



#9 RENUNCIO A BUSCAR CULPABLES.

.

Me gusta mucho una frase que dice: “ir a terapia psicológica es pagar para quejarme de mi pasado, de mis padres, de mi familia, de mi marido, de mis hijos, de mi trabajo, de la vida; para al final entender que el problema SOY YO”. Deja de ir por la vida buscando culpables, el problema eres tú, que no te responsabilizas de tus emociones, porque es más fácil culpar a otros, que reconocer que el problema soy yo; o por lo menos parte del problema, porque para que haya pelea se requieren siempre dos y tú eres uno de esos dos.

Para armonizar tus emociones, está es una frase que debes practicar y grabar en tu interior. Renuncio a buscar culpables. 🙏

.

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

.

Psicóloga Judith Jurado 🐼

.

#terapiapsicologica #culpables #familia #relaciones #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