



La ruta
mamá esencial

PARENTING
Parada 1

OASIS en la Ruta

OASIS EN LA RUTA

Parenting, Parada 1

“No hay un esfuerzo más radical en su potencial para salvar al mundo que la transformación en la forma en la que criamos a nuestros hijos”
Marianne Williamson

Abraza el Amor

La atención plena es prestar atención al momento presente con una actitud amable y curiosa.

Como MamáEsencial en el fondo tienes que saber que no estás realmente en control de nada; la vida lo está.

EL MEJOR REGALO QUE LE PUEDES HACER A ALGUIEN ES HACERTE CARGO DE TÍ.

“La Crianza es por encima de cualquier cosa una relación, no es una habilidad que adquirir” Gordon Neufeld

“Aquí estaré para ti sin importar qué”

¿Cómo es que la rosa abre su corazón y da al mundo toda su belleza ? Siente el aliento de la luz sobre ella; de otra forma todos permaneceríamos cerrados” Hafiz

“Dios, dame la serenidad para aceptar las cosas que no puedo cambiar, el coraje para cambiar las que puedo: y la sabiduría para conocer la diferencia” Reinhold Niebhuur

¿ME PUEDES VER?
ESTA ES LA PREGUNTA QUE CADA DÍA SE HACE INTERNAMENTE TU HIJO

Inhalo amor- Exhalo amor

La actitud más sabia que puedo tomar es pensar que los dos estamos creciendo juntos.

“Si puedo soltar la necesidad de controlarte, puedo entrar en lo incierto con vigor. Fluyendo con valentía, resiliencia y poder, y puedo entonces ser el agente de transformación que deseo ver. Resistiéndome a nada. Saludando al presente con atención y gozo.” Shefali Tsabary.

HABLAR CON EL CORAZÓN Y NO CON LA CABEZA SIGNIFICA HABLAR POCO

Elijo el Amor

Hago lo mejor que puedo.
MIS HIJOS NECESITAN MI AMOR