



## **EL ARTE DE LA GRATITUD por Edith Palomares** **([egunariz@gmail.com](mailto:egunariz@gmail.com))**

Por lo regular el ser humano se la pasa subrayando el egoísmo de los otros sin advertir que el simple hecho de subrayarlo delata ya su propio egoísmo, deja de dar cabida a sentimientos egoístas, deja de mirar lo que te hace, mejor mira lo que tu haces o lo que dejas de hacer.

La gratitud es una tarea educativa como todo trabajo de formación de la personalidad. Es una escala sentimental que hay que ir subiendo con buena voluntad, pisando cada tramo con la fuerza de los mejores deseos y el autocontrol.

Un corazón agradecido debe saber dar, dar siempre, bajo la luz del conocimiento y teniendo como objetivo una vida más feliz. El dar esta muy por encima del esperar y del recibir, tanto como el egoísmo dista de la radiante generosidad.

La generosidad es siempre una disposición constructiva y realizadora, penetrada de una saludable emoción. Si queremos un corazón feliz hay que aprender a dar. Vivimos esperando a los demás, exigiendo que lleguen a nosotros y nos atiendan y que por ningún motivo nos estorben o lastimen y si un corazón esta amargado le parece que los demás son injustos porque ha dejado de desarrollar la generosa gratitud.

En la actualidad hacen falta personas que sepan dar sin esperar nunca nada a cambio ya que la vida misma les dará su recompensa, esplendida y rebosante. Hacen falta personas que sepan dar sin esperar a que se adelanten otros, que sepan dar siempre lo que tengan, lo que puedan y lo que sepan.

Hay que dar con sencillez porque la mejor recompensa al dar es el haber dado. Hacen falta personas que den con tal sencillez que su gesto sea traducción de naturalidad, como si nada hubiera que hacer después, sino dar otra vez.

Dar con sencillez es dar con AMOR. Los actos externos poco o escaso valor tienen si dejan de venir respaldados por una disposición interior. El dar jamas puede causar quebranto o fatiga al contrario da una inmensa dicha que interiormente enciende en nuestro interior las lámparas de la alegría.

La alegría interior es la garantía de una exacta generosidad, ninguna persona puede decretarse feliz hasta que haya aprendido a cultivar la alegría, la estima, la ternura y la buena voluntad, hasta el punto de hallarse determinado a ser feliz todos los días haciendo a otros mas felices.

Te invito a esmerarse en el arte de la gratitud, recuerda que lo que mas vale es una sonrisa y una mirada de un corazón agradecido. Nada alegra tanto la vida propia y la de los demás como el espíritu de gratitud y recreate contemplando los beneficios que recibes, la vida, la naturaleza, la gente, la

### **Cursos**

Reiki Gendai Ho

Nivel I Shoden

Junio y Julio de 2007

Reiki Nivel II Okuden

Julio del 2007

Reiki Nivel III Shinpiden

Julio del 2007

Lugar: Centro Shamballa, Hda el Lobo 501 esq. Prol. Zaragoza, Querétaro, informes e inscripciones a los tels: 442-2179239 cel: 044-4422261000

[informacion@reikiqro.ws](mailto:informacion@reikiqro.ws)

[inscripciones@reikiqro.ws](mailto:inscripciones@reikiqro.ws)

<http://www.reikiqro.ws>

### **Links Recomendables**

<http://epaloma.bravejournal.com>

<http://www.tendiendopuentes.com>

<http://www.viveconpnl.org>

<http://www.elmistico.com.ar>

<http://www.hermandadblanca.org>

<http://www.haniaescribe.com>

### **Noticias y Mas**

Libros recomendables:

- 1.-LA BRUJA DE PORTOBELLO de Paulo Coelho.
- 2.-ANATOMIA DEL ESPIRITU de Caroline Myss.
- 3.-LOS SECRETOS OCULTOS DEL AGUA de Masaru Emoto.

sociedad y el esfuerzo de muchos a tu favor, agradece siempre y haz favores aunque no te lo agradezcan, vive la vida con señorío amando la sencillez.

