



"Un propósito para esta noche la última y primera del año, presta atención a las sincronías, lo que aparentan casualidades, y podrás apreciar la energía del nuevo año entrando, lo que te trae y cómo te apuntas"

"Un propósito para este año, apúntate a vivir tu Aventura del Alma de cara."

SEMANA SANTA 2010: Curso Intensivo en Gilet, Valencia el 1,2,3 y 4 de Abril

CALENDARIO DEL ALMA 2010*

Si quieres saber cuál es tu **Año Emocional** para el 2010, suma todos los números que aparecen en tu fecha de nacimiento completa y, al resultado, que es tu número de vida, le sumas 3 que es el número de este año (2010)*

*Así, si naciste el 8 de diciembre de 1971, debe sumar:

$8 + 1 + 2 + 1 + 9 + 7 + 1 = 29$ y sumar de nuevo hasta llegar a un solo número: $2 + 9 = 11$; $1 + 1 = 2$
y ahora sumas 3 que corresponde al año 2010: $(2+3)$ Tu año emocional es 5

también puedes saber cuál es tu número si pones tu fecha de nacimiento en:

http://www.medicinadelalma.com/text_consulta.php?m=30

Año emocional 1 (Si tu número de vida es 7)

Es el principio de un ciclo de nueve años. Es un año para seguir el impulso de correr hacia lo nuevo. Lo viejo no nos funcionará igual que antes. Le damos forma o salida a nuestros impulsos y también estamos más conscientes de cuando los reprimimos. Nos sentimos más activos.

También descubrimos intereses que se presentan a través de ideas o proyectos nuevos.

Nos apuntamos a cosas que parece que serán duraderas y más adelante nos apetecerá hacer otra cosa diferente. No hay problema más allá de creer que hay que terminar lo que se empieza...

Año de cambios. Las dificultades en este año pueden venir por no haber dicho adiós a las cosas viejas del ciclo anterior, cosas que sabemos que ya acabaron y seguir apegado o enganchado a ellas. Si hemos sabido decir *adiós* y *gracias* el año pasado, lo nuevo nos llega fácil y agradable.

La personalidad y el ego están más sensibles este año que de costumbre. Impulso de ser protagonista. No es un año de problemas económicos, este periodo es para vivir otras cosas. El 1 es la metáfora del recién nacido. El niño no tiene que buscar la comida por su cuenta, eso ya lo tiene solucionado. Estamos más en contacto con nuestras emociones que con la parte racional o lógica. Somos más impulsivos, no pensamos tanto las cosas.

Año emocional 2 (Si tu número de vida es 8)

Año de relaciones que se intensifican en el uno a uno. Tenemos más fuerza interior, que se siente como una atracción hacia nosotros de personas y acontecimientos. También, en consecuencia, hay menos necesidad de expresar nuestra fuerza directamente.

Estamos más presentes o conscientes de nuestro mundo interior. Como un efecto de esto, suelen cambiar los sueños y aparentan más reales.

Año de estar ocupado, mucho trabajo y aparentemente pocas recompensas (directas o externas) por ese trabajo. Se viven los aspectos interiores de cualquier situación. En el año 1 se toma un impulso realizando una acción, orgulloso de lo que se ha hecho, en el año 2 uno se siente que se ha entregado algo que valía la pena. Este proyecto que vale la pena normalmente no es para uno mismo, es por un interés general y apoyando un trabajo donde otra persona o el mismo proyecto recibe el mérito.

Las cosas que uno quiere directamente le vienen indirectamente. Se trata de tener claro lo que uno quiere y entonces atender lo que se tiene delante, que normalmente en este año es apoyar a otro. Entonces de forma mágica, aparece lo que nosotros queremos indirectamente.

Cuando uno está conectado al interior se siente más claro, estable, seguro. La fuerza viene del interior y este es un año interior. Es una fuerza indirecta que si se usa para apoyar a otros funciona mejor para ambos.

Año emocional 3 (Si tu número de vida es 9)

Año de nuevas ideas y proyectos creativos, de expresión y comunicación.

Suelen ocurrir acontecimientos que estimulan el miedo y también se agudiza la intuición.

Aparecen nuevas posibilidades, planes, aventuras y fantasías. Eso nos crea inseguridad, dudas, altibajos, que pueden ser intensos, y también miedo como metáfora de fuerza creativa bruta.

