



SALUD ZEN

ESCUELA DE LUZ Y CONSCIENCIA

Escuela Macrobiótica, Medicina Natural y Oriental
Escuela Terapias Naturales y Artes Orientales
Consulta de Nutrición Holística y Salud Natural
Consulta de Terapias Naturales Integradas
Qi Gong, Tao, Meditación
Conferencias y Talleres

EL MUNDO DE LOS CAMBIOS

Todo está en constante cambio, en constante movimiento. El universo se transforma, cada momento es único y distinto del anterior. El sol, las estrellas y los planetas de nuestro sistema solar cambian, arrastrando y dando movimiento a nuestra galaxia. La tierra tiene un movimiento de rotación alrededor de ella y uno de traslación alrededor del sol. La luna se muestra distinta en función de sus fases lunares. El mar cambia, subiendo y bajando su marea. El interior de nuestro cuerpo es una continua transformación. La sangre circula sin parar un solo instante, el corazón late, los pulmones respiran, los impulsos nerviosos recorren nuestro cuerpo, el hígado juega a ser nuestro laboratorio, los riñones filtran, los intestinos seleccionan lo que vale y lo que no vale. Y todos estos cambios se produce en perfecta sincronía de manera involuntaria. Esto simplemente refleja la belleza del cambio.

EL movimiento de las cosas es lo que permite el cambio. No se puede cambiar nada sin movimiento. La naturaleza cambia cada día, dando lugar a las estaciones y a los climas. A su vez, cada año es diferente del anterior. Cada ciclo biológico es auténtico y único. Los seres vivos y los animales se transforman. Los gusanos se convierten en mariposas. Las semillas en plantas. El agua si hace frío se congela y si hace calor se evapora. Si quemamos un papel en la hoguera se convertirá en cenizas. Si miramos a nuestro alrededor descubrimos que la vida está hecha de cambios, de transformaciones.

Nosotros nacemos siendo bebés, nos hacemos niños, crecemos y maduramos hasta hacernos mayores y viejos. Nos cargamos de experiencias, de cambios que nos van transformando por fuera y por dentro. A través de las relaciones sociales compartimos nuestros cambios y descubrimos como cambian nuestros hijos, nuestra familia y amigos.



SALUD ZEN

ESCUELA DE LUZ Y CONSCIENCIA

Escuela Macrobiótica, Medicina Natural y Oriental
Escuela Terapias Naturales y Artes Orientales
Consulta de Nutrición Holística y Salud Natural
Consulta de Terapias Naturales Integradas
Qi Gong, Tao, Meditación
Conferencias y Talleres

Entre todos estos cambios que nos rodean y llenan nuestras vidas, existen cambios pequeños y otros más grandes pero siempre hay alguno muy importante que nos deja huella. Un cambio que nos hace despertar, madurar emocionalmente o darnos cuenta de algo bello. Un cambio que marca nuestro corazón, da un giro a nuestro rumbo, nos hace redescubrirnos u orienta nuestras vidas en otro sentido. Quizás hasta hayamos vivido cambios que nos conecten con un propósito nuevo en la vida, algo que no esperábamos pero que la magia de los cambios y esta transformación de la energía te pone en el sitio de la vida en el que debes de estar.

Para fluir y nadar en este río de cambios y que puedan llegar a convertirse en cambios más profundos y reveladores en nuestras vidas, tengo que permitir la posibilidad de que eso suceda. Al igual que el miedo nos paraliza, nos tensa, no nos deja expresarnos y ser nosotros mismos; son el amor y la confianza los que generan movimiento en nuestras vidas, permitiéndonos aceptar los cambios que van llegando y proporcionándonos la capacidad para gestionarlos. El cómo los vivimos es lo que permite la consecución de los cambios y nuestro fluir por ellos. El universo se encarga de que nos convirtamos en lo que necesitamos ser en cada momento, en función de las posibilidades que generamos.

El Tao dice: “lo que viene conviene”

Dependiendo de si vivimos desde el amor o desde el miedo fluiremos por el mundo de los cambios de una manera o de otra. En cualquier caso el humor, la risa o una sonrisa verdadera que nazca de lo más profundo de nosotros hará que los cambios sepan mucho más bonitos.



SALUD ZEN

ESCUELA DE LUZ Y CONSCIENCIA

Escuela Macrobiótica, Medicina Natural y Oriental
Escuela Terapias Naturales y Artes Orientales
Consulta de Nutrición Holística y Salud Natural
Consulta de Terapias Naturales Integradas
Qi Gong, Tao, Meditación
Conferencias y Talleres

Mira a tu alrededor... todo es energía, la energía no se crea ni se destruye, sólo se trasforma. Por eso es el movimiento el que permite la vida, la posibilidad del cambio. Vivimos en el mundo de los cambios, nada es permanente, todo es pura transformación, pura vibración y energía en movimiento. Formamos parte de un cambio global y universal.

Los cambios son la suma de muchas cosas. Son el efecto de lo que hemos vivido. ¡¡Compártelos!!

¡Pinta los cambios de los colores con los que necesites verlos para atravesarlos!

¡Confía en ti y el cambio te hará grande!

¡Súbete a él y fluye. Adopta el cambio. Sólo intentarlo ya merece la pena!

¡No te resistas a él. Crecer es cambiar!

La vida de cada ser es especial, mi vida es única y distinta a la de cualquier otro y por eso nos toca vivir a cada uno una aventura diferente.

¿Desde dónde eliges vivir la tuya...?

Txiki Soto

*Director y Profesor de Salud-Zen
Escuela de Macrobiótica, Medicina Natural y Oriental
Escuela de Terapias Naturales y Artes Orientales
Terapeuta Holístico - Coach de Salud*

Copyright © 2017 Salud-Zen, Escuela de Luz y Consciencia S.L

<<El Texto que contiene este artículo, publicado en internet,
tiene derecho de autor, siendo Salud-Zen la propiedad intelectual
y la única que puede usar este texto en publicaciones de libros y obras posteriores>>