"Sólo el bien es real"

Agenda 2021

Martha Sánchez Navarro

Cursos y Talleres

Conciencia de Salud

Es un curso para aprender a realizar un **diagnóstico metafísico** de los síntomas, comprendiendo a través de este conocimiento que **tu cuerpo no se enferma, te informa.** Comienza a vivir lleno de abundancia, amor, salud y prosperidad pues al cambiar tus pensamientos, cambias tu realidad.

Taller de Conciencia de Salud / Ixtapan de la Sal

Este taller forma parte del cierre de Conciencia de Salud 1 y es una manera de sintetizar y llevar a la práctica todo lo aprendido.
Es un taller divertido en el que por medio de juegos y contacto con **nuestro niño interno,** logramos comprender la simplicidad de lo complejo, recuperando esas características maravillosas que teníamos en la **primera infancia.**

Taller de Meditación y Silencio / Tapalehui, Morelos

Es un regalo para tu SER, en el que a través del silencio aprenderás a mantenerte en paz y centrado, descubriendo que el silencio no es serio ni solemne, si no que nos permite estar en contacto con nosotros mismos y nuestros pensamientos eliminando el ruido del ego.

Taller Abriéndote a tu Autoestima

Amarse a uno mismo es un acto de Responsabilidad, para dar hay que tener. "Ama a tu prójimo como a ti mismo".

Taller de Reprogramación de huellas

Todos hemos sido programados por otras mentes, somos seres reprogramables, ven y escoge que creencias quieres que formen tus experiencias.

Talleres y pláticas para empresas

- Tu Salud es mental
- Del miedo al éxito
- Vida después de la muerte
- Los 7 rayos
- Tu niño interno
- Si lo creo, LO CREO
- El poder de la voluntad
- Lo único constante es el cambio
- El poder de la palabra
- Cómo afrontar adversidades
- Los 7 principios universales
- Visualización creativa
- Libre albedrío, regalo divino

visita el sitio web

www.concienciadesalud.com

Calendario

2021

ENERO

D	L	M	M	J	V	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

FEBRERO

D	L	M	M	J	V	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28						

MARZO

D	L	M	M	J	V	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

ABRIL

D	L	M	M	J	V	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

MAYO

D	L	M	M	J	V	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

JUNIO

D	L	M	M	J	V	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

JULIO

D	L	M	M	J	V	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

AGOSTO

D	L	M	M	J	V	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

SEPTIEMBRE

D	L	M	M	J	V	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

OCTUBRE

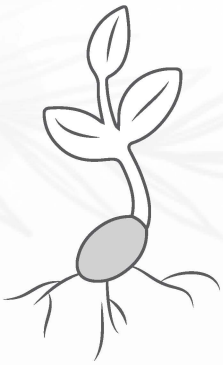
D	L	M	M	J	V	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

NOVIEMBRE

D	L	M	M	J	V	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

DICIEMBRE

D	L	M	M	J	V	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	



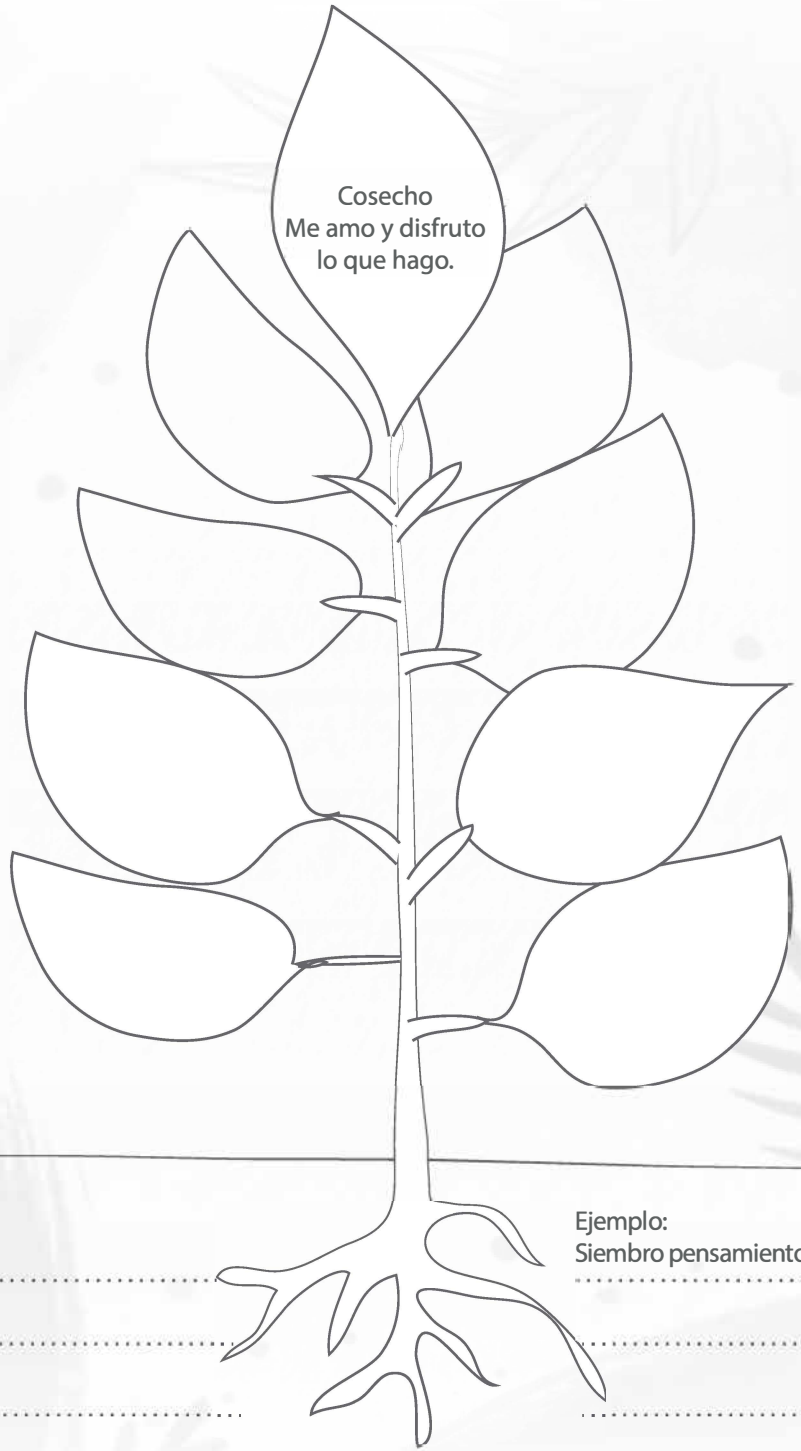
Elijo mis semillas

Yo _____
doy la bienvenida a la primavera, estoy list@
para elegir lo que quiero sembrar hoy
para cosechar el día de mañana.
Sé que mis pensamientos son semillas
y mi mente un campo fértil.

Emprendo este maravilloso camino de bienestar
hacia nuevas metas y oportunidades,
manifiesto lo que sí quiero vivir.

