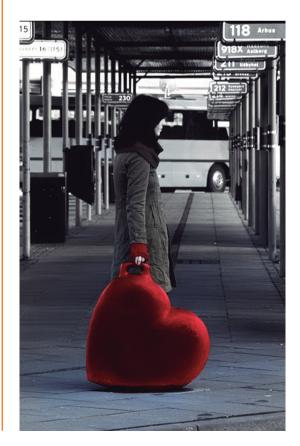
La prioridad de en esta época



MIRIAM SUBIRANA Directora del espacio Yesouisi, centro de Creatividad, Espiritualidad y Coaching. www.yesouisi.es Ofrece sesiones de acompañamiento espiritual y dirige retiros de fin de semana: "Caricias para el espíritu". Ha publicado varios libros que son reflexiones acerca de la soberanía personal, vivir sin miedos, el poder del pensamiento positivo, vivir en libertad para alcanzar nuestros sueños y encontrar lo esencial. Su último libro: El poder de nuestra presencia. www.miriamsubirana.com

ivir la generosidad y emanarla con nuestra presencia es prioritario en esta época de avaricia, consumo y distracción. La presencia generosa es la expresión de la abundancia del ser. No se trata de tener mucho, sino de ser y vivir en la conciencia de la abundancia. La naturaleza opera desde la abundancia. Es una abundancia basada en la

Cuanto más amor compartes, más amor tienes. Cuanto más generoso eres, más retorno recibes





confianza de que todo lo necesario saldrá a nuestro encuentro. Confiar nos ayuda a ser generosos.

Una presencia generosa comparte. Cuanto más amor compartes, más amor tienes. Cuanto más generoso eres, más retorno recibes. Podemos seguir el ejemplo de Gayatri que explica: "Cuando deseo algo me pregunto: ¿Qué es lo que puedo dar? Si por ejemplo quiero paz en el mundo, la pregunta es ¿cuál es mi contribución a esa paz? Si quiero amor, ¿cuál es mi contribución al amor? No somos seres vacíos, tenemos un porcentaje en nuestro interior de eso que deseamos." Al compartirlo, empieza a emanar y a crecer. Al compartir desde tu interior, despiertan los tesoros que albergas.

Muchas personas viven en la conciencia de la carencia, de lo que les falta y de lo que no va bien. Esta actitud nubla su visión que está plagada de imágenes negativas del pasado y del presente. Y las incapacita para crear imágenes positivas del futuro anhelado. Este

ser generosos

círculo vicioso genera cansancio Y actitudes defensivas y negativas. Les falta sincronía y empatía.

Cuando nuestro ser está dominado por la avaricia, sólo pensamos en cómo tener más y conseguir más. Es como si nunca tuviéramos suficiente. Siempre queremos más y más. Hemos creado una sociedad de consumo fundamentada en la necesidad, en la avaricia y en la conciencia de escasez.

Para ser generosos es necesario cambiar el discurso de lo que no funciona y de las carencias. Las palabras crean mundos, y si nuestro discurso está basado en lo que no funciona, seguiremos anclados en las carencias. Nuestro corazón permanecerá encogido y nuestra mente limitada.

Las imágenes también crean mundos. Por eso es necesario aprender a crear imágenes de positividad que broten del agradecimiento y de la apreciación. Imágenes que surgen de la confianza en un futuro mejor, y de vivir los valores que dan sentido a nuestra vida.

La generosidad emana de un gran corazón, de un corazón abierto y de un corazón fuerte. La presencia generosa valora a los demás y los tiene en cuenta.

Extracto del libro *El poder de nuestra creencia*. *Guía de coaching espiritual*. Editorial Kairós.

Regístrate en www.on-clinic.com y disfruta de miles de descuentos

iTE LO ESTABA PIDIENDO EL CUERPO!











