



365

*Reflexiones
para transformar
tu vida*

RICARDO PERRET

*Del Autor de New Me, Inteligencia Espiritual para Líderes,
El Gen Exitoso, Secretos de la Motivación,
La Montaña y Diario de un Sanador*

365

Reflexiones para transformar tu vida

Del Autor de New Me, Inteligencia Espiritual para Líderes, El Gen Exitoso, Secretos de la Motivación, La Montaña y Diario de un Sanador

Ricardo Perret

Hola, Soy Ricardo Perret

Tienes en tus manos un compendio de reflexiones y lecciones muy poderosas que te ayudarán a transformar tu vida para siempre si las lees y analizas a consciencia; pero sobre todo si las integras a tu vida.

Estas 365 reflexiones te acompañarán a lo largo de un año, una por día, te invito a que aproveches cada día para meditar cada una y encontrar las mejores formas de vivirlas en cada territorio de tu vida: trabajo, pareja, familia, amistades, emociones – pensamientos y espiritualidad.

Hemos seleccionado los aprendizajes más contundentes del cúmulo de materiales que he desarrollado a lo largo de mis últimos 10 años, dejo en tus manos la libertad de ir a profundizar tus conocimientos leyendo, viendo o viviendo cada uno de los materiales originales fuente de estos aprendizajes, por ello te compartimos el link o sitio en donde lo podrás hacer.

Tu transformación está en tus manos, tu desarrollo pleno es tu principal responsabilidad. Dios nos da muchas oportunidades para reinventarnos y renacer desde el amor y la paz, desde la fuerza y la conciencia. Llegó la hora de soltar las anclas emocionales que te impiden abrir las alas y volar.

¡Disfruta siempre tu camino de liberación y transformación!

Te espero en mis cuentas de...

Instagram: ricardo.perret

Facebook: Ricardo Perret

Twitter: ricardo_perret

Todos mis libros en ricardoperret.com/libros

y mis audiolibros en ricardoperret.com/audiolibros

GRACIAS a EMMA HUILAHUAÑA por su enorme colaboración en la elaboración de este compendio de reflexiones.

GRACIAS a Carlos Martínez por darme la gran idea de generar este libro.

Día 1

A pair of stylized, symmetrical wings with a scalloped edge, positioned behind the title 'Día 1'.

Sé consciente de lo que vive en tu inconsciente. Cuando haces consciente lo inconsciente eres capaz de identificar lo que te hace daño, lo que vienes cargando del pasado, entonces puedes vivir más feliz tu presente.

“La mente inconsciente es como la luna, durante la mayor parte del mes no puedes ver una porción de esta, la parte oscura, sólo eres capaz de ver la porción que brilla. Pero no porque no veas la parte oscura ésta no deja de ejercer fuerza sobre la totalidad de la luna. Es así con la mente inconsciente, aunque no veas los procesos e información que guarda esta, ésta no deja de ejercer una gran fuerza en nuestras decisiones, nuestros gestos, nuestras emociones, nuestras relaciones, nuestros objetivos y nuestra salud. Al contrario, la mente inconsciente ejerce un rol preponderante en nuestra vida, por eso es fundamental conocer lo que guarda esta y cómo funciona”.

Extracto del libro NEW ME

Página 10

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/newme

Día 2



Lo más importante al tomar una determinada acción es la consciencia detrás de ella, no tanto la acción en sí. Hoy, a todo lo que hagas, métele consciencia y una gran congruencia, de esa manera te sentirás pleno y feliz al irte a descansar al final del día. Vive sembrando acciones positivas y se convertirán en grandes frutos para ti y los demás.

“¡Es cierto, estamos lastimando letalmente a nuestro planeta, pocos son conscientes de ello! Visualicé a unas personas contaminando, pero también a otras reciclando. Las primeras me hicieron sentir tristeza, las segundas me hicieron sentir esperanza. Este pensamiento me llevó a otro: -Más importante que reciclar es la consciencia detrás de reciclar-. Claro, si practicamos en automático el reciclaje de poco sirve puesto que seguramente en otro territorio de nuestra vida sí estaremos contaminando. Lo importante de nuestras acciones es la consciencia detrás de ellas, no las acciones como tales. La consciencia y virtudes que nos motivan a actuar nos permiten hacerlo bien no sólo en un territorio, sino en todos”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 1

Página 340

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 3

A graphic of a pair of white, stylized wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 3'.

Permítete sentir y verbalizar tus sentimientos más positivos. Los mejores sentimientos positivos son los que se expresan. Sentir GRATITUD, admiración, amor, respeto hacia otras personas no es de débiles o pequeños, al contrario, es de fuertes y valientes. Hoy, sé muy valiente, reconoce los sentimientos positivos que surgen en ti hacia los demás, y motívate a expresarlos abiertamente, verás lo bien que se siente.

“Yo creo que una persona saludable y feliz, es la que se permite a sí mismo (a) vivir sentimientos positivos y los expresa todo el tiempo. A veces nos da miedo expresar admiración, gratitud, amor, respeto a otras personas porque al hacerlo sentimos que los vamos a hacer crecer y nosotros nos vamos a quedar chiquitos, nada más incorrecto que eso. La admiración, la gratitud, el respeto, el amor cuando los expresamos, enaltecemos al otro pero nos enaltecemos a nosotros más. Es de personas fuertes y valientes decir gracias, te amo, te quiero, te admiro, y estar buscando siempre esas cualidades en los demás que los hacen únicos y extraordinarios. El hecho de reconocer que cada persona es única y extraordinaria, nos hace a nosotros ser únicos y extraordinarios porque es vivir nuestra esencia de amor por dentro”.

Extracto del video en YouTube:
EXPRESA TUS EMOCIONES
Disfrútalo en youtu.be/i5-U2Mi8j60

Día 4

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned centrally above the title 'Día 4'.

