

Lleva tu ego como una ropa suelta. Buda

BODHI

8 DIC 2020



ESCUELA FAHAD



Escuela Fahad

Buscando transformar tu corazón
y mente en el 2021

¡Para más información, visite nuestra página web!

www.fahadullahkhn.com

CONTENIDO

01

Preparación

07

Actividad # 2

04

Actividad # 1

10

Actividad# 3

11

Actividad# 4

ESCUELA FAHAD



Escuela Fahad



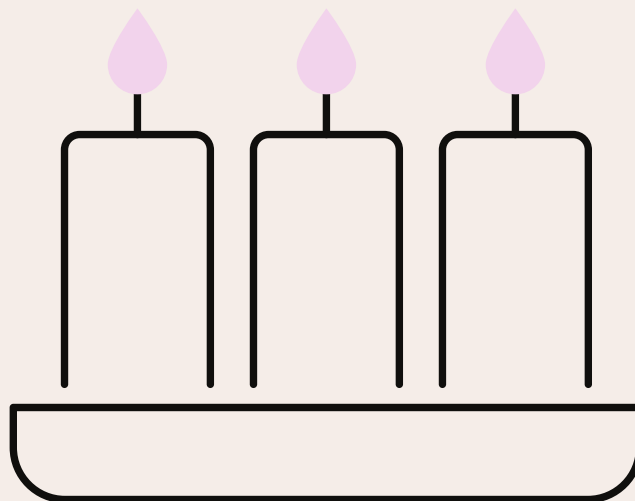
Preparación - 7- 9 Diciembre 2020

En la **mañana del 7 de diciembre**, enciende tres velas blancas. Deben ser colocadas en línea recta. La vela de arriba representa la iluminación divina en el cielo, la de en medio te representa a ti, la de abajo representa la iluminación divina aquí en la tierra.

Simbología de la Formación Divina.

La luz divina fluye desde el cielo, se mueve a través de tu corazón despertándote a tu verdadero propósito y luego continúa, llenando tu vida y existencia aquí en la tierra.

Mantén estas velas encendidas si es posible hasta al menos el 9 de diciembre. Puedes mantenerlas encendidas más tiempo si lo deseas.



Preparación - 7- 9 Diciembre 2020

La Oración

Soy la luz del cielo

En mi corazón reside la verdad

Para recordar tu amor

Para recordar lo que es verdad
Para recordar
nuestra luz

Para recordar el camino que elegiste

Renuncio a la ilusión

Dejo las caras falsas

Renuncio a todo lo que no es verdad

Que tu gracia divina traiga a fruto la verdad
eternal

Bodhi, Bodhi, Bodhi

Amén

Debes repetir esta oración al menos tres veces al día, pero lo ideal es hasta el 5, entre el 7 y el 9 de diciembre.

No te apures a rezar, di cada línea como si la estuvieras diciendo con todo tu corazón y dedicación, y si puedes decirlo delante de tus velas encendidas aún mejor.



