

Expresión



ORIENTACIÓN 20

La danza del gozo

Aleluya. Hoy despierto. Hoy me conozco. Hoy reconozco el Amor en todas las cosas. Hoy nada me detiene. Soy Dios.

Hoy soy el goce de Dios. Hoy soy un niño infinito. Hoy veo el Amor, hoy vibro en el corazón de la danza del Universo. Hoy soy alegría sin pena. Soy la mismísima libertad de Dios.

Hoy soy la Alegría de Dios, el poder que regenera, el poder que me hace discernir, el poder de la manifestación. Hoy conozco la alegría de la Verdad: es el propósito pleno y original de Todo.

Puntos de observación

- Observa los obstáculos a esta primera idea: el gozo en la experiencia de la forma.
- Siente tu capacidad para extender el goce al comer, al beber, al vestirse, al pasear. Ofrecete a Dios.
- Revisa tus nociones de enfermedad, la idea de eternidad y regeneración. Déjalas en la expresión.
- Observa tus pensamientos al respecto de aceptar la alegría eterna sin opuesto.

Cierro mis ojos, respiro y siento la expresión.



Meditación, enfoque y contemplación

- Detente. Soy Dios

Guía de contemplación:

- Extender el goce

Deseo compartir mi experiencia de esta semana

- Si sientes que deseas compartir algo de lo que has vivido en esta semana con tus compañeros, por favor, al término de esta semana, usa el EMAIL de RESPUESTA que incluye la lista de compañeros y haz clic en "RESPONDER A TODOS".
- No incluyas ningún archivo, borra el contenido del EMAIL RESPUESTA y en su lugar escribe tus experiencias y reconocimiento de esta semana.
- Envía de nuevo el mismo email, pero SOLO a tu tutor.

Gracias, tu retroalimentación nos facilita recordar que lo compartido toma diferentes formas sin dejar de ser lo compartido. En ti vemos la expresión.