita para posicionarnos en la vida de manera clara, libre y sana.

La Renuncia nos mueve a enfrentar cada instante con interés y con curiosidad y hacer de nuestra realidad material de aprendizaje, de participación y de expansión.

Una actitud esencial para vivir la Renuncia es la honestidad, que nos permite dudar de nuestros supuestos y afirmaciones, de nuestras creencias y prejuicios.

Nuestro trabajo interior es permanente, sin importar cuantos años hace que estemos intentándolo, ni qué votos tenemos, ni cuanta experiencia.

Debemos estar siempre en proceso de desenvolvimiento interior.

Cuando nos sentamos a meditar lo hacemos por nuestra conciencia de necesitar conectarnos con la Divina Madre o porque necesitamos procesar la información que emana tanto de nuestro interior, como del exterior.

La Renuncia, toma distancia interior, nos permite apreciar que somos parte de una red de relaciones con otras personas, con otros seres vivos, con el entorno y con todo el planeta.

Todo lo que hacemos afecta a alguien o a algo, y todo lo que sucede también nos impacta de algún modo. Sólo entonces podemos participar.

Así nos volvemos más humildes, más cuidadosos y empáticos. Reconocemos al otro y lo incorporamos a nuestro mundo interior.

El ser conscientes de que la interdependencia es una condición de nuestra existencia, es un paso espiritual que nos conduce a la egoencia, que nos permite percibir

que no estamos separados de nada y por ello podemos influir positivamente en todo lo que nos rodea.

La Renuncia no implica pasividad, sino actuar en el momento oportuno con todo nuestro potencial.

La Renuncia tiene sentido cuando la intención que nos mueve es la de servir con nuestra vida a todos los seres humanos, y se expresa en la actitud de participación.

Dejamos de percibirnos como el centro de lo que sucede, para percibirnos como una parte infinitesimal del universo que nos contiene.

La Renuncia es un bien individual. Nadie nos la puede otorgar, sólo podemos conquistarla nosotros mismos.

La Renuncia es una actitud blanda, fluida, amorosa, generosa, sanadora, hospitalaria. Da la bienvenida a todo y no se aferra a nada.

Necesitamos orientar nuestra vida y conectar nuestros objetivos. Podemos mantenernos desapegados de cualquier plan, pues sabemos que todo es transitorio.

La egoencia es estar conscientes de nosotros mismos, así como de nuestra pertenencia al todo.

La Renuncia nos lleva a la egoencia.

## **CAPÍTULO 5**

### **VOCES DE MI ALMA**

Hoy mi alma está embargada por un profundo sentimiento de gratitud porque la vida me ha dado el gran regalo de encontrar el camino de la renuncia en el que estoy llenando mi alma, de amor, de gratitud de solidaridad. Gracias, gracias Divina Madre.

Hoy doy infinitas gracias a la misericordia de la DM y doy infinitas gracias por hacernos ver situaciones en el mundo tan interesantes, cómo no agradecer el ver las lágrimas de un judío por un católico, cómo no agradecer que gente sencilla comparta con todos las anécdotas más simples, más cálidas que tienen en su vida y por otro lado también pensé el mismo ser que da lugar a las dos expresiones que acabo de explicar también es tan criticado, tan visto como si no hubiera cumplido con lo que debía y esto me demuestra que tengo que agradecer mucho por haber aprendido en CAFH que vivimos en un mundo bipolar en el que tenemos que movernos entre los pares de opuestos, tratando de buscar el justo medio y darme cuenta de eso siento que es un privilegio, un regalo de lo Divino para aprender a vivir más conscientemente y darme cuenta que no hay nadie tan Santo ni perfecto y tampoco hay nadie tan malo ni falto de cumplimiento de su deber. Ese es el mundo que hoy me he dado cuenta y agradezco infinitamente a la Madre que me permita haberme dado cuenta.

Mi alma está henchida de agradecimiento con lo divino, con la vida, me puse a pensar solamente en lo que ha pasado a nuestro alcance de información y todo en este mundo el mes de abril y me he quedado asombrada, es fascinante lo que pasa y realmente unas cosas tienen que ver otras, las coincidencias, realmente en este momento estoy viendo que hay elecciones que son importantes para nuestra humanidad, estoy viendo cuán comunicados estamos y cuanto bien puede hacer un gesto de agradecimiento, de simpatía que a uno le dan, queda uno inmensamente agradecido, es increíble tomar por un ratito consciencia de lo que realmente es la vida y eso es en lo macro y en lo micro, lo más profundo, nos está abriendo el paso esa imagen que acaba de mandarnos la Dama Lilibeth de la célula, que increíble como uno puede ir hacia adentro y puede ver las cosas más impensables. Gracias, gracias por tener la oportunidad de pensar, de observar, de darnos cuenta de cuanta maravilla nos rodea.