Abro mi mente y despierto mi conciencia,
pienso bien, hablo bien y hago el bien.

Sólo el bien es real



Ejemplo:
Siembro pensamientos de amor para mí

Este ejercicio te ayudará a sembrar pensamientos positivos y actuar de igual forma, fluir con la vida y agradecer por todo aquello que recibes. ¿Qué quieres sembrar? ¿Qué quieres cosechar?

Eleva tu nivel vibratoria

**Inicia este ciclo con mucha energía,
para subir tu nivel vibratorio basta con realizar aquello
que disfrutas y te causa placer.**

**Haz una lista de aquello que te gusta hacer para que lo tengas presente
y puedas vibrar alto.**

"Sólo el bien es real"

2021

"Permita que el bienestar florezca en mi vida."

Marzo

Marzo 2021

Planeador Mensual

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
31	01	02	03	04	05	06
07	08	09	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31	01	02	03

Mis metas para este mes:

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Lo que me inspira a lograrlo:

Conciencia de Salud

Piensa bien y acertarás

2021 Marzo

D	L	M	M	J	V	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 01

Martes 02

Miércoles 03

Jueves 04

Viernes 05

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 06

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 07

.....

.....

.....

.....

.....

Decreto Abundancia

recuerda que es en positivo, presente y personal
* Ejemplo:
Acepto y recibo la abundancia del universo

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

"Amo la vida y me divierto a cada instante."

Meditación para conectar con la Fuente

Regálate un tiempo para conectar con tu interior, te comparto la siguiente meditación sólo escanea el código

Reflexiona sobre cómo te sentiste

.....

.....

.....

.....

Conciencia de Salud

Piensa bien y acertarás

2021 Marzo

D	L	M	M	J	V	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 08

Martes 09

Miércoles 10

Jueves 11

Viernes 12

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 13

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 14

.....

.....

.....

.....

.....

¿En dónde está mi atención?

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

Yo elijo

.....

.....

.....

.....

.....

Aquí y ahora

.....

.....

.....

.....

.....

Yo suelto

"Mis sentimientos florecen y me dan frutos."

Conciencia de Salud

Piensa bien y acertarás

2021 Marzo

D	L	M	M	J	V	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 15

Martes 16

Miércoles 17

Jueves 18

Viernes 19

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 20

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 21

.....

.....

.....

.....

.....

Hábitos positivos que desarrollé

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

Entiendo mis emociones

Esta semana me sentí:

.....

.....

.....

.....

Esto es lo que elijo hacer con respecto a esa emoción:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Conciencia de Salud

Piensa bien y acertarás

2021 Marzo

D	L	M	M	J	V	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 22

Martes 23

Miércoles 24

Jueves 25

Viernes 26

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 27

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 28

.....

.....

.....

.....

.....

Lo que me hizo vibrar alto

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

"Logro lo que me propongo fácilmente."

Lectura en Conciencia

Expresa las enseñanzas adquiridas en tu lectura

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Conciencia de Salud
Piensa bien y acertarás

2021
Marzo
Abril

D	L	M	M	J	V	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 29

Martes 30

Miércoles 31

Jueves 01

Viernes 02

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 03

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 04

.....

.....

.....

.....

.....

Estos son mis logros

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

“Lo que siembro cosecho.”

Mis experiencias

Cómo me siento con respecto a lo que viví esta semana

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Toma una foto de ti de nin@ que te guste y pregúntale:

¿Cuál es su color favorito?

¿El juego que más le gusta?

¿Qué quiere ser de grande?

¿Su comida predilecta?

¿Te resuena?

Ahora te toca a ti

¿Qué es lo que más te gusta de tu nin@?

¿Qué emociones le ves?

¿Culés son sus características que más te gustan?

¿Qué te gustaría recuperar?

"Sólo el bien es real"

2021

"Fluyo a través de la alegría del niño que habita en mí."

Abril

Abril 2021

Planeador Mensual

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
28	29	30	31	01	02	03
04	05	06	07	08	09	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	01

Mis metas para este mes:

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Lo que me inspira a lograrlo:

Conciencia de Salud
Piensa bien y acertarás

2021 Abril

D	L	M	M	J	V	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 05

Martes 06

Miércoles 07

Jueves 08

Viernes 09

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 10

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 11

.....

.....

.....

.....

.....

Yo soy...

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

> *"Escucho amorosamente a mi niñ@ interior."*

¿Qué me dice mi cuerpo?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Conciencia de Salud
Piensa bien y acertarás

2021 Abril

D	L	M	M	J	V	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 12

Martes 13

Miércoles 14

Jueves 15

Viernes 16

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 17

.....

.....

.....

.....

Domingo 18

.....

.....

.....

.....

.....

Esta semana aprendí:

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

"Cada día aprendo y descubro algo nuevo."

Tomo conciencia

Lo que voy a cambiar

.....

.....

.....

.....

Mi plan de acción

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Conciencia de Salud
Piensa bien y acertarás

2021 Abril

D	L	M	M	J	V	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 19

Martes 20

Miércoles 21

Jueves 22

Viernes 23

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 24

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 25

.....

.....

.....

.....

.....

Agradezco por...

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

> *"Le doy rienda suelta a mi imaginación."*

Películas para el despertar de la conciencia

¿Qué película desperto tu entusiasmo?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

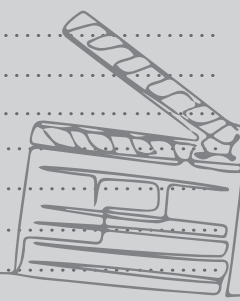
.....

.....

.....

.....

.....



Conciencia de Salud

Piensa bien y acertarás

2021 Abril Mayo

D	L	M	M	J	V	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 26

Martes 27

Miércoles 28

Jueves 29

Viernes 30

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 01

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 02

.....

.....

.....

.....

.....

Pienso en positivo

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

“Juego y me divierto, disfruto la vida.”

Respiración

Respira profundamente y mantén el aire, enfoca tu mente y exhala.

Repite el proceso y piensa con cada inhalación algo que quieres atraer a tu vida:

.....

.....

.....

.....

