

MARTHA LUCIA VALOS

Fuente de inspiración, entusiasmo y motivación

Una de las grandes fuentes de inspiración es la oración, ella nos lleva a conectar con lo superior con lo Divino. La oración es una energía que fortalece, que eleva la conciencia hacia una comprensión más profunda, es alimento para el alma, nos saca de la rutina material y mental cotidiana a un mundo de paz y consuelo y si hago de la oración algo permanente y logro hacer de mis obligaciones cotidianas y del esparcimiento un medio de conocer mi propio ser logro vivir en el desenvolvimiento, la conexión permanente es el ancla que me mantiene confiado en medio de las tormentas inevitables de la vida. Otra fuente de inspiración es la autorreflexión, la introspección, tenemos para ello las detenciones, el ex retrospectivo, todo ello nos lleva a conocernos, nos inspira a anhelos superiores.

La meditación nos enamora de nuestro mundo interior, de nuestra esencia.

El estudio de las enseñanzas dictadas por nuestros Maestros, por los Maestros de las diversas tradiciones espirituales.

La naturaleza que nos muestra los ritmos, la resiliencia, la impermanencia, interconexión.

Los espacios de encuentro, los retiros, las reuniones, la meditación en grupo.

El darnos al servicio de los demás según los dones de cada uno

DAI integrar las enseñanzas a la vida cotidiana, llevamos el mensaje de la renuncia, de Empatía, de claridad. Escuchar lo que nos susurra la propia conciencia profunda, cuando callamos el mundo exterior es la gran fuente de inspiración, de motivación y entusiasmo