

# Meditación



Puedo desplegar  
mi capacidad de sazonar  
Puedo vivir encendido  
y dar calor y luz

Soy sal para todos  
los que me rodean  
en la medida en que hago participar  
a otros de mi plenitud humana.



Soy luz en la medida  
en que vivo mi verdadero ser  
y muestro a otros el camino  
que les puede llevar a ser en plenitud.

Fray Marcos