

FIDEL DELGADO



Fidel Delgado.

Diseño de cubierta: Estudio SM

© 2016, Fidel Delgado

© 2016, PPC, Editorial y Distribuidora, S.A.

Impresores, 2

Parque Empresarial Prado del Espino

28660 Boadilla del Monte (Madrid)

ppccedit@ppc-editorial.com

www.ppc-editorial.es

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Dirijase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.conlicencia.com) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

y pregunté
Qué pinto en esta vida?
Se me dijo
Pinta Puentes

Me señalaron las orillas a unir:
lo tangible con lo inasible
lo gozoso con lo indeseable
el bien con el mal
me regalaron eficaces unificadores
la comprensión para las contradicciones
compasión con los aparentes enemigos
integración con los descompuestos
y un tripunte entre yo tú y EL
Pintando con lucidez se ve
que una orilla y la de enfrente
proceden del Origen único
que pinta todo amorosamente
con humor fluido y letras artesanas
animo a cruzar conscientemente
hasta la otra orilla
— fidel Delgado.

Lucidez

es otro nombre que ponemos a la **Totalidad Amosa**

Saber que todo está hecho de **Luz** desvela el origen y destino del mundo y de los que le habitamos.

Estar abiertos a la **Lucidez** orienta cada tarea diaria y el conjunto del vivir.

GARANTÍA Basta con pedirla y se nos otorgará

PROMETIDO:

Cuando se llama a su Puerta, nos abre



CONFIRMADO:

Buscándola se la encuentra seguro.

Es la guía para dominar los mecanismos de la Vida hasta darle sentido y disfrutarla.

Reconocido su Poder y Eficacia se convierte en Discernimiento inspirado.

NOS dice, desde dentro, lo atinado y lo descaído para el cuerpo y el ánimo, para con nosotros y para con otros.

La **Lucidez** nos conduce paso a paso hasta que madura un



organismo

luminado

+

Lúcidez

La **Gratitud** es lo primero que genera la **Lúcidez** si aplicamos el Ver al Vivir.

Contemplando con ojos inocentes que el Vivir es un derroche de Amara Creación, se borran ansiedades, quejas y sufrimientos.

La Reflexión y el estudio alendan el disfrute de la Bondad Regalada.

a Todo

por todo

aplicada

Gracias!

Tras la evidencia en cada encuentro maravilloso expresar la Gratitud sienta bien al emisor, al receptor y a la totalidad humana.

A los **Alimentos**: Nombrarlos, reconocerles su entrega sin reservas, sus cualidades y sus favores, convierten la nutrición mecánica en Bendición Lúcida.

A los **DONANTES de Servicio**, por los que nos llega el **GRAN DON** de Cada día: **PRO GENITORES**, **ENSEÑANTES**, **ANADORES**, **PROVEEDORES...**

Reconocer expresamente su aportación mantiene y mejora su función.

★ Lleva un "Cuenta **GRACIAS!**" indica **INGRATITUD** dar menos de 40 gracias! al día... y es grave!

+

Cuando Resplandece en el Centro de tí
la evidencia de Ser LUZ
Agradeces Continuamente
el Regalo Constante de Ser
Consciencia Amorosa Creativa

Admiras
en otros
la Misma Esencia
Luminosa
que
nos Unifica.



Acompañas
a Cuidar,
Reorientar
y
Disfrutar
La Lucidez.

Aceptas
las Cambiantes
formas e intensidades
que el Lucir va tomando
de la Oscuridad al esplendor.

Celebras
que la Plenitud
del Ser
está Disponible,
aunque solo captes
el 5% de tu totalidad.



las más frecuentes **Averías** al aplicar la **Lucidez**

Agotar las propias pilas por descuidar la ~~Re~~ Conexión a La Fuente.

Rebajar con malas artes la Luz en otros para que la propia brille por contraste.

Creerse creador y dueño al utilizarla.

Cegar, deslumbrando con las lucecitas propias, para lucirse como "iluminado".

Proyectar en otros el modo de ser propio y "disparar" sobre ellos juicios, condenas y ejecuciones.

Arriesgar irresponsablemente el propio terminal enchufándolo a voltajes, dimensiones y potenciales excesivos.

Con "pocas luces" declarar maligno, oscuro, perverso, indigno, imposible...
lo que a todas luces es **PERFECTO!**

De las luces exteriores a la Lucidez Intima.

En menos de cuatro generaciones ha caducado la milenaria escasez de luces para vivir. Antaño la vela, el candil, el farol, cualquier lámpara escasamente alumbraban unos metros.

Hoy hay luz interminable para todos... en exteriores. Y siempre estamos en "ON", enchufados sin descanso convertida la noche en día también.

Deslumbrados por brillantes exteriores los ricos del primer mundo ni nos damos cuenta de la Luz Original, la fuente de todo ver.

Intimamente somos Luz interminable pero solo lo disfrutamos encendiendo "fuerza" artilugios sin parar.

Saberse Luz siempre irse.

Nos interesa darnos cuenta de la Luz que somos antes de alumbrar nada.

Saborearnos como quietu plena antes y después de ponernos a funcionar.

Disfrutar el silencio profundo antes y después de que palabras y conceptos suban a la Superficie.

Identificarnos como vida sin límites antes de iniciar mi vida, en mi tiempo, con mis cosas.

Contemplar el Ver como lo inmutable permite que las verdades sean fluidas, frescas y nutritivas en lugar de piedras amojabiadas

+

Cuidar la Lucidez

Los manejos que **Yo** me traigo con la lucidez al servicio de **mi** intereses conviene iluminarlos para que se disuelvan y no nos **li**miten.