Hoy mi alma está profundamente agradecida a todos los Maestros que en tantos años de vida me han ayudado a formarme, recordando desde la maestra una monjita alemana que se llamaba Evangelista, hasta los maestros que tengo cada día con todas las personas que me enseñan, que me hacen dar cuenta de algo, que me ayudan a pensar, que me corrigen, que comparten conmigo en el camino. Gracias a todos, a todos los que han intervenido en esto.

Hoy 16 de julio de 2025, durante la meditación se me aclararon varias cosas, una muy superficial, saber que en esta vida si tengo la necesidad de usar mis recursos materiales, pues debo hacerlo porque para qué guardar si un día cambian de valor y ya no sirven para nada. La importancia de vivir día a día, el aquí y el ahora indudablemente no es fácil por la formación que hemos tenido, por la tradición de nuestro medio ambiente, etc, no es fácil vivir el aquí y el ahora, pero a esta altura de mi vida creo que es la mejor ubicación en la que puedo localizarme para vivir, hoy el aquí y el ahora, porque ya no hay el ayer, aunque haya sido bellissimo y ya no hay el mañana tan dulcemente soñado.

También hoy en la meditación tuve una imagen tan distinta de nuestra permanente compañera desde que nacimos hasta hoy y será todos los días hasta el final, la muerte y vi en mi imaginación pasara todas las imágenes que vi en figuras, en películas, en dibujos, en novelas de la muerte y he llegado a la conclusión de que la que más me gusta es la que está en la película Tan lejos y Tan cerca, el ángel de la muerte, un ángel, un ser muy parecido a los humanos, un humano diría yo, con capacidades diferentes eso sí, que siempre está nuestro lado como acompañándonos, alguna vez escuche decir que siempre está cerca del hombro izquierdo, puede que sí, puede que no, pero que está junto a nosotros desde que nacimos, sí está, pero hoy lo he visto como amigo, lo he visto como compañero y me he dado cuenta que ni las oraciones más profundas, ni los ruegos más sinceros, ni los amores más grandes pueden hacer que ella o él cambie la fecha y hora de recogernos, de acompañarnos al otro lado. No sé siempre he creído que la oración es poderosa y creo y estoy segura y acabo de verlo que la oración es súper poderosa, hace unos días hemos visto realmente cómo es de poderosa la oración, pero creo que cuando se trata de este permanente amigo, de este ángel que está a nuestro lado o con está angelita también, podría ser un ser femenino, que es la muerte, no tiene vuelta cuando llega la hora.

También en estos días he tenido la oportunidad de escuchar de mis propios compañeros, de mis propias amigas, he tenido la oportunidad de convencernos de un lado

y de otro que también tenemos que tocar tierra, es una aventura hermosa , somos un ser espiritual viviendo esa aventura hermosa, nos encanta internarnos en lo profundo y hablar y disfrutar de la parte bella, el arte, el amor, los sentimientos, pero en algún momento tenemos que aterrizar en lo que es nuestro instrumento físico y a qué corresponde, lo que es de la tierra, es de la tierra y este instrumento físico pues no siempre es bello perfumado, atractivo, no, también creo que nos sirve cómo es la parte totalmente humana y física de nuestro instrumento físico. Es un aterrizaje que no nos gusta mucho evidentemente, pero que cuando sí lo hacemos pues también estamos abriendo más oportunidades de abrir portales en el ámbito de Hes, de lo inmanifestado, de la fuerza Divina.

## CAPÍTULO 6

Soy CAFH.

Me gusta viajar en avión.

Me alegro mucho cuando mi avión está encima de las nubes. Viajo al interior de mi corazón. Veo las nubes, las circunstancias que estoy viviendo...Son pasajeras. La enfermedad, la pobreza, la soledad, la incertidumbre, la crisis política. Y medito...En mi corazón tengo comunicación con la Chispa Divina que mora dentro de mí

La red arguye mi mente y mi corazón. Tengo una misión y visión y un propósito en mi vida. El amor al invisible es mi fuerza para plasmar en los seres humanos que me rodean la ofrenda y el servicio a todo ser humano; es la magia Divina que alimenta mi existencia.

