



Conciencia Álmica
Escuela | Comunidad

PROGRAMA LUZ PARA MÁS LUZ | 365 CÁPSULAS DE CONSCIENCIA

10 DE ABRIL | ANCLA TU ENERGÍA EN EL PRESENTE

POR CHARO PÉREZ CAMPOS

10 De Abril | Ancla Tu Energía En El Presente

Mensaje del Día

Querido ser, el presente es el único lugar donde tu energía puede florecer plenamente. Cuando tu mente se pierde en el pasado o se preocupa por el futuro, pierdes el poder del ahora, que es el único momento en el que puedes crear, sanar y vivir en plenitud. Hoy es un día para anclarte en el presente y experimentar la paz que surge de estar aquí y ahora.

El presente es un regalo divino que te conecta con tu verdad y te permite ver las bendiciones que ya están a tu alrededor. Pregúntate: *¿Estoy viviendo este momento con atención plena o mi mente está en otro lugar?* Al anclarte en el ahora, liberas el peso del pasado y las expectativas del futuro, creando espacio para la gratitud y la alegría.

Recuerda que el presente es un portal hacia tu poder interior. Al estar plenamente presente, fortaleces tus raíces y te abres a la energía infinita que fluye en este instante.

Con Amor Infinito,

La Luz.

Consejo para Hoy

Vuelve al momento presente cada vez que tu mente divague, recordando que aquí y ahora es donde reside tu poder.

Acción del Día

Haz una pausa durante el día para respirar profundamente, enfocándote únicamente en el momento presente. Observa tus sensaciones, emociones y pensamientos sin juzgarlos.

Mantra para Hoy

“Me anclo en el presente, donde mi energía florece y mi alma se expande.”