En la armonía de nuestras energías masculinas y femeninas encontramos la paz interna. Somos seres que triunfan pero también que sienten, somos seres que luchan pero también que aman. Es común que la sociedad promueva más características emocionales en las mujeres y rasgos de fuerza y lucha en los hombres, pero ambos contamos con las dos capacidades. En el centro se encuentra el crecimiento y evolución. Hoy busca luchar por tus objetivos, pero también construir entornos pacíficos y de amor, descubrirás un gran balance que te ayuda a crecer y madurar.

“Es en el balance de nuestras energías internas que logramos la paz, la fuerza y la claridad mental desde la conciencia. Ya los antiguos hablaban de dos energías en nuestro interior, ida y pingala, shiva y shakti, yin y yan, quetzal y coatl. Y no se trata del bien y del mal, de lo oscuro y de lo luminoso, sino de nuestras energías naturales de fuerza y amor, de esfuerzo y paz. Somos seres conquistadores, pero también somos seres cooperativos; somos seres que luchan por la sobrevivencia individual, pero capaces de amar al resto de nuestros hermanos y hermanas... aquí se encuentra la clave de la vida en plenitud, en la síntesis consciente de estos lados que algunos ven como opuestos, pero pueden ser hasta complementarios”.

Extracto del libro EL GEN EXITOSO

Página 35

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/gen

Día 5

A graphic of a pair of white, stylized wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 5'.

No esperes que el sistema educativo eduque completamente a tus hijos, esa es tu responsabilidad. En temas de nutrición, de espiritualidad, de emociones y de ética, tú eres el principal maestro o maestra de tus hijos. La mejor educación se da con el ejemplo, por eso hoy y siempre sé tu el gran ejemplo para ellos.

“Muchos padres viven enfocados en el trabajo y en producir dinero, y se olvidan de la educación de sus hijos en las materias más importantes, como lo son las virtudes y los valores. Nos hemos olvidado de la ética, las emociones profundas y la espiritualidad en la educación formal de nuestros hijos y estudiantes, para concentrarnos sólo en materias técnicas y profesionales. Hemos olvidado incluso la nutrición y la relación con el cuerpo como materias básicas para nuestros hijos e hijas. El sistema educativo se ha desarrollado mucho en la parte profesional, pero poco en la parte humana y espiritual, y por ello al mundo le faltan grandes líderes inteligentes espiritualmente”.

Extracto del libro EL GRAN MAESTRO

Página 19

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/elgranmaestro

Día 6

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 6'.

Ama las cosas en su libertad, la libertad es una gran cualidad por lo que son hermosas y auténticas. No creas poseer nada pues eso es sólo un alimento para tu ego y lo más importante son los alimentos para tu corazón y tu espíritu. El verdadero amor es el que libera.

“Lo que muchos seres humanos creen que es amor, es simplemente el deseo de atar y poseer, porque el verdadero amor, el nacido del espíritu, en realidad libera. Todo lo que hay a tu alrededor, incluso aquello dentro de tu casa y bajo tu nombre, nunca será en realidad tuyo. Tu pensamiento correcto para no generar posesión deberá ser: es tan no-mío que por eso lo disfruto y amo mientras está cerca. Ama las cosas por su misma esencia de libertad, porque cuando crees poseerlas, tú mismo les quitas la esencia de libertad y por ese mismo hecho dejarás de amarlas verdaderamente. Todo lo que te llegue o se acerque a ti, ámalo profundamente como algo libre, como si ya no estará al día siguiente, porque en realidad así será”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 2

Página 54

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 7

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 7'.

Vivimos todo el tiempo compensando con sustitutos de poco valor aquello que es realmente importante tanto para nosotros como para los que nos rodean. Nos damos una comida que se anuncia como saludable cuando sabemos que no lo es, cuando mejor debimos de habernos preparado algo realmente saludable en casa. Le organizamos una fiesta a los colaboradores del trabajo para compensar tratos injustos a lo largo del año. Le compramos flores a nuestra pareja para compensar por tantas noches que no hemos querido/podido estar con ella por nuestra adicción al trabajo. Hoy, dejemos de compensar y enfoquémonos en lo que realmente es valioso.

“Imaginemos que le prometes a tu hijo estar con él o con ella, pero no pudiste llegar por el tráfico o por lo que sea, así que pasas a la tienda de la esquina y le compras un juguetito por haberlo dejado plantado. Obviamente un juguetito no va a compensar el tiempo de calidad con nuestros hijos. Hemos caído en la fantasía de la compensación, creemos mentalmente que estamos llenando el hueco que dejamos pero no lo hacemos realmente; hemos compensando algo con mucho menos valor por algo que originalmente debimos haber dado de gran valor”.

Extracto del video en YouTube:
LA FANTASÍA DE LA COMPENSACIÓN
Disfrútalo en youtu.be/MrE5Lssi6xE

Día 8

A graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 8'.

Cuando nos sentimos en templanza y paz no caemos en adicciones. Desde la templanza interna es desde donde se toman las grandes decisiones y desde donde se crean las grandes ideas y proyectos. Uno de los grandes proyectos eres TÚ mismo (a), y desde la templanza del corazón eres capaz de re-construirte desde el amor y desde el poder interno que Dios te dio.

“Cuando tú estás en tu centro, en tu templanza, no hay tentaciones para caer en la adicción. El estado natural que queremos tener es la templanza. En momentos en que estás muy frío te calientas un poquito para llegar a la templanza, y en momentos en que estás muy caliente te enfrías un poquito para volver a la templanza. Podemos de repente enfriarnos con un baño calientito, ir a la cama a dormir o tomar un descanso pero todo en consciencia. También de repente se valen momentos de éxtasis o alegría, no éxtasis de la droga sino éxtasis de ir al partido de fútbol, de hacer el amor con tu pareja o de escalar una montaña pero todo en consciencia, no a partir de estímulos externos”.

Extracto del Seminario Online:
LIBÉRATE DE ADICCIONES
Vívelo en ricardoperret.com/adiosadicciones

Día 9

A graphic of a pair of white, stylized wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 9'.