Nuestras resistencias estarán más a flor de piel, estaremos más sensibles y parecerá que ya no aguantamos nada o aguantamos menos. Sentimos el impulso de dejar circunstancias o relaciones que parece que nos limitan.

No es un año de mucha actividad externa, el movimiento va por dentro, en como uno percibe desde dentro el mundo exterior. Nos interesa descubrir como ocurren las cosas, como se crean los acontecimientos. Es un año para darse cuenta de que no hace falta luchar en el mundo exterior para que funcionen las cosas, que la clave es nuestro mundo interior y que si le hacemos caso, las cosas externas parece que funcionan solas.

Uno de los efectos que se produce cuando uno da paso a lo nuevo, es que también entra nueva energía y se sitúa en un nuevo nivel de conciencia. Las cosas del pasado que no están a ese nuevo nivel salen. Esas cosas del pasado están en nuestro interior y la forma que tienen de salir es manifestándose físicamente en el mundo. A veces, esa manifestación externa, no es agradable porque hace bastante ruido. Es como ponerse a limpiar, al principio se ve más sucio. Ese sonido más alto son las cosas del pasado saliendo.

Cuando algo del pasado sale, nos cuesta soltarlo. Puede hacerlo más fácil darnos cuenta de que lo que nos cuesta soltar no es la parte material, sino el sentimiento que llevamos dentro. Una forma de dar la libertad a ese sentimiento y a las personas involucradas en él, es utilizar la materia como símbolo de esa circunstancia, es decir los objetos que guardamos relacionados con ese pasado, y al soltarlos liberar la energía enganchada en ellos, recuperando nuestra energía y devolviendo el resto a quien le pertenezca. Así uno deja de tener fragmentada su energía en el pasado y está toda disponible en el presente.

Año emocional 4 (Si tu número de vida es 1)

El 4 simboliza la energía tomando forma física, manifestándose materialmente. Así en este año las cosas de nuestro mundo interior, como ideas, visiones, sueños, se manifiestan físicamente, externamente. La otra cara de este aspecto es que si sentimos, interiormente, que nuestra vida no evoluciona o está atascada, exteriormente aparecen obstáculos o dificultades. Mantener ese último punto de vista nos va a llevar a circunstancias en las que, de repente, parece que se nos cierran todas las puertas.

Es también un periodo de revisión de nuestras estructuras, familia, casa, trabajo y todo lo relacionado con la estabilidad.

Puedes vivir una metáfora de cambio de casa, o cambio de lugar dónde uno se siente en su casa, como en el trabajo o como miembro de una organización o grupo, aunque no tiene porque ser permanente. Quizá por un tiempo vivir en otro sitio, o realizar cambios dentro de la casa, trabajo o de posición en la misma empresa, o quizá cambio de coche.

También llaman la atención aspectos familiares, uniones, separaciones, nacimientos.

Los problemas físicos en el cuerpo, quizá en los huesos como metáfora de estructura, o sufrir golpes son otra manifestación si se vive el año desde un sentimiento de no avanzar.

Es un periodo para trabajar una dimensión más amplia que la paciencia, lo que podemos llamar fe. Ver la vida paso a paso y confiar, manteniendo clara la intención de dónde vamos y poniendo atención en el paso que estamos dando en ese momento.

No se puede hacer nada para tener más paciencia. Si intentamos ser más pacientes, nos ponemos más nerviosos, más impacientes. Lo que si podemos hacer es tener confianza. La confianza está en un nivel más amplio que la paciencia. Podemos confiar en nosotros mismos o en los demás, pero la verdadera confianza es la que tengamos en la vida, que también podemos llamar fe. La fe o certeza están en un nivel más amplio que la confianza en nosotros mismos o en los demás. Así se trasciende la paciencia, con confianza y certeza.

Año emocional 5 (Si tu número de vida es 2)

En este periodo dispondremos de mucha energía. La energía enfocada en una dirección nos dará acción, movimiento, libertad y variedad. Si no la enfocamos en algo nos provocará nerviosismo y miedo.

