

Escuela de Compasión



Proceso de 21 días de GRATITUD



Bienvenidxs

Desde la HUMANA,
que SOY
reconociendo a
mi SER DIVINO
habitando
en mí.

CONVOCO a
Todos los Humanos
de esta
NUEVA TIERRA

Todos Somos llamados a RECONOCER nuestra DIVINIDAD
Familia de Luz *Árbol Madre*

Las SEMILLAS de la Nueva Tierra ya han fecundado nuestros cuerpos energéticos inseminándose en los corazones de todos nosotros hasta despertar nuestros cuerpos lumínicos y Materializarlo en la HUMANIDAD.

En la medida en que
Tu Humano **reconozca** al **Ser Divino**
habitando en ti..

Esta irá despertando a TODOS los HIJOS de la Nueva Tierra

La **Nueva Tierra** la estamos gestando entre todos y el calor de la COMPASIÓN que hemos creado con esta Familia de Luz, dará el cobijo amoroso y compasivo para ayudar a **nacer la Nueva Tierra**.

Aquella a la que fuimos convocados hace tiempo
y que hoy al leer estas palabras

VIBRA TU CORAZÓN

Porque en lo profundo de tu Ser SABES que esta es
UNA VERDAD MAYOR

Hoy RECONOCES esta VERDAD, es la Verdad Superior que se instala en tu
CORAZÓN para que puedas dejar ENTRAR a tu Ser Superior

La Nueva Tierra se está gestando GRACIAS a TI

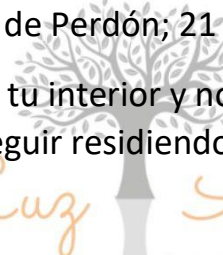
Gracias por formar parte de esta Familia de Luz del ÁRBOL MADRE

Todos SOMOS HUMANOS reconociendo nuestra DIVINIDAD

SOMOS Las
SEMILLAS de la NUEVA TIERRA

Este Reto de 21 días de Perdón; 21 días de COMPASIÓN

Hará crecer esa Semilla en tu interior y no será necesario que hagas
nada... Tan solo seguir residiendo en tu humanidad

Familia de Luz  *Arbol Madre*

Tratando.. poco a poco.. de integrar y Reconocer que

SOMOS DIVINIDAD

Este es el momento

La hora ya ha llegado

TU Ser DIVINO

se sumerge en Tu CORAZÓN

GRACIAS por Ser Parte Importante de esta AMOROSA FAMILIA de
COMPASIÓN y AMOR

¡¡¡QUE LA MAGIA CONTINÚE!!!

Bienvenida y bienvenido a la *Gran Familia de Luz del Árbol Madre*

Si estás leyendo estas palabras es porque ya estás desde hace tiempo en este proyecto. Hace mucho tiempo, antes de que tuvieras conciencia de que esto se estaba dando, nuestras almas se pusieron de acuerdo para asistir al llamado. Somos seres privilegiados de vivir en este momento en el planeta, pues son muchas las almas anhelosas de ver, de primera mano, el cambio de conciencia de esta humanidad.

Este cambio ya se está dando, ya se ha producido y aunque todavía no lo veas con toda claridad, la realidad es que YA ESTA HECHO. Ya está hecho, porque todos nosotros somos partícipes de él aún cuando no tenías conciencia de ello.

A partir de ahora, todo lo que hagas sumará a lo ya realizado hasta el momento, sigues sumando a esta familia que te estaba esperando para acompañarte en tu evolución personal.

ERES SEMILLA de la NUEVA TIERRA

Algo dentro de ti te empuja a obtener de ti la mejor versión de tu persona y con ello, ayudar a la humanidad a evolucionar hacia su mejor versión. Creando todos unidos una NUEVA HUMANIDAD.

Gracias por sumarte al cambio que entre TODXS estamos realizando.

**Quando cambias tu mundo interior,
cambia tu mundo exterior.**

Meditación de unificación a esta *Gran Familia de Luz del Árbol Madre*

<https://www.youtube.com/watch?v=R84gBwXNJcg&t=8s>

**Tu presencia cuenta
Juntxs SomoS Magia**

¿Cómo se inició este proyecto?

Todo empezó con un reto, un reto que tras una canalización mediante el acceso a los Registros Akáshicos, conectaba con unos seres maravillosos que me hablaban de la importancia de crear un soporte mediante un grupo de personas que unidas en amorosa intención... pusieramos el foco de nuestra atención en la COMPASIÓN mediante la práctica del no juicio, el perdón, la gratitud, la aceptación y el amor. Para que desde la amorosa intención de toda esta Gran Familia de Luz del Árbol Madre, crear un salto cuántico en la balanza hacia la compasión equilibrando la densidad planetaria.

