



SALUD ZEN

ESCUELA DE LUZ Y CONSCIENCIA

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

DEFINICIÓN DE SALUD ESCRITA CON EL SENTIMIENTO DEL CORAZÓN

La salud es vivir con magia.

La salud es vencer los miedos poniendo amor y pasión a nuestras vidas.

Es el sabor de lo pequeño, es perseguir un sueño, es tocarlo.

Es el sentimiento de gratitud por ser y estar en el mundo.

Es enamorarse de la vida.

Es conseguir paz y calma interior.

Es sentir que hay algo imperturbable dentro de cada uno de nosotros, que es para siempre.

Es sentir que ese algo es el alma y nos hace formar parte de lo divino.

Es sentir el latido de nuestro corazón.

Es sentir el amor que llevamos dentro.

Es una mirada llena de luz capaz de iluminar el universo entero.

Es una sonrisa que desprende alegría.

Es sentirte parte de un todo.

Es sentir que necesitamos al otro para sentirnos seres completos.

Es sentir tu vida y no pensar tu vida.

Es aceptarnos y amarnos. Es valorarnos. Es autoreconocimiento.

Es coraje para superar los patrones limitativos de la sociedad moderna.

Es fluir con lo que me trae la vida.



SALUD ZEN

ESCUELA DE LUZ Y CONSCIENCIA

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

Es mostrarse con nuestros defectos y virtudes, eso nos convierte en seres auténticos.

Es la actitud con la que se viaja por la vida.

Es confianza, paz, amor, respeto, tolerancia y compasión la frecuencia de más alta vibración

Es poner el alma en todo lo que hago.

Es vivir al cien por cien.

Es vivir con eumoción, eumocionarse, poner pasión a todo lo que hago.

Es la mano que toca con el corazón.

Es sentirse amado por los otros.

Es dejarse amar.

Es perseverancia por seguir el camino que te hace sentir libre.

Es la fuerza que te hace tomar decisiones para seguir creciendo.

Es lo que siento cuando amo.

Es permitir a cada persona vivir su propia experiencia.

Es presencia, dejar ir, soltar.

Es pasar por la vida poniendo magia al tiempo.

Es contagiar alegría e ilusión.

Es la mente que siente aprecio por los demás y desea liberarlos de su sufrimiento.

Es comprender que los niveles celulares dependen de mi ánimo, mi actitud, mi forma de ser y vivir, de la confianza depositada en uno mismo y en el proceso de la vida.

Es ayudar al otro porque sientes que una parte de ti está en él y una parte de él está en ti.

Es creer en ti, pase lo que pase.

Es aceptar la verdad del otro para poder aceptar tu propia verdad.

Es poner mi atención en la parcela de la vida que quiero que crezca.

Es luchar por aquello en lo que creo.

Es sentir que el amor es la fuerza que transforma y mejora el alma del mundo.

Es sentir que este alma es parte del alma de Dios y esta última es tu propia alma.

Todos estas definiciones acerca de la salud debería despertar en nosotros un sentimiento de gratitud y de gozo infinito, dándonos la calma y paz interior que necesitamos para disfrutar de nuestro camino, libre y feliz.

La salud no es un derecho, es una obligación. Cuando nos sentimos sanos, alegres y contentos, conectamos con la magia, el coraje, el talento..., y entonces estamos bendiciendo al mundo con nuestra existencia.

Esto nos hace sentir que somos los verdaderos creadores de nuestro destino.

Cuando realmente quieres que algo suceda, el universo entero conspira para que tu deseo se vuelva realidad.

Si tu salud y tu estado de ánimo no es el que deseas... ¡Cámbialo!

Tu estilo de vida y tu deseo profundo y verdadero de perseguir tu sueño, te permitirán lograrlo.

El secreto de la salud es no dejar de tener sueños e ilusiones para mantener siempre un alma viva.

La Felicidad es Amor. La Salud es Amor y el Amor es el motor del Mundo.

El Amor es mucho más que un sentimiento, es nuestra Verdadera Naturaleza.

Las Almas no tienen sexo, raza, religión ni nacionalidad. Son simplemente Almas, la forma pura del Amor.

No somos Seres Humanos atravesando una Experiencia Espiritual. Somos Seres Espirituales atravesando una Experiencia Humana.



SALUD ZEN

ESCUELA DE LUZ Y CONSCIENCIA

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

Como el río con el mar. Todo en la vida desea fusionarse, hacerse uno con la Totalidad.

La decisión de formar parte de la energía creadora depende de cada uno.

Y no para provecho personal sino por las fuerzas del Universo mismo.

Sólo entonces sentiremos pasión, siempre, pase lo que pase, por este Juego Divino llamado Vida.

Todas estas frases hablan de Amor, Paz, Felicidad, Gratitude, Compasión, Unión... y realmente sentir esas emociones en nuestro Corazón, eleva nuestra Alma, despierta nuestro Espíritu y nos muestran que la verdadera Salud está en nuestro Interior.

Txiki Soto

*Terapeuta Holístico & Coach de Salud
Consultor en Macrobiótica & Medicina Oriental
Experto en Terapias Naturales Integradas
Director & Profesor de Salud-Zen
Escuela Macrobiótica, Medicina Natural & Oriental
Escuela de Terapias Naturales & Artes Orientales
Escuela Tao, Zen & Meditación*

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>>