Es un año para disfrutar de la variedad, para hacer muchas actividades diferentes, con intensidad y por un corto periodo. Si estamos en movimiento, no nos va a faltar energía, porque lo que quiere la energía es circular. Si nos quedamos parados, nos consumirá y nos costará levantarnos del sofá.

Si no hacemos circular la energía se bloquea y provoca tensión y dolor muscular. Podemos experimentar dolores de espalda y de cabeza por esa falta de enfoque o circulación.

Este año nos sobra energía para nuestros proyectos y para hacerla circular, hay que dársela a los demás, a cuantos más mejor. Es un periodo para estar también al servicio de los proyectos de otras personas, aportándoles nuestra colaboración desinteresada. Nuestro desafío será no intentar controlar al otro, ni su proyecto. Es un desafío porque cuando aportamos nuestra energía a un proyecto, nos gusta sentirnos parte de él. Eso nos hace dependientes y este es un año para vivir la libertad. Para ser libre lo primero es dar libertad al otro y a su proyecto. Ser libre para poder comprometerse totalmente.

Como metáfora de movimiento y de estar al servicio de otros, es un periodo de viajes cortos y frecuentes. Viajes para apoyar a otros, quizá de trabajo o personales aunque no viajes de vacaciones.

Es un año para vivir la libertad para ofrecerla a los demás en forma de no- dependencia. Podemos aprovechar para liberarnos de viejas ataduras del pasado. Podemos notar la energía en las manos.

Etapa para deshacer las ataduras del pasado y quedarnos con las manos libres para apoyar al otro.

Año emocional 6 (Si tu número de vida es 3)

Año para vivir el amor, a través de experiencias de amor total, de disfrutar sintiéndose enamorado de todo. Es también un periodo para vivir el éxito, en muchos casos aparentemente no merecido desde nuestro punto de vista, ya que nos llega sin esforzarnos. También podemos elegir sentir que es injusto que el éxito llegue ahora con tan poco esfuerzo, cuando creemos que lo hemos merecido en muchas otras ocasiones y no ha llegado. Este periodo es una buena oportunidad para darse cuenta de

que el éxito es la opinión del otro y que se va tan fácil como llega. Es igual de absurdo apearse al éxito que al fracaso.

Nos podemos sentir desde abandonados a traicionados. Es posible que tengamos alguna buena excusa para sentirnos así y también podemos utilizar esa circunstancia para darnos cuenta que uno nunca está solo. Ahora mismo podemos elegir creer que este año nos van a abandonar y sentirnos víctimas o que vamos a poder aprovechar esa circunstancia para evolucionar.

También podemos abandonar una relación, proyecto, circunstancia o trabajo porque nos sentimos abandonados por él, es decir, ya no nos apoya.

Vamos a trabajar también la responsabilidad: nos podemos ver agobiados por la responsabilidad. Hay que descubrir que uno es sólo responsable en cada instante de lo que tiene delante. La responsabilidad no va más lejos, la mente sí, y no hace falta.

Nuestra intuición está muy clara y es un buen periodo para la comunicación; hablamos con mucha fluidez, aunque también podemos aparentemente meter la pata a través de las cosas que decimos, aunque no por no tener razón, sino por sus consecuencias.

Aparecen desafíos de aceptación personal. Tenemos una idea de perfección o del mundo ideal que es poco práctica y se convierte en inalcanzable. Nos hace falta bajar esa idea de perfección a la tierra, algo más cercano para el primer paso.

Año emocional 7 (Si tu número de vida es 4)

Año de explorar nuevas posibilidades como si fueran distintos mundos; pueden ser en el mundo del trabajo o personal, o tomar la forma de viajes: año para viajar; el mundo nos recuerda que está ahí para visitarlo.

En este periodo parece que los acontecimientos incrementan su intensidad; si antes nos molestaba algo, ahora nos molesta más.

Pueden aparecer aspectos de competencia, lucha o agresividad para lograr nuestros objetivos. Suele haber bastante ruido mental "comerse el coco". Tenemos muchas cosas en la cabeza que nos parece que son importantes. Si intentamos solucionarlas una por una no acaban nunca, pero si nos enfocamos en un contexto más amplio, al que podemos acceder con los "Alimentos del Alma", parece que las otras cosas se solucionan solas o sin conflicto.