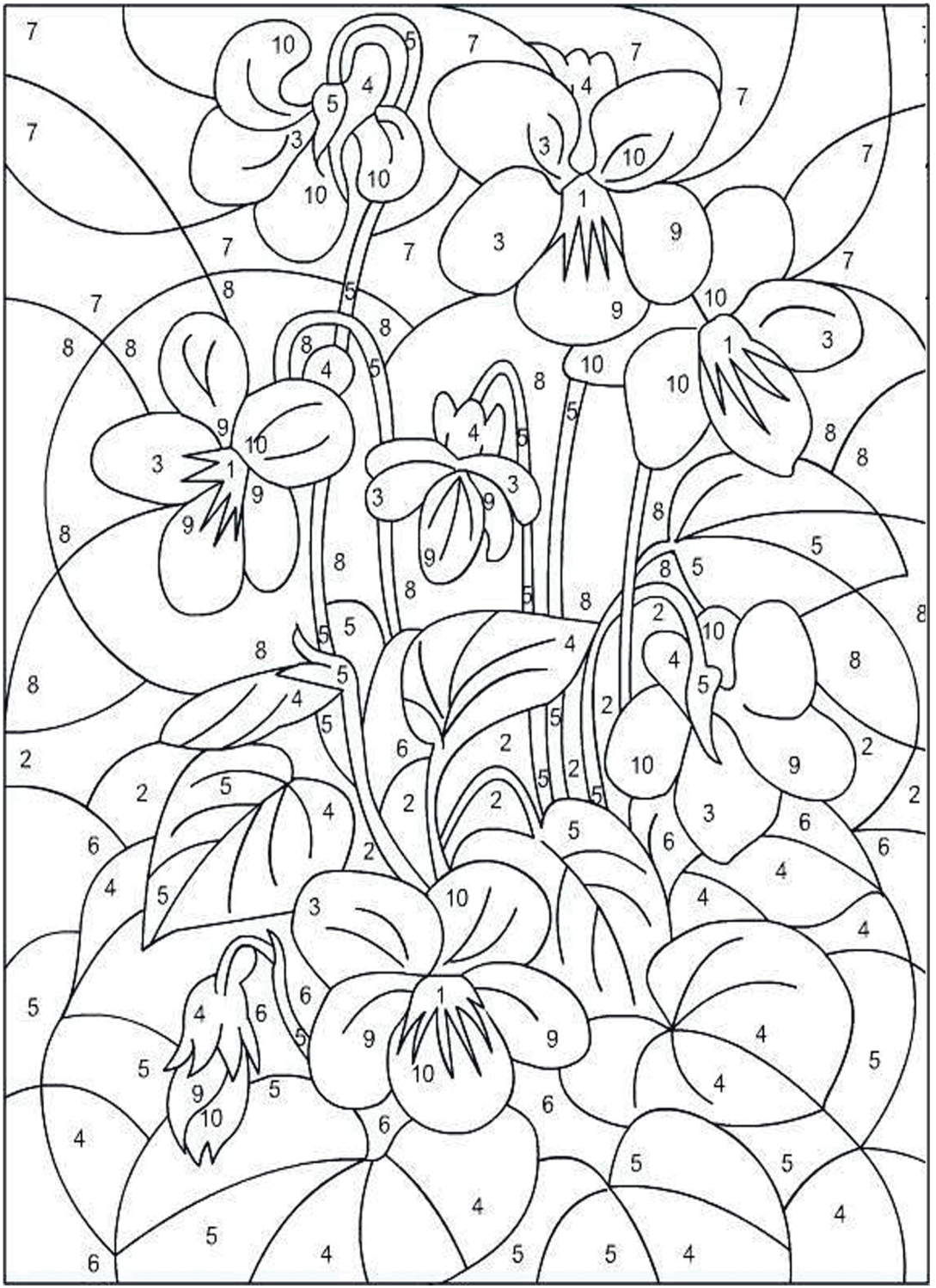
Ahora con cada exhalación piensa en algo que quieres soltar:

.....

.....

.....

.....



1 - amarillo
2 - anaranjado
3 - rosa
4 - verde claro
5 - verde
6 - verde oscuro
7 - turquesa
8 - azul
9 - lila
10 - morado

"Sólo el bien es real"

2021

"Permita que mi energía creativa se manifieste libremente."

Mayo

Mayo 2021

Planeador Mensual

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
25	26	27	28	29	30	01
02	03	04	05	06	07	08
09	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23 / 30	24 / 31	25	26	27	28	29

Mis metas para este mes:

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Lo que me inspira a lograrlo:

Conciencia de Salud
Piensa bien y acertarás

2021 Mayo

D	L	M	M	J	V	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 03

Martes 04

Miércoles 05

Jueves 06

Viernes 07

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 08

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 09

.....

.....

.....

.....

.....

Decreto para el Trabajo

recuerda que es en positivo, presente y personal

* Ejemplo:
  El trabajo que tengo es perfecto para mi, me permite desarrollar mi creatividad.

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

"Prospero en cada aspecto de mi vida."

Desarrollo mi creatividad

Lo que quiero

.....

.....

.....

.....

.....

.....

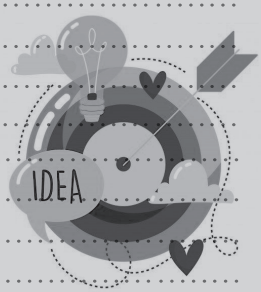
.....

.....

.....

.....

.....



Conciencia de Salud
Piensa bien y acertarás

2021 Mayo

D	L	M	M	J	V	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 10

Martes 11

Miércoles 12

Jueves 13

Viernes 14

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 15

.....

.....

.....

.....

Domingo 16

.....

.....

.....

.....

.....

¿En dónde está mi atención?

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

"Valoro el milagro de la vida a través de mi Ser."

Desarrollo mi creatividad

Lo visualizo

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Conciencia de Salud
Piensa bien y acertarás

2021 Mayo

D	L	M	M	J	V	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 17

Martes 18

Miércoles 19

Jueves 20

Viernes 21

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 22

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 23

.....

.....

.....

.....

.....

Hábitos positivos que desarrollé

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

Desarrollo mi creatividad

Lo decreto

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Conciencia de Salud
Piensa bien y acertarás

2021 Mayo

D	L	M	M	J	V	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Lunes 24

Martes 25

Miércoles 26

Jueves 27

Viernes 28

AGENDA

"Sólo el bien es real"

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 29

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 30

.....

.....

.....

.....

.....

Lo que me hizo vibrar alto

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

Desarrollo mi creatividad

Lo agradezco y me entusiasmo

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3

Toma acción para lograr lo que te propones

Algo nuevo por aprender	Lo que necesito para logarlo
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....

"Sólo el bien es real"

2021

"Celebro mis logros y el aprendizaje que me brindan."

Junio

Junio 2021

Planeador Mensual

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
30	31	01	02	03	04	05
06	07	08	09	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	01	02	03

Mis metas para este mes:

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Lo que me inspira a lograrlo:

Conciencia de Salud
Piensa bien y acertarás

2021 Junio

D	L	M	M	J	V	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 31

Martes 01

Miércoles 02

Jueves 03

Viernes 04

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 05

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 06

.....

.....

.....

.....

.....

Yo soy...

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

"Me abro a aprender algo nuevo cada día."

Vivo en vocación

Lo que quiero intentar

.....

.....

Lo que voy a crear

.....

.....

Lo que aprendo

.....

.....

Lo que hago para lograrlo

.....

.....

Conciencia de Salud

Piensa bien y acertarás

2021 Junio

D	L	M	M	J	V	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

Lunes 07

Martes 08

Miércoles 09

Jueves 10

Viernes 11

AGENDA

"Sólo el bien es real"

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 12

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 13

.....

.....

.....

.....

.....

