

# Tauro Vibes

A Tauro siempre lo asociamos con una energía tranquila, paciente y muy aterrizada. Sin embargo, dentro de esa calma que ellos transmiten, nos enseñan a disfrutar el momento, a contemplar los pequeños detalles de la vida y a admirar el paisaje. Tauro nos llama a bajarle a las revoluciones, a ser constantes y enfocados. Aquí algunas ideas de como aprovechar al máximo la energía de esta season



Dar un paseo por el parque



Beber más agua



Ir a dar un paseo por la naturaleza



Toma un descanso



Ir a la cama mas temprano



Escucha una relajación guiada



comer comidas vegetarianas



Toma un buen baño de agua caliente



Mi comida favorita



Practica Yoga



Ir a una cita en solitario



Abrazar un árbol



Date un facial



Practica la gratitud



Una siesta sobre el pasto



Mira el amanecer



Lee un libro



Hago plan de acciones



Mira tu película favorita



Arreglar el jardín



Toma un poco de luz solar



Meditación de Chakra Raíz



Masaje de pies



Caminar descalzo



Mira el atardecer

CHICA



CUÁNTICA