

Red Transpersonal

“La noche oscura
del alma y la apertura
de corazón”

CLAVES 41



***La noche oscura del alma es un proceso que se manifiesta como una crisis emocional y espiritual y, aunque desafiante, tiene el poder de transformarnos profundamente.**

***Es una invitación a despojarnos de lo viejo y abrazar lo nuevo con un corazón más abierto y compasivo y una mente más intuitiva y sabia.**

***Abrir el corazón en medio de la noche oscura del alma no es fácil, pero es la única vía de trascendencia, para integrar todo lo que esta experiencia puede ofrecer.**

***No se trata de desentrañar el misterio desde la mente racional, sino asomarse a él desde la coherencia cardíaca.**

***La vía contemplativa, la meditación y la oración; el arte como drenaje y expresión; el sentir con honestidad y la comunicación; el cultivo de la compasión; la reconexión con la naturaleza; etc, son algunas de las vías para trascender el proceso e integrar todo el aprendizaje que contiene.**



***Es clave recordar que no estamos solos y que, al igual que la noche siempre da paso al amanecer, este periodo también traerá consigo luz, crecimiento y renovación.**

