

A woman with her eyes closed and hands clasped in prayer stands on a rocky beach. She is wearing a vibrant red dress and a blue shawl. A bright green glow emanates from her hands. The background is a dramatic, overcast sky with dark clouds. The text 'ESCUCHA A TU' is overlaid in white, uppercase letters, and 'Oración' is written in a large, white, cursive font below it. A semi-transparent white banner with a torn edge effect is positioned behind the text.

ESCUCHA A TU

Oración

GUIA ANGELICAL

CREADO POR PATRICIA TANUS
www.patriciatanus.com

ESCUCHA A TU CORAZÓN

© 2021 EL JARDÍN DE LOS ÁNGELES / PATRICIA TANUS

Todos los derechos reservados.

Queda estrictamente prohibido reproducir, total o parcialmente, los contenidos y cualquiera de los materiales presentados en este trabajo. Por lo que su difusión o publicación de forma independiente a este formato queda estrictamente prohibido, si deseas compartirlo con alguien más, puedes compartir el enlace de mi sitio web para que la persona pueda tener acceso al archivo y al resto de información que hay en este.

Espero que comprendas el esfuerzo que implica crear una guía así, por ello te agradezco que utilices este material solo para ti y no copies, compartas, publiques ni distribuyas nada de el sin consultarme antes. Los ángeles, las hadas y yo agradecemos y celebramos tu honestidad, amor y respeto a nuestro trabajo.

GUÍA ANGELICAL PARA ESCUCHAR AL CORAZÓN

Comúnmente en sesiones de terapia con ángeles, estos amados seres de luz recomiendan escuchar al corazón... pero a todo esto QUÉ SIGNIFICA ESCUCHAR A TU CORAZÓN

Desde mi experiencia diaria con los ángeles, escuchar a tu corazón significa reconocer como nos sentimos ante una persona, cosa o situación. Es escuchar las necesidades que tenemos y actuar en consecuencia, de ahí la relevancia de invertir en cursos y terapias para conocerse mejor.

Es poder tener claro cuáles son nuestras prioridades y ser coherentes con ellas. Y es aquí donde la intuición se suma a ese dialogo entre nosotros y el corazón. Las famosas corazonadas son en sí la voz de nuestra intuición y esta su vez esta ligada con nuestra capacidad de sentir.

Esta claro que desde pequeños sabemos escuchar a nuestro corazón, es algo nato, es algo que esta instalado en nuestro equipo personal. Lo que sucede es que con el paso del tiempo, con las experiencias de vida y con los condicionamientos personales y sociales, vamos creando una especie de pared que silencia esa voz divina que nos dice lo que realmente es bueno para nosotros.

En otras ocasiones llegamos a tener tanto ruido interno (mental y emocional) que nos hace imposible poder comprender lo que nuestra sabia intuición nos quiere decir.

No obstante es bueno saber que nuestro corazón nos habla todo el tiempo, y todo el tiempo está dándonos mensajes sobre la maravillosa luz que hay dentro de nosotros y de nuestra capacidad para discernir o decidir cómo crear una vida más amable, tranquila y prospera.

El corazón siempre va a decirnos la verdad sobre lo que queremos y lo que sentimos... lo feíto del caso es comúnmente lo que queremos dista mucho de lo que en realidad estamos haciendo con nuestra vida. Un ejemplo de ello es que solemos dedicar energía a un empleo que nos provee de seguridad económica o como lo suelo escuchar en sesiones... *trabajo en

esto por necesidad* y no porque verdaderamente nos apasione o disfrutemos hacer. Y para escuchar al corazón se necesita valor y amor propio. Que por cierto te recomiendo la guía angelical para el amor propio que puedes descargar en mi sitio web.

Mariane Williamson nos dice en su libro Volver al Amor:

