

• Índice

Acción: 27 de junio; 8 de noviembre; Meditación alternativa 8.

Aceptación: 31 de mayo; y ambición, 18 de noviembre; y devenir, 17 de marzo; de sentimientos, 11 de febrero; y autenticidad, 15 de abril; y humildad, 24 de julio; y vivir en el ahora, 23 de octubre; de los errores, 12 de marzo; y autoconfianza, 23 de julio; y plegaria de serenidad, 15 de noviembre; 19 de junio.
Actitud crítica: 12 de octubre.

Adrenalina: 13 de abril.

Agotamiento: 5 de enero, 5 de febrero, 28 de mayo, 3 de junio, 10 de julio, 19 de agosto.

Ahora, vivir en el: 23 de octubre.

Aislamiento: 30 de abril, 5 de julio.

Alegría: 1 de agosto, 2 de septiembre, 20 de diciembre.

Amabilidad: 1 de julio.

Ambición: 5 de agosto, 8 de septiembre, 18 de noviembre.

Amigas: 7 de julio.

Amistad: 8 de abril, 29 de septiembre.

Amor: 12 de mayo, 7 de junio, 18 de diciembre, 30 de diciembre.

- Angustia: 11 de mayo.
- Apertura: 6 de diciembre.
- Apoyo: 27 de septiembre.
- Aprendizaje: 4 de septiembre.
- Arrogancia: 23 de mayo.
- Asombro: 22 de agosto.
- Atención consciente: 18 de marzo.
- Atrapada, sentimiento de estar: 27 de abril, 10 de diciembre.
- Autenticidad: 23 de enero, 23 de febrero, 15 de abril, 1 de septiembre; meditación alternativa, 4 y 13.
- Autoaceptación: 19 de junio.
- Autoafirmación: 8 de marzo, 29 de junio.
- Autoconciencia: 12 de junio, 17 de junio
- Autoconfianza: 23 de julio, 15 de diciembre.
- Autoengaño: 6 de enero.
- Autoestima: 9 de marzo, 4 de julio.
- Autorrespeto: 22 de abril.
- Ayuda, pedir: 16 de mayo, 16 de agosto.
- Balance, hacer: 14 de abril.
- Belleza: 28 de abril, 11 de junio, 21 de junio, 15 de octubre, 17 de octubre, 31 de diciembre.
- Cambio: 11 de enero, 11 de junio, 22 de diciembre, 28 de diciembre.
- Capacidad de conexión: 5 de abril, 22 de mayo, 25 de diciembre.
- Causas: 7 de junio, 1 de noviembre, 11 de noviembre, 24 de diciembre.

- Claridad: 8 de febrero, 21 de septiembre, 28 de diciembre.
- Cólera: 14 de marzo.
- Colgarse: 23 de marzo.
- Comparación: 9 de junio, 21 de junio.
- Compartir: 8 de diciembre.
- Compasión: 13 de enero, 30 de diciembre.
- Competición: 12 de febrero.
- Competitividad: 9 de junio, 6 de septiembre.
- Compromiso: 1 de octubre.
- Comunicación: 10 de febrero, 28 de octubre, 19 de diciembre.
- Conciencia de sí: 30 de enero, 21 de abril, 12 de junio, 17 de junio, 17 de noviembre.
- Confianza: 18 de mayo, 26 de julio; meditación alternativa, 5.
- Conflicto: 11 de febrero, 21 de mayo.
- Confusión: 22 de mayo, 15 de junio, 22 de septiembre, 23 de septiembre, 10 de octubre, 9 de diciembre; Meditación alternativa, 2.
- Continuar: 20 de agosto.
- Contradicciones: 30 de julio.
- Control: 19 de enero, 20 de enero, 16 de junio, 17 de julio, 13 de agosto, 13 de octubre, 14 de noviembre; y acción, meditación alternativa 12; y aceptación, 15 de noviembre; y alegría, 2 de septiembre; y arrogancia, 23 de mayo; y conciencia, 5 de septiembre; y conciencia el proceso, 17 de febrero y 20 de octubre; y crisis, 5 de enero; y devenir, 16 de octubre; y dejarlo estar, 10 de noviembre; y enmiendas, 26 de septiembre; y felicidad, 25 de agosto; y miedo, 21 de enero,