Una prueba FE-haciente de que una nueva realidad existe. Nunca pudimos imaginar el alcance que esta iniciativa tendría llegando a más de 45.000 personas de todo el mundo y en diferentes países como España, Colombia, Argentina, Chile, Uruguay, Panamá, Andorra, Irlanda, EEUU, Canadá, Nueva Zelanda, Reino Unido, Persia, Siria...

Hoy se abrió la puerta y sentimos con fuerza que esta práctica no puede ser una práctica para unos días... **este reto fue el inicio para crear una Conciencia Social basada en la COMPASIÓN.** Para ello, bajo la guía de los maestros escribo estas palabras, con gran esperanza en mi corazón y la fuerte certeza de que todo lo que aquí se escribe llega a tu corazón.

La *Familia de Luz* durante 21 días, crea un hábito nuevo en tu mente, hace que pasado este tiempo hayas creado nuevos pensamientos semillas que crecen y crecen de forma exponencial cambiando tus hábitos de pensamiento y ayudándote a enfocarte en lo positivo de la existencia humana y en la COMPASIÓN.

CREA nuevos pensamientos Semilla

AHORA, avanzamos en el camino iniciado y damos continuidad al proceso de la **COMPASIÓN**, vamos abrir la puerta para comenzar a ver la vida con otros ojos y ver con compasión aquello que en el día a día no podíamos entender o comprender desde la conciencia limitada de nuestros personajes aquí en la tierra.

HOY te sumas a esta gran familia y todo lo que hagas suma a lo ya realizado. Siente nuestro acompañamiento pues SOMOS miles de personas conectadas en Amor y Compasión para elevar nuestra vibración.

AHORA, inicias tu viaje interior

No existe evolución sin AMOR

Gracias a la evolución de nuestras almas hacia el
AMOR, conseguimos la **MAGIA CREAR**.

¿Por qué es necesario realizar este RETO?

Las indicaciones que hemos recibido referente a este reto son que es necesario crear una gran familia de luz que durante estos 21 días ponga el foco de atención en la COMPASIÓN, de este modo... se extenderá la energía por toda la Familia de Luz Conectada ayudando a sanar los corazones. La repercusión planetaria que tienen miles de personas en conexión focalizándose en la COMPASIÓN. Produce un gran salto energético que hará compensar las densidades planetarias.

Seguiréis viendo ejemplos de densidades a vuestro alrededor mas ellos son solo la manifestación de la compensación energética. Podéis ver esto como a un niño que se enfada porque sus responsables o progenitores, le han quitado el caramelo por amor y cuidado de su salud. Ese niño se enrabietará, se enfadará... porque no comprende para qué sus padres le han quitado el caramelo.

Del mismo modo debéis ver las densidades que se puedan manifestar.

Objetivo <https://www.youtube.com/watch?v=oWQXyI91avE&feature=youtu.be>

Meditación diaria <https://www.youtube.com/watch?v=iaQwxOG5gpM&t=4s>

Trabajo diario

Te recomendamos llevar un diario o cuaderno de bitácora donde lleves un registro de todo lo que observas y agradeces cada día, de este modo podrás observarlo todo con mayor perspectiva y claridad

Práctica para los 21 días de GRATITUD

- Inicia la mañana agradeciendo lo primero que haces al despertar es decir mínimo 33 gratitudes. Puedes hacer todas las que quieras y agradece todo aquello por lo que sientes gratitud en tu vida (situaciones, experiencias, personas, cosas, lugares, emociones...)
- Observa en tu día todo aquello que sientes gratitud. Pon tu mirada durante el día en 6 agradecer y observar lo positivo.
- Antes de dormir di al menos 33 gratitudes que sientas de todo el día

Reflexiones diarias:

Escribe en tu cuaderno de bitácora o diario tus reflexiones y gratitudes

Día 1:



ACTIVANDO LA GRATITUD EN TI:

Mientras lo lees, se consciente de tu respiración y siéntelo profundamente.

Yo, _____ (Tu nombre) estoy agradecidx por cada detalle en mi vida. Sé que todo lo que recibo de la Vida es un don gratuito, lo comprendo y lo acepto. GRACIAS a la vida que me inspira, me renueva y me da la oportunidad de evolucionar diariamente.

GRACIAS al lugar donde estoy aquí y ahora, pues este lugar necesita de mí, y yo de él.