Esta semana aprendí:

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

> *"Vivo mi libertad, vivo intensamente."*

Mis creencias positivas sobre mi vocación

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Conciencia de Salud
Piensa bien y acertarás

2021
Junio

D	L	M	M	J	V	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 14

Martes 15

Miércoles 16

Jueves 17

Viernes 18

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 19

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 20

.....

.....

.....

.....

.....

Agradezco por...

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

Yo elijo

.....

.....

.....

.....

.....

Aquí y ahora

.....

.....

.....

.....

.....

Yo suelto

Conciencia de Salud

Piensa bien y acertarás

2021 Junio

D	L	M	M	J	V	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 21

Martes 22

Miércoles 23

Jueves 24

Viernes 25

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 26

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 27

.....

.....

.....

.....

.....

Pienso en positivo

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

Tomo conciencia

Lo que voy a cambiar

.....

.....

.....

.....

Mi plan de acción

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Conciencia de Salud
Piensa bien y acertarás

2021
Junio
Julio

D	L	M	M	J	V	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 28

Martes 29

Miércoles 30

Jueves 01

Viernes 02

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 03

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 04

.....

.....

.....

.....

.....

Decreto Armonía

recuerda que es en positivo, presente y personal

* Ejemplo:
  Fluyo en armonía con el universo.

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

"Abro mi mente y vivo nuevas experiencias."

Mis momentos de armonía

.....

.....

.....

.....

.....

.....

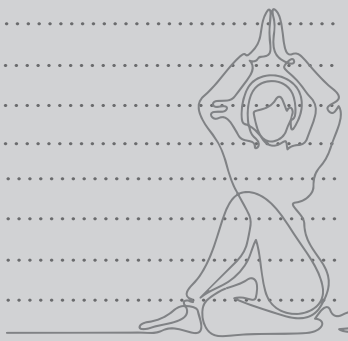
.....

.....

.....

.....

.....



Disfruta de una vida saludable

- Sonríe y mantén una actitud positiva.
- Ama y acepta tu cuerpo, escucha los mensajes que te brinda.
- Mantente en movimiento, sigue avanzando.
- Medita y encuentra el equilibrio en tu interior.
- Acepta el cambio, agradece y fluye.
- Vive el momento presente, disfruta cada detalle.
- Manifiesta tu creatividad libremente.
- Reconoce y acepta tus emociones.
- Alimenta sanamente tu cuerpo y tu mente, tu eliges.
- Entra en contacto con la naturaleza y llénate de energía.

"Sólo el bien es real"

2021

"Yo soy
la salud perfecta
y vibrante."

Julio

Julio 2021

Planeador Mensual

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
27	28	29	30	01	02	03
04	05	06	07	08	09	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Mis metas para este mes:

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Lo que me inspira a lograrlo:

Conciencia de Salud
Piensa bien y acertarás

2021 Julio

D	L	M	M	J	V	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 05

Martes 06

Miércoles 07

Jueves 08

Viernes 09

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 10

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 11

.....

.....

.....

.....

.....

¿En dónde está mi atención?

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

"Disfruto del momento presente."

¿Qué me dice mi cuerpo?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Conciencia de Salud
Piensa bien y acertarás

2021 Julio

D	L	M	M	J	V	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 12

Martes 13

Miércoles 14

Jueves 15

Viernes 16

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 17

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 18

.....

.....

.....

.....

.....

Hábitos positivos que desarrollé

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

Reconozco el logro de otros

Reconozco el logro de:

.....

.....

.....

.....

Esto me inspira para:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Conciencia de Salud
Piensa bien y acertarás

2021 Julio

D	L	M	M	J	V	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 19

Martes 20

Miércoles 21

Jueves 22

Viernes 23

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 24

.....
.....
.....
.....
.....

Domingo 25

.....
.....
.....
.....
.....

Lo que me hizo vibrar alto

NOTAS:

.....
.....
.....
.....
.....

"Confío en que la vida es un gran regalo."

Respiración

Respira profundamente y mantén el aire, enfoca tu mente y exhala.

Repite el proceso y piensa con cada inhalación algo que quieres atraer a tu vida:

.....
.....
.....
.....

Ahora con cada exhalación piensa en algo que quieres soltar:

.....
.....
.....
.....

Conciencia de Salud
Piensa bien y acertarás

2021
Julio
Agosto

D	L	M	M	J	V	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 26

Martes 27

Miércoles 28

Jueves 29

Viernes 30

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 31

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 01

.....

.....

.....

.....

.....

Estos son mis logros

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

"Mi cuerpo es una máquina perfecta."

Entiendo mis emociones

Esta semana me sentí:

.....

.....

.....

.....

Esto es lo que elijo hacer con respecto a esa emoción:

.....

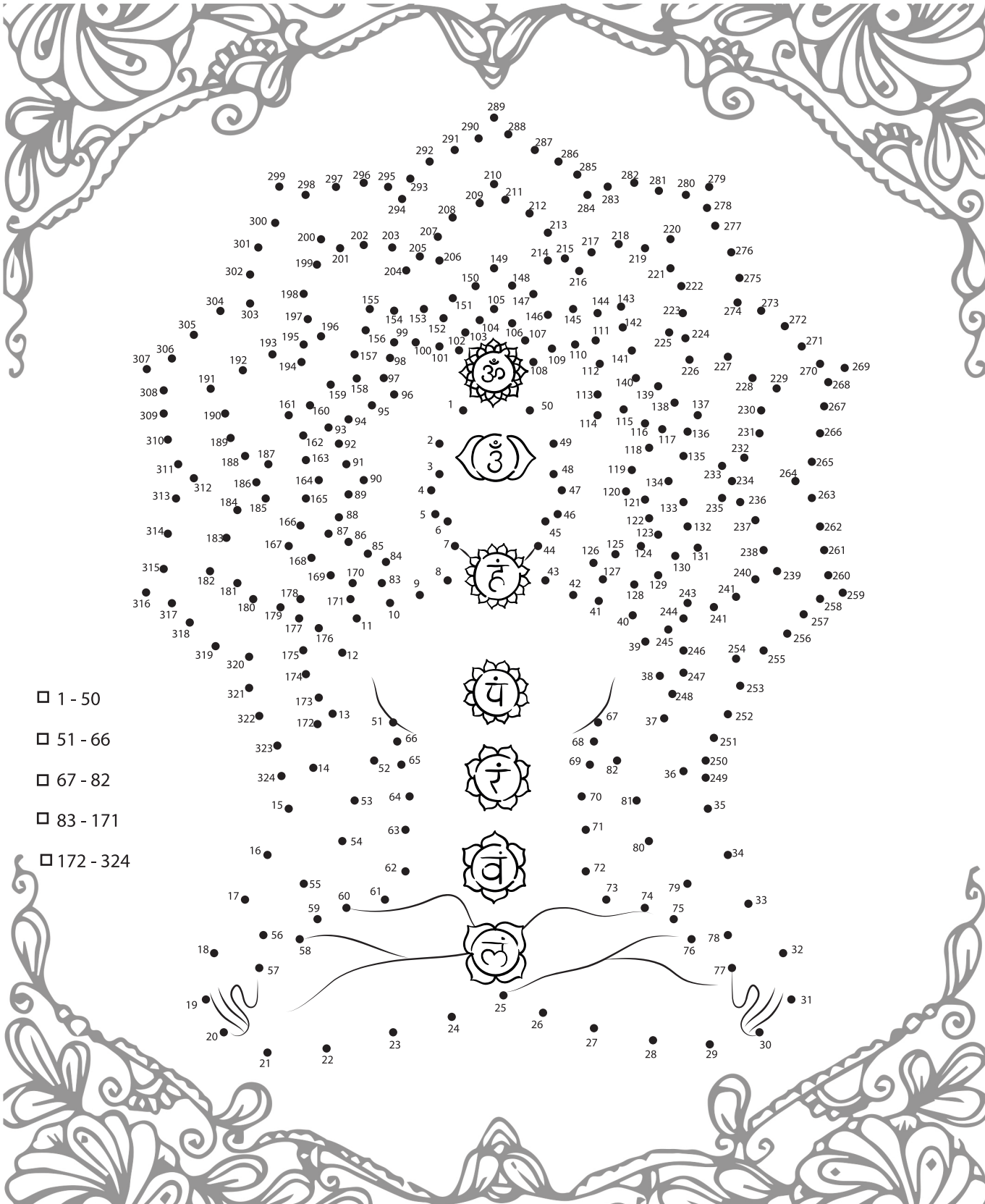
.....

