

A mi Luz

YA NO TENGO MIEDO
DE NO GUSTARLE A
TODO EL MUNDO



MAMZELLE LULU

De tu alma a mi alma

FOTO DE PORTADA PIXABAY
thomas68

Julio 2020

YA NO TENGO MIEDO
DE NO GUSTARLE A
TODO EL MUNDO

MAMZELLE LULU

De tu alma a mi alma

*MamZelle Lulu nació el 11 de abril de 1990.
Pase lo que pase, tiene fe y confianza en la vida.*

*Suele decir: "Soy quien soy", Ella ha estado luchando
durante mucho tiempo y sigue haciéndolo un poco más
cada día para seguir siendo quien es, en total
simplicidad, más allá de este mundo de apariencias.*

EL VIERNES 29 DE JULIO 2020
Algunas palabras para empezar

Nada ocurre por casualidad.

El Universo decidió que este era el momento perfecto para compartir mis palabras contigo.

Puedo escribir este primer libro hoy porque nunca he dejado de creer en mis sueños lo más alto.

Este libro marca el final de una etapa de mi vida y el comienzo de otra radicalmente distinta:

Ya no tengo miedo de no gustarle a todo el mundo.

Me he entregado a mi Alma que vive entre el Cielo y la Tierra y me siento realizada y equilibrada. He convertido mis experiencias más duras en mis más bellas fortalezas.

Ya no tengo miedo de caerme porque sé que siempre podré volver a levantarme.

Lo que me ayudó fue esta rabia de vivir porque la vida es hermosa y el Amor es más fuerte que todo.

A pesar de las dudas, los miedos, el paso del tiempo, estoy convencida de que siempre hay soluciones.

Descubrí una pequeña parte de la inmensidad del Universo. Me he reconciliado con Dios, que vela por cada uno de nosotros con gran amor y sutileza.

Cada una de las palabras que vas a descubrir ha sido escrita con el corazón.

Me encanta escribir, es una de mis pasiones.

Por lo tanto, con gran emoción comparto contigo una parte de mí.

Mi objetivo aquí no es convencerte porque no tengo la verdad.

Comparto contigo con el corazón
abierto y con toda autenticidad lo
que he aprendido y comprendido de
mis experiencias de vida.

Te deseo un hermoso descubrimiento,

Hasta muy pronto,

MamZelle Lulu

CAPÍTULO 1
*A corazón abierto: del miedo hacia
el camino del Amor propio*

Recuerdo que fue a la edad de 7-8 años tenía curiosidad por saber cómo funcionábamos y me resultaba difícil comprender el significado de ciertas normas y reglas de la vida.

Por ejemplo, en la escuela siempre había grupos. Crecí con la idea de que debíamos estar unos contra otros en lugar de aprender a convivir.

Lo que más me llamó la atención fue la mala leche gratuita que utilizamos sin límite. Realmente pensábamos que había "buenos o malos" y que tenías que elegir tu bando.

En mi opinión, cuanto más intentamos oponernos, más nos encerramos creando más y más conflictos. Así que cuanto menos tolerantes y abiertos éramos.

Tenía la sensación de que estábamos perdiendo el tiempo destruyéndonos unos a otros cuando podríamos estar utilizando ese "mismo tiempo" para vivir, para divertirnos, para ayudarnos, para apoyarnos, para elevarnos...no me parecía muy lógico.

Sin embargo, no me sentía sola, creo que me apreciaban por mi ligereza, mi sencillez y mi positividad.

Soy bastante tranquila y no soy una persona testaruda. También tengo mis momentos de locura, que me caracterizan bien, nunca he dejado de dejar hablar a mi niño interior.

Me gustaba estar rodeada tanto como estar tranquila, en mi propia burbuja. Recuerdo que durante el recreo a veces jugaba con los demás y me divertía mucho y luego, en otras ocasiones, necesitaba estar sola y tranquila, como una necesidad vital de recuperar energía.