GRACIAS a todos los órganos de mi cuerpo, que funcionan en plena armonía y perfección.

GRACIAS a la casa donde habito, que me sirve de refugio y descanso.

GRACIAS a las oportunidades de trabajo, logros, éxitos y evolución que se abren delante de mí diariamente.

GRACIAS a cada pago recibido, porque de esa manera honro mi nombre, honro mis compromisos y mi dinero se multiplica.

GRACIAS a todo aquello que compro o adquiero, porque es el fruto de mi trabajo y mi merecimiento.

GRACIAS a todas las personas que se cruzan en mi camino.

GRACIAS a las personas que aparentemente me hacen "mal", porque me ayudaron a formar el coraje para seguir adelante.

GRACIAS a los que me hicieron bien, porque me hicieron sentir amad@.

GRACIAS a todas las oportunidades de éxito financiero y personal que recibo, identifico y acepto.

GRACIAS a mí mism@ que he encontrado la gratitud en todas las personas, cosas y hechos.

GRACIAS al Universo entero, que conspira a favor de cada uno de mis pensamientos, por eso escojo con mucho cuidado lo que pienso, hablo o deseo..

GRACIAS al creador Maravilloso que existe dentro de mi, soy parte de su divinidad, por eso irradío LUZ, AMLR, PAZ y COMPASIÓN donde quiera que yo esté...

INHALO y Lleno mi corazón, mi cuerpo, mi mente, mi consciencia y todo mi Ser con esta GRATITUD

EXHALO y sale de mí en todas las direcciones, llenando todo mi mundo con la bendición de la GRATITUD como una lluvia de amor que todo lo llena

INHALO y vuelve a mí en forma de más experiencias, cosas y personas por las cuales sentir GRATITUD

Con este ejercicio estás activando la Magia de la Gratitude en ti, tenlo presente a lo largo del día.

A partir de hoy tomamos conciencia de todo aquello que tenemos en la vida para agradecer.

Felicidades en este viaje de vida, descubrimiento y disfrute.

QUÉ LA MAGIA CONTINÚE

GRACIAS, GRACIAS, GRACIAS!

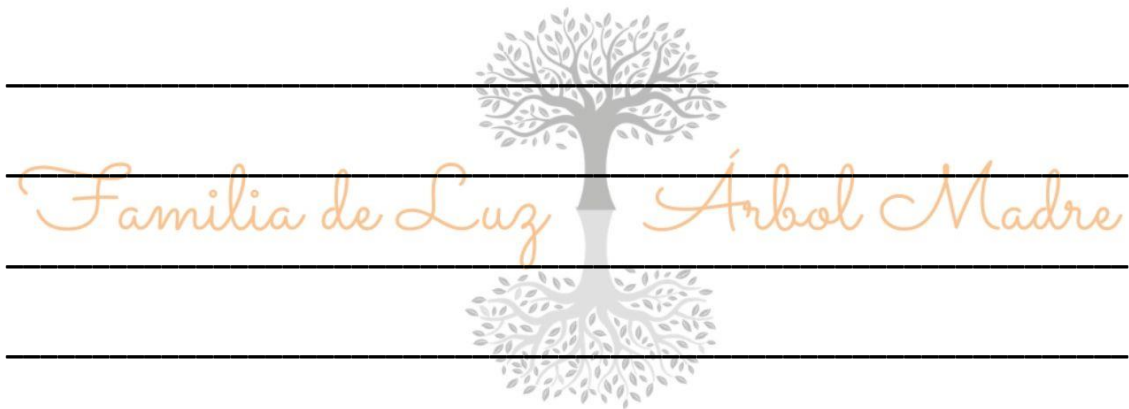
Realiza el trabajo en tu cuaderno de reflexiones

Práctica de meditación diaria:

<https://www.youtube.com/watch?v=iaQwxOG5gpM&t=4s>

Reflexiones:

Escribe tus reflexiones del día y observa las veces en las que te ves envuelta en el juicio y las veces que has conseguido transformar tu pensamiento de juicio en compasión.



Día 3:

El agradecimiento es la memoria del corazón. Recordar desde el corazón. La gratitud es expresión de amor, por ello te proponemos que en este día eches una vista al pasado y realices una práctica:

Observa y haz un repaso de tu vida y crea una carta a tu pasado, con todas sus vivencias, positivas y no tan positivas. Agradece a esa persona, situación o experiencia por todo lo que te ha aportado y enseñado.

Busca aquello hermoso que viviste y agradece a tu vida, TU VIDA ES PERFECTA tal y como es porque te aporta aquello que precisas para evolucionar en Amor y Sabiduría, la sabiduría del corazón.