Tu mejor realidad es la espiritualidad, más que la materialidad. Ritualiza tus actividades cotidianas y no tan cotidianas, en el trabajo, en el hogar, que sean ceremonias llenas de espiritualidad. La espiritualidad no hará las cosas aburridas, sino interesantes y memorables. Hoy, métele más espiritualidad a tu vida, haz del momento de tu desayuno todo un -ritual de té-; haz de cada conversación un diálogo profundo de sanación mutua; haz de tu trabajo un gran espacio para agregar valor al mundo y enaltecer la chispa de Dios que vive en ti.

“Vamos, vamos, métele espiritualidad a tus actividades profesionales. Métele espiritualidad a todo lo que hagas en tu vida: familia, pasatiempos, diversión, trabajo, inversiones, amistades, relación con la Naturaleza. Haz de tu vida una ceremonia espiritual y vívela con ritualismo sensorial y emocional, que te permita exaltar la magia de Dios, del Universo y de ti como parte de la Creación”.

Extracto del libro INTELIGENCIA ESPIRITUAL PARA LÍDERES

Página 100

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/inteligenciaespiritual

Día 10

A pair of stylized, symmetrical wings with a feathered texture, positioned behind the text 'Día 10'.

El ser humano trasciende cuando reconoce y vive su realidad espiritual. Trascender es soltar las anclas terrenales y materiales para ascender ligeros al plano espiritual. Hoy, reconoce cuáles son esas posesiones materiales e ideas terrenales que te impiden -elevarte- espiritualmente, de tal manera que puedas comenzar a experimentar el paraíso aún en vida.

“Al día siguiente, en mi conexión matutina, mi Maestro me dio la siguiente cátedra: -Muchos seres humanos han vivido equivocados por mucho tiempo. Han pensado que la trascendencia es el ser recordados por miles de personas en el plano terrenal, construir grandes corporaciones, o liderar naciones, cuando en realidad LA VERDADERA TRASCENDENCIA IMPLICA LA ASCENDENCIA AL PLANO ESPIRITUAL DESDE LA VIDA TERRENAL. Llegar a tocar el Cielo viviendo en la Tierra es la verdadera trascendencia, e implica desprenderte de las posesiones materiales e ideas terrenales que te puedan anclar y de la necesidad de ser reconocido por otros por tu trayectoria profesional y de acumulación. Reconquistarse a sí mismo para liberar el espíritu es el verdadero camino a la trascendencia, y no conquistar el mundo entero-”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 3

Página 328

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 11

A pair of stylized, symmetrical wings with a scalloped edge, positioned behind the text 'Día 11'.

Necesitamos más seres humanos que hablen desde el corazón y contagien e inspiren a otros y otras. Comienza por ti, habla hoy desde el corazón.

“El mundo necesita poetas, el mundo necesita cantautores. Pero no cantautores que escriban canciones de pura tristeza -yo no nací para amar, -la vida comienza llorando y así llorando se acaba”... Necesitamos canciones de amor, necesitamos poemas nacidos del corazón, que resuenen con las personas en la actualidad. Necesitamos seres humanos que hablen desde el corazón, gobernantes, líderes, papás, mamás, hijos, adolescentes. ¿Dónde están los adolescentes que se permiten hablar desde el corazón cuando lo sienten? ¿Dónde están los seres humanos que dicen fácilmente GRACIAS, te amo, te admiro, te quiero, qué hermoso día, qué maravillosa la vida, GRACIAS Dios mío?”.

Extracto del video en YouTube:
RECUPERANDO NUESTRO LENGUAJE DEL AMOR
Disfrútalo en youtu.be/6rgZvLCUX7o

Día 12



Hoy, ama a tu cliente, tu consumidor, el usuario de tus productos, como si fuera tu hermano, que lo es en el plano espiritual. Y por ser tu hermano merece tu respeto, merece tu honestidad, tu justicia, y tus capacidades innovadoras puesta a su servicio. Escúchalo, entiéndelo y busca empatizar con él o ella.

“Ama a tu cliente: la mejor estrategia para lograr escuchar y empatizar con tu cliente, generar grandes ideas innovadoras que agreguen valor, ofrecer un gran servicio al cliente y desarrollar verdadera lealtad en este es amarlo, amarlo profundamente como si fuera tu hermano.

Los clientes son abuelitas, amas de casa que batallan con el gasto, jóvenes ilusionados con disfrutar el día a día, hombres que tienen sueños y miedos, niños y niñas que quieren crecer sanos, felices y fuertes. Cuando amas a tu cliente no lo engañas, no le mientes, no le vendes un mal producto, no le ofreces un servicio mediocre, no buscas sacarle dinero sin entregarle a cambio algo de gran valor. Al amar a tu cliente crearás una comunicación y un marketing justo, emocional y honesto, y establecerás una relación de largo plazo. Amar a tu cliente te permitirá estar en paz contigo mismo. Amar a tu cliente contagiará a toda la organización para que ellos hagan lo mismo”.

Extracto de las tarjetas 52 HÁBITOS TRANSFORMADORES

Hábito 16

Descárgalo en play.google.com/store/apps/details?id=io.habitos.transdormadores

Día 13

A decorative graphic of a pair of white, feathered wings with black outlines, positioned centrally above the title 'Día 13'.

Dios nos dio un gran aliado, nuestro cuerpo, nuestro vehículo en este plano terrenal. El cuerpo es sabio y nos habla todo el tiempo, si abrimos nuestros oídos captaremos sus mensajes y señales y podremos hacer los ajustes necesarios a nuestro estilo de vida y hábitos, es cuando dejamos de escucharlo que llegan las enfermedades. Hoy, escucha a tu cuerpo, busca el silencio y reconéctate a este instrumento maravilloso lleno de sabiduría.

