

# Manifiesto de una vida Slow



Que tengamos más momentos de desconexión, presencia y contemplación.



Que aprendamos a ponernos en primer lugar sin sentirnos culpables.

Que contactemos con nuestra alma mas a menudo.

Que estemos realmente presentes en el presente.

Que la compasión y la tolerancia sean parte de nuestra vida.



Que no olvidemos que la naturaleza y nosotros somos uno y que nuestros actos por pequeños que parezcan, generan un impacto en ella.

Que cultivemos y sostengamos relaciones profundas y conscientes.

Que tengamos fortaleza, claridad y enfoque para cumplir nuestras metas.

Que creamos en nuestras ideas y las llevemos a cabo.

Que aceptemos con amor los retos que nos lleguen.

Que seamos coherentes con lo que pensamos, decimos y hacemos.

Que nuestras vidas se expandan en abundancia.

Que la divinidad nos apoye en todo lo anterior.