Es buen momento para poner atención en las creencias que tenemos sobre el mundo material, porque incrementan su intensidad y podemos verlas mejor. Si no prestamos atención a este proceso, podemos creernos más el mundo material y ser más dependientes de él.

Periodo para desarrollar proyectos o ideas de forma racional hasta un punto en el que la lógica se acaba y dónde el proyecto continua con un salto al vacío creativo, que representa el salto de la razón al corazón. Esa es una manera de alinearnos con la energía 7 de este año para que las cosas funcionen: cuidar los detalles hasta un punto en que hay que soltarlo todo y confiar en que la vida siempre apoya.

Año emocional 8 (Si tu número de vida es 5)

Año de transformación o más concretamente de transmutación, un proceso alquímico de salto de una dimensión a otra, muerte y regeneración; cómo la metáfora del resurgir del ave fénix desde las cenizas. Dependiendo de la atención y sensibilidad de cada persona a esta transmutación, hay quién empieza a notarla en el año 8 y quién la nota en el 9 donde es mucho más evidente.

También es un año en el que se manifiesta poder a través de conseguir objetivos, o a través de algún tipo de mando visible, donde las circunstancias parece que nos sitúan en un punto donde debemos tomar decisiones que afectan a otras personas.

Es un año donde se manifiesta la metáfora de la final o la muerte metafórica como proceso de transformación. El 8 representa el movimiento de energía de un nivel a otro y eso requiere la muerte de un nivel para el nacimiento del otro.

Se producen saltos de energía, una llama nueva de energía que entra. Los años 8 y 9 pueden ser los más fuertes. Hay veces que el 1 aparenta más fuerte; eso ocurre si no se acepta la transmutación en los años 8 y 9. Hay también buenas oportunidades para vivir la muerte del ego.

Es un periodo para confiar en que todo va bien y creer en la magia de la vida, sin que sea necesaria la acción directa, ya que meter la mano o la tentación de manipular juega en contra nuestro. Este año es

suficiente tener una intención clara sobre que es lo mejor que puede pasar, dónde no es necesario intervenir directamente para que todo fluya a su lugar.

Año emocional 9 (Si tu número de vida es 6)

El año 9 marca el final de un ciclo. Cosas que hemos estado haciendo en los últimos años dejan de interesarnos. Año de despedidas; el truco está en decir adiós y gracias por todo lo aportado.

La vida nos apoya, pero no a nuestras creencias de importancia personal. En este periodo no nos tiene lástima. Nos hemos ido dejando cosas pendientes por el camino, llega el periodo 9 y es el momento de pasar cuentas y ponerse al día.

Nos toca trabajar el desapego. Tenemos la oportunidad de llegar a un punto donde aceptemos los acontecimientos tal cual, sin tenernos lástima o resistirnos a la despedida.

Las cosas se acaban, quizá aspectos de relaciones o proyectos han caducado y toca hacerlo de otra manera. Todo se está moviendo y lo peor que podemos hacer es agarrarnos, porque cuanto más intentamos agarrarnos peor lo pasamos. Podemos elegir entre la amargura de querer agarrarnos a algo que se acabó o aceptar que eso está ya completo y que toca otra cosa, abriéndonos a lo nuevo.

Es un año que marca el inicio de cambios profundos, cambios de rumbo. Se amplía el nivel de conciencia, las cosas se ven de otra manera y toca actuar en consecuencia. Hay que poner la atención en lo que llega, que es donde están los nuevos regalos, no en lo que se va, esos regalos ya los tuvimos los disfrutamos o no: El momento de decir adiós y sentir gracias.

El efecto de pasar cuentas hace también que den fruto semillas que plantamos hace años en un terreno fértil y que quizá ya se nos olvidó regar. Es como haber hecho un ingreso en un banco hace años, al ir a poner la cuenta al día, resulta que encontramos todos los intereses.

Este periodo es como una fiesta de despedida, la fiesta dura todo el año; el único problema es que nos olvidemos de que estamos en una fiesta. Es un año para disfrutar del momento de plenitud en el que dices "ya está", y es ahí donde se crea el vacío que atrae lo nuevo.

Para que llegue lo nuevo hay que dejarle un espacio, hay que soltar lo viejo.

