NOV

2026

Agradecimiento

LUN	MAR	MIE	JUE	VIE	SAB	DOM
						01 Gracias, vida, que me has dado tanto.
02 Agradezco mi capacidad de aprender y crecer.	03 Aprecio cada persona que me brinda amor y cariño.	04 Agradezco todo lo que se ha acabado en mi vida que abre espacio para lo nuevo.	05 Doy gracias por las lecciones que he sabido aprender.	06 Gracias a los retos de la vida que me han mostrado mi fortaleza.	07 El agradecimiento expande mi amor y mi bienestar.	08 Agradezco cada mañana que despierto a un nuevo día.
09 La vida es bella. Gracias, gracias, gracias.	10 Permito que el agradecimiento se siembre en mi corazón.	11 Vivo en un estado de agradecimiento constante.	12 Agradezco todo el amor que he dado y que he recibido.	13 Agradezco las dificultades que me han hecho crecer.	14 Agradezco poder estar presente en este instante.	15 Doy gracias y siento la alegría nutrir mi interior.
16 Mi vida es un tesoro del cual me siento infinitamente agradecida.	17 Sonrío con gratitud en mi corazón por la oportunidad de estar viva.	18 Agradezco la presencia de los seres que amo.	19 Cada respiración es una oportunidad para agradecer.	20 Me siento agradecida por la persona en quien me he convertido.	21 Agradezco el camino que me ha traído hasta acá.	22 Lleno mi corazón de agradecimiento al reconocer mi fortaleza.
23 Agradezco todo lo que mi cuerpo hace por mí.	24 Agradezco todo lo que me ha enseñado la tristeza.	25 Doy gracias a todas las personas de quienes he aprendido.	26 Agradezco las personas que me hacen sentir amada, escuchada y acompañada.	27 Me siento agradecida por mis talentos y virtudes.	28 Miro la grandeza de la naturaleza y me siento agradecida.	29 Agradezco la nobleza de mi corazón. v
30 Sonrío en este momento y doy las gracias.						

YIVANA

Mi no negociable del mes

Dedicar momentos que me brinden silencio, calma y bienestar.

Sabiduría para poner en práctica

En la mente del principiante hay muchas posibilidades.