Me sentaba y observaba. Todo.

Ya no era actriz sino una espectadora de mi propia vida y de la de los demás. Se convirtió en un hábito para mí, aprecié esta distancia para ver las cosas desde otro ángulo.

Fue también a esa edad cuando me pregunté sobre mi educación, la que había recibido, pero también sobre lo que llamamos las reglas más colectivas.

Por ejemplo, insistimos mucho en la importancia de ser honesta "diciendo la verdad".

Hoy tengo una mirada más espiritual sobre este tema, seguramente desarrollaré este punto en otro momento.

Me preguntaba: "¿Por qué nos enseñaron a no mentir si los adultos siempre mentían?"

Había algo incoherente.

Las palabras, las intenciones no coincidían con las acciones.

Con el tiempo me di cuenta finalmente de que la idea era de no decir nunca lo que realmente pensábamos.

Y en las situaciones en las que pudimos hacerlo, la reacción común fue no decir nada.

Las "falsas excusas" fueron varias: por miedo a herir los sentimientos de la gente, por miedo a montar un escándalo, por miedo a crear conflictos o simplemente por cobardía... llamemos a las cosas por su nombre.

Poco a poco fui viendo las cosas de otra manera desde un ángulo diferente. El funcionamiento de este mundo me parecía muy extraño.

Estaba convencida de que podíamos hacer las cosas de forma diferente, pero sobre todo más sencilla.

Me dije que sería bueno que todos y cada uno de nosotros hiciéramos un esfuerzo cada día para intentar ser más auténticos.

No digo que siempre lo haya hecho todo bien, al contrario, yo también he interpretado papeles.

Y he tenido que lidiar con la Justicia Divina una y otra vez para aprender mis lecciones de vida.

No quería olvidarme, borrar-me, perder mi esencia.

También quería mantener mi libertad de pensamiento y acción. Quería permanecer consciente, con los ojos bien abiertos para no caer en una forma de automatización.

La decisión de seguir el camino del amor y la paz surgió de forma natural, como una continuación.

Necesitaba vivir lo más posible en consonancia con mis valores más profundos, y prefería dejar el camino del miedo y la guerra a quienes lo desearan.

El objetivo no era ser "perfecto", el objetivo era que hiciera lo que pudiera un poco cada día para preservar lo que era.

Así que aprendí a dar pequeños pasos 1, 2 y 3.

Guardé todos estos pensamientos profundos dentro de mí. No me sentía cómodo hablando de ellos. Sentí que la gente podría no entenderme... Pude ver que lo que me revolvía no molestaba a los "otros".

Rápidamente comprendí que tenía que luchar. Una lucha intensa y violenta por seguir siendo "lo que soy".

Ya sea con mi familia o con mis amigos, con el tiempo empecé a imponerme.

Fue en ese momento cuando empecé a perder el miedo a no complacer a todo el mundo. Cada vez me resultaba más difícil "fingir".

Necesitaba encontrar un sentido a lo que hacía.

Hacer cosas por hacer cosas, seguir a otros por seguir a otros... nada de eso me interesaba.

Para mantener mi libertad, me hacía esta pregunta con mucha frecuencia: "¿Lo que quieres hacer tiene sentido para ti o sólo quieres hacerlo para seguir a los demás?"

Soy optimista por naturaleza, la vida me hace gracia, me río de nada, le quito importancia a las cosas. Siempre me he dicho que cada situación, cada encuentro, es una forma emocionante de crecer y aprender un poco más sobre mí misma.

Sobre nosotros.

Me encanta conocer nuevas almas, aprender de los demás. Todos somos profesores y alumnos.

Cuando era más joven, en un continuo respeto a mis necesidades, sigo necesitando regularmente "aislarme" del mundo.

Experimento periodos de retiro, de reflexión profunda, de soledad que son esenciales, vitales. Así es como vuelvo a nacer.

Socialmente, nos agobiamos con muchas creencias limitantes.