* * *

*Texto extraído de:

Contando con tu Alma

® Eric Rolf con Josep Soler.
Editorial Gaia

<http://www.medicinadelalma.com/libros.php?m=50>

El año emocional

La vida no es continua, es nueva a cada paso, o en cada respiración como dicen los yoguis. Es posible que hayamos oído esta hermosa afirmación otras veces, y ¿realmente la hemos vivido?

A través de la numerología del alma podemos experimentar este movimiento en aspectos prácticos y concretos. Cada año tiene una nueva energía que se puede apreciar, a veces, de forma sutil y otras drásticamente. La importancia del año emocional es que permite, año tras año, alinearse con ese movimiento relacionado con el sentir a todos los niveles.

Metafóricamente, podríamos decir que la energía del año emocional es cómo un viento que sopla en una dirección preferente cada año. Alinearse es poner la vela en la dirección del viento. Un error que solemos cometer a menudo, es querer avanzar en línea recta, sople el viento de donde sople. El único problema de las líneas rectas es que no existen. Bien, sí existen, pero sólo en la mente, cuando pensamos que la recta es el camino más corto entre A y B. Claro que eso es lo que nos dijeron y sonó tan lógico que lo creímos, aunque era una verdad pequeña: una línea recta es un producto de la lógica y la vida no la sigue. Las únicas rectas que conocemos son las creadas por el hombre; en el Universo

nada se mueve en línea recta, ni los planetas, ni las estrellas, ni su luz, ni el viento, ni los árboles, ni las partículas más diminutas... nada; Intentar avanzar por la vida en línea recta no es lógico, es absurdo.

Los cambios de dirección no están en nuestras manos, no podemos controlarlos; lo que sí podemos hacer, que se convierte en *todo lo necesario*, es alinearnos con ellos. Si nos permitimos alinearnos, parece que tenemos suerte y que nuestra vida va sola o sin esfuerzo; es como estar en una canoa y dejar que te lleve la corriente. Una forma práctica de alinearse es dejar de intentar remar en ninguna dirección, simplemente dejarse llevar. Eso suena muy arriesgado porque uno resiste su propio camino.

Aunque el viento de la vida puede soplar en distinta dirección instante a instante, el año emocional forma una gran corriente de aire que te lleva en un sentido determinado y que puedes aprovechar. Cuando quieres alcanzar algo y parece que la vida sólo te pone inconvenientes, quizá está ocurriendo algo y no lo estás escuchando o atendiendo, lo estás pasando por alto. Pararte a escuchar te va a ser muy útil, pero ¿cómo se escucha de forma nueva? Lo que le da sentido a cualquier información es el contexto en el que está, y cuando éste cambia, el sentido cambia también. El contexto del año emocional te va a dar un nuevo marco que te va a permitir redescubrir esos acontecimientos con un sentido diferente: Los obstáculos se convierten en indicadores de dirección, las piedras en diamantes, las resistencias en dones y las dificultades en regalos.

Puedes tener la tentación de utilizar esta información como una predicción, pero en realidad no lo es, porque en cualquier año/instante puede ocurrir cualquier cosa. Si imaginamos la vida como un flujo o como una corriente, podemos utilizar el año emocional como la previsión anual del aire que va a soplar.

No hay números ni años mejores que otros. Hay momentos en los que uno insiste en ir en una dirección y las cosas que le ocurren van en la contraria. Cuando el viento empieza a soplar, si insistes en ir en su contra puedes tener algún contratiempo...

Siempre somos libres para elegir la dirección que queremos seguir y si escuchamos, si estamos atentos, todos los años son "buenos".

El futuro está en tus manos, se crea en el presente.

Josep Soler

Notas sobre la **Lista de correo**:

- Te proponemos que envíes este correo a otros amig@s que puedan estar también interesados.
- Para ayudarnos a optimizar nuestra lista, devuelve este correo indicando en el asunto tu Comunidad Autónoma o País y sólo recibirás información de nuestros cursos cuando se realicen allí. Si no es así, entendemos que deseas recibir información de todos nuestros cursos.
- Por otra parte, si has recibido este e-mail desde nuestro e-mail es porque que figuras en la lista de personas interesadas en nuestras actividades. Si dejas de estarlo, por favor, disculpa las molestias y devuelve este correo con la palabra "Eliminar" en asunto.

info@medicinadelalma.com
www.medicinadelalma.com