“Nuestro cuerpo es muy sabio, es el conjunto de billones de células y cuatrillones de átomos produciendo energía constantemente. Esta integración, que da lugar a moléculas y a órganos acumula memorias e información que se manifiestan todo el tiempo. Si somos conscientes y escuchamos a nuestro cuerpo seríamos capaces de captar sus mensajes y señales, y con ellas tomar grandes decisiones en pro de nuestra salud y bienestar. El cuerpo, al principio, nos susurra los cambios que tenemos que hacer, si no le hacemos caso nos habla más fuerte y con señales en nuestra piel u órganos, acumulación de grasa, estado de cabello, niveles de energía, digestión y muchas manifestaciones más. Y es cuando no lo escuchamos cuando nos da zarandeadas para que reaccionemos a través de enfermedades severas o depresiones fuertes. Por eso es mejor escucharlo desde temprano, para que no tenga que ir al extremo, y hacer los ajustes necesarios a nuestro estilo de vida y hábitos”.

Extracto del libro EL GEN EXITOSO

Página 174

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/gen

Día 14

A pair of stylized, symmetrical wings with a feathered texture, positioned behind the text 'Día 14'.

El espíritu no tiene prisa, el tiempo no aplica para él como aplica para el cuerpo y la mente. Ya deja de buscar adaptar a tu espíritu a lo que tu cuerpo y mente necesita, eso no se puede. La clave está en encontrar la agenda del espíritu y alinear cuerpo y mente con esta.

“Mientras mayor sea la urgencia de tu cuerpo y de tu mente, más deseos tendrás por controlar lo que te rodea, mientras que el espíritu querrá liberar, así que estos entrarán en conflicto. Mientras más espiritualmente vivas, menos te aplicará el tiempo terrenal. Mientras más espiritualmente vivas, menos presión sentirás. Sólo tienes que alinear tu mente y tu cuerpo con tu espíritu”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 1

Página 354

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 15

A pair of stylized, symmetrical wings with a feathered texture, positioned horizontally and centered above the text.

Sólo manten los acuerdos terrenales que honren tus virtudes. Si en el pasado hiciste acuerdos que no te permitían vivir desde la ética y tu espírituidad, tienes todo el derecho, desde la paz y el respeto, de modificarlos o eliminarlos. Hoy, haz una gran revisión de los acuerdos con otros bajo los que vives y toma decisiones que te honren.

“El ser humano ha creído que romper acuerdos es de débiles, de personas faltas de palabra y de personas con las que no vale la pena hacer acuerdos, pero no, romper acuerdos que no respetan tus virtudes espirituales es de hombres, de seres humanos fuertes, de mujeres capaces. Tal vez pienses que cuando rompes un acuerdo terrenal con una persona le estás haciendo un daño a la persona; no siempre es así, a mediano plazo le harás un gran bien porque vas a ayudarle a que también se libere de un acuerdo negativo, que te carga karma o culpas”.

Extracto del video en YouTube:

ROMPE ACUERDOS

Disfrútalo en youtu.be/N5h9qGuLOgk

Día 16



Estar despiertos no significa estar pensando todo el tiempo, sino también hacer pausas y observar nuestros pensamientos, saber administrarlos desde la paz y la conciencia. Es en las pausas mentales en donde se generan las mejores ideas, y podemos tomar mejores decisiones, pues sincronizamos cerebro-mente, corazón y espíritu. Hoy, date una pausa.

“Nos han programado para obligar a nuestro cerebro a pensar, pensar y pensar, creemos que por estar despiertos tenemos que mantenernos pensando todo el tiempo. Nadie nos enseña a observar nuestros propios pensamientos o procesos mentales, ni a administrarlos desde la paz y la conciencia. Algunas personas tienen que recurrir al suicidio buscando detener de una vez por todas sus pensamientos que los golpean y lastiman. Hacer pausas mentales es fundamental para enfriar el cerebro, observarnos a nosotros mismos de una posición de mayor calma, para poder tomar mejores decisiones incluso pidiéndole apoyo a nuestro corazón y a nuestro espíritu. Lograr que cerebro-mente, corazón y espíritu trabajen en sincronía es clave para tomar las mejores decisiones en nuestra vida. Muchos hemos comprobado que cuando haces una pausa mental y entras en estado de tranquilidad se te ocurren las mejores ideas”.

Extracto del libro digital CUERPO VIRTUOSO

Página 53

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/cuerpovirtuoso

Día 17

A decorative graphic of a pair of white, feathered wings with black outlines, positioned centrally above the title.

Cuando alguien expresa sus dolores desde el corazón sana. Y cuando alguien, desde la templanza y sin juicios, escucha al otro expresando lo que vive dentro y sanando entiende que también puede sanar. El que habla desde el corazón es un maestro que vale la pena escuchar. Cuando algo sana el Universo mejora un poquito y al ser nosotros parte del Universo nos impacta positivamente. Aceptar es el primer paso para sanar, aceptar tus emociones y verbalizarlas es una gran forma de ponerte en el camino de la sanación.

“Creo profundamente que hablar de nuestros dolores es una gran forma de sanar, y que callar es la forma más fácil de enfermarnos. Cuando no expresas tus dolores estos se manifestarán en enfermedades. Por eso creo que necesitamos una sociedad que escuche más sin juzgar las emociones y dolores de los demás, que convierta entornos tolerantes para escuchar abiertamente lo que los demás quieren expresar. Eso debe de empezar en casa y extenderse hasta los espacios laborales”.

Extracto del libro NEW ME

Página 171

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/newme

Día 18

A pair of stylized, symmetrical wings with a feathered texture, positioned horizontally and centered above the text.

Cada apego se genera cuando creemos necesitar algo emocionalmente, como tratando de llenar un vacío. Es decir, nos vinculamos a algo externo por una necesidad interna, y todo esto sucede a nivel muy inconsciente. Así nos volvemos adictos a una profesión, al dinero, las marcas, la pareja, el celular, los amigos, la estética en nuestro cuerpo, el alimento dañino, el alcohol, las drogas y tantas otras cosas. Hoy, suelta tus apegos y adicciones para vivir más libre. Llena con tu amor interno tus vacíos internos, porque no pueden llenarse de otra manera.

