





VIVIR EN ABUNDANCIA  
DE LA MANO DE LOS  
ÁNGELES



Angélica Bovino

VIVIR EN ABUNDANCIA  
DE LA MANO DE LOS  
ÁNGELES

URANO

Argentina – Chile – Colombia – España  
Estados Unidos – México – Perú – Uruguay – Venezuela



1a. edición: marzo 2017.

Reservados todos los derechos. Queda rigurosamente prohibida, sin la autorización escrita de los titulares del *copyright*, bajo las sanciones establecidas en las leyes, la reproducción parcial o total de esta obra por cualquier medio o procedimiento, incluidos la reprografía y el tratamiento informático, así como la distribución de ejemplares mediante alquiler o préstamo público.

Copyright © 2016 by Angélica Bovino  
© 2017 by Ediciones Urano, S.A.U.  
Aribau, 142, pral. – 08036 Barcelona.  
Ediciones Urano México, S.A. de C.V.  
Ave. Insurgentes Sur 1722, 3er piso. Col. Florida.  
México, D.F., 01030. México.  
[www.edicionesuranomexico.com](http://www.edicionesuranomexico.com)

ISBN: 978-607-748-088-4

Fotocomposición: Ediciones Urano, S.A.U.

Impreso por: Litográfica Ingramex, S.A. de C.V.  
Centeno 162-1. Col. Granjas Esmeralda.  
Ciudad de México, 09810. México.

Impreso en México – *Printed in Mexico*



# Dedicatoria

A Jesús, a quien entregué este libro.

Gracias por tomar mi mano y llevarme por el camino de la abundancia, de la luz y del amor incondicional.

A Ana y Milo, gracias por ser mis compañeros de viaje en este proceso que llamamos vida, gracias por haberme elegido como su mamá, por ser mis más grandes maestros y enseñarme el verdadero significado de la palabra Abundancia. Los amo. Este libro es para ustedes. Hoy y siempre.







# Índice

<b>Agradecimientos</b> .....	11
<b>Introducción</b> .....	15
1. ¿Qué es la abundancia? .....	19
2. Los ángeles y la abundancia .....	49
3. Formas de manifestar tu realidad .....	61
4. Aspectos que conforman la abundancia (y lo que me han enseñado los ángeles al respecto) .....	79
<b>PRIMER CHAKRA / La base de todo: Tus raíces</b> .....	87
<b>SEGUNDO CHAKRA / Cuerpo físico: el vehículo del alma</b> ...	112
<b>TERCER CHAKRA / Tu relación con la persona más importante del universo: tú mismo</b> .....	142
<b>CUARTO CHAKRA / ¡Abre tu corazón!</b> .....	161
<b>QUINTO CHAKRA / Comunicación</b> .....	197
<b>SEXTO CHAKRA / Tercer ojo</b> .....	212
<b>SÉPTIMO CHAKRA / La abundancia de tener una vida espiritual</b> .....	227



Mi manifestación al terminar este libro... ..	247
Instrucciones de vida .....	251
Datos de contacto .....	253

# Agradecimientos

Volteo la mirada hacia atrás y observo los últimos nueve años de mi vida y no puedo menos que sonreír. Años de ir cuesta arriba, de aprendizaje, a veces de sufrimiento, otras de crecimiento, pero sobre todo de muchas bendiciones. ¡GRACIAS!

Unos días antes de escribir estas líneas, tuve la enorme fortuna, por azares del destino, de dar un curso en las instalaciones del Instituto Humanista de Psicoterapia Gestalt, mi casa de estudios y posiblemente el lugar donde inicié el viaje hacia mi propia plenitud. Al estar en una de las meditaciones me di cuenta de que estaba ahí para completar un ciclo que había iniciado nueve años atrás, posiblemente en ese mismo lugar. Fue interesante ver cómo me fui transformando, cómo crecí, cómo evolucioné hasta llegar a ser la mujer que soy hoy. Fue muy hermoso hacer el recuento del camino andado, de cada paso dado y de los logros alcanzados. También vi las caídas, los momentos de crisis y desesperación, las angustias y, junto con esto, mi fortaleza, mi fe inquebrantable, mi esperanza, mi amor por la vida y todo lo que me ha hecho cada día ponerme de pie y seguir adelante. Hoy me veo siendo quien soy, autónoma, plena, completa, abundante, dueña de mi vida y de mi destino; y entiendo que no podría ser YO si no hubiera pasado por todo lo que pasé, si no hubiera aprendido todo lo que aprendí y si no hubiera vivido todo lo que viví. Hoy no puedo menos que tener el corazón lleno de agradecimiento.