.....

.....

.....

.....


1 - 50
51 - 66
67 - 82
83 - 171
172 - 324

"Sólo el bien es real"

2021

"Tengo todo lo que necesito para ser feliz aquí y ahora."

Agosto

Agosto 2021

Planeador Mensual

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
01	02	03	04	05	06	07
08	09	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	01	02	03	04

Mis metas para este mes:

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Lo que me inspira a lograrlo:

Conciencia de Salud
Piensa bien y acertarás

2021 Agosto

D	L	M	M	J	V	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 02

Martes 03

Miércoles 04

Jueves 05

Viernes 06

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 07

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 08

.....

.....

.....

.....

.....

Yo soy...

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

“Mantengo mis pensamientos y creencias en positivo.”

Meditación para superar el miedo

Regálate un tiempo para conectar con tu interior, te comparto la siguiente meditación sólo escanea el código

Reflexiona sobre cómo te sentiste

.....

.....

.....

.....

Conciencia de Salud
Piensa bien y acertarás

2021 Agosto

D	L	M	M	J	V	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 09

Martes 10

Miércoles 11

Jueves 12

Viernes 13

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 14

.....

.....

.....

.....

Domingo 15

.....

.....

.....

.....

.....

Esta semana aprendí:

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

“Soy flexible conmigo y con los demás.”

Mis experiencias

Cómo me siento con respecto a lo que viví esta semana

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Conciencia de Salud
Piensa bien y acertarás

2021 Agosto

D	L	M	M	J	V	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 16

Martes 17

Miércoles 18

Jueves 19

Viernes 20

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 21

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 22

.....

.....

.....

.....

.....

Agradezco por...

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

> *"Me permito ser feliz en cualquier circunstancia."*

Mis creencias positivas sobre el trabajo

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Conciencia de Salud
Piensa bien y acertarás

2021 Agosto

D	L	M	M	J	V	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 23

Martes 24

Miércoles 25

Jueves 26

Viernes 27

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 28

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 29

.....

.....

.....

.....

.....

Pienso en positivo

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

"Creo mis experiencia a través del pensamiento."

Lectura en Conciencia

Expresa las enseñanzas adquiridas en tu lectura

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Conciencia de Salud
Piensa bien y acertarás

2021
Agosto
Septiembre

D	L	M	M	J	V	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 30

Martes 31

Miércoles 01

Jueves 02

Viernes 03

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 04

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 05

.....

.....

.....

.....

.....

Decreto Salud

recuerda que es en positivo, presente y personal

* Ejemplo:
  Yo soy la salud perfecta y permanente.

NOTAS:

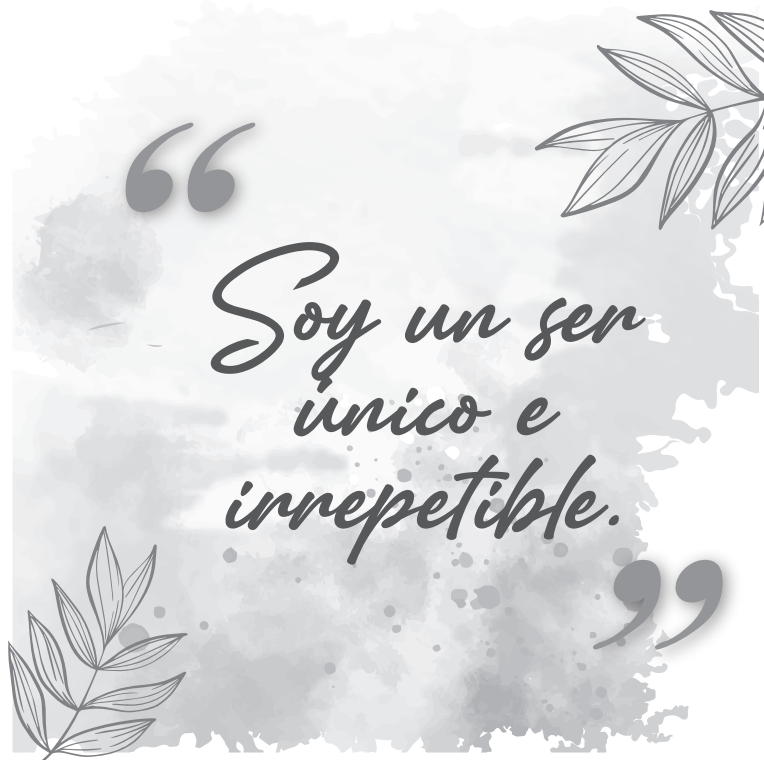
.....

.....

.....

.....

.....



Vivo en vocación

Lo que quiero intentar

.....

.....

Lo que voy a crear

.....

.....

Lo que aprendo

.....

.....

Lo que hago para lograrlo

.....

.....

Leyes Espirituales

- **La persona que llega,**
  es la persona correcta.

- **Lo que sucede es lo único**
  que podía suceder.

- **En el momento que algo comienza,**
  es el momento correcto.

- **Cuando algo termina, termina.**

"Sólo el bien es real"

2021

"La Fuente es abundante en vida, bienestar y creatividad."

Septiembre

Septiembre 2021

Planeador Mensual

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
29	30	31	01	02	03	04
05	06	07	08	09	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	01	02

Mis metas para este mes:

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Lo que me inspira a lograrlo:

Conciencia de Salud
Piensa bien y acertarás

2021 Septiembre

D	L	M	M	J	V	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 06

Martes 07

Miércoles 08

Jueves 09

Viernes 10

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 11

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 12

.....