NUESTRO MIEDO MÁS PROFUNDO NO ES QUE SEAMOS INADECUADOS.
NUESTRO MIEDO MÁS PROFUNDO ES QUE SOMOS PODEROSOS MÁS ALLÁ DE
TODA MEDIDA. ES NUESTRA LUZ, NO NUESTRA OSCURIDAD LO QUE MÁS NOS
ASUSTA. NOS PREGUNTAMOS: ¿QUIÉN SOY YO PARA SER BRILLANTE,
PRECIOSO, TALENTOSO Y FABULOSO? EN REALIDAD, ¿QUIÉN ERES TÚ PARA
NO SERLO?... ERES UN HIJO DE DIOS.
EL HECHO DE JUGAR A SER PEQUEÑO NO SIRVE AL MUNDO. NO HAY NADA
ILUMINADOR EN ENCOGERTE PARA QUE OTRAS PERSONAS CERCA DE TI NO SE
SIENTAN INSEGURAS. NACEMOS PARA HACER MANIFIESTO LA GLORIA DE DIOS
QUE ESTÁ DENTRO DE NOSOTROS. NO SOLAMENTE ALGUNOS DE NOSOTROS,
ESTÁ DENTRO DE TODOS Y CADA UNO. Y MIENTRAS DEJAMOS LUCIR NUESTRA
PROPIA LUZ, INCONSCIENTEMENTE DAMOS PERMISO A OTRAS PERSONAS
PARA HACER LO MISMO.
AL LIBERARNOS DE NUESTRO MIEDO, NUESTRA PRESENCIA
AUTOMÁTICAMENTE LIBERA A LOS DEMÁS.

Creo que esta escrito nos revela lo mucho que nos da miedo de pronto escuchar a nuestro corazón, y elegimos de alguna forma ignorar esa voz sabia que nos invita a brillar con luz propia.

Sí, acertaste!! Para mí, escuchar al corazón es brillar con luz propia, es enfrentarnos a ese miedo de ser nosotros mismos y abrazarnos en nuestra totalidad.

Y entonces... ¿qué pasa si escuchamos a nuestro corazón como bien nos lo piden los ángeles?

Lo más seguro es que estaríamos haciendo cosas completamente diferentes, nuestra experiencia de vida sería más amable ya que haríamos cosas que nos generen bienestar, paz, armonía, va pues!!! Haríamos cosas que nos hagan SENTIR COSAS BONITAS, placenteras y no estaríamos sumergidos en el miedo o en la costumbre que este ha generado en nosotros.

Un punto importante por considerar es que comúnmente puede darnos un miedo atroz escuchar al corazón porque eso implica tomar decisiones que

nos responsabilizan única y exclusivamente a nosotros, no hay intermediarios ni posibles victimarios en los que podamos escudarnos o excusarnos. Y esto radica en un miedo a equivocarnos. Nos han enseñado desde niños que equivocarnos en las tareas escolares o de casa es algo malo y eso nos llevará a un castigo. De ahí que dejamos de escuchar al corazón y escuchamos más a la razón, sea la razón de otros o la propia que ha sido domesticada para “no cometer (tantos) errores”.

Pero como bien dice Walter Riso -puedes ser escandalosamente feliz en medio de tu maravillosa imperfección- lo cual nos motiva a vivir esa práctica de prueba-error a fin de reconocer que es aquello que si nos acerca a la felicidad o a esa vida amable que todos anhelamos.

Si escuchamos al corazón, esto casi segura que estarías haciendo las cosas de una forma muy diferente y más alineadas a lo que te gusta, apasiona o divierte. Como por ejemplo... escuche a mi corazón y estoy escribiendo esta guía, cosa que créeme que me encanta. Sin importar si esto me genera un ingreso o no, ya que al estar conectada con el universo y dejar fluir las palabras que salen del corazón estoy cierta de que el propio universo satisface mis necesidades y todo está cubierto de forma mágica o milagrosa. Creo firmemente en que EL COMPARTIR ENRIQUECE.

Lo cierto es que nuestro corazón sabe que para conseguir una vida auténtica hay que hacer las cosas de otra manera, y esto implica soltar patrones ancestrales, rutinas, reglas, normas... implica CRUZAR EL MAR ROJO como lo llaman los ángeles.

Quiero contarte una anécdota que me da mucha risa ahora que lo recuerdo, y es que en una ocasión los ángeles me pedían eso... cruzar el mar rojo y yo no entendía a bien que era lo que pedía, no obstante comencé a tener una gran necesidad de salir a la calle, en específico hacia un parque que hay en el fraccionamiento (aaahhh!! si ese parque hablara, que cosas locas y divertidas contaría de mis tareas angelicales) en fin, salí tal cual me encontraba vestida, una blusa ligera blanca, pantalón de mezclilla y unas sandalias blancas, camine decidida, y justo al cruzar la calle para adentrarme al parque fue que comprendí que estaba a punto de cruzar mi mar rojo, ya que iba a comenzar a llover, un viento fuerte soplaba y sin duda me iba a dar la mojada de mi vida... aun así cruce, y al llegar al parque me descalce y comencé a abrir mis brazos y a gritar al universo que estaba lista para lo nuevo. Sí, fue muy loco y divertido verme a mí misma caminar descalza bajo la lluvia y gritarle a todo pulmón al universo que estaba lista para lo que podría venir, mis vecinos quizá pensaron al igual que yo que era una perfecta pero feliz loca.