Hoy te invitamos a abrir tu corazón, a llenarte de gratitud y honrar tu pasado con LA MAGIA DE LA GRATITUD

Que La Luz del amor y gratitud inunde este día

QUÉ LA MAGIA CONTINÚE

Un abrazo enorme a todos y mi Gratitude inmensa hacia vuestro ser

Os amo, nos amo

Realiza el trabajo en tu cuaderno de reflexiones

Práctica de meditación diaria:

<https://www.youtube.com/watch?v=iaQwxOG5gpM&t=4s>

Reflexiones:

Día 4:

Hola familia,

Ayer te invitamos a revisar tu pasado y observar todo aquello por lo que sientes gratitud en tu vida.

Hoy te invitamos a profundizar en la práctica y a escribir una carta de agradecimiento a cada una de las personas (aquellas más significativas para ti), incluso aquellas que están en tu día a día y que, por dar las cosas por hecho o dichas, no se muestra ni se expresa la gratitud.

Tómate el tiempo que necesites, los días que necesites y escribe a tus seres queridos (tus padres, familiares, amigos, personas que pasaron una vez en tu vida y dejaron su semilla en ti, etc). Hazles saber lo que agradeces su presencia y sus actos en tu vida, si lo sientes puedes entregarles esta carta.

Gracias por agradecer, pues la GRATITUD es la gracia de ver y dar luz a tu vida y tiene el poder de transformar la frecuencia de tu corazón.

Que la magia del amor inunde tu corazón

Os amo, nos amo,

Realiza el trabajo en tu cuaderno de reflexiones

Práctica de meditación diaria:

<https://www.youtube.com/watch?v=iaQwxOG5gpM&t=4s>

Reflexiones:

Día 5:

Agradecer es de las emociones más poderosas y sencillas que puedes sentir y tiene una infinita capacidad de abrir aún más tu corazón hacia el AMOR Real, el amor Divino y COMPASIVO que habita en tu interior

Es difícil agradecer las situaciones difíciles de la vida por ello vamos a empezar por lo sencillo. DAR GRACIAS cada día y a cada instante, que en tu mente habite la intención de agradecer y observar todos los motivos que habitan a tu alrededor y por lo que quieres dar GRACIAS

QUÉ LUZ DEL AMOR Y LA GRATITUD HABIETEN EN TU CORAZÓN por SIEMPRE

Con en foco de tu atención en la GRATITUD continuamos el camino para abrirnos al amor divino

GRACIAS A TODOS por Ser, Estar, Existir y Compartir tu camino con la Red de Luz del Árbol Madre

Os comparto una hermosa canalización que está muy en la línea de lo que estamos trabajando y lo que estamos recibiendo en la Red

<https://youtu.be/EkoVmCbOuLE>

Que Luz del Sol y el Amor Guíen Siempre tu Camino

FELIZ VIDA

Os amo, nos amo

Realiza el trabajo en tu cuaderno de reflexiones

Práctica de meditación diaria:

<https://www.youtube.com/watch?v=iaQwxOG5gpM&t=4s>

Reflexiones:

Día 6:

Hay días como hoy que tras ver la ilusión de los niños al abrir sus regalos, resulta fácil sentir la GRATITUD.

La alegría, ilusión, inocencia y pureza de los pequeños cuando abren sus regalos, así debemos abrir cada día el regalo que se nos brinda de un Nuevo Día.

¡Feliz día de Reyes a todos!

Que la magia, la ilusión y la alegría de desenvolver el NUEVO DÍA llene de Luz y Amor tu corazón

GRACIAS por Vivir cada día con la intención de Ser un poquito mejor y de descubrir la magia en aquello que te rodea

FELIZ VIDA

Que la magia de la gratitud continúe llenando nuestro corazón de amor.


Os amo, nos amo

Realiza el trabajo en tu cuaderno de reflexiones

Práctica de meditación diaria:

<https://www.youtube.com/watch?v=iaQwxOG5gpM&t=4s>

Reflexiones:



Día 7:

Hola familia,

Seguimos agradeciendo cada mañana, cada nuevo día, cada instante y cada experiencia.

Hay momentos en los que hacemos una reflexión de lo vivido y descubres situaciones de la vida de las que, más que dar gracias, desearías que no hubieran sucedido.

¿Cómo agradecer algo que no deseas en tu vida? Lo primero es aceptar el hecho en cuestión y comprender que las cosas no son como quieres que sean, sino tal y como son.