“Los apegos son un gran peso que han estado cargando y que no los deja avanzar. Han creído que necesitan mucho más de lo que en realidad necesitan, pero cada apego resulta de un espejismo de necesidad que han construido cuando han tenido carencias emocionales, no físicas. Sus apegos se convierten en adicciones y éstas se vuelven su sentido de vida en lugar de que sea su esencia lo que los guíe”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 2

Página 18

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 19

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned centrally above the title 'Día 19'.

Bien lo dijo el gran maestro Jesús: “La verdad nos hace libres”. Decirle la verdad al otro es también una forma de honrarlo u honrarla, de reconocer que es también hijo o hija de Dios y que se merece tu honestidad. La verdad es sanadora, si no a corto plazo, sí a mediano o a largo plazo. Hoy, expresa las verdades a otros que has venido conteniendo por tanto tiempo. La verdad te liberará pero también liberará al otro.

“No temas hablar con la verdad con las demás personas. En ocasiones es tu proyección la que te hace pensar que esa persona no va a poder con esa verdad, pero todos se merecen la verdad. Si llegó la hora de decirle a alguien que no la amas o que no lo amas, hazlo, y eso va a liberar a la otra persona. Si llegó la hora para decirle a alguien que no estás feliz en el trabajo y que quieres renunciar, pues llegó la hora. Si le tienes que decir a tu papá que no vas a ayudarlo a administrar su empresa, llegó la hora de decirlo. Si llegó la hora de revelar a tu hermano o a tu hermana algo que sucedió cuando eran niños, llegó la hora de hacerlo. La verdad sana, la verdad tiene que fluir, la verdad te hace libre a ti, pero también hace libre al otro”.

Extracto del video en YouTube:
LA VERDAD SANA
Disfrútalo en youtu.be/xYbinjmxlgw

Día 20

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 20'.

Toda GRATITUD necesita expresarse. Las GRACIAS que sientes en tu interior le pertenecen al viento, exprésalas, manifiéstalas de una manera u otra, de lo contrario podrán hacer daño dentro de ti. La GRATITUD implica tres grandes claves: ser humilde para reconocer el valor que una persona o experiencia te agrega, sentir la GRATITUD dentro de ti y expresarla.

“En los retiros que doy y en las consultas que ofrezco en línea, es común descubrir el dolor que cargan las personas por haber callado por muchos años las GRACIAS que sintieron pero que no expresaron. La GRATITUD en realidad es la envoltura de algo más profundo que es el AMOR que sentimos hacia una persona, experiencia o situación”.

Extracto del libro EL PODER DE LA GRATITUD

Página 79

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/gratitud

Día 21

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the title 'Día 21'.

Tener el estómago vacío algunas horas no es malo, olvida ya la vieja programación de que a la cama se van sin cenar los niños regañados y pobres. El Ayuno ha sido practicado en decenas de culturas y civilizaciones muy avanzadas en temas de medicina y energía a lo largo de miles de años, no es nada nuevo, lo que es nuevo es la ciencia que ha demostrado sus múltiples beneficios. Cuando ayunas purificas el cuerpo y al mismo tiempo fortaleces la mente.

“Hemos sido programados para creer que necesitamos alimentos en el estómago todo el tiempo. Esto es falso. Nuestro cuerpo necesita descansos para depurar, sanar, renovar y regenerar. Yo comencé haciendo un ayuno de 24 horas cada mes, pero al darme cuenta de sus enormes beneficios ahora hago varios ayunos, llamados intermitentes, de entre 16 y 20 horas cada semana. Los resultados son realmente positivos. Mi recomendación es hacer un ayuno al año, al menos intermitente, por cada año de vida que tengas. Es decir, si tienes 50 años, te tocarían 50 ayunos al año, más o menos uno por semana”.

Extracto del Plan de Hábitos SUPER-ME

Página 25

Descárgalo en ricardoperret.com/superme

Día 22

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 22'.

Hoy, emprende acciones encaminadas a liberar tu luz interior, que es de donde la felicidad emana. Otra forma de describir la felicidad es la posibilidad de proyectar la luz interior sin obstáculos. Identifica todo aquello que resulte un obstáculo y ve re-programándolo a través de regresiones y meditaciones, te sugiero leer para eso mi libro NEW ME.

“La luz está dentro de ti. Ahí fue depositada y ahí permanece esperando proyectarse y manifestarse hacia el exterior. Para lograrlo es necesario que te deshagas de todas las barreras, disfraces y máscaras que obstaculizan la proyección de esa luz. Cuando dejes de sentir miedos, cuando ya no haya culpas, cuando hayan desaparecido las tristezas, cuando disuelvas cada vestigio de arrogancia, la luz saldrá proyectada con gran poder y nada podrá detenerla”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 3

Página 6

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 23

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned centrally above the title 'Día 23'.

Las lecciones llegan a tu vida por el ejemplo, o bien por el contra-ejemplo, sobre todo con tus padres. Suelta el juicio y ábrete a descubrir las lecciones de vida que llegan por tu relación con ellos, o lo que ves en ellos. Recuerda que tú escogiste a tus padres desde el plano espiritual, o bien Dios te los escogió como padres.

“Los padres nos enseñan de muchas maneras, en ocasiones con el ejemplo, hacen algo y nos muestran el cómo hacerlo o nos dan un gran consejo. En otras ocasiones los padres, quien creo que son Ángeles o Maestros vestidos de padres, se encarnan para darnos una lección del contraejemplo, del qué no hacer, lo que no debemos replicar. Es duro a veces el proceso de aprendizaje, de maestría con nuestros padres. A veces es un camino de mucho amor y a veces es un camino de mucho dolor, pero todo siembra grandes aprendizajes si te abres de conciencia. Y por todos los consejos y los grandes ejemplos y contraejemplos que nuestros padres nos dieron, GRACIAS”.