Gracias Dios por llevarme de la mano en este camino, por ser mi Padre Amoroso. Porque vas más allá de mis sueños y expectativas, ayudándome a crear una vida extraordinaria, que yo ni siquiera hubiese podido imaginar. Gracias Dios por mostrarme lo verdaderamente importante, por enseñarme a vivir desde el corazón. Por tu cercanía, por tu amor y por hacerte presente en cada momento. Te amo.

Gracias mi adorado Jesús por tus brazos siempre abiertos para mí, por caminar a mi lado y por dejarme caminar junto a ti, por cargarme cuando he sentido que no puedo más, por bailar conmigo en las noches de insomnio y por llenar mi corazón de luz cada mañana, gracias por enseñarme a ser compasiva como tú, por enseñarme a amar sin esperar nada a cambio. Gracias por mostrarme que lo más hermoso de la vida lo encuentro en lo más sencillo y humilde. Gracias por manifestarte cada día en mi vida de mil maneras y por amarme tanto.

Gracias Arcángel Miguel por empujarme cada día, por llevarme más allá de mis límites, por mostrarme mi propia grandeza e impulsarme a ser cada día mejor. Gracias por ayudarme a ser más valiente, a sobreponerme a mis miedos y a caminar a pesar de ellos. Gracias por dejarme ver todo mi potencial. Te amo.

Gracias a todos mis arcángeles, cada uno de ellos me ha enseñado un aspecto particular de este libro, gracias a mis ángeles Micaelito y Atenea, los amo.

Gracias a mi madre María, que me cobija día a día con su manto estrellado y a todos los maestros ascendidos que me acompañan en este caminar espiritual.

Gracias a mis maestros terrenales Myriam, Doreen, Deborah y a todos los que, a través de sus enseñanzas, han tocado este loco e inquieto corazón que busca insaciablemente seguir creciendo y aprendiendo.



Gracias a mis padres, siempre presentes en mi mente y en mi corazón. Gracias porque aun en la ausencia y distancia sigo sintiendo día a día su presencia. Me siento afortunada de saber que de ambos heredé un hermoso linaje que me permite pertenecer a dos familias maravillosas, gracias.

A mis charparros hermosos: Ana y Milo porque ustedes son el verdadero significado de la abundancia en mi vida. Gracias.

A Adriana, Alex, Jorge, Robert, Ram, Marce, Bibi, Clau, Rodo y Pam. Gracias por su apoyo incansable, por estar presente siempre y por todo su cariño.

A mi familia elegida, mis amigos, a los que siempre han estado, a los que se fueron (y con su partida me dieron grandes lecciones) y a los que apenas llegaron, gracias por estar, gracias por coincidir, gracias por disfrutar de la vida juntos.

A mi súper equipo de trabajo: Gracias Kary, gracias Soco, gracias Diana, gracias Luis. Sin ustedes definitivamente esto no sería posible. Somos un gran equipo. Los amo.

A Idalia, Fernando, Gina, Pedro, Marce, Ana Lidia, Judith, Nayelli, Janina, Clara y Carlos por llevarme cada día más lejos y ayudarme a tocar más y más corazones.

A cada uno de mis pacientes, consultantes y alumnos, quienes han sido en realidad mis grandes maestros. Gracias por su confianza, gracias por compartir, gracias por dejarme ser testigo de cada una de sus historias, gracias por permitirme la enorme fortuna de verlos florecer. Gracias.

A Ángeles en tu Vida y a cada una de las personas que lo conforman, gracias, porque esto lo hemos creado juntos: cada uno de ustedes y yo.

Gracias a mi editorial, en particular a Larisa, por seguir creyendo en mí y apostarle a este loco proyecto de seguir sembrando luz en los corazones lectores.

Gracias a la cadena de tiendas Liverpool por todo el soporte recibido y a cada una de las personas que han colaborado y apoyado la realización de firmas de libros y conferencias. Gracias.