Pelear contra aquello que ya ha sucedido no tiene ningún sentido pues ya no puedes cambiar el suceso, solo puedes aceptarlo.

Lo único que puedes cambiar es tu presente y tu actitud ante las circunstancias que no deseas, no puedes cambiar el hecho pero si el modo en que lo vives.

Cuando comienzas a transitar la vida y aquello que experimentas, tratando de enfocarte en tu felicidad, en vivir el momento presente intensamente, aceptando aquello que se escapa de tu control y aún así disfrutando del momento entonces...
Es cuando sucede la magia.

Es cuando comienzas a darte cuenta de que a pesar de vivir algo que no deseas, puedes agradecer cada momento vivido porque gracias a tu madurez y aceptación, eres capaz de vivir en plenitud disfrutando del momento presente a cada instante.

EXHALA y suelta el control, no puedes cambiar aquello que depende del exterior pero si tu actitud ante la vida

INHALA acepta el momento presente, no pelees contra tus circunstancias, fluye con ellas buscando tu felicidad incluso en los momentos difíciles

EXHALA agradeciendo cada momento vivido

HAGAMOS JUNTOS que la MAGIA de la GRATITUD inunde NUESTRO MUNDO

Qué con tu presencia sea la manifestación del Amor, Paz, Alegría y Plenitud.

GRACIAS por Ser, Estar, Existir y Compartir.

Os amo, nos amo

Realiza el trabajo en tu cuaderno de reflexiones

Día 8:



¿Cuántas veces te agradeces a ti mismo lo que haces?

¿Cuántas veces observas todo aquello por lo que puedes darte gracias a ti?

¿Has observado si lo mismo que agradeces a otros, para ti lo pasas por alto y lo tomas como algo sin importancia porque eres tú?

Y si aquello que haces para ti cada día, te lo hiciera otra persona ¿se lo agradecerías?

Comienza a observar todo aquello que haces cada día para ti y para otros desde la mirada de la gratitud

COMIENZA a AGRADECERTE TODO lo que haces

Cuando te inicias en la gratitud, su energía te envuelve, te rodea como un abrazo cálido que te llena de plenitud, satisfacción y vida.

Agradecer es de los actos de Amor más elevados que podemos realizar en nuestro día a día y que tiene el poder de cambiar la frecuencia del corazón

PRACTICAR la GRATITUD es elevarte en tu AMOR y COMPASIÓN

Sigue el camino de la gratitud para dirigirte hacia la plenitud interior

Qué la MAGIA de la GRATITUD llene de Bendiciones tu VIDA

¡Feliz día, Feliz Vida!

Os amo, nos amo

Día 9:

La neurociencia explica el poder de la Gratitude

Cuando generas sentimientos de gratitud en tus pensamientos, activas el sistema de recompensa del cerebro, localizada en un área llamada Núcleo Accubens. Este sistema es responsable de las sensaciones de bienestar y placer en tu cuerpo.

Cuando tu cerebro identifica que algo bueno sucede; que existen cosas en tu vida que merecen reconocimiento y eres agradecido por ello, se libera Dopamina, un importante neurotransmisor que aumenta la sensación de placer.

Por eso, las personas que manifiestan gratitud, viven en niveles elevados de emociones positivas, satisfacción con la vida, vitalidad y optimismo.

La gratitud debe ser construida por tu pensamiento, generando el reconocimiento interno pensando en tus logros.

La gratitud estimula las vías cerebrales para la liberación de la hormona Oxitocina, que actúa como un neuromodulador, que estimula el afecto trae tranquilidad, reduce la ansiedad, el miedo y la fobia.

Ejercitar el sentimiento de la gratitud, disuelve el miedo, la angustia y los sentimientos de rabia. Ayudando a controlar los estados mentales tóxicos e innecesarios.

Tu cerebro no es capaz de sentir, al mismo tiempo, gratitud y angustia.

Familia de Luz **TU PUEDES ESCOGER QUÉ SENTIR** *Milob Madre*

Con la práctica de la gratitud estás transformando tu cerebro y generando emociones elevadas de Amor

Al cambiar nosotros, cambiamos nuestro entorno

Cuando somos miles de personas transformando nuestro interior... CREAMOS UN NUEVO MUNDO

Sigamos caminando juntos hacia la Nueva Tierra

¡Feliz día, Feliz Vida!