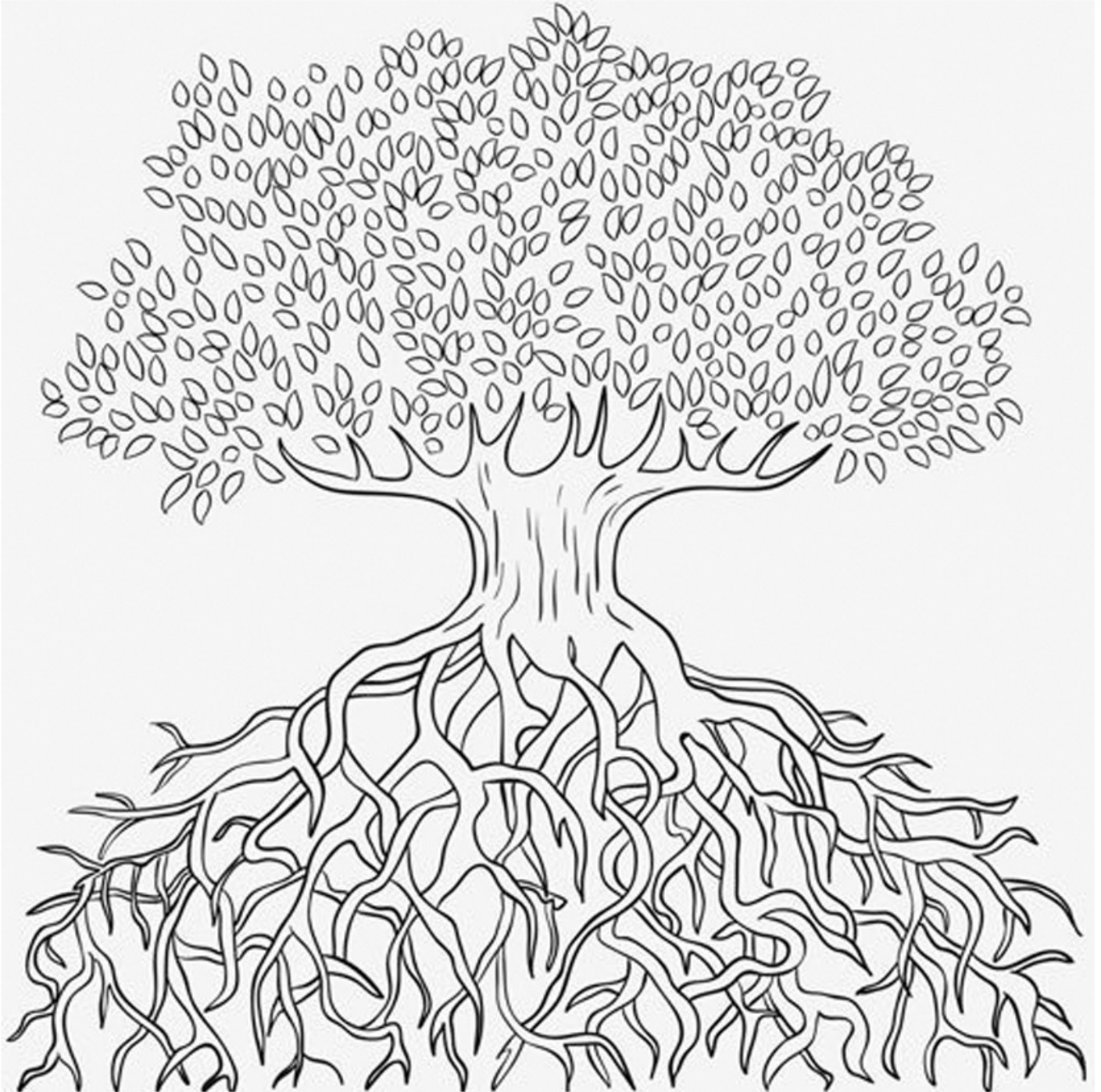
Preparación - Materiales

Por favor, recuerde tener listo para el 8 de diciembre: muchos colores, marcadores, etc.

Recomendaría tomar una ducha con sal marina antes del evento y usar ropa blanca si es posible durante el evento.



Actividad # 1 - Árbol del Ego, Apegos Kármicos, Resistencia a mi Verdad.



Actividad # 1 - Árbol del Ego, Apegos Kármicos, Resistencia a mi Verdad.

Todo lo que alimenta la mente de mi ego. Este Árbol representa lo que más nos resistimos, nuestra verdad. Cada raíz fluye de la Mente del Ego, alimentando este árbol, nuestro árbol de la vida mundana. Bloquea nuestra vista de lo que nos espera, porque estamos tan hipnotizados por el fruto que ofrece. ¿Qué frutos te ha dado este árbol, es lo que deseas seguir digiriendo en tu vida?

¿Cómo es que comer de este árbol te alimenta mental, emocional, física y espiritualmente?

¿Deseas seguir comiendo de este árbol?

Dibuja un árbol enorme, con largas raíces.

Las raíces pueden representar tu

Apegos

Ancestros

Familia

Hábitos

Karma

Trabajo

Relaciones

2020

Sentimientos

Resistencias

Miedos

Culpa

Apatía

Ira

Orgullo



Actividad # 1 - Árbol del Ego, Apegos Kármicos, Resistencia a mi Verdad.