.....

.....

.....

.....

¿En dónde está mi atención?

NOTAS:

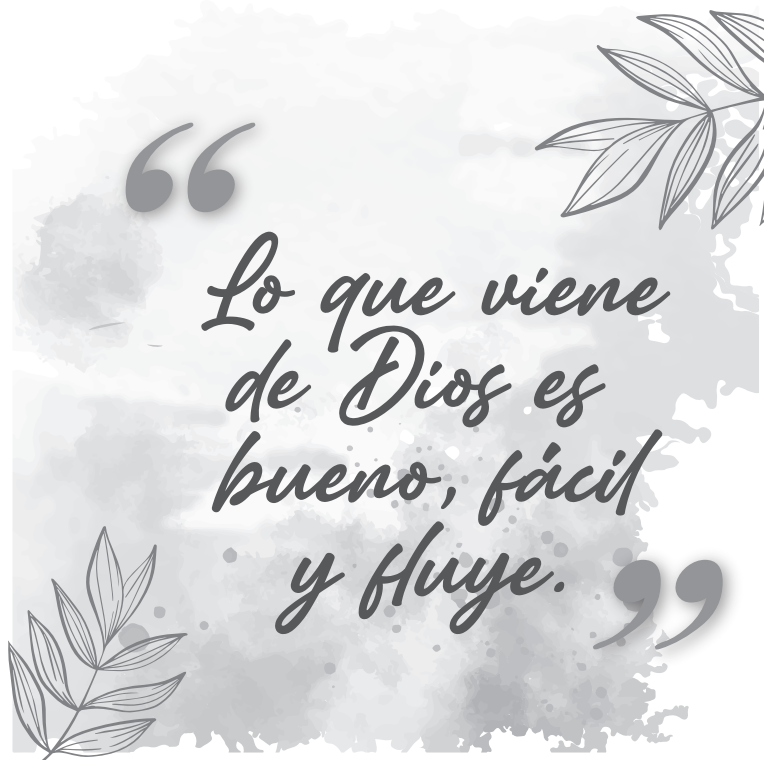
.....

.....

.....

.....

.....



Entiendo mis emociones

Esta semana me sentí:

.....

.....

.....

.....

Esto es lo que elijo hacer con respecto a esa emoción:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Conciencia de Salud
Piensa bien y acertarás

2021 Septiembre

D	L	M	M	J	V	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 13

Martes 14

Miércoles 15

Jueves 16

Viernes 17

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 18

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 19

.....

.....

.....

.....

.....

Hábitos positivos que desarrollé

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

Tomo conciencia

Lo que voy a cambiar

.....

.....

.....

.....

Mi plan de acción

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Conciencia de Salud
Piensa bien y acertarás

2021 Septiembre

D	L	M	M	J	V	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 20

Martes 21

Miércoles 22

Jueves 23

Viernes 24

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 25

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 26

.....

.....

.....

.....

.....

Lo que me hizo vibrar alto

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

Reconozco el logro de otros

Reconozco el logro de:

.....

.....

.....

.....

Esto me inspira para:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Conciencia de Salud
Piensa bien y acertarás

2021
Septiembre
Octubre

D	L	M	M	J	V	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

Lunes 27

Martes 28

Miércoles 29

Jueves 30

Viernes 01

AGENDA

"Sólo el bien es real"

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 02

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 03

.....

.....

.....

.....

.....

Estos son mis logros

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

"Vivo y comparto cada día desde el amor."

Mis creencias positivas sobre mi Ser

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Acepto el cambio, fluyo con lo que está por llegar.

Estoy list@ para soltar:

Estoy list@ para recibir:

"Sólo el bien es real"

2021

"Acepto cada día como una nueva oportunidad."

Octubre

Octubre 2021

Planeador Mensual

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
26	27	28	29	30	01	02
03	04	05	06	07	08	09
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24 / 31	25	26	27	28	29	30

Mis metas para este mes:

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Lo que me inspira a lograrlo:

Conciencia de Salud
Piensa bien y acertarás

2021 Octubre

D	L	M	M	J	V	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 04

Martes 05

Miércoles 06

Jueves 07

Viernes 08

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 09

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 10

.....

.....

.....

.....

.....

Yo soy...

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

"Fluyo amorosamente con los cambios."

Conecta con la naturaleza

Piensa en un paisaje natural en donde te gustaría estar, visualízate disfrutando del entorno y comparte cómo te sentiste.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Conciencia de Salud
Piensa bien y acertarás

2021 Octubre

D	L	M	M	J	V	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 11

Martes 12

Miércoles 13

Jueves 14

Viernes 15

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 16

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 17

.....

.....

.....

.....

.....

Esta semana aprendí:

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

> *Cada día doy mi mejor esfuerzo.*

¿Qué me dice mi cuerpo?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Conciencia de Salud
Piensa bien y acertarás

2021 Octubre

D	L	M	M	J	V	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 18

Martes 19

Miércoles 20

Jueves 21

Viernes 22

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 23

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 24

.....

.....

.....

.....

.....

Agradezco por...

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

Entiendo mis emociones

Esta semana me sentí:

.....

.....

.....

.....

Esto es lo que elijo hacer con respecto a esa emoción:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Conciencia de Salud
Piensa bien y acertarás

2021 Octubre

D	L	M	M	J	V	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 25

Martes 26

Miércoles 27

Jueves 28

Viernes 29

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 30 .....

.....

.....

.....

.....

Domingo 31 .....

.....

.....

.....

.....

Pienso en positivo

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

Mis momentos de armonía

.....

.....

.....

.....

.....

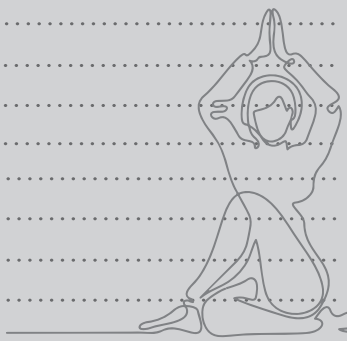
.....

.....

.....

.....

.....



A mis ancestros...

Disfruto la vida y la acepto como un gran regalo.
Acepto y honro las enseñanzas compartidas que me permiten fluir en mi vida.

Enseñanzas que agradezco	Lo que estoy list@ para reprogramar

"Sólo el bien es real"

2021

"Honro a mis antepasados ellos hoy son mi apoyo."

Noviembre

Noviembre 2021

Planeador Mensual

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
31	01	02	03	04	05	06
07	08	09	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	01	02	03	04

Mis metas para este mes:

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Lo que me inspira a lograrlo:

Conciencia de Salud
Piensa bien y acertarás

2021
Noviembre

D	L	M	M	J	V	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 01

Martes 02

Miércoles 03

Jueves 04

Viernes 05

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 06

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 07

.....

.....

.....

.....

.....