Romper esquemas no necesariamente es ir en contra de tu familia o de las leyes o normas sociales, creo que implica más soltar tus creencias limitantes y explorarte desde un ámbito más ligero, suelto, creativo y divertido.

De ahí que si escuchamos al corazón y conectamos con aquello que nos hace sentir bien, estaremos dando pauta a hacer más de ESO QUE NOS HACE FELIZ.

Y para comenzar con esa tarea de romper patrones o dinámicas de vida caducas o limitantes, tu primer tarea o reto es cambiar ese hábito de ignorar a tu corazón. Ya que lo más probable es que escuches perfectamente a tu corazón pero te resulte más fácil ignorarlo que seguir sus sabias intuiciones.

Y bueno como esta es una guía angelical para que puedas reconectar con tu sabio corazón, te comparto algunos tips para que aprendas a escuchar la voz de tu corazón, así como algunos decretos, oraciones o afirmaciones para conectar con la energía y guía de los arcángeles.

TIPS PARA ESCUCHAR AL CORAZÓN

1. DEFINE QUE SIENTES:

El primer tip que te doy y que me han enseñado los ángeles es que aprendas a definir tus sentimientos y emociones. Sin juicio ni análisis profundo. Solo es preguntarte a ti mism@ ¿CÓMO ME SIENTO CON ESTO?

Esta pregunta es como un sensor que nos otorga poder al momento de decidir. Y es que es tan sencillo que quizá en un principio llegues a dudar de lo poderoso que puede llegar a ser.

Resulta que si tu sentir o sensación no es agradable. Tu cuerpo se tensa, te sientes con duda, inseguridad, miedo o simplemente tu panza esta apretada y tu rostro no sonrío es porque la respuesta simplemente es un NO, no es momento, no es la persona correcta, no es la forma, no es el camino a seguir, y hay que tener claro que un no del corazón no es algo malo, sino es una invitación a BUSCAR NUEVAS FORMAS, A CONECTAR CON NUEVAS PERSONAS, es simplemente HACERLO DIFERENTE.

Ahora bien, si tu sentir es agradable, tu cuerpo se emociona, sientes alegría, entusiasmo y tu mente se expande en posibles formas de hacerlo posible entonces lánzate a la aventura.

Y, qué no tienes claro que sientes, entonces ahí viene ese primer trabajo de conexión con los ángeles: PIDE CLARIDAD DE SENTIMIENTO Y PENSAMIENTO.

Para ello te invito a trabajar con las energías de Gabriel y Jofiel Arcángeles, son geniales para ayudarnos en ver el panorama completo y clarificar la mente y el corazón.

GRACIAS GABRIEL ARCÁNGEL POR ACTIVAR LA CLARIDAD EN MI MENTE Y CORAZÓN. AHORA PUEDO RECONOCER LO QUE ES BUENO PARA MI Y PARA LOS DEMÁS.

GRACIAS JOFIEL ARCÁNGEL POR ACTIVAR MI PODER DE DISCERNIMIENTO, GRACIAS POR AYUDARME A VER EL PANORAMA COMPLETO Y TOMAR LA DECISIÓN QUE ME ACERCA A MI BIEN MÁS ELEVADO.

2. DEDICA UN TIEMPO A ESTAR A SOLAS.

Uno de los miedos que nos llegan a gestar en nuestra infancia es el miedo a la soledad. ¡Sino te apuras te quedas solo en casa!... ah cuantas veces he escuchado a padres decirle esto a sus hijos... y seguro que yo lo llegue a escuchar también. Sin embargo tuve la bendición de que mi madre me entrenara para hacer las cosas y vivir la vida en soledad. Eso no quiere decir que no tenga necesidad de compañía o que no disfrute de las buenas amistades o de los encuentros familiares. Sino que puedo disfrutar de estar a solas conmigo misma, y de esta forma escucharme con claridad y poner atención y dedicar tiempo a aquello que necesita ser atentado, sanado o corregido.

Y porque considero que estar a solas es un buen tip para escucharte, pues porque comúnmente el dialogo o conversaciones con otros suelen hacer que sea hartito complicado que escuches a tu corazón.