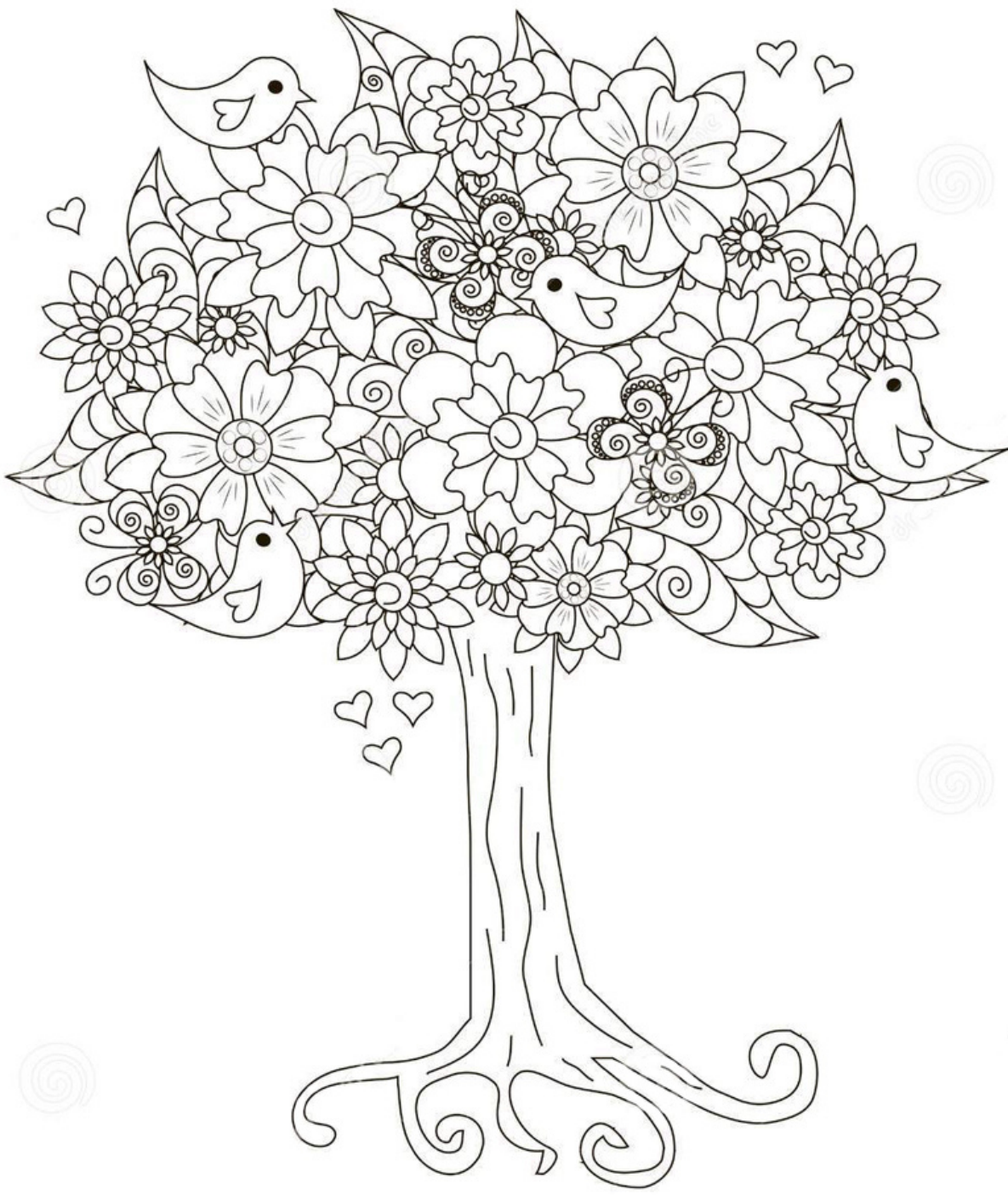
Tus raíces pueden representar a las de arriba o a las diferentes. Cada raíz será representada por un tema y un color particular. Así, por ejemplo, si una de mis raíces es el orgullo, la dibujaré en un color distinto, que por ejemplo otra raíz que pueda representar a una persona. Puede ser útil antes de llenar las raíces con un color particular para identificar primero qué raíces están presentes y qué color representa cada una.