El misterio divino todos lo tenemos que despertar con la oración y el bien común y uno se queda sin palabras, ¿qué más se podría decir? En la oración encuentro lo divino

Quedas mudos sed extranjeros, envolveos con el Gran Silencio. Callad vuestra voz, porque ha llegado el mensaje. El mensaje del Gran Día que está por llegar. Y está por llegar

Y está en nuestro entorno de los sabios y a través de la orientación de Ired de los sabios de Om

*La mística evolutiva*

A medida que crecemos surge una perspectiva más amplia, comenzando a ver que incluso la incertidumbre tiene su lugar en el desenvolvimiento en lo que estamos destinados a ser.

*Alocución de apertura 2025*

Estamos aquí Santos Maestros orando y buscando su protección, su consuelo para los que sufren en este momento difícil.

*Hacia la cumbre Don Santiago*

Somos más propensos al miedo, a la autodefensa, porque nuestro cerebro está ancestralmente programado para defendernos y preservar la vida. Además, en general, la cultura y los mensajes de nuestra sociedad tienden a reforzar en nosotros estas emociones: La competencia, la desconfianza, el miedo, la culpa, la impotencia, el desaliento.

*Alocución de apertura 2025*

Abro mi corazón al amor compasivo, que me llama desde lo profundo de mi ser como observador silencioso que busca expandirse más de mi espacio y de mi ser. Soy una gota del Universo luchando contra la corriente de un mar de inconsciencia. Hazme Divina Madre tu sierva amorosa. Bendita sea tu presencia. En la oración encuentro lo divino.

*Oraciones creadas por los hijos de Cafh*

Quedad mudos, sed extranjeros, envolveos con el Gran Silencio. Callad vuestra voz porque ha llegado el mensaje. El mensaje del Gran Día que está por llegar. Y está por llegar. Y está en nuestro entorno de los sabios y a través de la orientación de Ired de los sabios de Om

*La Mística evolutiva*

A medida que creemos surge una perspectiva más amplia, comenzando a ver que incluso la incertidumbre tiene su lugar. En el desenvolvimiento en lo que estamos destinados a ser

*Alocución de apertura 2025*

Estamos aquí Santos Maestros orando y buscando su protección, su consuelo para los que sufren en este momento difícil

*Hacia la cumbre Don Santiago*

Somos más propensos al miedo, a la autodefensa, porque nuestro cerebro está ancestralmente programado para defendernos y preservar la vida. Además, en general, la cultura y los mensajes de nuestra sociedad tienden a reforzar en nosotros estas emociones: competencia, desconfianza, miedo, culpa, impotencia, desaliento.

*Alocución de apertura 2025*

Abro mi corazón al amor compasivo que me llama desde lo profundo de mi ser como observador silencioso, que busca expandirse más de mi espacio y de mi ser. Soy una gota del Universo luchando contra la corriente de un mar de inconsciencia. Hazme Madre Divina tu sierva amorosa. Bendita sea tu presencia

*Oraciones creadas por los hijos de Cafh*

Además, en general, la cultura y los mensajes de nuestra sociedad tienden a reforzar en nosotros estas emociones: La competencia, la desconfianza, el miedo, la culpa, la impotencia, el desaliento.

*Alocución de apertura 2025*

Abro mi corazón al amor compasivo, que me llama desde lo profundo de mi ser como observador silencioso que busca expandirse más de mi espacio y de mi ser. Soy una gota del Universo luchando contra la corriente de un mar de inconsciencia. Hazme Divina Madre tu sierva amorosa. Bendita sea tu presencia. En la oración encuentro lo divino.

*Oraciones creadas por los hijos de Cafh*

Quedad mudos, sed extranjeros, envolveos con el Gran Silencio. Callad vuestra voz porque a llegado el mensaje. El mensaje del Gran Día que está por llegar. Y está por llegar, y está en nuestro entorno de los sabios y a través de la orientación de Ired de los sabios de Om.

*La Mística evolutiva*

A medida que creemos surge una perspectiva más amplia, comenzando a ver que incluso la incertidumbre tiene su lugar. En el desenvolvimiento, en lo que estamos destinados a ser

*Alocución de apertura 2025*

Estamos aquí Santos Maestros orando y buscando su protección, su consuelo para los que sufren en este momento difícil.