Si queremos estar solos quiere decir que tenemos un problema. Son momentos que saboreo, medito, voy a mi ritmo, me curo.

Me encuentro cara a cara. A menudo es en estos momentos cuando me enfrento a mis dudas, a mis mayores temores.

Y es a través de estos períodos que crezco, maduro, me elevo. De la sombra a la luz.

Por encima de todo, creo que no somos sólo un rasgo de personalidad, una emoción, un color de piel, un género, una orientación sexual, una enfermedad, un vestido, una región, una clase social, un país, una profesión o una apariencia física. De hecho, somos mucho más que eso.

Somos lo que somos.

Esta es una de las razones por las que no podemos gustarle a todo el mundo.

Dentro de cada uno de nosotros hay tesoros increíbles. La abundancia que buscamos está dentro de nosotros.

Acceder a este poder interior, a esta fuerza, es posible si desarrollamos nuestra curiosidad, si realmente queremos encontrarla.

Y como es un tesoro, está bien escondido, por lo que no se puede encontrar a la primera.

En realidad es un camino largo y sinuoso. Pero el resultado es simplemente increíble.

Para acceder a este poder interior necesitamos regularidad, valor, perseverancia, determinación y paciencia.

Nos escondemos en lo más profundo de nosotros una Luz, una chispa divina que está esperando para expresarse.

Nuestra responsabilidad es preservarla, mantenerla encendida, aunque sea un poco cada día.

Hay mucho más que una forma de vivir, hay tantas como habitantes en la Tierra.

Nos encerramos en una pequeñita cajita.

Pero es cuando decidimos salir de ella cuando descubrimos que hay mucho más de lo que pensábamos.

Un espacio de todas las posibilidades para explotar todo nuestro potencial. Podríamos más bien invertir nuestro tiempo en el autodescubrimiento, experimentando con nosotros mismos y no sólo a través de la experiencia de otros.

Es cuando lo hacemos por nosotros mismos que aprendemos y, por lo tanto, entendemos mejor. Pero por ahora preferimos pasar el tiempo tratando de gustarle a los demás.

Cada vez que tratamos de gustarle a los demás, borramos una parte de nosotros mismos y, de este modo, participamos conscientemente en la creación de un mundo de apariencias.

Nuestro poder de decisión es inmenso, ya que repercute en nuestra vida personal, pero también en la de los demás.

Hoy se trata de pensarlo, decirlo y hacerlo.

Se trata de encontrar el valor y la voluntad dentro de nosotros mismos para "cambiar nuestros hábitos, nuestra visión, nuestra forma de hacer las cosas".

La pregunta que debemos hacernos es: ¿estamos realmente preparados para cambiar?

El miedo a estar solos nos lleva a preferir mostrar una imagen distorsionada de nosotros mismos. Tenemos mucho miedo de mostrarnos tal y como somos. Durante muchos años tuve miedo de que dejaran de quererme si asumía quién era.

Con el tiempo me di cuenta de que esta creencia era una ilusión.

Fue cuando puse límites, cuando me acepté a mí misma, cuando cambié.

En lugar de soportar las relaciones que no me convenían, aprendí a distanciarme de forma natural de las personas que no me aceptaban, que eran tóxicas o negativas, para dejar espacio a las que resonaban más conmigo.

Escucharse, reconocerse, asumir lo que somos sin miedo es un regalo que nos hacemos a nosotros mismos pero también a los demás.

Así que tú que estás leyendo mis palabras, te deseo que consigas liberarte de tus cadenas.

No tengas miedo de soñar.

Soñar que se va volando. Porque la vida es hermosa cuando eres libre. Atrévete a salir de la pequeña cajita, atrévete a vivir.

Escucha a tu corazón pase lo que pase y piense lo que piense.

Reconoce tu belleza y deja que tu luz brille. Recuerda que estamos aquí para vivir y no para sufrir.