Las manzanas del árbol representan el resultado de lo que has permitido que tu ego te alimente. Dibuja las manzanas del mismo color de la raíz con la que están asociadas. Dentro de cada manzana o junto a ella, escribe específicamente qué representa esta manzana en tu vida actual.

Una vez que hayas completado el ejercicio, tómate unos minutos en silencio para observar el árbol.



Actividad # 2 - Árbol de la Iluminación, la Verdad y los Atributos Divinos.



Actividad # 2 - Árbol de la Iluminación, la Verdad y los Atributos Divinos.

En esta actividad nos centramos en lo que puede alimentar nuestra mente, corazón y alma divina. Qué atributos podemos desarrollar para iluminar el propósito de nuestras almas aquí en la tierra. Aquí, cada raíz representa lo que desea alimentar tu alma, no sólo ahora, no sólo en 2021 sino siempre. ¿Qué atributos producirá esto para ti?

¿Cómo te alimentarás mentalmente, emocionalmente, físicamente y espiritualmente comiendo de este árbol?

Las raíces pueden representar

Amor
Agradecimiento
Compasión
Amabilidad
Servicio
Coraje
Alegría
Sanación
Hábitos Saludables
Las cosas que estás dispuesto a aceptar
Energía
Espiritualidad
Chakras



Actividad # 2 - Árbol de la Iluminación, la Verdad y los Atributos Divinos.

Al igual que en el primer ejercicio, cada raíz debe ser representada por un color específico. No se preocupe si utiliza los mismos colores que en el primer ejercicio, ya que el contexto es diferente en este ejercicio. Como antes, intente pensar primero en qué raíces desea centrarse.

Cada hoja, pájaro, corazón y mariposa del árbol representa un aspecto particular. Al alimentar una raíz determinada, permites que la Divinidad te reconozca con el resultado correspondiente en tu vida. ¿Qué resultados disfrutará usted posiblemente?

Además, ¿qué representan para ti la hoja, el corazón del pájaro y la mariposa del árbol?

Una vez que hayas completado el ejercicio, tómate unos minutos en silencio para observar el árbol.



Actividad # 3 - Meditación del Recuerdo Celestial, Día de la Iluminación.

A medida que tomamos conciencia de qué viejas raíces ya no nos sirven y qué nuevas raíces podemos desarrollar para alimentar nuestra vida espiritual, algo comienza a despertar en nosotros. Un anhelo, un deseo, un profundo amor....

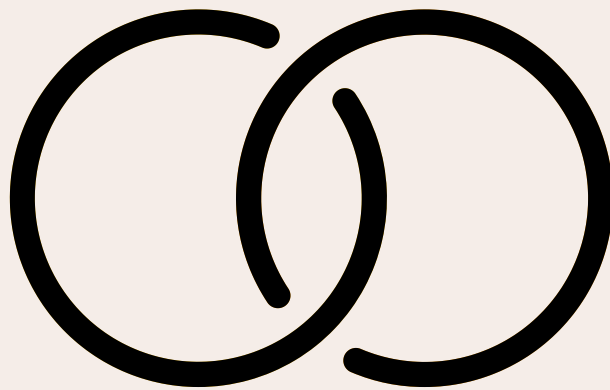
La meditación que haremos juntos en la clase este 8 de diciembre de 2020 les ayudará a recordar...

Deja que te lleve a las profundidades de tu corazón, y al océano de amor... donde Él y tú se encontrarán...



Actividad # 4 - Mi Compromiso

Ahora que has completado cada árbol, viajado a las profundidades de tu corazón durante la meditación, y pensado en lo que es verdaderamente importante para ti, tómate un momento para decirle a tu alma qué es lo que harás en el 2020 para honrar la presencia de lo Divino en ti, tu vida y todo lo que haces.





Escuela Fahad

Enseñamos, compartimos,
amamos

¡Para más información, visite nuestra página web!

www.fahadullahkhan.com