Extracto del video en YouTube:
GRANDES CONSEJOS DE LOS PADRES
Disfrútalo en youtu.be/HH9_gv5mh9g

Día 24



Suelta la victimización. Quien se victimiza se apega al dolor, lo exponencializa y lo convierte en sufrimiento crónico. Quien se victimiza carga emociones negativas, se pone en lugares en donde sabe que va a sufrir y mantiene pensamientos negativos en su mente de manera frecuente. Hoy, deja a un lado la victimización y hazte responsable de lo que te sucede, vuélvete el copiloto de tu vida, y desde esa posición de madurez crecerás mucho.

“Cuando transfieres a otras personas la culpa de lo que vives o de lo que te sucede, colocas a los demás como victimarios y tú asumes el rol de víctima. Las víctimas exageran y exponencializan algo negativo, no esperado o fuera de su control, que les sucede para lograr ciertos objetivos u obtener atención. Ser víctima es la peor forma de no crecer y mantenerte por siempre estancado en una situación de infancia mental. Asumir las responsabilidades es AMARTE a ti mismo y creer en ti mismo, eso te permite crecer”.

Extracto del libro INTELIGENCIA ESPIRITUAL PARA LÍDERES

Página 146

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/inteligenciaespiritual

Día 25

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned centrally above the title 'Día 25'.

Recuerda quién eres, tú eres amor puro porque vienes del amor puro. Abrir nuestro corazón a amar y ser amados es permitirnos ser quienes somos, vivir sin victimizarnos. Uno de los principios básicos de la espiritualidad, vista desde cualquier perspectiva religiosa o filosófica, es que somos parte de algo gigantesco, el origen, nuestra esencia y nuestro destino son sagrados.

“Cuando tú reconoces que eres amor te abres al amor y dejas de victimizarte. Eres parte de la Creación de Dios, la intención de amor detrás de todo lo que existe. Si tú eres una gota del océano y el océano es amor, tú eres amor. Entonces, pretender no amar o no abrirte al amor significa luchar constantemente por no ser lo que ya eres, y eso duele mucho. Amar es natural, no amar no es natural. Abrirte a recibir amor es natural, cerrarte a recibir amor no es natural, pues se genera una resistencia a tu esencia y eso duele, y eso enferma, y eso contamina”.

Extracto del Seminario Online:
SANA Y SUELTA A TU EXPAREJA
Vívelo en ricardoperret.com/parejas

Día 26



Tú solo con tu o tus hijos (as) son una familia completa, incluso tú con tu esposa si deciden no tener hijos, son una familia completa, deja de sufrir por programaciones del pasado sobre la familia perfecta. Al final de cuentas familia no es estar con todos físicamente, sino el conjunto de pensamientos y emociones que guardas en tu corazón para cada uno, incluso las palabras de amor que les dedicas a cada uno o una todos los días.

“Cada vez que me sentaba a la mesa con mi hija sentía que la familia estaba incompleta, que faltaba la madre de mi hija, la que había sido mi pareja. Ese día llegué reflexivo, al departamento, sobre ese pensamieto que me atormentaba por dentro. Así que me puse a meditar y mi maestro me sacudió de pies a cabeza con su visión espiritual sobre el tema: -Tú y tu hija son una familia completa, nadie falta en la mesa. Has sido programado para pensar que una familia completa se integra forzosamente de un padre, una madre, los hijos y una abuelita tejiendo, jeje. Pues no es así, y esa programación te hace sufrir. Echa hacia fuera pasadas programaciones que cargas, llegó la hora de construir nuevas creencias desde el amor y la abundancia-. Varias lágrimas rodaban por mis mejillas, este mensaje fue súper sanador”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 1

Página 308

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 27



Esas personas, a las que algunos llaman “tóxicas”, no llegaron para molestarte sino para ayudarte a evolucionar, son tus maestros que te ayudan a identificar justo lo que necesitas trabajar. Tú los atraes no es que ellos o ellas se hayan esforzado mucho por encontrarte y revolucionar tu espacio. Hazte responsable de aquello y aquellos a los que atraes, aprende de ellos.

“Recuerda, esas personas a las que tú juzgas tóxicas solamente están ahí para ayudarte a identificar aquello que aún vive tóxico en ti que tienes que sacar, lo que tienes que sanar. Si sigues considerándolos como personas tóxicas vas a vivir tratando de controlarlos, vas a vivir tratando de aislarte de ellos y vas a vivir con emociones negativas. Es hora de que veas a las -personas tóxicas- como maestros en tu vida, que les agradezcas y que los dejes ir... tal vez hasta podrás convertirte en gran amigo de ellos posteriormente”.

Extracto del video en YouTube:

“PERSONAS TÓXICAS”

Disfrútalo en youtu.be/s8Me-I3QUAg

Día 28



Analiza tu propio proceso de despertar e identifica si ya estás viviendo alguna de estas señales. Siéntete feliz y celébrate al darte cuenta que vas avanzando al identificar estas señales.

“SEÑALES DE QUE ESTÁS DESPERTANDO !!!

- comes más sano y menos animales
- te gusta el sexo intenso pero con amor
- te sientes gran parte del día -puesto-... sin consumir nada de drogas ni azúcar
- a todo mundo le dices hermano o hermana... y así los reconoces
- te ríes de la publicidad que te quiere vender marcas de lujo o comida chatarra
- te la pasas diciendo -suelta las emociones negativas- y -mejor fluye-
- te pones a meditar en cada rinconcito cómodo que encuentras
- bendices los alimentos en público y te vale lo que piensen los demás
- le llamas todo el tiempo a tu mamá y papá para decirles que los amas, si ya trascendieron cierras los ojos y lo haces energéticamente
- vas más seguido al bosque y sientes que los árboles y los animalitos son grandes maestros
- dejas de ver la tele tradicional y solo ves series de directores despiertos
- literalmente sientes que duermes como angelito (a)
- ves a los políticos pelearse y les mandas buenas vibras desde tu corazón
- todos los contratiempos los ves como grandes oportunidades para aprender... y los agradeces”.

