



Enciende tu luz

Jeff Foster

Simplemente enciende tu luz con más fuerza



“Cuando alguien te insulta, o te reduce a una cosa,
Cuando te dan un consejo que no solicitaste,
Cuando te echan la culpa por su dolor,
Cuando no te escuchan, y sólo hablan de ellos mismos,
Cuando te comparan con los demás,
Cuando te ignoran, invalidan, juzgan o se burlan de tus pensamientos y sentimientos...”



Detente. Respira.

Recuerda que es su dolor, no el tuyo.

Recuerda que ellos están soñando el único sueño que pueden soñar hasta que despierten.

Recuerda que no te conocen a ti, sólo a su propia fantasía.

Tal vez a ellos les resulte demasiado difícil amarse a sí mismos.

Tal vez ellos busquen su valía en el exterior.

Tal vez ellos estén desconectados de su aliento, de su cuerpo, de su preciosa vitalidad, de su verdadera vocación.

Tal vez ellos viven en un mundo dualista donde hay bueno y malo, correcto e incorrecto, éxito y fracaso.

Tal vez ellos olvidaron la simple alegría de vivir.

Tal vez tú entiendas esto.

Tal vez tú has estado donde ellos han estado.

No trates de cambiarlos ahora. Quizás nunca cambien.

No intentes corregirlos. Ellos no están pidiendo ser corregidos.

Cuanto más presiones, más se alejarán de ti.

No te enredes en su urdimbre de tristezas.

Ve con claridad, incluso ten compasión, pero no presiones.

Está bien que ellos se sientan molestos. En verdad sí.

Dales espacio para que se sientan molestos.

Está bien que se sientan decepcionados de ti.

Dales espacio para que se sientan decepcionados.

Está bien que te juzguen. Abre un espacio para sus juicios, también.

Dale cabida a tus propios pensamientos y sentimientos!

Permítete sentirte triste, enojado, culpable, desconfiado.

Deja que todas esas valiosas energías te bañen por dentro.

No te harán daño, si les permites moverse.

El Místico

Si consideras a muchos guardianes en este viaje.

Recorre tu camino de todos modos, y permite que los demás recorran el suyo.

No tienes que justificar tu camino, ni defenderlo.

Mantente cerca de ti mismo en estos tiempos difíciles.

No luches contra la oscuridad; no tiene ningún poder de todos modos.

Simplemente enciende tu luz con más fuerza.”

Enciende tu luz - Jeff Foster

- Jeff Foster



•
•