Tengo todo el tiempo del mundo

Liberarme del tiempo

Hay pocos motivos para que yo realmente necesite hacer algo con prisa.
En la prisa, pierdo mi conciencia del amor y la libertad.
En la prisa me pierdo.
*
Observo la sensación de prisa:
impaciencia, ansiedad, tensión, preocupación, estrés y precipitación.
En la prisa me lanzo a vivir entre errores y torpezas, trato mal a las personas y a mí mismo.
La prisa es miedo.
*
Me paro durante tan solo 60 segundos,
una cantidad de tiempo inútil en el mundo del tiempo,
pero suficiente para recordarme.
Relajo el cuerpo, respiro hondo y lentamente,
suelto todos los pensamientos que me sujetan.
Detengo el tiempo y digo muy profundamente:
Tengo todo el tiempo del mundo.
*
Lo repito suave y lentamente, coherente con lo que expreso.
Respiro y siento, me entrego a la confianza en este momento.
Suelto el tiempo.
*
No soy un cuerpo. Soy libre.
Tengo todo el tiempo del mundo.
Respiro y me entrego al silencio.
*
Regreso al mundo, abro los ojos
miro a mi alrededor en total quietud.
Siento. Valoro este instante tal como es.
Descubro el presente y busco en él la belleza y el gozo.
*
Libero a mi mente de la prisión del tiempo.
El universo no tiene prisa.
*
Solo la paciencia infinita produce resultados inmediatos.
El único resultado que verdaderamente anhelo es la paz.
Tengo todo el tiempo del mundo.

Agradecer es amar recibiendo

Aceptar por fin la grandeza

Me abro a sentir agradecimiento. Es natural.
Es mi mente gozosa,
mi conexión con el sentir de la grandeza.
Es la percepción correcta de todo,
porque es amor.
Agradezco las cosas sencillas que valoro.
Agradezco la salud, las cosas y las facilidades cotidianas.
Agradezco sin comparar, me centro en el sentir.
La gratitud es alegría pura por ser.
Gracias.

*

Agradezco mis relaciones, cada persona y
cada sensación compartida.
Agradezco la risa y la palabra, la mirada y la caricia,
el calor de compartir.
Siento el agradecimiento.
Es alegría pura por ser.
Gracias.

*

Agradezco mi conciencia, mi libertad, mi entrega.
Todo aquello que sienta dentro de mí con sinceridad,
lo valoro y lo agradezco.
Gracias.

*

Gracias por que siento que estoy sanando la mente,
gracias porque estoy en el dulce y perfecto camino del amor.

*

Agradezco finalmente sin dirigirme a nada,
simplemente me entrego a la gracia de la Vida.
Acepto mi grandeza, la recibo.
Gracias, gracias, gracias…

*

Y dejo expandirse mi gratitud,
irradiando desde el centro de mi corazón.