Gracias a la vida que cada día me trae una nueva sorpresa, una nueva bendición.

Gracias a mi espíritu libre que no se está quieto, que no se conforma, que busca respuestas y que quiere, ante todo, ser abundante y vivir en plenitud.

# Introducción

En el año 2009, a partir de haberme divorciado, mi vida dio un vuelco de 180° y cambiaron radicalmente todos los aspectos que la conformaban. La parte más obvia y esperada fue la situación de pareja, ya que estaba acostumbrada a estar acompañada, a sentir un respaldo, a despertar junto a mi ex pareja y a saber que, sucediera lo que sucediera, él estaría ahí. Al terminarse la pareja, no solamente se resquebrajó lo obvio, sino que se rompieron muchas cosas más.

En mi caso se rompió el concepto de familia —mamá, papá, hijo e hija—. Al ver familias enteras caminando en un centro comercial, entendí que nunca más volveríamos a ser los mismos. Se perdieron relaciones de amistad; personas que pensé que nunca dejarían de estar en mi vida, desaparecieron sin más; algunas otras simplemente «tomaron partido» (como si fuera necesario) de uno u otro bando.

Los lazos que se forman con la familia política, tristemente, es inevitable que se corten al existir un divorcio, diluyendo así relaciones que en ocasiones pueden resultar hasta más significativas que las de la propia familia.

Otro aspecto que cambió de manera abrupta en mi vida fue el económico. En mi matrimonio, la situación financiera estaba bastante resuelta, se podría decir que hasta holgada. Al divorciarme perdí muchos de estos privilegios bajando mi nivel socioeconómico: de vivir en una casa de 387 m<sup>2</sup>, me cambié a un departamento de

130 m<sup>2</sup>; de manejar una camioneta del año, tuve que comprar un auto pequeño.

Mis ingresos también fueron en detrimento. Independientemente de que recibía una pensión para la manutención de mis hijos, no era suficiente y coincidentemente, en mi consultorio, comencé a quedarme sin pacientes. Todo parecía ir en mi contra. En aquella época contaba con tres tarjetas de crédito, cuyos límites, por alguna razón desconocida, eran altísimos. Gracias a estas tres tarjetas fue que pude salir adelante durante casi un año que duró mi agonía. Los resultados fueron: deudas altísimas, ingresos bajísimos y, como todo, llegó el momento en el que saturé las tarjetas y no tenía con qué pagar los compromisos adquiridos. Tuve que cambiar costumbres, hábitos, gustos, en fin, la vida de mi familia se transformó.

Tengo que decir que el año posterior a mi divorcio fue un parteaguas y lo puedo considerar uno de los años de mayores contrastes en mi vida. Por un lado, supe lo que era vivir en la angustia, la preocupación constante, la desesperanza y la carencia. Por ejemplo, todavía recuerdo el hoyo que sentía en el estómago al acercarme a la caja del supermercado o cuando llegaba el fin de semana y yo tenía solo un billete en mi bolsa con el cual podía comprar algo para la despensa, ponerle gasolina al coche o llevar a los niños al cine (eso sí, sin palomitas).

Sin embargo, por otra parte, fue un año de grandes bendiciones: aprendí a sostenerme sobre mis propios pies (¡al principio me temblaban las piernas!). De verdad entendí que dentro de mí existen la capacidad y la fuerza para salir adelante. Valoré a mis amigos, aquellos que estuvieron conmigo en esos momentos, quienes me ayudaron, pero sobre todo a los que creyeron en mí y me impulsaron de una u otra forma a salir adelante. Me acerqué y fortalecí los vínculos que me unen a mis hijos; aprendimos a conocernos más, a platicar más, a decirnos más veces «te quiero». Me volví creativa; en esos fines de semana sin dinero y con dos niños pequeños en casa, tuve



que inventar grandes cosas, como ir a volar papalotes al campo o ir a pescar truchas en un parque nacional. Todavía recuerdo ese día de pesca, al ir de regreso en el coche, mi hijo más pequeño me dijo: «¡Mami, este ha sido el mejor domingo de mi vida!». La verdad es que de haber tenido más dinero hubiéramos terminado en un restaurante o en un centro comercial y nos hubiéramos perdido de toda la magia que encontramos en esos momentos.