Post en Facebook
facebook.com/ricardoperreterhard

Día 29

A decorative graphic of a pair of white, stylized wings with black outlines, positioned symmetrically on either side of the text 'Día 29'.

Utiliza tu poder visualizador. Dios te dio un gran poder para crear primero en tu visualización grandes ideas, proyectos, situaciones y alianzas, y luego materializarlas en el exterior. Como es adentro es afuera. Somos un mandala, la semilla está dentro y crece hacia todos los extremos. Tu poder visualizador lo puedes aprovechar en cualquier momento o situación, es fácil y gratis, cierra tus ojos, siente el amor y el poder dentro de ti y desde ahí visualiza grandes obras y visualízate lográndolas.

“Hoy, creo profundamente en que todo lo que manifestamos hacia fuera primero existió adentro y que cuando conscientemente nos enfocamos en crear algo dentro primero, aprovechando nuestro amor interno, nuestra fuerza espiritual y nuestras virtudes, la manifestación de nuestras ideas y proyectos se exponencializan de manera poderosa hacia fuera. Dios nos dio un gran poder de visualización y este poder nos permite crear primero en nuestro interior, en nuestra conciencia interna, ahí podemos jugar con ideas, revisarlas y planearlas, para después manifestarlas hacia fuera. Inténtalo: visualiza a tu padre y perdónale todo lo que crees que te hizo en tu pasado y que antes juzgabas, perdónalo de corazón dentro de ti en tu visualización. Te prometo que pronto recibirás señales de que él lo sintió o que algo en tu relación con él cambió. Haz lo mismo con un gran proyecto: visualízalo internamente, revísalo, planéalo, siéntelo y báñalo de decretos positivos. Después ponte manos a la obra para materializarlo, te prometo que verás que las cosas fluyen mejor”.

Extracto del libro EL GEN EXITOSO

Página 69

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/gen

Día 30



La clave es dar y compartir de manera incondicional. Cuando vivimos emociones y pensamientos positivos nos sentimos con la confianza para DAR. Cuando vives con miedos, lejos de Dios, buscas sólo recibir y llenarte. Cuando vives cerca de Dios te sientes en abundancia y buscas compartir mucho.

“Compartir, la clave es COMPARTIR. Muchos te pedirán, tan sólo porque sabrán que puedes compartir. Nadie le pide a otro algo que sabe que este no podrá compartir. Cuando un ser le pide a otro es porque sabe que este puede dar. En ocasiones otros saben que puedes dar lo que tú mismo no crees poder dar. Compartes cuando estás lleno de pensamientos y emociones positivas, en tanto que cuando estás lleno de emociones distractoras no puedes dar porque no crees que puedes dar”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 2

Página 104

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 31

A graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 31'.

Soy hijo de Dios, único y extraordinario, merezco mucho y en abundancia.

La creencia del SÍ MEREZCO nos reconecta a Dios, a la abundancia y a la paz, mientras que la creencia del No Merezco nos conecta a la escasez y al dolor. Vive con la sabiduría de que sí mereces paz, abundancia, salud, alegría, una gran pareja, una gran familia.

“La creencia del No Merezco proviene de sentimientos de culpa o de inferioridad que fueron programados en ti desde muy pequeño o pequeña. Esa creencia es muy limitante y te hace rechazar el éxito, el amor y la paz. Tú puedes reprogramar esta creencia que vive en tu inconsciente para integrar a ti la nueva creencia del SÍ MEREZCO que te permitirá atraer cosas extraordinarias”.

Extracto del video en Youtube:

YO SÍ MEREZCO

Disfrútalo en youtu.be/MR_b_O7N5zI

Día 32



El ser humano que reconoce a Dios en sí mismo despierta y deja de depender de otros, mientras que el que no reconoce a Dios en sí mismo sigue dormido y depende de otros. Hoy, libérate del control de los gobiernos y corporaciones que aprovechan tus miedos y vulnerabilidades, rompe las cadenas, aprovecha tus poderes.

“Jesús, así como muchos otros grandes maestros, no vino a enaltecerse como el único hijo de Dios y a decirnos que sólo su corazón era sagrado. Qué arrogante y soberbio hubiera sido, cuando a él lo caracterizaban la humildad y la sencillez. Él vino a decirnos que todos somos hijos e hijas de Dios, que todos tenemos un sagrado corazón, del que hoy sabemos que hasta memoria tiene, que guarda recuerdos y que es nuestro gran consejero. Jesús vino a recordarnos el gran poder dentro de nosotros, que Dios vive en nosotros, que todos somos gotas de agua del gran océano de la creación, vino a motivarnos y a admirarnos, no a desmotivarnos y a culparnos. El ser humano que reconoce a Dios en sí mismo despierta y deja de depender de otros, mientras que el que no reconoce a Dios en sí mismo sigue dormido y depende de otros. Y eso es lo que muchos no quieren, que despertemos, les conviene que sigamos como zombies y adormilados”.

Extracto del libro DIARIO DE UN SANADOR

Página 134

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/diario

Día 33

A pair of stylized, symmetrical wings with a scalloped edge, positioned horizontally and centered above the text.

Sólo hay dos motores que mueven al ser humano, el amor y el dolor. Ambos empujan y mueven, pero el motor del amor construye y sana cuando entra en acción, el motor del dolor destruye y enferma. Que sea el amor lo que te mueva a ti y a tus hijos.

“No le condiciones tu amor a tus hijos a que sean campeones o los mejores en algo. No les muestres más amor cuando resultan triunfadores en algo y menos cuando no se destacan. El amor no es condicional, el amor por definición es incondicional. Si les siembras la idea de que sólo los amarás cuando sean triunfadores será el dolor lo que los mueva y no el amor”.

