

Tiempo

Hola Yogis,

¿Pudieron detectar su mente jugando el juego de comparación que mencione en el correo de la semana pasada?

Si pudiste corregir tus patrones de pensamiento entonces le quitaste tiempo a los patrones y comportamientos perturbados para aplicar acciones y pensamientos positivos, tranquilos y llenos de claridad.

Con que le regreses 10 segundos a tu vida por hacer esto, valió la pena y es un logro admirable.

Esto nos trae a lo más valioso que tenemos en la vida; el tiempo.

Por más pequeñas las decisiones que tomemos en respecto a que hacer con nuestro tiempo son los precisos momentos que definen nuestra alegría en la vida, muchas veces minuto a minuto.

Sentir alegría te regresa al presente.

En mi trabajo tengo el placer de conocer a humanos maravillosos a un nivel profundamente personal. Me toca trabajar con personas de diferentes orígenes étnicos, nacionalidades y tal vez aún más importante, de diferentes situaciones socioeconómicas. Entre más personas conoces más comprendes el significado de la palabra “éxito”.

En los Estados Unidos ese termino implica “Rico, por la fuente principal de tus ingresos”. Encuentro esa definición bastante equivocada.

El verdadero éxito le pertenece a personas que logran dividir su tiempo de manera positiva, no con fin de maximizar su productividad, pero para maximizar su felicidad. Productividad

puede darnos, a corto plazo, una sensación de orgullo, que también tiene valor emocional, pero la productividad no es un vehículo singular en nuestro trayecto hacia la paz interna verdadera.

Ayudar a las personas en situaciones donde tal vez no tengamos el tiempo para hacerlo, simplemente siendo buenos y haciendo pequeños sacrificios de cantidades aún mas pequeñas de tiempo en situaciones donde no tenemos ninguna expectativa de que nos regresen el favor, sin duda nos llevará hacia el tipo de felicidad que no puede ser comprada por ningún otro tipo de moneda más que con tu tiempo.

Ayudar a un anciano con sus tareas, preguntarle a un extraño en el parque que parece estar teniendo un día malo si está bien, sonreírle por unos cortos segundos a alguien que necesita de la energía cálida de otro humano, preguntarle su nombre a un vagabundo y proceder a usarlo para regresarles un poco de su dignidad al compartir en un intercambio comúnmente humano, son pequeñas inversiones de tu tiempo que causan ondulaciones en el campo energético que nos rodea. Estas ondulaciones tienen el poder de causar mas cambio en la felicidad de los demás, no solamente la tuya. Esta es le esencia de nuestro súper poder humano.

Invirtiendo todo un día o hasta varias semanas de tu vida a caridad o cualquier acto clemente te llevará a la iluminación verdadera, no solo al “éxito”.

Que tengan un feliz día,
Rae

Consulte nuestros boletines anteriores en nuestro sitio web:
<https://www.worldyogainstitute.com/newsletter>