La humanidad no hará caso de ti, mientras tu no hagas caso a la humanidad, deja de pensar en formulas milagrosas, vuelve a tu interior y examínate y echa por la ventana todas tus manías, miedos, inseguridades, egoísmos y falsos orgullos, se agradecido con la energía creadora, con el universo, con la vida y con todos tus hermanos de vida con los que compartes este hermoso hábitat.

### **MOLIENDO PENSAMIENTOS por José García([joegarciac@hotmail.com](mailto:joegarciac@hotmail.com))**

Me senté en mi sofá favorito disfrutando de una rica y aromática merienda, mientras la mullida superficie se amoldaba a mi cuerpo, escuche a lo lejos el estruendoso choque de las nubes, percibiendo su vibración translúcida desde el piso hasta mi cuerpo, alce un poco mi rostro y observe como el ultimo rayo del Sol entraba directo hacia mi librero por la ventana, iluminando en ese tono especial el lomo de ese viejo libro, mi curiosidad aumento, y estire el brazo, sacando el polvoroso volumen de entre los demás, lo abrí justo en la menos probable de sus paginas, y comencé a leer, a partir de ese párrafo, comenzando así...el servatillo se interno en el espeso bosque, olfateando profusamente la humedad de la tierra recién mojada, mientras su respiración se seguía serenando, y los rayos de luz pasaban por entre los árboles, calentando y vaporizando la humedad de entre su pelaje, escuchando el eco de sus propias pezuñas reflejado desde las rocosas paredes lejanas, mientras seguía caminando cada vez mas lentamente a través de la hojarasca, que crujía a su paso...como el crujir del molino, al triturar las semillas de trigo en la molienda, para preparar el pan mas exquisito, esperado ansiosamente por la gente de la Villa Bonita, con cada vuelta el estrépito cambiaba de tono y de ritmo, dando una señal clara al molinero de que la harina ya esta casi lista, mientras evocaba las palabras del gran sabio cuando dijo: Las Leyes Físicas son las muelas que trituraron a alguien que fue el grano...cuando ignoro como ser el molinero, y así la enorme roca dio unas vueltas mas antes de sacar la 1era tanda, proveniente de la cosecha de la temporada, el había esperado largo tiempo, después de la sequía, el molino había parado por meses, ahora el esta feliz y emocionado, sintiéndose extraordinariamente bien, recordando lo dicho por el mas viejo de su pueblo...absolutamente todo es pasajero, todo pasa...

y así paso el servatillo a través de ese paraje solitario, sintiendo todavía la sangre bombeando a un ritmo cada vez mas relajado a través de sus venas, después de esa carrera impetuosa a través del bosque, y feliz de haber largado por muchas leguas a su perseguidor, sintiendo un gran alivio y permitiendo a su cuerpo reposar sobre una cómoda cama de hojas, todavía su sudor bajaba por la punta de su oscura nariz, tal como comenzaba a escurrir la 1era gota de lluvia en la ventana de mi estancia, mientras seguía leyendo este delicioso libro y mis pensamientos volaban, al paralelo del humo de ese chocolate espeso recién preparado, mientras tome un trozo de dulce pan y deje que este se deshiciera en mi boca, asimilando lo mas nutritivo desde ese momento y siempre, recordando así las palabras de la abuela que decía:...la casa se me antoja mas acogedora cuando llueve...

### **MITOLOGIA, CUENTOS FANTASTICOS O SABIDURIA DEL PUEBLO por Edith Palomares ([egunariz@gmail.com](mailto:egunariz@gmail.com))**

La Mitología dista mucho de ser un conjunto de cuentos fantásticos y vacíos de sentido, por el contrario, representa una forma de expresión de la Sabiduría Tradicional o Popular. Esto es un hecho en lo que se refiere al tronco principal de las mitologías de los diferentes pueblos, pero no cabe duda de que los mitos secundarios y de tercera fila ya pierden bastante la

4.-26 CUENTOS PARA PENSAR de Jorge Bucay.