Decreto Amor

recuerda que es en positivo, presente y personal

* Ejemplo:
  Me abro y fluyo hacia el amor.

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

"Disfruto de la vida en armonia."

Reconozco el logro de otros

Reconozco el logro de:

.....

.....

.....

.....

Esto me inspira para:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Conciencia de Salud
Piensa bien y acertarás

2021
Noviembre

D	L	M	M	J	V	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 08

Martes 09

Miércoles 10

Jueves 11

Viernes 12

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 13

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 14

.....

.....

.....

.....

.....

¿En dónde está mi atención?

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

Yo elijo

.....

.....

.....

.....

.....

Aquí y ahora

.....

.....

.....

.....

.....

Yo suelto

"En todo momento estoy conectad@ a la luz."

Conciencia de Salud
Piensa bien y acertarás

2021 Noviembre

D	L	M	M	J	V	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 15

Martes 16

Miércoles 17

Jueves 18

Viernes 19

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 20

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 21

.....

.....

.....

.....

.....

Hábitos positivos que desarrollé

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

"Toda experiencia me sirve para crecer."

Mis experiencias

Cómo me siento con respecto a lo que viví esta semana

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Conciencia de Salud
Piensa bien y acertarás

2021 Noviembre

D	L	M	M	J	V	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 22

Martes 23

Miércoles 24

Jueves 25

Viernes 26

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 27

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 28

.....

.....

.....

.....

.....

Lo que me hizo vibrar alto

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

"Mi flexibilidad me permite seguir adelante."

Mis creencias positivas sobre la vida

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Conciencia de Salud
Piensa bien y acertarás

2021
Noviembre
Diciembre

D	L	M	M	J	V	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 29

Martes 30

Miércoles 01

Jueves 02

Viernes 03

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 04

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 05

.....

.....

.....

.....

.....

Estos son mis logros

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

"De cada experiencia aprendo algo nuevo."

Películas para el despertar de la conciencia

¿Qué película disfrutaste esta semana?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

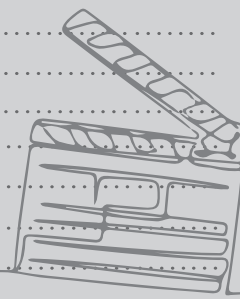
.....

.....

.....

.....

.....



Tiempo de agradecer

Agradezco haber aprendido a:

Agradezco haber conocido a:

Agradezco haber ayudado a:

¡Gracias!

Escribe algo que quieras vivir, descríbelo como si ya sucedió y agradece por ello:

. . . . . .

. . . . . .

. . . . . .

. . . . . .

. . . . . .

. . . . . .

. . . . . .

. . . . . .

. . . . . .

. . . . . .

. . . . . .

Agradezco estas virtudes en mi persona que me permiten vivir en positivo:

"Sólo el bien es real"

2021

"Agradezco cada logro y meta cumplida."

Diciembre

Diciembre 2021

Planeador Mensual

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
28	29	30	01	02	03	04
05	06	07	08	09	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	01

Mis metas para este mes:

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Lo que me inspira a lograrlo:

Conciencia de Salud

Piensa bien y acertarás

2021 Diciembre

D	L	M	M	J	V	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 06

Martes 07

Miércoles 08

Jueves 09

Viernes 10

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 11

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 12

.....

.....

.....

.....

.....

Yo soy...

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

“Acepto, entiendo, perdono y suelto en armonía.”

Mis momentos de armonía

.....

.....

.....

.....

.....

.....

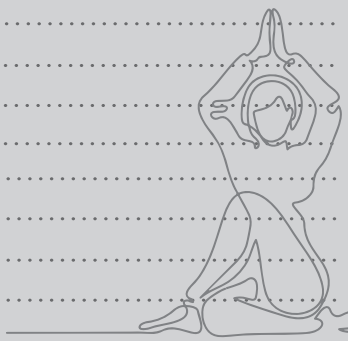
.....

.....

.....

.....

.....



Conciencia de Salud

Piensa bien y acertarás

2021 Diciembre

D	L	M	M	J	V	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 13

Martes 14

Miércoles 15

Jueves 16

Viernes 17

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 18

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 19

.....

.....

.....

.....

.....

Esta semana aprendí:

NOTAS:

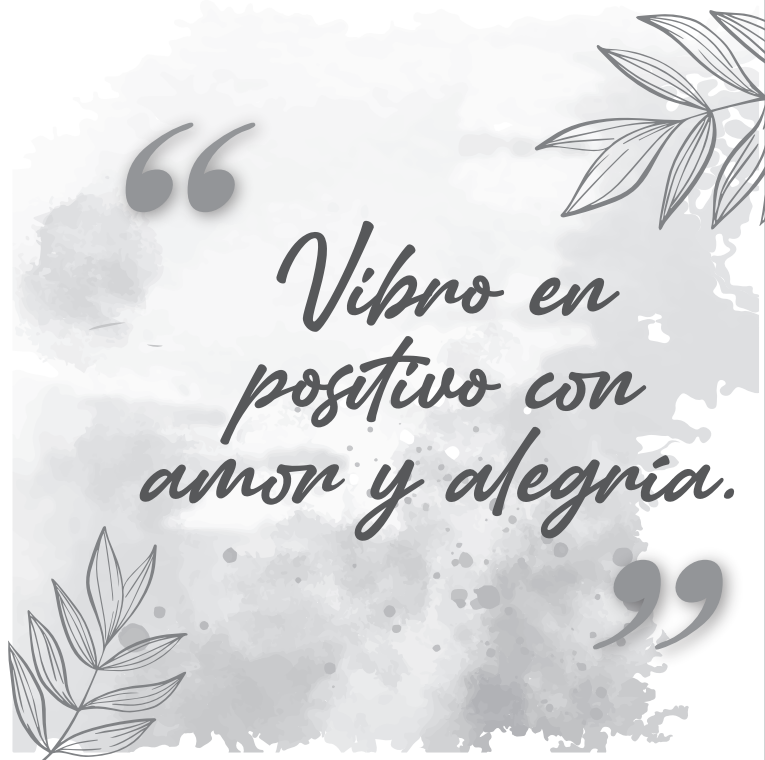
.....

.....

.....

.....

.....



Respiración

Respira profundamente y mantén el aire, enfoca tu mente y exhala.

Repite el proceso y piensa con cada inhalación algo que quieres atraer a tu vida:

.....

.....

.....

.....

Ahora con cada exhalación piensa en algo que quieres soltar:

.....

.....

.....

.....

Conciencia de Salud
Piensa bien y acertarás

2021 Diciembre

D	L	M	M	J	V	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 20

Martes 21

Miércoles 22

Jueves 23

Viernes 24

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 25

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 26

.....

.....

.....

.....

.....

Agradezco por...

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

"Suelto libremente y confío."

Conecta con la naturaleza

Piensa en un paisaje natural en donde te gustaría estar, visualízate disfrutando del entorno y comparte cómo te sentiste.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Conciencia de Salud
Piensa bien y acertarás

2021
Diciembre
Enero

D	L	M	M	J	V	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Lunes 27

Martes 28

Miércoles 29

Jueves 30

Viernes 31

AGENDA

"Sólo el bien es real"

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 01

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 02

.....