Cuando comencé a ver la importancia y beneficio de darme tiempo para estar a solas se volvió una práctica indispensable para mí. El auto descubrirme, el escuchar esa voz interna, y más aún, el poder atenderme en ese dialogo personal me ha resultado revelador y sanador. Ya sea estando en silencio, escribiendo, paseando, leyendo, o como dicen por ahí tranquila y sin hacer «nada», facilita el reconocer que necesito, que deseo manifestar, cuales son esas ideas creativas por manifestar y lo mejor de todo, puedo reconocer como me siento ante eso. Cuando el ruido externo e interno cesa, puedo escuchar lo que es realmente importante.

En esta dinámica te recomiendo trabajar con las energías de Rafael y Uriel Arcángeles, son geniales en el acompañamiento en el viaje hacia el interior. Rafael Arcángel nos ayuda a sentirnos seguros con nosotros mismos y Uriel Arcángel nos inspira a explorar quienes somos, nos motiva a cuestionarnos desde una perspectiva creativa e innovadora.

GRACIAS RAFAEL ARCÁNGEL POR ACOMPAÑARME, GUIARME Y AYUDARME A RECONOCER MI PROPIA LUZ. ESTOY LIST@ PARA ESCUCHAR MI PROPIA VOZ Y HACER MAGIA EN MI VIDA.

GRACIAS URIEL ARCÁNGEL POR ACTIVAR MI PODER DE CREATIVO E INSPIRARME A EXPLORAR, RECONOCER Y PROYECTAR MI POTENCIALIDAD PURA.

3. CONECTA CON LA NATURALEZA

Estoy segura de que casi todos los oráculos angelicales tienen por ahí alguna carta o mensaje que te inspira a conectar con la naturaleza, sea a través de caminatas en el parque o bosque, poner tus pies sobre el césped, practicar la jardinería o hacer senderismo o campismo. En este tip tienes la posibilidad de sentirte en casa al estar rodead@ de la naturaleza, y de paso tendrás el espacio ideal para escucharte, renovar tu energía y hacerte consciente de lo que realmente quieres y/o necesitas.

Es una dinámica que te abren a escuchar mucho más allá de lo que estás acostumbrad@. Y con ello fortalecer tu intuición y toma de decisiones.

En tus encuentros con la naturaleza puedes invocar a la energía de Ariel y Chamuel Arcángeles, son las energías ideales para sentir la presencia y poder supremo de la Madre Tierra. Nos ayudan a contemplar con claridad las bendiciones de la vida y a sentir gratitud por todo lo bueno y bello que el universo tiene para nosotros.

GRACIAS ARCÁNGEL ARIEL POR AYUDARME A RECONOCER MI HOGAR EN LA MADRE TIERRA Y POR FACILITARME EL CAMINO DEL AUTODESCUBRIMIENTO.

GRACIAS CHAMUEL ARCÁNGEL POR ACTIVAR MI LA FRECUENCIA DE AMOR INCONDICIONAL EN MI Y POR AYUDARME A APRECIAR LAS MARAVILLAS DE MI PROPIA EXPERIENCIA DE VIDA.

4. MEDITA

Uufff!! Este tip lo he repetido infinitud de veces, tanto en mis videos en YouTube, como en podcast, blogs y publicaciones en redes sociales. Y es que es una actividad que debe, SI O SI, estar en nuestra canasta básica.

La meditación puede cambiarte la vida literalmente. Es un proceso lento, a veces monótono, e incluso para quienes somos hiperactivos o nos cuesta trabajo concentrarnos parece una dinámica que no da frutos nunca, pero con constancia, práctica y entrega te das cuenta de que poco a poco tu consciencia se expande, poco a poco este hábito se vuelve tan indispensable porque simplemente comienzas a SENTIRTE BIEN. Y es en ese bienestar, en esa paz interna que logras escuchar a tu corazón.

Busca tu estilo de meditación, ya que hay muchos, y si logras encontrar el adecuado tendrás mejores y más rápidos resultados. Mi estilo de meditación es a través de la pintura. Cada que pinto o dibujo entro en un estado meditativo y escucho tan claro a mi corazón que a veces me sorprende con todo lo que puedo reconocer y transformar en ese hermoso estado de meditación.

En la practica de la meditación puedes atraer la energía del Arcángel Gabriel y del Arcángel Metatrón. Ambas son energías muy poderosas y quizá en un principio, dentro de tus practicas de meditación tengas encuentros reveladores que te confronten, pero te diré algo... persevera!! Aférrate a tu deseo de transformación y de conexión con tu luz y con la práctica y la paciencia hacia ti mism@ verás que vale la pena vivir esta experiencia.