Redescubre la Fe y la Confianza en ti mismo/a, en la vida, en el Universo y ofrécete la posibilidad de acceder a este mundo de posibilidades que sólo te está esperando.

Toma el camino del amor propio para vibrar aún más con el Amor.

Así que tú, que probablemente piensas en secreto que el Amor es más fuerte que todo, "este es el momento perfecto" para transformarte.

CAPÍTULO 2

1, 2, 3 pasos

hacia una transformación profunda y radical

Me di cuenta de que cuanto más quería gustarle a todo el mundo, más pesada me sentía.

Así que decidí que era hora de aligerarme. De hecho, llevaba años pensando en ello.

Necesitaba llevarme al límite para tomar decisiones firmes.

No quería sentir más el dolor silencioso. Ahora me siento preparada para dar el primer paso.

Estaba preparada para empezar esta transformación hacia una vida que se pareciera más a mí.

En ese momento tenía una tensión y un dolor físico continuos.

No estaba bien por dentro.

Psicológicamente estaba agotada por representar un papel que no era el mío.

Me había acostumbrada a no prestar atención en ello, a sufrir "en silencio".

En mi interior sentía una dualidad constante. No pude soportar esta carrera hacia el tiempo y el dinero.

Tenía la sensación de no tener tiempo para nada. Cada día iba más allá de mis límites, todo estaba cronometrado, todo estaba controlado.

Me estaba asfixiando.

No estaba bien por dentro y pasaba mis días con gente que tampoco estaba bien en los suyos.

Sin darnos cuenta, nos estábamos enviando energía negativa todo el día.

Me di cuenta de que desde nuestros días de escuela nada había cambiado en nuestros comportamientos. Es cierto que físicamente no éramos los mismos, pero nuestro funcionamiento no había cambiado.

Siempre esta profunda necesidad de compararnos, de juzgarnos todo el tiempo.

Sentía que estaba sobreviviendo cuando simplemente intentaba vivir. Para mí, vivir es disfrutar, descubrir, aprender, abrirse...

Y un día dije: "Basta ya". Y ese fue el comienzo de mi nueva vida.

*"El cambio no es sólo decirlo.
El cambio es cuando lo dices y lo haces".*

MamZelle Lulu

CAPÍTULO 3
Establecer nuevas reglas de vida
para cambiar: Atrévete a actuar

La vida que llevaba ya no me convenía. Y un día me sentí preparada. Preparada para cambiar mi vida, preparada para sacudir todos mis hábitos. Necesitaba encontrar mi equilibrio.

Una vez más, confié en mi intuición. Entre la toma de decisiones y la definición de mis nuevos objetivos, ahora estaba decidida a ser feliz y a encontrar mi lugar, costara lo que costara.

Dudé, mucho. Tenía miedo. Muchísimo. Pero es todavía y siempre el camino del corazón y del Amor que se impuso.

En pocas palabras, ¿qué significa para mí seguir mi intuición? Significa escuchar mi voz interior.

Es un tema fascinante, tengo muchas cosas que decir sobre este punto, por eso me tomaré el tiempo de desarrollarlo a través de otro libro seguramente.

Es siguiendo mi voz interior
Sé qué paso dar, cuándo, cómo y que.

Con el tiempo aprendí que no hay que cambiar todo de inmediato. Lo probé y al final me desanimé por la cantidad de cosas que tenía que poner.

Fue entonces cuando busqué la manera de hacer las cosas de forma diferente. Esta vez quería avanzar dando un paso a la vez. Esto requiere paciencia, pero es extraordinario.

Finalmente le di tiempo a mi cuerpo, a mi alma y a mi espíritu para integrar todas estas transformaciones.

De este modo, sentaba unas bases sólidas. Desde entonces, he ido avanzando sin prisa pero sin pausa. La espera merece la pena.

Me gustaría compartir contigo las 15 reglas que han dado ritmo a mi vida actual y que he decidido aplicar y seguir a medida de mis experiencias y mi toma de conciencia.

