
Meditación de mi hija de 6 años

Publicado por Mari Cruz Isasi - 01/08/2010 20:23

No se si esto es estimulación temprana, el caso es que mi hija lleva practicando yoga desde antes de nacer, ha participado en cursos de profesores con 6 años que tiene y ya me dicta sus propias meditaciones. Os invito a meditar con ella.

Meditación de Elisabet.

Estás en un prado lleno de flores, vas acompañada de tus amigos, con tus padres, y te encuentras con una mariposa atrapada entre las flores.

Tu ves la mariposa, la rescatas y le preguntas que lleva en sus patitas.

Te dice que lleva una carta para ti, te corresponde por lo bella que eres.

Te invitan a una gran fiesta a la que te pueden acompañar tus amigos y tus padres.

Pero tu no irás andando, irás en un caballo.

Tu caballo es blanco y esta lleno de flores.

=====