

# Amor en acción 2017

## por Gurumayi Chidvilasananda



Estén contentos, pensamientos míos, estén contentos



Cultiva tu poder genuino



Da descanso a tu mente



¿Has hablado últimamente con un buen amigo?



¿Has agradecido a un árbol por su generosidad?



¿Cuál es tu enfoque en la meditación?



¿Cuándo escuchaste por última vez el canto de un arroyo murmurante?



*jñānam annam*

El conocimiento es comida<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> *Shiva Sutras* 2.9



Date tu tiempo  
Tómalo con calma  
Todo va a estar bien



Con cada latido del corazón, crea positividad



Espontaneidad  
Sincronicidad



¿Cómo te sientes cuando alguien hace cualquier tipo de comentario sobre ti?  
¿Te gustaría evaluar tu reacción en una escala del 1 al 10?



Renovación  
Aroma  
Efervescencia  
Regocijo  
Respeto



*Yam: bīja*, o semilla, el mantra para el chakra del corazón.