



#39 RENUNCIO A SUFRIR ANTICIPADAMENTE POR LO QUE PUEDA SUCEDER

Si hay algo que vuelve locos a los seres humanos...es el FUTURO y no saber qué va a suceder; empezamos a darle vueltas y vueltas en nuestra cabeza a los:

✓ “y si pierdo mi trabajo” ?

✓ “y si no tengo nadie que me cuide cuando yo este vieja” ?

✓ “y si mi marido me es infiel algún día” ??

Ayyyy ya para, para, para, que lo único que logras es generar ANSIEDAD en tu ser... 😞😞😞 lo que ha de ser será, fluye como agua, entendiendo que solo puedes vivir el hoy, suelta, fluye, en su momento si pasa lidiaras con ello, en su momento dije, no hoy, no en tu presente; sufrir anticipadamente por algo que aún no pasa, es solo una forma neurótica de vivir la vida y es una total pérdida de tiempo.

.

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

.

Psicóloga Judith Jurado 🧑🎓

.

#terapiapsicologica #familia #futuro #ansiedad #sufrir #anticipadamente #miedo #estres #renunciaseemocionales #armoniaemocional #psicologia #pazmental #saludemocional #reprogramarte #despertardeconsciencia #coachgloriaarroyave #farmaciaonline #medicinaatural #SantoRemedioPanama #NaturistaJudithJurado #PsicologaJudithJurado