Es fácil verlos en otros ya que usamos las "luces" como las linternas: para señalar fuera y en otros lo que seguramente se da en mí. Es el ancestral deporte de indicar una pajita en el ojo ajeno sin percatarnos de una viga en el propio.

Se ha descubierto que la "oscuridad" tiene muchas ventajas para **Yo**: te ahorras trabajos, responsabilidades y auto críticas y si logras dar lástima suficiente conseguirás apoyos y subvenciones.

Afortunadamente la Luz se impone a los obstáculos: este texto, si lo sigues leyendo es porque te impulsa la lucidez llamándote a despabilar (aquello que era necesario hacer con los candeleros y las velas cuando, regueteados, producían más humo que luz).

Ver claro que no veo bien es el comienzo del salir de la ceguera.

Observar los puntos ciegos, prejuicios y partidismos es **Ver** también.

es **Lucidez** notar la tentación de enfrentarse con los medios malos ras.

La Lucidez Lúdica lleva bien las humanas **li**mitaciones y se las toma con "ternencia" (ternura + paciencia)

Lo acepta amorosamente al saberse **Luz Ilimitada**
†.

Casa interior

Plano
de Posibilidades
Básicas

- Revisa estado actual.
- Rehabilita deterioros.
- Activa recursos en desuso.

Amplificador
Paradigmas
Luz para la casa y moradores

Inteligencia

lectura
constante
y
Respuesta
Reflexionada.

Alertas
del Alma

Confusiones
dolores
causancio
bloqueos
pereza
distracción
disgusto

TABI QUESE FLEXIBLES Y AMPLIABLES

Recibidor

Compartidor

Nutritorio

DESPENSA

El PAN
PARA
CADA
DÍA
Alimenta
Alimenta
cuida
cra



PROMOCIONES

ASESORIA
y
FINANCIACIÓN

SUELOS transformables

TALLER
AUTOCUIDADOS

Relaciones
Emociones
Imaginación



Tomás



ÍNDICE

Presentación	5	Acompañar hasta el misterio (juego)	58-59
Lucidez aplicada al vivir	6	Rituales para ayudar	60
A todo, por todo, ¡gracias!	7	Regala intangibles con forma tangible	61
Luz somos siempre	8	Reflexiona revisando resultados	62
Vigila averías	9	Aplica el reciclar a la Navidad	63
De las luces exteriores a la luz íntima	10	Atención, adicción y humor	64
Cuidar la lucidez	11	Disuelve la adicción con buen humor	65
La casa interior	12-13	¡Libera a tu niño!	66
La calidad es una necesidad	14	La ayuda a la infancia maltratada	67
La necesidad de dar calidad	15	Date cuenta de tu niño	68
Enfermedades desAtendidas	16	Guía para contactar con tu niño	69
Trataciertos lucidantes	17	Comprender «La voluntad»	70
Enfermedades desAtendidas (2)	18	Voluntariamente consulta a la consciencia	71
Trataciertos lucidantes (2)	19	Escúchate por las buenas	72
Egobesidad mórbida	20	Cuidate con masajes sanadores sonrientes	73
Un ego sostenible	21	¿Qué pinto yo ahora?	74
Disfruta dando de sí	22	Figuras generantes de bienestar básico	75
Recursos para un salud-dar maduro	23	Atención al tiempo usado en cuidar de ti y de otros	76
El arte de reposar	24	Autotest: ¿cuánto dedicas a estos componentes de la salud integral?	77
Ánimo y a reposar	25	Lo bueno del mal humor	78
Reaviva tu totalidad	26	Mejora tu humor por el bien de todos	79
Reavívate así	27	Todos migramos hasta el todo	80
Reciclado salud-dable	28	Vivir todo con mayúsculas	81
Reciclado de la basura emocional	29	Crece hasta madurar	82
Atiende a tu atención	30	Madurez interactiva: da lo que pides	83
El discernimiento rescata la sabiduría del discernimiento	31	Da lo que pides	84
Móvil sanador	32	Saborear la madura-acción	85
Móvil sapiens	33	Busca expres-arte del todo	86
Recupérate con el móvil sapiens (ejercicio)	34-35	Práctica para recuper-arte del todo	87
Valora lo tuyo tú	36	Empatía: viaja con el otro hacia el todo	88
Consulta ahora lo que a la consciencia conviene	37	Visita el más allá indagando en ti	89
Recupera el hogar común original	38	Vivir es fluir	90-91
Viaje lúcido al origen olvidado	39	Sacando jugo a jugamos.com	92-93
Adultescentes	40	Consumir consume	94
Adulto maduro	41	Servir sana	95
¡Veó, veó!	42	Cuento: Pacopinta te pregunta	96-97
Miro mi mirar	43	Autocuidados creativos: RHOSaS	98-99
Veó, veó, y yo también (juego)	44-45	Dirigir	100
Siete aplicaciones para recuperar el «modo niño»	46-47	Regalarme	101
Baja-alta	48-49	Para poder	102
Explicación del juego Baja-alta	50-51	En un minuto	103
Gratitud y bendición mejoran la digestión	52	Una RHOSA cada día	104
Mística del masticar	53	Para poder	105
La bendición mejora la digestión	54	Regálate cada día con una RHOSA	106
El buen espíritu bien encarnado se reconoce en sus frutos	55	La relación	107
Solo el 5 % vemos de todo lo que somos	56	Cambiando en confianza	108
Saborear al «no sé» es beneficioso	57	Confianza concretada	109
		Continuamos en confianza	110
		Resumiendo: soy todo y poco a la vez	111