- 23 de diciembre; y meditación alternativa, 9; y recuperación, 4 de noviembre; y sentimientos, 20 de marzo; y ser indispensable, 28 de octubre; y ser prescindible, 28 de enero; y un solo día cada vez, 18 de mayo; y valor, 20 de septiembre.
- Cordura: 7 de marzo.
- Creatividad: 8 de junio, 15 de julio, 27 de octubre, 12 de noviembre; y meditación alternativa, 8 y 10; y conciencia del proceso, 17 de febrero; y tiempo de soledad, meditación alternativa, 1.
- Creencia: 14 de enero, 6 de febrero.
- Crisis: 5 de enero.
- Criticismo: 12 de octubre.
- Crueldad: 13 de enero.
- Culpabilidad: 23 de abril, 14 de mayo, 12 de julio, 18 de septiembre, 2 de noviembre, 30 de noviembre; meditación alternativa, 7.
- Curación: 17 de abril, 25 de mayo, 17 de diciembre.
- Curiosidad: 13 de junio.
- Darnos a nosotras mismas: 31 de enero.
- Deber: 10 de abril, 21 de agosto.
- Decisiones: 22 de marzo.
- Defensiva, estar a la: 12 de agosto.
- Dejarlo estar: 25 de enero, 10 de noviembre.
- Depresión: 31 de julio.
- Desaliento: 27 de marzo.
- Desesperación: 19 de marzo, 28 de marzo, 3 de mayo, 9 de octubre.
- Desvalorización: 19 de mayo, 29 de mayo, 25 de junio.

- Devenir: 16 de febrero, 17 de marzo, 30 de marzo, 2 de octubre, 16 de octubre, 13 de diciembre.
- Dilaciones: 6 de noviembre, 26 de diciembre; meditación alternativa, 3.
- Dispersión: 11 de abril
- Dividida, estar: Meditación alternativa, 7.
- Dolor: 25 de febrero, 31 de marzo.
- Dualismo: 24 de diciembre.
- Elecciones: 12 de enero; y miedo.
- Empezar de nuevo: 10 de septiembre.
- Enfado: 9 de enero, 14 de marzo, 15 de mayo.
- Enmiendas: 20 de febrero, 12 de marzo, 6 de julio, 26 de septiembre, 22 de octubre.
- Entusiasmo: 9 de junio, 8 de agosto.
- Envejecer: 2 de octubre.
- Equilibrio: 16 de julio, 24 de septiembre.
- Errores: 12 de marzo.
- Escalera, subir la: 9 de febrero, 7 de diciembre.
- Espejismos: 6 de enero.
- Esperanzas y sueños: 24 de mayo, 25 de octubre.
- Estar desgarradas: 14 de julio.
- Estar en contacto con un poder más grande que nosotros: 28 de noviembre.
- Estrés: 7 de febrero.
- Evolución: 8 de julio, 7 de agosto, 25 de diciembre, 28 de diciembre.
- Excusas: 3 de enero, 20 de julio.
- Éxito: 9 de febrero, 4 de abril, 22 de julio, 14 de agosto.

Expectativas: 14 de febrero, 20 de junio, 14 de agosto, 11 de diciembre.

Fe: 25 de abril, 6 de junio; y poder superior, 9 de abril.

Felicidad: 2 de febrero, 31 de julio, 25 de agosto, 27 de noviembre.

Fiestas: 2 de agosto; 16 de diciembre.

Fines de semana: 12 de abril.

Fracaso: 6 de abril.

Frenesí: 1 de enero, 18 de febrero, 29 de mayo, 16 de diciembre.

Fuerza: 14 de diciembre.

Gestión del tiempo: 19 de noviembre; tiempo no estructurado, 12 de abril.

Gratitud: 9 de febrero, 24 de marzo, 14 de abril, 6 de mayo, 6 de agosto.

Guardar las apariencias: 29 de febrero, 29 de agosto, 26 de octubre, meditación alternativa, 14.

Hacerlo todo: 23 de septiembre.

Hacerse viejo: 20 de octubre.

Honrarse a sí mismo: 27 de septiembre.

Hoy: 1 de mayo.

Humildad: 24 de julio.

