

# Amore in azione 2017

## di Gurumayi Chidvilasananda



Siate lieti, pensieri miei, siate lieti



Coltiva la tua vera forza



Fai riposare la mente



Hai parlato con un buon amico recentemente?



Hai ringraziato un albero per la sua generosità?



Su cosa ti concentri nella meditazione?



Quand'è stata l'ultima volta che hai sentito il canto gorgogliante di un ruscello?



*Jñānam annam*

La conoscenza è cibo<sup>1</sup>



Prenditi del tempo  
Stai tranquillo  
Andrà tutto bene



A ogni battito del cuore, crea positività



Spontaneità  
Sincronicità



Come ti senti quando qualcuno fa un qualsiasi tipo di commento su di te?  
Vuoi valutare la tua reazione in una scala da uno a dieci?



Rigenerazione  
Fragranza  
Effervescenza  
Giocosità  
Rispetto



*Yam: bija*, mantra seme del chakra del cuore

© 2017 SYDA Foundation® Tutti i diritti riservati