Sin duda, los aprendizajes más importantes que tuve en esa época fueron en torno a la abundancia: ¿Qué es? ¿Dónde se encuentra? ¿Cómo se manifiesta? ¿Cómo se reproduce?

También en algunos momentos de aquel año le reclamé a Dios y a mis ángeles: ¿No iban a ayudarme? ¡Me dijeron que todo iba a estar bien! Hoy entiendo que todo lo que sucedió tuvo su razón de ser; fue una gran lección que hoy agradezco profundamente.

Actualmente, luego de aquel año fatídico y maravilloso, todas mis tarjetas están liquidadas al 100%, estoy en un mejor consultorio, mi agenda de terapias está llena, doy cursos y talleres con mucho éxito, he escrito dos libros y un cuento infantil, cambié mi coche por otro mucho mejor, he viajado a donde he querido, mi situación profesional y económica sigue creciendo día tras día, he corrido siete maratonnes. Me siento sana y cada vez vivo de una manera más saludable. He aprendido muchas cosas sobre mí misma, entre ellas, a reconocer mi grandeza, mi propia Divinidad, estoy rodeada de amigos entrañables a los que amo, tengo una relación de amor, armonía y confianza con mis hijos (ahora ya adolescentes), tengo una excelente relación de cariño, respeto y buena voluntad con el papá de mis hijos, sigo estudiando y por si fuera poco tengo una conexión cada día más plena con el Creador, con sus ángeles y con sus arcángeles.

Sin duda, todo esto no hubiera podido ser posible sin la ayuda de los hermosos ángeles y sin sus enseñanzas sobre la abundancia y cómo manifestarla.

Pretendo, a través de este libro, plasmar todas estas enseñanzas sobre la abundancia que he recibido amorosamente de mis ángeles. Deseo compartir, a través de estas páginas, todo aquello que aprendí y que hoy se ha vuelto para mí una forma de vida, con el fin de que estas valiosas lecciones lleguen a todo aquel que esté dispuesto a recibirlas.

En este libro encontrarás, querido lector, conceptos e ideas, anécdotas, ejemplos, mensajes de los ángeles y ejercicios que te ayudarán a interiorizar estos conocimientos. Cabe mencionar que todas las anécdotas y ejemplos que describo son reales y, por razones de respeto, privacidad y ética profesional, en todos los casos, he cambiado los nombres de los protagonistas.

Elegí retomar algunos mensajes de los ángeles, recibidos en escritura automática y publicados en mi anterior libro *ESCUCHA A TUS ÁNGELES CON EL CORAZÓN*, ya que los considero de vital importancia para los temas que trataremos, aunque la mayoría de los mensajes que se presentan en este libro son inéditos. Verás que muchos están dirigidos en femenino “Mi niña hermosa... Querida mía” ya que me fueron dictados a mí y no quise modificarlos, pero no importa si eres hombre o mujer, los mensajes de los ángeles son también para ti.

Espero que, al igual que lo hicieron conmigo, los ángeles cambien tu vida y la conviertan en una sucesión de milagros.

Sinceramente,  
Angélica.



# 1

## ¿Qué es la abundancia?

La pregunta obligada para iniciar este libro es: ¿Qué es la abundancia? Y es que, en estos últimos tiempos, al parecer, se habla mucho de ella. Me parece que es una palabra un poco "comodina", de esas que se pueden utilizar de varias formas, de tal manera que, para algunos, abundancia puede significar una gran cantidad de algo o para otros puede significar riqueza o bienestar económico.

Según lo que me han enseñado los ángeles, la abundancia sí abarca estos dos conceptos, pero va mucho más lejos aún. Cuando hablamos de abundancia estamos hablando de una gran cantidad de aquello que nos hace felices, incluyendo el bienestar económico, entre muchas otras cosas.

La abundancia, entonces, abarca todos aquellos aspectos que aportan **gracia** a tu vida, es decir, felicidad, armonía, paz, cercanía, amor, tranquilidad, etcétera. O dicho de una forma diferente: la abundancia está compuesta por todos aquellos factores que **nutren** tu existencia, que te hacen crecer y ser un mejor ser humano.

Concluyendo: la abundancia la constituyen todos aquellos factores positivos en nuestra existencia.