Os amo, nos amo

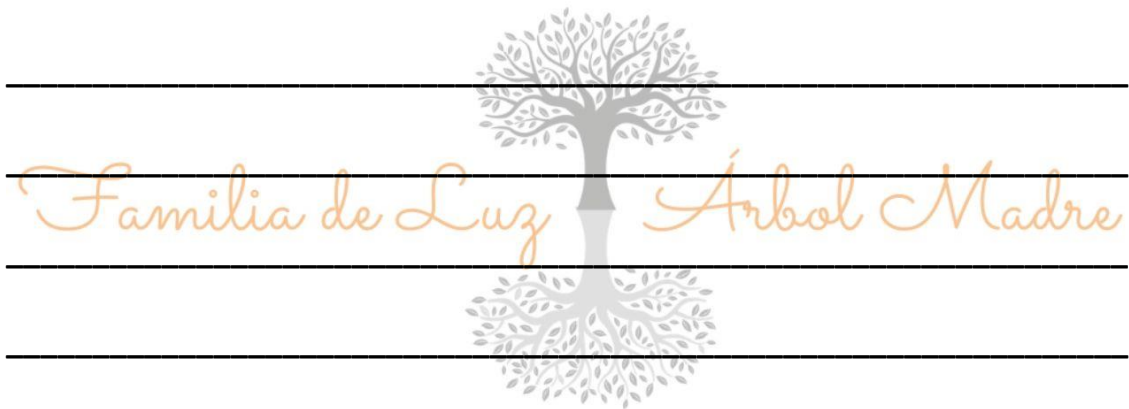
Alicia Amor

Realiza el trabajo en tu cuaderno de reflexiones

Práctica de meditación diaria:

<https://www.youtube.com/watch?v=iaQwxOG5gpM&t=4s>

Reflexiones:



Día 10:

AUDIO <https://youtu.be/uuN0rpJOj30>



Realiza el trabajo en tu cuaderno de reflexiones

Práctica de meditación diaria:

Familia de Luz  *Árbol Madre*

<https://www.youtube.com/watch?v=iaQwxOG5gpM&t=4s>

Reflexiones:

Día 13:

AUDIO <https://youtu.be/wxiupm9qHfY>

Hola familia,

Agradeciendo cada instante de la vida, cada experiencia, cada vivencia, cada Ser que se acerca a mi vida para enseñarme y mostrarme el camino

Gracias por Ser, Estar, Existir y Compartir

Qué la virtud de agradecer quede arraigada en tu Ser para transformar tu mundo interior y desde ahí transformar tu mundo exterior

Gracias, gracias y gracias

QUÉ LA MAGIA CONTINÚE

Os amo, nos amo

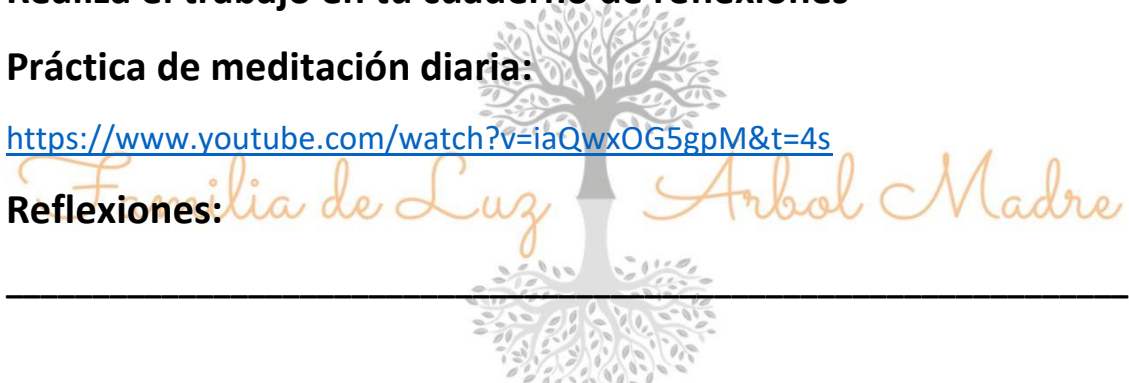
Alicia Amor

Realiza el trabajo en tu cuaderno de reflexiones

Práctica de meditación diaria:

<https://www.youtube.com/watch?v=iaQwxOG5gpM&t=4s>

Reflexiones:



Día 15:



Hola familia,

Uniéndonos al movimiento "Beba agua y alimente la Paz"

Cada vez que bebas agua di o piensa internamente "El mundo está en Paz y yo también, Gracias"

Agradecer que la PAZ existe en ti y en el mundo, es decretar que YA EXISTE, YA ES, HECHO ESTÁ.