.....

.....

.....

.....

Pienso en positivo

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

"Recibo y agradezco lo que llega a mi vida."

Tomo conciencia

Lo que voy a cambiar

.....

.....

.....

.....

Mi plan de acción

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Yo soy

Abundancia
Crecimiento
Atracción
Flujo Positivo
Acción

Recibe la abundancia en tu vida y manifiesta lo que quieres vivir en cada aspecto de tu vida para este año que comienza.

Ejemplo: Obtengo un ingreso satisfactorio haciendo aquello que disfruto.

"Sólo el bien es real"

2022

"El universo es abundante y yo también."

Enero

Enero 2022

Planeador Mensual

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
25	26	27	28	29	30	01
02	03	04	05	06	07	08
09	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23 / 30	24 / 31	25	26	27	28	29

Mis metas para este mes:

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Lo que me inspira a lograrlo:

Conciencia de Salud
Piensa bien y acertarás

2022 Enero

D	L	M	M	J	V	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 03

Martes 04

Miércoles 05

Jueves 06

Viernes 07

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 08

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 09

.....

.....

.....

.....

.....

Decreto Abundancia

recuerda que es en positivo, presente y personal

* Ejemplo:
  Recibo el flujo ilimitado de abundancia en mi vida

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

"Me permito tener éxito en la vida."

Meditación para abrirse a la abundancia

Regálate un tiempo para conectar con tu interior, te comparto la siguiente meditación sólo escanea el código

Reflexiona sobre cómo te sentiste

.....

.....

.....

.....

Conciencia de Salud
Piensa bien y acertarás

2022 Enero

D	L	M	M	J	V	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Lunes 10

Martes 11

Miércoles 12

Jueves 13

Viernes 14

AGENDA

"Sólo el bien es real"

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- [ ] .....
- [ ] .....
- [ ] .....
- [ ] .....
- [ ] .....

Sábado 15

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 16

.....

.....

.....

.....

.....

¿En dónde está mi atención?

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

"Mis ingresos aumentan fácilmente."

Mis creencias positivas sobre el dinero

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Conciencia de Salud
Piensa bien y acertarás

2022 Enero

D	L	M	M	J	V	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 17

Martes 18

Miércoles 19

Jueves 20

Viernes 21

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 22

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 23

.....

.....

.....

.....

.....

Hábitos positivos que desarrollé

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

"Hoy es un nuevo comienzo para mí."

Mis experiencias

Cómo me siento con respecto a lo que viví esta semana

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Conciencia de Salud

Piensa bien y acertarás

2022 Enero

D	L	M	M	J	V	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 24

Martes 25

Miércoles 26

Jueves 27

Viernes 28

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- [ ] .....
- [ ] .....
- [ ] .....
- [ ] .....
- [ ] .....

Sábado 29

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 30t

.....

.....

.....

.....

.....

Lo que me hizo vibrar alto

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

Entiendo mis emociones

Esta semana me sentí:

.....

.....

.....

.....

Esto es lo que elijo hacer con respecto a esa emoción:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Trabajo de espejo

Conecta con tu Ser y reconoce todo lo bueno que hay en ti.
Trasmuta hacia lo positivo desde el amor.

Juicios

Palabras de amor

¿Qué ves en la imagen?

¿Cómo es la persona que estas observando?

¿Qué cosas buenas tiene esa persona?

¿Qué es lo que más te gusta de esa persona?

"Sólo el bien es real"

2021

"Es fácil para mí expresar mi amor."

Febrero

Febrero 2022

Planeador Mensual

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
30	31	01	02	03	04	05
06	07	08	09	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	01	02	03	04	05

Mis metas para este mes:

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Lo que me inspira a lograrlo:

Conciencia de Salud

Piensa bien y acertarás

2022 Febrero

D	L	M	M	J	V	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 31

Martes 01

Miércoles 02

Jueves 03

Viernes 04

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 05

.....

.....

.....

.....

Domingo 06

.....

.....

.....

.....

.....

Estos son mis logros

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

"Somos del amor para el amor."

Mis creencias positivas sobre el amor

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Conciencia de Salud

Piensa bien y acertarás

2022 Febrero

D	L	M	M	J	V	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 07

Martes 08

Miércoles 09

Jueves 10

Viernes 11

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 12

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 13

.....

.....

.....

.....

.....

Yo soy...

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

Yo elijo

.....

.....

.....

.....

.....

Aquí y ahora

.....

.....

.....

.....

.....

Yo suelto

"Me amo, me cuido y me procuro."

Conciencia de Salud
Piensa bien y acertarás

2022 Febrero

D	L	M	M	J	V	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 14

Martes 15

Miércoles 16

Jueves 17

Viernes 18

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 19

.....

.....

.....

.....

Domingo 20

.....

.....

.....

.....

.....

Esta semana aprendí:

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

¿Qué me dice mi cuerpo?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Conciencia de Salud

Piensa bien y acertarás

2022 Febrero

D	L	M	M	J	V	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Lunes 21

Martes 22

Miércoles 23

Jueves 24

Viernes 25

TAREAS IMPORTANTES DE LA SEMANA :

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Sábado 26

.....

.....

.....

.....

.....

Domingo 27

.....

.....

.....

.....

.....

Agradezco por...

NOTAS:

.....

.....

.....

.....

.....

“Mi amor me nutre y me sustenta.”

Películas para el despertar de la conciencia

Observa una pelicula esta semana acerca del amor propio y expresa tus reflexiones.

.....

.....

.....

.....

.....

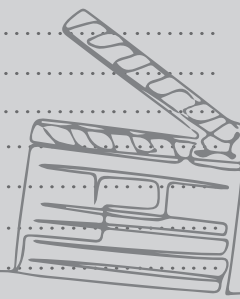
.....

.....

.....

.....

.....



Conciencia de Salud
Piensa bien y acertarás

2022 Febrero

D	L	M	M	J	V	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

Lunes 28

AGENDA

"Sólo el bien es real"

Tips semanales

A tu Salud

Es una sección donde juntos compartimos sobre los temas que tú quieres escuchar para tener bienestar y armonía.

Acompáñame EN VIVO

Los martes a las 7:00 pm

@marthasn_

LIVE /marthasancheznavarro

Suscríbete

Mi canal de YouTube

Piensa bien y acertarás

encontrarás entrevistas, testimonios y muchos temas que te ayudarán al despertar de la conciencia

activa las notificaciones con la campanita

Consulta y participa en nuestro directorio de servicios

concienciadesalud.com/servicios-comunidad/

Lo que necesitas, dentro de la misma comunidad

Tienda CS

Conciencia de Salud

Artículos para tu bienestar

Haz tu pedido al 55-6986-2623

www.concienciadesalud.com

Conciencia de Salud

Piensa bien y acertarás

www.concienciadesalud.com