*Oraciones creadas por los hijos de Cafh*

## **CAPÍTULO 7**

Me cuesta hacer el trabajo anual, no sé qué decir, cómo empezar, todo se me cierra. No sé cómo escriben las personas tan lindo, agarran el lápiz y deslizan tan fácil como si en sus manos tuvieran cerebro y pensamientos, en Cafh he aprendido la renuncia, la aceptación, la honestidad, a valorar las enseñanzas, los compromisos la palabra, el respeto a mi puntualidad, siento una profunda alegría en las reuniones de grupo virtual y también en las reuniones de extensión de Bolivia y de Argentina, es muy enriquecedor compartir con los hijos de Cafh. Mis relaciones interpersonales son mucho mejores, armoniosas, ya no hay discriminación, ni discusión por creencias, ni de religiones, ni ideas. Yo trabajo conmigo misma para contribuir a expandir el estado de consciencia con amor y paciencia, ofrendar a la humanidad la energía que se consigue, pido a la divina madre y a los maestros que me permitan caminar por el camino de Cafh.

## CAPÍTULO 8

### REFLEXIONES

#### Idealizaciones

Si idealizamos movidos por el ego, con expectativas de algo para nuestro orgullo personal, para obtener logros, para figurar o para ostentar; no estamos viviendo la renuncia, al contrario, ese egoísmo y las frustraciones derivarían en sufrimientos, enfermedades, obstaculizaciones, etc. Idealizar es bueno, podemos tener ideales nobles, planificar para el futuro con ideales enfocados en nuestro supremo ideal espiritual de desenvolvimiento, expansión de la conciencia propia y para sembrar esa experiencia para el bien de la humanidad; por ejemplo, si alguien tiene ideal de escribir un libro que contribuya a la expansión de la conciencia de muchas personas; no con afán de figuración o de ganar dinero abundante. Si alguien piensa en crear algo que hará mucho bien a los seres humanos, aunque esa persona ya no estaría para disfrutarlo. Por eso no dejemos de observar nuestro pensar, sentir y actuar, ver nuestras expectativas, discernir con sentido crítico, con sabiduría, para orientarlos hacia nuestra misión y actuar desde la conciencia. “Estoy atenta observándome”.

#### Acción y participación

Acción desde la renuncia, implica actuar en el momento oportuno con todo nuestro potencial, no es pasividad. Enfocarnos en cada una de nuestras responsabilidades, atenderlas y hacerlas lo mejor posible, sin vanagloriarnos de logros o méritos, con la satisfacción de haber hecho el bien para los seres humanos, como una ofrenda, con la recta intención que lleva nuestra vibración energética unida a la energía divina, lo cual determina el alcance de los resultados y multiplica nuestra capacidad de acción y participación. Si prestamos una ayuda, un servicio oportuno a alguien que necesita, movidos por la intención de nuestro compromiso con la humanidad, se tiene la capacidad de hacerlo se da la posibilidad y participamos con ellos en su sufrimiento. Si damos una información valiosa, una orientación necesaria, una palabra de aliento, significa una ayuda oportuna para el bien de alguien por ejemplo sugerencias para mejorar la nutrición, para el cuidado de la salud, para administrar bien los recursos, para evitar conflictos, para relacionarse mejor, etc. Es una buena acción, es participación con los seres humanos.

#### Reflexiones generales sobre: “Vivir la Renuncia”

Renuncia, ley del universo es el Mensaje de CAFH. No es privación; es tomar y dejar, es soltar, dejar fluir, es liberación, es amplitud de conciencia. Ante la realidad cambiante no es coherente con la Renuncia aferrarse a cosas, personas, situaciones, etc.; obstaculiza nuestra misión mística, nuestro trabajo interior de desenvolvimiento espiritual y nuestra misión de sembrar por presencia esa experiencia para la evolución de la humanidad. Por tanto, estar siempre atentos, observar nuestro pensamiento, emociones, actitudes; discernir con autocrítica y orientarlos hacia nuestra misión. Aplicar las enseñanzas y el método en lo cotidiano, enfocarnos en lo positivo y evidenciar con nuestra vida el mensaje de CAFH.

“En los eventos cotidianos de la vida, siento mi vocación espiritual muy fuerte, busco la Renuncia, siempre el llamado de mi propósito, de mi misión y acudo. Veo como se da el cambio en mi interior y se refleja afuera, el avance de este proceso. Observo por ejemplo algo que antes me producía indignación, hoy veo con calma, discierno, veo qué solución tiene o dejo ir, pienso de otro modo, observo mis emociones sin juzgar”.