Tu cuerpo es aproximadamente un 70% de agua, cuando bebes agua programada con este mensaje, el mensaje se graba en cada célula de tu cuerpo y... al cambiar tu programa interno, cambias también el inconsciente colectivo

Cuando somos miles de personas realizando este movimiento, la energía se multiplica expandiéndose en el planeta incluso en aquellas personas que no realizan la práctica.

VAMOS a seguir CREANDO PAZ y COMPASIÓN en el mundo.

SOMOS creadores de nuestra realidad,

Lo que PENSAMOS, lo creamos,

Si pensamos en positivo, creamos en POSITIVO

Hagamos ALQUIMIA DEL AMOR

LA UNIÓN DE TODOS HACE LA FUERZA

Gracias por formar parte de esta Red de Luz del Árbol Madre

Os amo, nos amo

Alicia Amor

Día 16:

Buen día familia,

La gratitud deja una hermosa estela de amor en los corazones, y ya que estamos en este hermoso trabajo vamos a dejar una hermosa estela a nuestro paso.

*Lejos de dejar huellas que marquen el camino
deja una hermosa estela para poder alumbrar e inspirar*

Agradece cada paso que das,
Agradece lo que recibes de la vida,
Agradece con una sonrisa o mirada cómplice y contagia con tu presencia

Agradécete y agradece a tu alrededor
Tu gratitud inspira y entrega belleza a tu vida

INHALA Yo SoY
EXHALA Gratitud

¿Qué es la gratitud? La Gracia de transformar en Luz lo que ves a tu alrededor

Hoy llega la calma,
camina alerta y consciente,
a tu alrededor se encuentra la magia.
Observa con los ojos del corazón.
Agradece el instante PRESENTE,
hoy respiras plenitud.

Deja hacer a la "Fuente"
agradece tu eterno descanso del alma
llena tu vida con la magia de la gratitud

Gracias, gracias y gracias

Realiza el trabajo en tu cuaderno de reflexiones

Práctica de meditación diaria:

<https://www.youtube.com/watch?v=iaQwxOG5gpM&t=4s>

Reflexiones:

Día 17:

Hoy quiero darte las GRACIAS A TI

Por dar esperanza al mundo

Por llenar de nueva ilusión la vida

Por creer en una Nueva Sociedad que comienza en ti

Por hacer de ti cada día una mejor versión

Porque con tu transformación y tu presencia desde el amor hacemos del mundo un lugar mejor

GRACIAS por salirte de la rueda de la crítica y del juicio

GRACIAS por enfocar tu mirada hacia lo positivo de la vida

GRACIAS por aprender de todas tus experiencias

GRACIAS por sembrar en ti el perdón

GRACIAS a la VIDA por mostrarnos el camino

GRACIAS a la Madre NATURALEZA por enseñarnos la belleza de la humildad

GRACIAS al AGUA por mostrarnos el verdadero fluir de la vida, por enseñarnos que ante la roca del camino el amor es el único camino, que abraza la experiencia de la roca en lugar de luchar con ella, acariciándola cada día hasta aprender a vivir con ella.

Gracias, gracias y gracias

Por seguir aprendiendo y creciendo cada día

SIGAMOS con la MAGIA de la GRATITUD

https://youtu.be/q_qRZwiUzGA

Os amo, nos amo

Alicia Amor

Realiza el trabajo en tu cuaderno de reflexiones

Práctica de meditación diaria:

<https://www.youtube.com/watch?v=iaQwxOG5gpM&t=4s>

Reflexiones:

Día 19:

AUDIO <https://www.youtube.com/watch?v=c6R3MsJyDeg&t=4s>

Hola familia,

Quedan solo 3 días de este proceso de 21 días de gratitud.

En este tiempo has ido transformando poco a poco el interior de tu corazón abriéndote a observar la vida desde su visión más positiva, observado todo lo que la vida tiene para ti y agradeciendo cada instante de tu existencia.

