

## Índice

Agradecimientos .....	7
Introducción .....	11

### Primera parte

1. Superar la soledad .....	15
2. La fusión de los aspectos masculino y femenino	29
3. Amar sin sufrir .....	43
4. El desprendimiento .....	55
5. La apertura de corazón .....	67
6. De la sexualidad del cuerpo a la del corazón ...	83
7. El cuerpo, templo sagrado .....	95
8. Encarnarse .....	107
9. Optar por vivir .....	117
10. Vivir el momento presente .....	129
11. La expansión de la conciencia .....	145
12. La vida, espejo del estado interior .....	159
13. Aprender a vivir con la propia sombra .....	175
14. La intención que hay tras la acción .....	189
15. El camino de la sabiduría .....	201
16. Desmitificar los arquetipos .....	215

17. La vulnerabilidad . . . . .	231
18. La fe . . . . .	241
19. La abundancia . . . . .	253
20. El estado de gracia . . . . .	265
21. Ser canal . . . . .	277
22. Crear a través de Dios . . . . .	291

## Segunda parte

23. Integrar las enseñanzas recibidas . . . . .	305
24. La familia . . . . .	315
25. Liberarse del karma familiar . . . . .	331
26. El arte de reconocer la sombra y acceder a la Luz . . . . .	339
27. La sombra y la Luz de la infancia . . . . .	351
28. Vivir a través del espejo del otro . . . . .	361
29. La muerte iniciática . . . . .	375
30. El inconsciente colectivo . . . . .	387
31. El desapego . . . . .	399
32. Aceptar al maestro interior . . . . .	411
33. Mi camino entre la sombra y la Luz . . . . .	423
Palabras finales . . . . .	433