Como anécdota te comparto que no hace mucho, en el mes de abril decidí hacer un reto de dibujar diario... mi tope fue 15 días, ya que el proceso en verdad fue revelador y muy muy transformador, se develaron ante mi aspectos de mi infancia que había olvidado e incluso miedos, creencias y hábitos que no tenía ni idea que existía en mí. **Es importante hacerte saber que si sucede algo similar en tus practicas y consideras que necesitas ayuda para trabajar esos temas, inviertas en tu proceso personal asistiendo a sesiones terapéuticas, ya que en ocasiones lo que se revela requiere de acompañamiento y guía de un experto.**

GRACIAS ARCÁNGEL GABRIEL POR AYUDARME A CONECTAR MI MENTE
CON MI CORAZÓN, A VER CON CLARIDAD MI ESENCIA Y PODER
INTERNO.

GRACIAS METATRON ARCÁNGEL POR EXPANDIR MI CAPACIDAD DE PERCEPCIÓN Y RECONOCER QUE ES AQUELLO QUE NECESITO TRANSFORMAR, SANAR Y RENOVAR.

GRACIAS AMADOS ÁNGELES POR DARME LAS HERRAMIENTAS NECESARIAS PARA SANAR, TRANSFORMAR Y EXPANDIR MI PODER INTERNO.

5. PERDONA.

Hace poco leía esta frase:

En los grandes riesgos es donde están las grandes victorias

Y considero que el ejercer el derecho y poder de perdonar es una de esas acciones que requieren valor. Cuando nos arriesgamos a hacerlo diferente necesitamos perdonar y perdonarnos, ya que esto nos da pauta a comenzar desde cero, reescribiendo nuestra historia y haciendo que el milagro ocurra. He hablado en varias ocasiones sobre el poder de perdonar, de hecho aquí te dejo el link para uno de mis podcast [HTTPS://OPEN.SPOTIFY.COM/EPISODE/7KPKTJYYKSTGP3MWP5JSOT?SI=2C144595819643E3](https://open.spotify.com/episode/7KPKTJYYKSTGP3MWP5JSOT?si=2C144595819643E3) de paso te recuerdo que en mi canal de [SPOTIFY](#) tienes una gran lista de audios que pueden ser de utilidad en tu proceso, y que decir de mi canal en [YouTube](#), tienes más de 400 vídeos de apoyo que sin duda te facilitarán este encuentro mágico con tu corazón y con los ángeles.

Para este tema podemos invocar las energías de Zadquiel Arcángel y de Raguel Arcángel, ambas energías son ideales para conectarnos con el poder del perdón y con la reconciliación y unidad con lo divino.

GRACIAS ZADQUIEL ARCÁNGEL POR INSPIRARME A PERDONAR Y PERDONARME. GRACIAS POR LLEVARME DE LA MANO HACIA UNA NUEVA ETAPA EN MI VIDA.

GRACIAS RAGUEL ARCÁNGEL POR AYUDARME A RECONECTAR CON MI ESENCIA DIVINA Y A FORTALECER MIS TALENTOS NATOS. GRACIAS POR AYUDARME A RECONOCER LA VOZ DE MI CORAZÓN Y SEGUIR SU SABIA Y AMOROSA GUÍA.

De corazón deseo que esta guía te motive a conectar con tu esencia de luz y a ESCUCHAR LA VOZ DE TU CORAZÓN.

Por último te recuerdo que tienes en mi sitio web en la sección de [TERAPIAS](#) la descripción de lo que puedes experimentar en ellas y vivir de esta forma un encuentro con los ángeles y seres elementales, sanado, liberando y fortaleciendo todo tu potencial y conexión con tu esencia divina.

Así mismo en la sección de cursos tienes una lista de los [CURSOS](#) que están disponibles en [FORMATO ONLINE](#) y a los cuales puedes acceder inmediatamente al realizar tu inscripción correspondiente.

Si deseas recibir las novedades puedes entrar también a mi sitio web y [SUSCRIBIRTE EN EL BOLETÍN](#).

Gracias por hacer un uso correcto de esta información.
Gracias por hacer magia en compañía de los ángeles.

YO SOY PATRICIA TANUS
LA LUZ SEA CONTIGO.

“Estoy hecho para hacer buenas cosas, interesantes, alegres y simpáticas, así no sean extraordinarias y fuera de serie”

Walter Riso.