



# GRATITUD

## 10 Actitudes que Cambiarán tu Vida

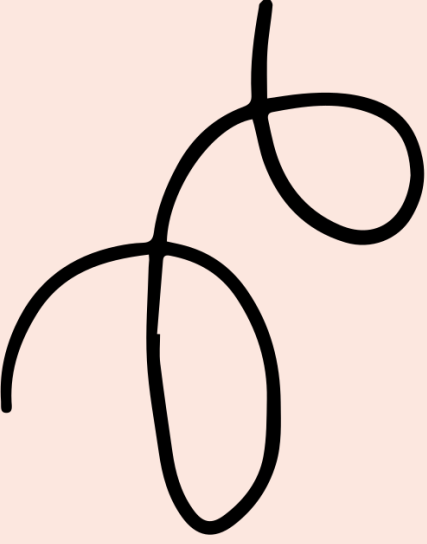


“Si eres agradecido con lo que tienes, generarás más. En cambio, si te concentras en lo que no, jamás tendrás lo suficiente”.– Oprah Winfrey



**01**

**ENTIENDE QUE MALAS  
COSAS TAMBIÉN  
OCURREN A LAS  
BUENAS PERSONAS.**




✦ Creo que eres una buena persona, y si le preguntas a tu familia y amigos, ellos lo confirmarán pero debo ser te sincere, habrá situaciones en tu vida, que estarás triste y que la vida te quitará la alfombra de vez en cuando. Si aprendes a ser agradecido y mira las situaciones a su alrededor como oportunidades y posibilidades de mejoramiento en lugar de centrarse solo en los "problemas", todo será más ligero y la aprendizaje será duradera.


**02**

**NO IMPONGA  
CONDICIONES PARA  
SER FELIZ Y SER  
AGRADECIDO.**





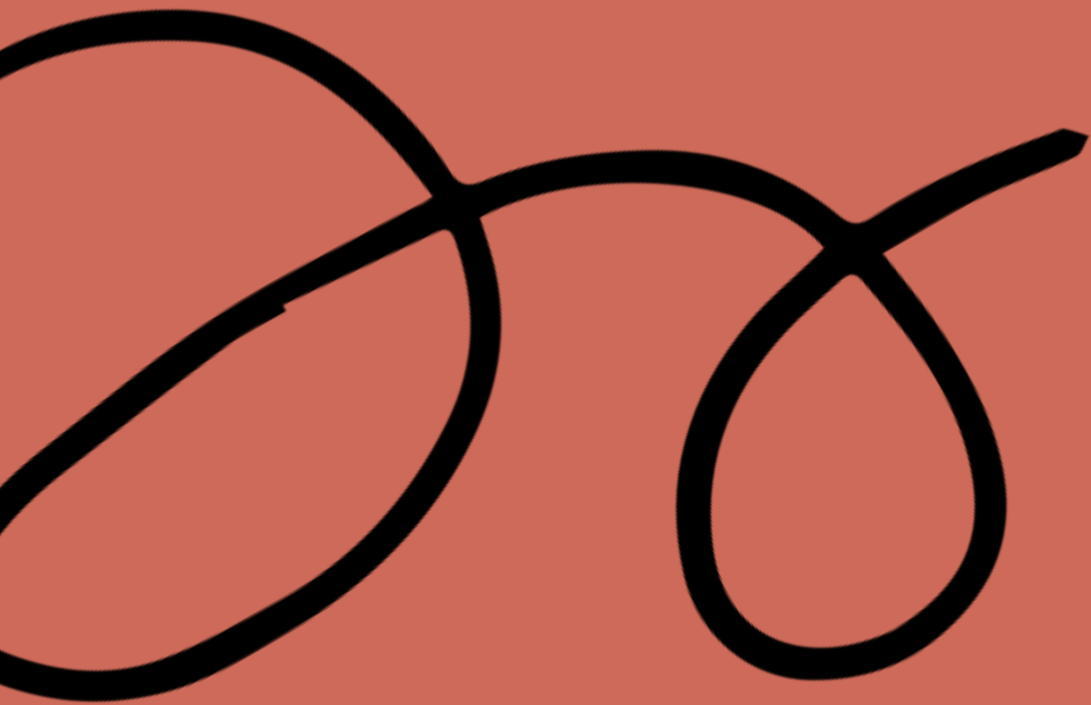
La gratitud y la felicidad van de la mano. Si estás agradecido, eres feliz y si eres feliz, también estás agradecido. No dejes la felicidad para más tarde. El momento de ser feliz y el momento ideal no está en el futuro, sino aquí y ahora. Trabaja tu energía para disfrutar de la felicidad ahora. Poniendo tu atención a las cosas que funcionan, no hay forma de no ser agradecido, solo si tu decides no ser.



03



**SABER QUE LA  
VIDA TIENE SUS  
ALTOS Y BAJOS.**



Sea agradecido no solo cuando la vida va bien, sino también cuando las cosas no están funcionando como quieras. Porque tener altibajos es parte de y no hay otra forma, es parte de nuestra evolución. Obtener gratitud solo cuando todo está funcionando de la manera que le gustaría es la receta correcta para una vida empobrecida; recuerda que a menudo surgen problemas para que podamos ser pulidos.

**04**



**PLANIFICAR Y  
TRABAJAR PARA  
UN FUTURO  
MEJOR.**



Cuando cambiamos nuestra vibración,  
comenzamos atraer cosas buenas a nuestra vida.  
Es posible que su momento presente no sea la  
forma en que soñó, pero eso no le impide  
planificar para el futuro. Vives una cierta realidad  
hoy que puede ser diferente mañana; así que da  
las gracias, pero con un ojo puesto en lo que  
quieres tener y las cosas que vas a construir en el  
futuro.





