

19 NOV. 2010

EL AMOR ES ESTAR ATENTO

De *El Poder*, de
Rhonda Byrne (*Urano*)

“Has de estar atento para sentir el amor de todo lo que te rodea. Has de ser consciente de todo lo que tienes a tu alrededor para amarlo, de lo contrario te perderás muchas cosas. Has de estar atento para ver las cosas que te gustan. Has de estar atento para oír los sonidos que te gustan. Has de estar atento para notar el aroma de las flores cuando pasas por su lado. Has de estar atento para saborear realmente los alimentos que comes y degustar todo su sabor. Si vas por la calle ensimismado en tus pensamientos, te lo pierdes todo. Esto es lo que sucede a las personas la mayor parte del tiempo. Se quedan hipnotizadas escuchando sus propios pensamientos, entran en una especie de trance y no son conscientes de lo que las rodea (...) Cuanto más amor des, más atento y consciente serás. El amor aporta atención al máximo. Cuando todos los días haces el esfuerzo consciente de observar el máximo número de cosas que te gustan, adquieres un mayor grado de atención y conciencia”.



Verónica Palmieri