

2025

Calendario de afirmaciones YIVANA

Abril

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
	01 Agradezco la tranquilidad de este momento.	02 Encuentro paz en el presente.	03 Elijo vivir al máximo este valioso momento.	04 Disfruto de este momento con un corazón calmado.	05 Me entrego a vivir el momento presente con humildad y apertura.	06 Agradezco profundamente todo lo que está bien en mi vida.
07 Me permito disfrutar de este momento tal cual es.	08 Agradezco estar viva ahora mismo.	09 Encuentro paz cuando acepto y disfruto mi presente sin resistencia.	10 Suelto el pasado y el futuro para vivir mi presente.	11 Elijo saborear el ahora recibéndolo tal cual es.	12 Vivo con presencia y lentitud este momento.	13 Mi mente encuentra calma cuando me enfoco en la belleza del ahora.
14 Me siento en paz sabiéndome en este momento y en este lugar.	15 Disfruto el momento presente abrazando sus imperfecciones.	16 Suelto mis preocupaciones para entregarme al presente.	17 Me enfoco en todo lo que está bien en este momento.	18 Puedo relajarme cuando habito mi presente en plenitud.	19 Puedo sentir goce y calma en este momento, incluso en medio de las dificultades.	20 Inhalo y siento mi cuerpo. Exhalo y reconozco que vivo en el presente.
21 Florezco mientras vivo cada momento presente.	22 Encuentro goce en el ahora.	23 Estoy abierta a vivir este momento tal cual es.	24 Estoy inmersa en el goce del ahora.	25 Consigo paz cuando vivo el presente plenamente.	26 Celebro la belleza y la imperfección de este momento presente.	27 Disfruto mi presente cuando sé agradecer por él.
28 Abrazo las alegrías y las tristezas de este momento.	29 Disfruto el ahora con una mente calmada.	30 Aprecio la simplicidad de este momento.				