Humor: 4 de enero, 3 de julio, 28 de agosto.

Ilusiones: 16 de febrero.

Impotencia: 2 de enero, 29 de enero, 18 de julio.

Inautenticidad: 21 de enero.

Independencia: 16 de abril.

Indispensable: 28 de septiembre, 8 de octubre.

- Inspiración: 21 de diciembre.
- Integridad: 4 de abril, 29 de julio.
- Intereses: 2 de diciembre.
- Interrupciones: 30 de agosto.
- Intimidación: 24 de enero, 10 de mayo, 20 de julio.
- Introversión: 26 de septiembre.
- Inventario: 20 de abril.
- Juegos malabares: 19 de febrero.
- Justificación: 19 de octubre.
- Lágrimas: 16 de marzo.
- Lamentarse: 11 de marzo.
- Libertad: 16 de enero, 1 de febrero, 4 de marzo, 1 de junio, 3 de agosto, 4 de octubre, 3 de diciembre; meditación alternativa, 16.
- Limites, alcanzar nuestros: 12 de septiembre.
- Lucha: 23 de agosto.
- Manipulación: 29 de abril.
- Maravilla: 25 de julio.
- Mentes monótonas: 7 de abril, 11 de octubre.
- Metas: 12 de febrero, 4 de junio, 11 de julio, 10 de agosto.
- Miedo: 21 de octubre; y apertura, 6 de diciembre; y cambio, 22 de diciembre; y conciencia del proceso, 21 de julio; y control, 23 de diciembre; e inautenticidad, 21 de enero; y manipulación, 29 de abril; y ser prescindible, 28 de enero; y trabajo, 30 de septiembre; y valor, 26 de marzo.
- Momento, estar presente al: 8 de mayo, 20 de mayo, 9 de agosto, 19 de septiembre, 7 de octubre, vivir el, 18 de enero.

- Moral personal: 13 de febrero.
- Multiplicada excesivamente: 2 de diciembre.
- Necesidad de alcanzar objetivos, la: 8 de enero.
- Necesitar a los demás: 30 de octubre.
- Negatividad: 10 de enero, 15 de junio.
- Nutrirse a sí misma: 26 de febrero.
- Objetivos, necesidad de alcanzarlos: 8 de enero.
- Obsesionada: 16 de septiembre, 6 de octubre, 30 de octubre.
- Obstáculos: 22 de enero.
- Obstinación: 9 de noviembre; meditación alternativa, 9.
- Ocupaciones: 25 de marzo, 11 de abril, 26 de abril, 11 de agosto, 15 de agosto; y causas, 11 de noviembre; y confusión, 9 de diciembre; y agotamiento, 9 de mayo; y amistad, 29 de septiembre; y tareas domésticas, 2 de junio; y soledad, 9 de mayo, 28 de mayo.
- Ocupadas, estar, y adrenalina: 13 de abril.
- Olvidar: 3 de marzo.
- Opciones: y miedo, 24 de febrero, 22 de diciembre; y sentirse atrapada, 27 de abril; y desvalorización, 19 de mayo, 6 de septiembre, 27 de septiembre.
- Oportunidad de elegir, y excusas: 3 de Enero.
- Ordenando la casa: 11 de marzo.
- Orientación de la crisis: 3 de noviembre.
- Paciencia: 22 de marzo.
- Pánico: 27 de septiembre.
- Pasión: 29 de marzo.
- Paternalidad/Maternidad: 13 de mayo, 26 de agosto, 26 de septiembre, 24 de octubre.

Pedir demasiado: 13 de noviembre; meditación alternativa, 15.

Pedir demasiado de una misma: 7 de septiembre.

Pensamientos confusos: 3 de abril, 25 de septiembre, 12 de octubre.

Pensar: 17 de enero.

Perdón, el: 27 de enero, 21 de marzo, 6 de julio.

Perfeccionismo: 27 de febrero, 27 de julio, 25 de noviembre; meditación alternativa, 3.

Plazos fijos: 2 de febrero, 6 de noviembre.

Plegaria: 15 de noviembre.

Poder Superior/Mayor/Más grande: 1 de marzo, 8 de marzo, 3 de septiembre, 28 de noviembre.

Poder: 29 de junio.

