



#31 RENUNCIO A PREOCUPARME POR EL FUTURO.

.

No es el día de hoy el que vuelve locos a los hombres, es el día de mañana que aún no ha llegado; ¿podrás tu respirar hoy el aire de mañana? Nooo puedes, solo tienes el aquí y el ahora para vivir; despiértate tú que duermes y empieza a traer tu alma y tu cuerpo al HOY; todos esos pensamientos neuróticos como: 😞😞😞😞 ¿me irán a despedir del trabajo?, ¿me dará cáncer algún día?, ¿mis hijos me vendrán a visitar cuando sea mayor?... no son más que neurosis llamadas “preocupaciones por el futuro” para ya y empieza vivir, porque la vida es HOY, HOY, HOY.

.

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 preocuparme por el futuro.

.

Psicóloga Judith Jurado 🙏

.

#terapiapsicologica #familia #futuro #preocupacion #lavidaesHOY #ansiedad #miedo
#preocuparse #armoniaemocional #psicologia #pazmental #saludemocional
#desarmoniaemocional #reprogramarte #despertardeconsciencia #coachgloriaarroyave
#farmaciaonline #medicinatural #SantoRemedioPanama #NaturistaJudithJurado
#PsicologaJudithJurado