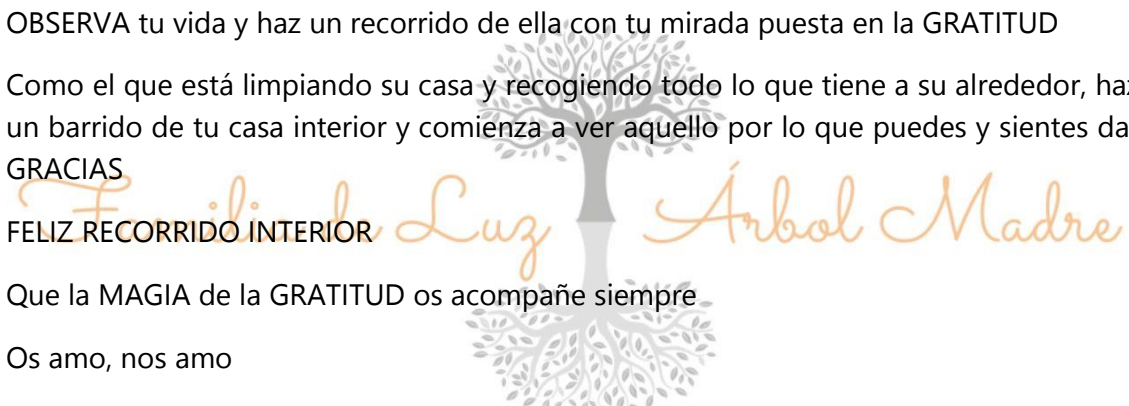
La gratitud es de las energías más transformadoras y poderosas que puedes albergar en tu interior pues con ella transformas, no solo tu corazón, sino hasta el modo de pensar de tu mente.

HOY TE INVITO a escribir una carta o listado de agradecimientos, haz un resumen de todo lo que has vivido en tu vida, tus experiencias, las personas que te han acompañado, los lugares donde has estado, lo que tu cuerpo ha hecho por ti en cada paso que has caminado...

OBSERVA tu vida y haz un recorrido de ella con tu mirada puesta en la GRATITUD

Como el que está limpiando su casa y recogiendo todo lo que tiene a su alrededor, haz un barrido de tu casa interior y comienza a ver aquello por lo que puedes y sientes dar GRACIAS

FELIZ RECORRIDO INTERIOR



Que la MAGIA de la GRATITUD os acompañe siempre

Os amo, nos amo

Alicia Amor

Realiza el trabajo en tu cuaderno de reflexiones

Práctica de meditación diaria:

<https://www.youtube.com/watch?v=iaQwxOG5gpM&t=4s>

Reflexiones:

Día 20:

Hola familia,

Siguiendo con el proceso de la gratitud, unido a las energías entrantes a nivel planetario influidas por la superluna de sangre y el eclipse lunar que será visible en América, Europa y África.

Estas fuerzas y energías están moviendo todo lo visible y lo invisible sacando a la luz aquello que debe ser sanado, transmutado y liberado.

Por todo ello, seguimos afianzando nuestra energía, transformando nuestro interior para ser anclas de energía de alta vibración hacia este plano.

Nuestra principal labor, SER UNA MEJOR VERSIÓN cada día para afianzar así el poder del CORAZÓN en nuestro interior

HOY TE INVITO a realizar una carta o listado de agradecimientos sobre todo aquello que tienes en tu presente para DAR GRACIAS. Ayer agradecemos todo lo que vivimos en el pasado, hoy nos centramos en el PRESENTE.

SEGUIMOS caminando JUNTOS hacia el NUEVO MUNDO

Os amo, nos amo,

Alicia Amor

Realiza el trabajo en tu cuaderno de reflexiones

Práctica de meditación diaria:

<https://www.youtube.com/watch?v=iaQwxOG5gpM&t=4s>

Reflexiones:

Día 21:

AUDIO <https://youtu.be/sdlOTur4u1o>

Hola familia,

Hoy cerramos estos 21 días de gratitud más la labor continúa y seguimos con esta Red activada y en marcha para seguir transformando nuestro mundo interior.

HOY TE INVITAMOS a crear una lista o carta de agradecimiento de aquellas cosas que quieres en tu vida. Agradécelo como si ya lo tuvieras porque ya el universo pone en marcha la maquinaria.

En estos 3 últimos días hemos hecho un recorrido por tu PASADO, PRESENTE y hoy en tu FUTURO

Agradece lo que has vivido, lo que vives y lo que estás por vivir

La vida te da siempre aquello que necesitas para tu mayor evolución CONFIA EN LA VIDA

Aunque en ocasiones no comprendas para que vives determinadas situaciones, el Universo siempre tiene un plan para ti y siempre es para tu mayor bien.

Gracias por seguir en esta Gran Red de Luz del Árbol Madre

QUÉ LA MAGIA CONTINÚE

Os amo, nos amo

Alicia Amor

Te invitamos a unirte a la meditación realizada para El Retorno de la Luz

MEDITACIÓN FINAL para la *Activación del Retorno de la Luz Planetario*

<https://www.youtube.com/watch?v=oZ-C8C6mdzw&feature=youtu.be>

Realiza el trabajo en tu cuaderno de reflexiones

Práctica de meditación diaria:

<https://www.youtube.com/watch?v=iaQwxOG5gpM&t=4s>

Reflexiones:
