



## #40 RENUNCIO A TODO LO QUE ALTERE MI PAZ INTERIOR

El cuerpo y la mente están conectados; si permitimos cosas que alteran nuestra paz interior, nuestro cuerpo enferma en forma de estrés, ansiedad, depresión, insomnio, rinitis, sinusitis, asma, alergias, gastritis, colitis y fibromialgia, todas estas enfermedades tienen un componente emocional. 😞😞😞

¿Quieres estar SANO?...renuncia a todo aquello que altere tu paz interior... fluye, fluye como agua en total aceptación y deja de sufrir.

Medita, respira con tus ojos cerrados, conéctate con tu yo interior, amate, abrázate, perdónate, armonízate y se más saludable en cuerpo y mente; todo lo que posees no te sirve de nada, si no tienes PAZ interior; porque entre tener y disfrutar hay una gran diferencia.

Elije fluir sin resistencia por la vida en total PAZ interior. 🙏

.

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

.

Psicóloga Judith Jurado 🧑🎓

.

#terapiapsicologica #familia #PAZ #pazmental #ansiedad #estres #control #miedo #terapiafamiliar #terapia #renunciasemocionales #armoniaemocional #psicologia #pazmental #saludemocional #reprogramarte #despertardeconsciencia #coachgloriaarroyave #farmaciaonline #medicinanatural #SantoRemedioPanama #NaturistaJudithJurado #PsicologaJudithJurado