



Sendas Vitalis es una forma de vivir en felicidad,
al emprender las siguientes cuatro metas: **Amar, Concientizar, Mantener, Compartir**

Es simplemente un esquema de ordenamiento de ideas de diferentes fuentes y resultado de la reflexión profunda. Se presenta una recomendación sencilla para emprender direcciones o caminos a desarrollar en nuestras vidas, cada quien a su manera, en función de disfrutar y gozar el momento del viaje en que cada uno se encuentre en su presente personal.

1. LOGRAR AMAR:

LA VIDA & LA NATURALEZA

Admirar el estado natural del universo y su vida, en todas sus formas positivas al que pertenecemos, aún en asombro de nuestro desconocimiento y ausencia de comprensión de la mayor parte de su grandeza y microscópica integridad.

2. LOGRAR CONCIENTIZAR:

EL TIEMPO

- ciclos - inicio - desarrollo - presente - final - reproducción
- memoria - historia - mantenimiento - preservación
- paciencia - oportunidad - persistencia - plazos - prioridades - dosis - pausa
- azar - coincidencias - antecedentes - patrones - previsión - consecuencias - riesgos

EL ENTORNO

- lugar - clima - seres - mundos - contexto - adaptación
- espacio - territorio - dimensiones - proporciones
- cuerpo - hábitat - nutrición - higiene
- arraigo - pertenencia - familia - sociedad - cultura

3. LOGRAR MANTENER:

INTEGRIDAD & EQUILIBRIO

- costumbres - hábito - adicción

ORDEN, JUSTICIA & PAZ

CONTROL DE PODERES

- poder - placer - drogas - violencia - armas - habilidad - don - avaricia

INTUICIÓN & VOZ INTERNA

- señales - meditación

SALUD

- nutrición - ejercicio - descanso - calma

4. LOGRAR COMPARTIR:

BELLEZA

- artes del tiempo y del espacio (música, danza, poesía, literatura, pintura, escultura, A/V)
- las maravillas de los cinco sentidos
- risas - placeres - bienestar - sexo
- silencio - oscuridad - sueño

EMOCIONES

- amor - cariño - ternura
- ayuda - solidaridad - gratitud
- generosidad - confianza

VERDADES

- conocimientos - experiencias - sabiduría
- conceptos - sistemas - tecnología
- comunicación - sinceridad
- diferencias - respeto - admiración - afinidad

Para cualquier observación o pregunta, por favor escríbanos un correo o un msm por Whatsapp,
o puede solicitar una sesión en grupo o individual, presencial o virtual.

Dr. Emilio Mendoza, TSU Pedro Espinoza, San Antonio de los Altos, Venezuela, +58 424 257 3245
emiliomen@gmail.com • https://ozonjazz.com/sendas_vitalis/index.html • Bajar **PDF** ver. 79 • **Gestación**

©2021 Copyright por Emilio Mendoza • All Rights Reserved - Todos los Derechos Reservados