



## #8 RENUNCIO A ANGUSTIARME POR LO QUE NO PUEDO CAMBIAR.

.

Sufrimos por tantas cosas que no podemos cambiar, la vida es lo que es, no lo que tu quisieras que fuera; una madre que se **angustia** porque su hijo tiene vitiligo, no cambiara el diagnostico; además que su hijo la vera angustiada y se le pegara (la vida es un espejo); angustiarte por el futuro, porque tu hija adolescente está embarazada, por un defecto físico o discapacidad; si no lo puedes cambiar, **ACEPTALO** y la angustia se irá.

Dios, concédeme serenidad **para** aceptar las cosas que no puedo **cambiar**, el **valor para cambiar** las cosas si puedo y sabiduría **para** entender la diferencia. 🙏

Para armonizar tus emociones, está es una frase que debes practicar y grabar en tu interior. Renuncio a angustiarme por lo que no puedo cambiar.

.

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

.

Psicóloga Judith Jurado 🙏

.

#terapiapsicologica #cambio #familia #mente #cuerpo #cuerpoymente #armoniaemocional #psicologia #conexión #pazmental #saludemocional #pty507 #pty #saludpanama #vidasaludable #panamasaludable #medicinaturalpty #desarmoniaemocional #reprogramarte #escuelamagiadelamor #despertardeconsciencia #coachgloriaarroyave #botanica #medicinatural #sinquimicos #yoamolonal #farmacia #MedicinaNatural #SantoRemedioPanama #NaturistaJudithJurado #PsicologaJudithJurado