05

**LIBERATE DEL  
AMARGOR Y  
RENCOR.**



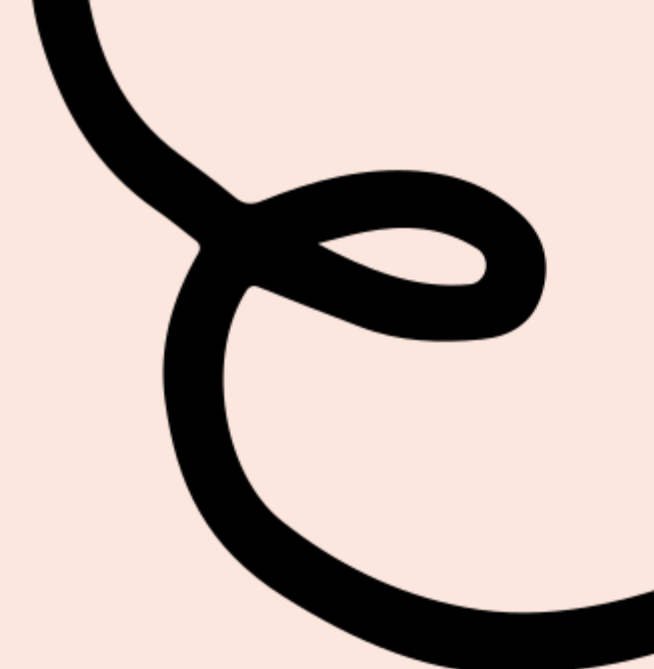
Mientras tenga amargura, rencor, dificultad para perdonar, es muy difícil concentrarse en el sentimiento de gratitud. Necesitas deshacerte de esos sentimientos que te están haciendo esclavo. No perdonar equivale a tomar una dosis de veneno todos los días, y pensar que de esta manera te vengarás del otro y que él morirá de veneno. Quién está perdiendo eres tú y esto no te está trayendo beneficios.



**06**

**CUANDO ES DIFÍCIL  
SER AGRADECIDO  
SOLO, PIDE AYUDA.**





Mire a su alrededor, debe tener un amigo que esté dispuesto ayudarlo, que querrá hacer esto por usted, y aún no lo ha hecho porque no tiene un letrero en la frente que diga: "Estoy en problemas, por favor ayúdenme". No tiene que resolver todo usted mismo, mire a su alrededor ... ¿Con quién puede contar? Busque ayuda, todo se resolverá y, en el momento adecuado, podrá retribuir y ayudar estas personas.



07

**TIENES TODA LA  
FUERZA QUE  
NECESITAS DENTRO  
DE TI.**



Los problemas de autoestima son bastante comunes, pero quiero que sepas que toda la fuerza que necesitas para resolver tus desafíos está dentro de ti.

Comienza a tener más fe en tus habilidades, comienza a creer en esa persona que ves todos los días en el espejo, comienza a amar esa persona. Y aprenderá agradecer incluso por los desafíos, porque tendrá la conciencia de que cada uno de esos desafíos le convierte en una mejor persona.




**08**

**SE MÁS**


**FLEXIBLE**







Los cambios siempre sucederán y debe hacer que sus elecciones sean más flexibles. Desarrollar raíces profundas, en el sentido de ser firmes, de hacer proyectos y ponerlos en práctica. Construya las raíces y después de que las raíces estén bien sedimentadas, entrene la flexibilidad, para estar preparado para las sorpresas de la vida, incluso para las tormentas. Y entonces no te destruirá; Permanecerás allí firme, feliz, satisfecho y lleno de gratitud.





09

# APUESTA POR TU AUTO CONOCIMIENTO



Cuando nos habituamos a sentir gratitud y ser agradecidos, aumenta nuestra conciencia sobre las cosas buenas que tenemos, nuestra personalidad y nuestro amor propio. Ese enfoque de gratitud tiene efectos positivos en nuestro estado de ánimo. Estar agradecido por nuestro ser y nuestra persona, esfuerza nuestra capacidad de desarrollar aptitudes, aprender y tomar buenas decisiones.



10

DEJA DE  
RECRIMINARTE  
POR TUS  
ERRORES.



Deja de culparte por tus errores. Por supuesto que cometerás errores. Eres humano, bienvenido al club de los imperfectos. Sucede, cometerás errores, con cada nuevo día habrá una nueva oportunidad para aprender y crecer. El error es parte de ello. La auto aceptación es parte de ello. Y luego estarás agradecido, incluso por el error, porque él te enseñó cómo no hacerlo y ahora tienes más sabiduría para encontrar el camino correcto y eres mas fuerte.



GRATITUD

La raíz de todo bien reposa en  
la tierra de la gratitud.

SIEMPRE

Gracias!



Astroemotion



Astroemotion



jp@stroemotion.com



www.astroemotion.com



**Joao Miranda**

Coach - Astrólogo  
Astrología Kabbalistica



# eBook GRATITUD



10 Actitudes que  
Cambiarán tu Vida



**Joao Miranda**

Coach – Astrólogo  
Astrología Kabbalística



A hand with red nail polish holds a white tablet. The tablet screen displays the text 'eBook GRATITUD' in a bold, reddish-brown font. The background is a solid light pink color.

# eBook GRATITUD

10 Actitudes  
que Cambiarán  
tu Vida



**Joao Miranda**  
Coach - Astrólogo  
Astrología Kabbalística