No hay un orden preciso. No son consejos, depende de cada uno de nosotros crear nuestras propias reglas de vida en coherencia con nuestra Alma y Conciencia.

Todos somos diferentes, por eso todas las respuestas que buscamos en el exterior están dentro de nosotros.

Se trata más bien de un intercambio de experiencias.

Así que te sugiero que simplemente leas estas líneas y te quedes sólo con lo que te resuene.

Y, por supuesto, estaré encantada de que mi testimonio pueda ayudarte a caminar con más confianza por el camino de tu destino.

1

**Antes de todo escucharme a
mí-misma**

Ya no intento reproducir lo que hacen los demás sino que me tomo el tiempo de descifrar el lenguaje de mi Alma, mi Cuerpo y mi Espíritu.

Descubro cómo funciona, qué sensaciones siento, y aprendo a buscar las respuestas dentro de mí.

2

Establecer mis límites

A menudo me he dejado invadir, invadir sin darme cuenta realmente. De hecho, conocía mis límites, pero no me atrevía a expresarlos con claridad.

Energéticamente estaba cansada, estaba jugando el papel de la salvadora. Mi Alma me enviaba señales, las situaciones que vivía me invitaban a tomar distancia y fue a través de la experiencia que logré dejar atrás situaciones y personas que ya no me convenían para dejar lugar a "otra cosa" más positiva.

3

Alejarme de personas tóxicas

Ha habido personas en mi vida que me han levantado, pero también muchas que me han hundido. Por costumbre, por miedo a herir a la gente a menudo he seguido en contacto con personas que ya no me daban lo que buscaba.

No hay nada personal en lo que estoy diciendo, es una observación.

Fue cuando me dije a mí misma que era mejor estar sola que mal acompañada cuando decidí aplicarlo realmente en mi vida. Prefería estar rodeada de pocas pero buenas personas. Sobre todo, me di cuenta de que no era tan grave alejarse.

Cambiamos, evolucionamos todo el tiempo, no soy la misma persona que hace 5 minutos. Hoy es importante que me haga regularmente esta pregunta: "¿Qué me aporta esta persona?"

Respondiendo objetivamente y con buena voluntad es como decido respetarme a mí misma y, por tanto, respetar a los demás.

Al salir de la pequeña cajita me di cuenta de que hay muchas almas hermosas por descubrir en esta Tierra.

4

Descubrir quién soy realmente

Es un magnífico viaje de autodescubrimiento. Es un viaje rico y sorprendente, un viaje sin destino, porque según la situación, según con quién me encuentre, me redescubro constantemente. Ahora puedo responder más fácilmente a las preguntas que me hacía y me hago a menudo: ¿qué me gusta? ¿Cuáles son mis puntos fuertes y débiles? ¿Cuáles son mis pasiones? ¿Qué sé hacer y qué me gusta hacer?

5

Desarrollar mi valor, mi perseverancia, mi determinación

Todo es cuestión de constancia y práctica. Trabajando estos tres puntos un poco cada día he conseguido crear un escudo contra mis miedos. Cada día me enfrento a miedos, dudas, preocupaciones.

Empecé a desafiarme a mí misma diariamente. Intenté analizarme para entender "por qué" no podía superar "este obstáculo". También aprendí a ser más indulgente conmigo, a tomarme el tiempo de felicitarme por cada pequeño paso que daba.

Aprendí a ser más paciente conmigo, a no culparme si no lo hacía bien a la primera o si no lo hacía del todo bien. Empecé a comportarme conmigo como podría hacerlo con un amigo/a. Conseguí avanzar más rápido y con más fuerza.

6

Ser positiva

Soy positiva y optimista por naturaleza, me río con mucha facilidad. Hace tiempo que decidí dejar de preocuparme por las "pequeñas cosas". Comprendí que podía decidir ver mi vida en negro o más bien en color...

Por supuesto, puedo estar de mal humor, puedo estar enfadada, puedo estar triste, y acepto todas las emociones que surgen. Y acepto todas las emociones que surgen. Las acepto sin dejar que se queden demasiado tiempo sobre todo si son emociones "negativas".

El hecho de autoanalizarme me permite desbloquear mis propios nudos.

Atreverme a actuar

A menudo he querido cambiar muchas cosas. Lo pensé, lo dije, pero me costó actuar. Comprendí que nuestros pensamientos son poderosos, es gracias a ellos que creo mi realidad. Durante mucho tiempo he intentado alinearme y hoy puedo decir que he hecho grandes progresos. Es mi responsabilidad de intentar cada día hacer lo mejor posible para mantener este equilibrio.

Escuchar mi intuición

Desde que era una niña, tengo la costumbre de escuchar esta pequeña voz interior. Me guía a diario. A través de mi intuición, mi Alma, nuestros Seres de Luz me guían en el camino de mi destino. Siguiendo mi intuición, me dejé llevar, solté todo el control. Confío en Dios, en el Universo y me abandonado.

Seguir mi intuición no evita pasar por momentos difíciles, al contrario, a menudo es así como aprendemos grandes lecciones. Porque en cada situación siempre hay una lección que aprender que me ayuda a elevarme un poco más cada día.

Trabajar y bailar con nuestros seres de luz

Siempre pensé que estábamos guiados, me sentí acompañada sin poder explicarlo realmente. En la pequeña cajita me definí como agnóstica. Y un día decidieron que era "el momento perfecto" para que los conociera.

Ya no soportaba mi vida en la pequeña cajita, sentía que había hecho de todo para intentar encajar pero no encontraba mi lugar.

En un momento de profunda desesperación pedí ayuda a cualquiera que quisiera escuchar y la magia ocurrió, vinieron.

Me di cuenta poco a poco de que siempre habían estado ahí. Están ahí a través del viento, la lluvia, las nubes, los árboles, el agua, los insectos. A través de conversaciones, números, libros... y mucho más. Nos guían de forma sutil, proporcionando a cada uno de nosotros una ayuda personalizada. Se adaptan y escuchan todas nuestras peticiones.

No hago ningún ritual, no me pongo en ninguna posición particular, simplemente hablo con ellos.

**Recuperar la confianza
y la fe en mí misma,
en la vida, en el Universo**

Fui muy dura conmigo misma. Tenía una imagen falsa de quién era. No me quería lo suficiente, así que ¿cómo iba a querer que los demás me quisieran? No me respetaba lo suficiente, así que ¿cómo quería que la gente me respetara? Es un trabajo profundo para deshacerse de toda esta negatividad. Cuanto más encontraba la fe y la confianza en mí misma, más confiaba en los demás y en la vida, y por tanto en los planes divinos de Dios, el Dios de todos los hombres. Hoy camino con más confianza, reconozco quién soy y encuentro una libertad para ser, vivir y hacer.

Asumirme totalmente

Aunque no seamos tan diferentes los unos de los otros, tenemos algo que nos hace únicos. Es a través de mi personalidad que expreso quién soy. Dejé de disculparme por ser quien era cuando fui plenamente consciente de que tengo mi propia forma de pensar, actuar, comunicarme y expresarme.

No podemos gustarle a todo el mundo, pero eso no es razón para no respetarnos a nosotros mismos. Aceptar mi diferencia es también aceptar que los demás pueden ser diferentes a mí incluso actuar de forma diferente. La ilusión de que todo el mundo tiene que encajar en pequeñas cajas se rompió.

Encontrar su sitio

Hoy he encontrado mi lugar. Antes siempre me sentía en dualidad, incómoda, tratando de adaptarme constantemente. Se volvió vital para mí saber qué había venido a hacer en esta Tierra... No veía el sentido de vivir para sufrir. Fue en ese momento cuando comprendí que el propósito de mi Alma era encontrar su libertad. Vivir sin restricciones. Vivir la vida con pasión. Celebrar la vida saboreando cada momento que la vida nos regala.

Escuchando a mi Alma, escuchando a mis Seres de Luz, paso a paso, me ayudaron a encontrar el camino de mi vida, las misiones de mi Alma para poder vivir esta vida soñada. Siempre pensé que todo era posible y que siempre hay soluciones para todo. Y hoy lo confirmo.

Desarrollar su curiosidad

Soy muy curiosa, curiosa de todo lo que me rodea. No siento la necesidad de conocer el nombre de una planta para apreciarla. La vida es un campo de juego interminable. Tengo sed de aprender, me encanta probar y experimentar con cosas nuevas. Ser curiosa para mí es estar abierta a lo que no se sabe, a dejarse sorprender por la magia de la vida.

Tomar distancia y altura

Cada situación permite varios ángulos de visión. Desde pequeña he sido actriz y espectadora de mi vida, lo que me permite analizarme mejor y a los demás también. Es un ejercicio que me ha ayudado a desprenderme de mis emociones para ver las cosas con más calma y sabiduría.

Así puedo ponerme más fácilmente en el lugar de los demás. Entender esto no significa aceptarlo todo. Por eso, aprender a poner límites ha sido vital para mí. Sobre todo, tomé conciencia de que no hay una sola verdad, sino tantas como personas hay en la Tierra.

Cuidar de mí

Cuidar mi cuerpo:

En mi memoria empecé a ganar peso en la escuela secundaria y año tras año ganaba más peso. Probé algunas dietas pero nunca funcionaron a largo plazo. Tuve problemas de salud, es que mis rótulas dan vueltas con facilidad y me escondí detrás de este problema de salud durante varios años.

Cuando tenía unos 20 años pesaba casi 100 kilos y fue entonces cuando dije "basta". No quería perder peso, quería aprender a respetar mi cuerpo. Ya no quería perder peso para demostrar algo a los demás. Esta vez lo estaba haciendo por mí, me estaba dando este precioso regalo. Mi deseo más profundo era reconciliarme con mi cuerpo.

Así que cambié todos mis hábitos alimenticios y, sobre todo, me miré a mí misma de otra manera. Decidí que me respetaría.

Me di cuenta de que mi cuerpo era más que un vehículo, ahora somos un hermoso equipo. Me encanta cocinar, disfruto mucho preparando la comida. Para evitar el dolor físico, decidí anticipar las cosas estableciendo una rutina deportiva.

Prefiero hacer un poco de deporte cada día durante mucho tiempo que mucho deporte durante poco tiempo.

Cuidando mi mente, mi alma:

Me ocupo de ellos intentando cada día hacerlo lo mejor posible. Intento hacer lo mejor que puedo cada día para respetar las 14 reglas anteriores. Si mi cuerpo y mi mente están bien, entonces puedo escuchar a mi alma. Para que pueda existir plenamente.

DOS COSAS
Que hay que recordar

"Nunca dejes de creer en tus sueños lo más altos.

MamZelle Lulu

" Nunca olvides la hermosa persona que eres"

MamZelle Lulu

EL VIERNES 29 DE JULIO 2020
Algunas palabras para terminar

Nada ocurre por casualidad.

¿Y si este fuera el momento perfecto para salir de la pequeña cajita y crear juntos un mundo de Amor lejos del sufrimiento y del Miedo?

Cuídate mucho mucho,

Hasta muy pronto,

MamZelle Lulu

"No tengamos miedo de ser
quiénes somos realmente".

*Cada vez que intentamos complacer a los demás,
borramos una parte de nosotros mismos y, de este
modo, participamos conscientemente en la
creación de un mundo de apariencias.*

*Y si cada uno de nosotros decide, aquí y ahora
en nuestra Alma y Conciencia, hacer todo lo
posible para dar un pequeño paso cada día hacia
más sinceridad, más honestidad, entonces
podríamos crear todos juntos un mundo más
auténtico.*