



#28 RENUNCIO A Oponerme A LA REALIDAD.

.

¿Por qué siento tanto dolor emocional? 😞😞😞 Porque hay algo que nooooo estás aceptando en tu vida; nos oponemos a la realidad constantemente... ¿entonces que es lo que duele? Te duele las expectativas que te hiciste de la realidad; la vida es lo que es, la vida nooo es lo que quieres tú.

.

Pongamos un ejemplo para entenderlo mejor:

Mamá María quiere que su hijo sea un profesional universitario; pero Pedro quiere ser un guitarrista de una banda de música y viajar por el mundo; María “sufre mucho” porque se OPONE a la realidad; ¿quieres dejar de sufrir? ACEPTA las decisiones de los demás, deja de ser torre de control, deja de decirle a los demás lo que tienen que hacer... cuando logras comprender esto, ahí en ese mismo instante paras de sufrir.

Vuélvete como el agua, en estado líquido 💧💧💧 dejándote fluir por la vida, sin oponerte a la realidad.

.

El primer paso para armonizarnos es “el despertar de consciencia”

Para armonizar tus emociones, está es una frase que debes practicar y grabar en tu interior. Renuncio a oponerme a la realidad.

.

Psicóloga Judith Jurado 🙏

.

#terapiapsicologica #familia #relaciones #oponerme #mente #realidad #expectativas #armoniaemocional #psicologia #pazmental #saludemocional #desarmoniaemocional #reprogramarte #despertardeconsciencia #coachgloriaarroyave #farmaciaonline #medicinatural #SantoRemedioPanama #NaturistaJudithJurado #PsicologaJudithJurado