EJERCICIO DE LA TOMA DE CONSCIENCIA DE LA PAZ INTERNA

POR JULIO BOGEAT

CONGRESO DESPIERTA 7 AL 9 DE OCTUBRE- FUNDACION VIVO SANO

Responde a estas preguntas:

¿Qué es aquello con "que te has quitado" la paz en el día de hoy?

¿Qué es aquello que necesito comprender acerca de lo que me ha quitado la paz?

Una vez que lo comprendo, ¿es más fácil aceptarlo?, ¿es más fácil trascenderlo?

Acerca de las tres herramientas del crecimiento espiritual:

1- ¿Qué es aquello que me da paz?

2- ¿Entreno lo suficiente aquello que me da paz?

3- ¿Manejo mi energía vital?, ¿cómo lo hago? Escribo un plan para la próxima semana: