

— AFIRMACIONES

Afirmaciones para 21 días.

Una afirmación por mañana — leelas en voz alta.

AFIRMACIÓN 01

**YO escucho las verdades
*silenciadas de mi alma.***

AFIRMACIÓN 02

YO me permito sentir la herida
para transformarla.

AFIRMACIÓN 03

**YO rompo el velo de lo no dicho en
*mi linaje.***

AFIRMACIÓN 04

**YO honro mi proceso de sanación
con compasión.**

AFIRMACIÓN 05

**YO soy el amor que mi niña
*interior merece.***

AFIRMACIÓN 06

**YO cultivo mi propio jardín de
*bienestar emocional.***

AFIRMACIÓN 07

**YO me libero de cargas que no son
mías.**

AFIRMACIÓN 08

**YO redefino lo que significa el
*amor verdadero.***

YO asiento a mi historia sin
juicios ni culpas.

AFIRMACIÓN 10

**YO me doy permiso para ser
*vulnerable y auténtica.***

AFIRMACIÓN 11

**YO abrazo mi sombra y mi luz con
*gratitud.***

AFIRMACIÓN 12

**YO confío en mi capacidad de
*crear mi destino.***

AFIRMACIÓN 13

**YO transformo mi dolor en
sabiduría profunda.**

AFIRMACIÓN 14

YO libero las expectativas
heredadas sobre mí.

AFIRMACIÓN 15

**YO soy mi propio ancla en la
tormenta.**

AFIRMACIÓN 16

**YO me conecto con mi fuerza
*interior inquebrantable.***

AFIRMACIÓN 17

YO permito que la autenticidad
guíe mi camino.

AFIRMACIÓN 18

**YO reconozco mi valor más allá de
*mi origen.***

**YO construyo relaciones basadas
*en el amor consciente.***

AFIRMACIÓN 20

YO elijo la paz que viene de la
aceptación.

AFIRMACIÓN 21

**YO soy un canal de sanación para
mis futuras generaciones.**