Cuidar el cuerpo y la mente, que son los instrumentos del espíritu es importante, pero hay que estar siempre conscientes del espíritu, el ser verdadero, nuestra consciencia observadora; no permitir su identificación con otros personajes, roles, facetas del ser no somos la profesión, el oficio el puesto que desempeñamos. Observar siempre nuestro trabajo interior. Veo mi discurso interno qué se está manifestando de mí, con qué me identifico y así ir quitando capas en mi desenvolvimiento. Tomo consciencia que no soy eso y vuelvo a mi centro interior”.

Renunciar no implica, despojarnos de nuestros derechos irrenunciables; no debemos permitir algo que está mal o hace daño, relaciones nocivas, abusivas, no podemos ser débiles, manipulables o ingenuos, debemos posesionarnos en la vida de manera digna, libre, sana. Nuestros valores nos guían y determinan nuestra conducta, no las circunstancias; enfrentar cada momento con sabiduría, coherente con nuestros valores, reconocer nuestras acciones, reacciones, emociones con toda honestidad, que es indispensable para observarnos y darnos cuenta de nuestras afirmaciones, creencias, prejuicios, actitudes y tomar decisiones acertadas, coherentes con nuestra vocación espiritual. Ser sinceros con nosotros mismos, admitir nuestras falencias sin victimizarnos, sin poner pretextos; por ejemplo, en alguna circunstancia observar nuestro razonamiento, nuestro sentir si nos estamos sintiendo víctimas, qué podríamos hecho mejor, en qué contribuí a esa situación con autocrítica sincera.

No podemos tener la sensación de haber llegado a la meta de ya haber logrado todo, siempre estamos en el proceso, sin honestidad no hay Renuncia.

Tener autodeterminación es ser dueños de nuestra voluntad, de nuestras decisiones. Hay que ejercitar la voluntad al servicio de la consciencia, no de los impulsos. Ir desarrollando buenos hábitos gradualmente a plena consciencia, libres, no obligados por cumplir, acorde con nuestra misión; por ejemplo, practicar el hábito de observarnos en nuestras actividades, ver qué pensamos, qué sentimos, cómo actuamos para lograr mejoras.

No caer en la arrogancia, creernos superados y criticar afuera a otros. Pertenece al Todo. Somos interdependientes unos de otros, somos parte de la Red, debemos tener empatía incluir al otro a nuestro mundo e influir positivamente.

Vivir la Renuncia no implica pasividad, debemos actuar oportunamente con toda nuestra responsabilidad, con la mejor intención, por compromiso con la humanidad, sin esperar reconocimiento egoísta, espiritualizarlo todo.

A través de la Renuncia podemos sentirnos plenos porque es una actitud amorosa, liberadora, sanadora, recibe y suelta no se aferra a nada; nadie nos la puede otorgar, cada uno podemos vivirla con voluntad abiertos al devenir y los cambios, seguir fluyendo. Discernir nuestro pensar, sentir y actuar y no quedarnos atrapados, sentir esa liberación y

dejar todo en las manos divinas. Por ejemplo, para realizar un trabajo planificar, organizar e ir ejecutando abiertos a lo que se presente.

Nuestro trabajo de autoconocimiento nos permite acceder a nuestra esencia espiritual y usar cuerpo y mente con coherencia, reconocer que pertenecemos al todo y unirnos conscientemente a ese todo, humanidad, divinidad de universo. Desarrollando relaciones armónicas, sanas, más profundas, menos egoístas, esto nos lleva a la Egoencia. Vivir de acuerdo a la ley de la Renuncia y sembrar en la consciencia colectiva para la evolución de la humanidad, participando con la integridad de la Gran Obra, llevando la buena vibración por donde nos movemos, volcando nuestra contribución en la Red.

## **CONCLUSIONES**

Esta maravillosa experiencia llamada vida en el planeta Tierra, se expresa a través de nosotros y de la forma en que plasmamos nuestra vocación durante el periodo que estamos vivos.

No hay dos experiencias de vida iguales, pero tenemos similares anhelos y percepciones, somos la Humanidad con todo lo que contiene, incluyendo sus más valiosas aspiraciones. Somos tan parecidos, pero tan diferentes que vale la pena compartir algunas de las vicisitudes del camino.

Lo único que hace valiosa la vida es vivirla plenamente.