Precipitarse y apresurarse: 19 de abril.

Preocuparse: 17 de septiembre.

Prescindible, ser: 28 de enero.

Presente, vivir en el: 4 de mayo, 18 de junio.

Prisas: 1 de enero, 11 de abril, 19 de abril, 29 de mayo.

Proceso, conciencia del: 17 de febrero, 27 de mayo, 14 de junio, 22 de junio, 21 de julio, 1 de octubre, 20 de octubre, 29 de diciembre; en contacto con, 1 de marzo.

Promesas irrealistas: 19 de marzo.

Proyectos, estar sin: 24 de abril, 31 de octubre.

Proyectos pendientes: 10 de enero.

Realidad: 20 de abril, 28 de julio, 16 de agosto, 26 de noviembre.

Reconocimiento: 18 de abril, 20 de noviembre.

- Recuperación: 30 de junio, 4 de noviembre.
- Rechazo: 21 de enero, 28 de julio.
- Regalos: 15 de enero, 4 de febrero, 1 de abril, 17 de septiembre, 4 de diciembre, meditación alternativa 9.
- Reiteración: 9 de noviembre.
- Relaciones: 6 de marzo, 28 de agosto; meditación alternativa, 6.
- Resentimiento: 3 de marzo.
- Respetarse a sí misma: meditación alternativa 13.
- Responsabilidad: 24 de febrero, 14 de mayo, 12 de diciembre.
- Responsabilizarse: 5 de junio, 13 de julio, 5 de diciembre.
- Responsable, ser: 19 de julio.
- Rigidez: 7 de enero; meditación alternativa, 9.
- Risa: 28 de febrero, 29 de noviembre.
- Sabiduría: 14 de junio, 9 de septiembre.
- Satisfacción: 10 de junio.
- Secretos: 24 de agosto.
- Seguridad económica: 11 de enero; económica, 26 de enero, 5 de noviembre, 1 de diciembre.
- Sentimientos: 11 de febrero, 4 de marzo, 20 de marzo, 7 de mayo, 15 de septiembre.
- Sentirse loca: 15 de febrero, 2 de marzo, 3 de octubre, 16 de noviembre.
- Serenidad: 10 de marzo, 11 de septiembre, 15 de noviembre.
- Sobrecogimiento: 17 de agosto, 17 de octubre.

- Sobrepasada, sentirse: 5 de mayo, 14 de septiembre, 14 de octubre.
- Soledad: 22 de febrero, 5 de marzo, 9 de mayo, 22 de mayo, 27 de julio, 18 de agosto, 22 de agosto, 27 de agosto, 27 de noviembre.
- Suelo: 28 de mayo.
- Sueño: 28 de mayo.
- Sueños y esperanzas: 24 de mayo, 25 de octubre.
- Sufrimiento: 31 de marzo.
- Tareas domésticas: 2 de junio; meditación alternativa, 2.
- Tender una mano: 26 de noviembre.
- Tiempo de soledad: 3 de febrero, 15 de marzo, 12 de julio, 19 de julio, 31 de agosto, 21 de noviembre.
- Tiempo no estructurado: 12 de abril.
- Toma de conciencia: 17 de mayo, 23 de junio, 18 de octubre, 11 de noviembre.
- Totalidad: 28 de junio, 22 de noviembre.
- Trabajo: 4 de agosto, 30 de septiembre, 1 de noviembre.
- Tristeza: 20 de agosto.
- Un día cada vez: 18 de mayo.
- Unidad: 17 de marzo, 17 de octubre, 29 de octubre.
- Vacaciones: 2 de agosto.
- Vacío: 5 de octubre.
- Valor: 26 de marzo, 2 de mayo, 24 de junio, 20 de septiembre, 7 de noviembre, 6 de diciembre.
- Valores: 21 de febrero.
- Verdad: 4 de agosto.
- Vergüenza: 30 de mayo.

- Vida espiritual: 13 de marzo.
- Vivir el momento: 18 de enero.
- Vivir el presente: 4 de mayo, 18 de junio.
- Vivir plenamente la vida: 2 de abril, 26 de mayo, 13 de junio, 26 de junio, 2 de julio, 13 de septiembre.
- Vuelta, darle la: 23 de noviembre.