5.-EL CABALLERO DE LA ARMADURA OXIDADA de Robert Fisher.

CD'S recomendables:

1.-HAREM de Sara Brightman.

2.-AFTERGLOW de Sara McLachlan.

3.-CLOSER de Josh Groban.

4.-THE VISIT de Loreena Mckennitt.

5.-SOMETINES I DREAM de Mario Frangoulis.

DVD 'S recomendables:

1.- EL HOMBRE ELEFANTE Un film de David Lynch.

2.- YO SOY SAM con la actuación de Sean Penn y Michelle Pfeiffer.

3.- HAPPY FEET EL PINGUINO Director George Miller

4.- TRES COLORES: AZUL, BLANCO Y ROJO la trilogía de Krzysztof Kieslowski.

5.- GANDHI Director Richard Attenborough.

Frase del mes:

"Actuamos como si el lujo y la comodidad fueran lo más importante en la vida, cuando lo único que necesitamos para ser realmente felices es algo por lo cual entusiasmarnos."  
de Charles Kengsley

Aportaciones:

Si quieres hacer alguna aportación a esta tu revista, o bien hacernos algún comentario o sugerencia, solo tienes que enviarla al correo [chispasdeluz@reikiqro.ws](mailto:chispasdeluz@reikiqro.ws)

profundidad, aunque casi siempre tienen alguna moraleja como sucede en las famosas fábulas.

En el caso de la mitología griega, una de las más conocidas y difundida, está integrada por una extensa colección de relatos que explica los orígenes del mundo, detallando las vidas y aventuras de la gama de dioses griegos, héroes y otras criaturas mitológicas. Estos relatos fueron creados y difundidos en un inicio, mediante una tradición oral y poética, aunque actualmente los mitos griegos se conocen principalmente gracias a la literatura como es el caso de la Iliada y la Odisea entre otros muchos libros famosos. Así mismo, los arqueólogos han hecho hallazgos de los yacimientos arqueológicos en Micenas que han ayudado a aclarar muchas de las cuestiones sobre las épicas de Homero y han proporcionado pruebas de muchos de los detalles mitológicos sobre dioses y héroes.

Una parte interesante de la mitología es el hecho de que nuestros antepasados ponían pasiones y amores humanos en los dioses, a la vez que les atribuían poderes supranormales. Esto es fácil de explicar, ya que lo que hoy nosotros traducimos como dioses era, para ellos, la representación de las fuerzas rectoras del universo. Y, de acuerdo a la sentencia hermética de ..como es arriba es abajo.., las debilidades y potencias de los dioses podían ser, aunque no necesariamente, las de los hombres. En base a lo anterior podemos decir que un mito es simbólicamente un cúmulo de experiencias humanas expresadas en forma artística y simbólica.

El logro de la poesía épica fue crear ciclos históricos, y como resultado de ello desarrollar un sentido de cronología mitológica. Nuestros antepasados, estaban muy atentos al comportamiento de los dioses, pues ellos sabían que esas potentísimas fuerzas tenían efectos inmediatos sobre la vida terrestre, ejemplo de esto el dios del sol conocido como RA de Egipto y Tonatiuh por los aztecas. De ahí que todas las culturas antiguas como los mayas, aztecas, hindúes, egipcios, griegos, romanos, celtas, etc tuvieran gran respeto a esas energías realizando ceremonias Mágicas destinadas a contrarrestar en lo posible, con el poder mental y la voluntad de los antiguos Iniciados y, en los momentos propicios determinados por la posición de los astros, a esas vibraciones energéticas que manejan nuestro planeta.

<http://www.reikiagro.ws>