Video en TikTok:

vm.tiktok.com/ZTd7bpYcW/

Día 34



Cuando vivimos en congruencia con nuestras virtudes y dejamos que Dios sea el piloto de nuestra vida y nosotros los copilotos no existe incertidumbre por el futuro. Cada minuto y cada paso es una sorpresa positiva. Hoy, deja que Dios conduzca tu vehículo y disfruta el aventón de pasajero.

“Mi Maestro me habló y me hizo saber que seguía acompañándome: -Uno de los grandes miedos en ustedes los seres humanos es no saber qué sigue. La incertidumbre del futuro les genera miedo, confusión y ganas de controlarlo todo a su alrededor. Sin embargo, cuando realmente confías en el verdadero conductor de tu vehículo y operas más como copiloto, los miedos se desvanecen. No importa que camines con los ojos cerrados cuando confías en que alguien mucho más poderoso te guía. Querer anticiparlo todo es una necesidad humana originada por el miedo a ser ellos mismos los conductores de su vehículo. Cuando te pasas al lado del copiloto y cedes el volante a quien lo crea todo y lo puede todo, el miedo desaparece-”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 3

Página 8

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 35

A pair of stylized, symmetrical wings with a scalloped edge, positioned behind the text 'Día 35'.

Sana tu pasado para vivir con mayor felicidad tu presente y tu futuro. Que los eventos del presente, aunque jalen eventos del pasado similares, no duelan tanto. Limpia, limpia todo aquello que haya sido interpretado con dolor en el pasado para que tus recuerdos sean sanadores y no potencializadores del dolor presente.

“Tu mente es una máquina de generar relaciones. Si tú en este momento eres abandonado o abandonada por tu pareja, tu mente inconsciente trae al momento presente otras situaciones similares en que fuiste abandonado o abandonada, por tus amigos, por mamá, por un hermano, por un abuelo en el pasado. Si los abandonos del pasado no están sanados, entonces la acumulación en el presente de todos los abandonos y sus sentimientos será una bomba atómica. Pero si has sanado esos abandonos del pasado entonces tu abandono del presente no será tan doloroso”.

Extracto del video en YouTube:

SANAR TU PASADO

Disfrútalo en youtu.be/SZT3SoFJ3C0

Día 36



Dios le otorgó a tu cuerpo y a cada una de sus partes funciones naturales para mantenerse en salud, fuerza y vitalidad. Cuando guardas dolor en tu interior, cuando te apegas a las emociones “negativas”, cuando le sacas la vuelta a trabajar a profundidad en tu transformación, entonces las funciones del cuerpo y los órganos se alteran, entran en modo de estrés, se producen hormonas y sustancias tóxicas, no se logran depurar los desperdicios y no le llega oxígeno correctamente a muchos de estos. Cuando el cuerpo no puede funcionar en armonía y en paz se enferma.

“Ten siempre en cuenta esto: el estómago se hizo para procesar los alimentos y obtener los mejores nutrientes de estos, no para contener emociones negativas, así que si le das un uso distinto al original, entonces sufrirá por ello. Considero, incluso, que nuestro cerebro se hizo para tener pensamientos positivos, que nuestro corazón se hizo para sentir intenciones positivas y que nuestra garganta nos la otorgó Dios para generar palabras positivas, y que si no los usamos para lo que fueron hechos, eventualmente sufrirán... y tú con ellos”.

Extracto del libro NEW ME

Página 21

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/newme

Día 37

A pair of stylized, symmetrical wings with a feathered texture, positioned above the text 'Día 37'.

Hoy es día de MEDITAR. La meditación te ayuda a alinear tu cuerpo con tu corazón y con tu espíritu. La meditación te ayuda a resetearte y volver al modus operandi en que fuiste creado y llegaste a este mundo, un modo de abundancia y perfección. La meditación te pone bajo la cascada de bendiciones de Dios.

“La meditación es una forma de diálogo con Dios y tu espíritu. La científica Elizabeth Blackburn ganó el Premio Nobel de Química, entre muchos descubrimientos notables, por descubrir que la meditación ralentiza el acortamiento de los telómeros en el DNA; lo cual indica que la meditación hace más lento el envejecimiento del cuerpo. Otros estudios indican que la meditación ayuda mucho en el sistema cardiovascular, en el sistema inmune, en el enfoque y en la claridad mental. También se ha descubierto que tanto sólo 20 minutos de meditación diaria ayuda a disminuir el insomnio y la depresión. En un estudio con alcohólicos se encontró que cuando se combina el programa de Alcohólicos Anónimos con la meditación, el éxito probable casi se duplica”.

Extracto del Seminario Online:
PRINCIPIOS PARA SER FACILITADOR EN MEDITACIÓN
Vívelo en ricardoperret.com/meditadores

Día 38

A decorative graphic of a pair of white, stylized wings with black outlines, positioned symmetrically on either side of the text 'Día 38'.

Sé honesto contigo mismo, no te mientas al pararte frente al espejo. Deja de actuar, con mayor razón en un diálogo contigo mismo (a), sé transparente. Recuerda que Dios vive en ti, mentirte a ti mismo es también mentirle a Dios que vive en ti.

“Deja de ser un actor para ti mismo, tus ojos necesitan percibirte tal como eres para poder aprender y crecer. ¿Cuántas veces no te has preguntado algo y has contestado lo que le compete a tu ego, a tu rol de actor, ignorando la verdad? Si dudas, duda, pero acepta que dudas; no concluyas con una respuesta superficial sobre tus sentimientos o sobre lo que quieres o piensas, tan sólo por sentirte bien en el momento y evitar culpas, ya que ese sentimiento de bienestar es falso y muy pasajero. Las culpas por mentirte y las fallas por engañarte llegarán eventualmente, y entonces la realidad será más dura. Son tus miedos y la dureza de tus juicios los que impiden tu honestidad contigo mismo. Tus miedos son producto de tu distanciamiento con tu espíritu, de tu desconexión con la naturaleza y con Dios”.

Extracto del libro La MONTAÑA Vol. 1

Página 214

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 39

A pair of stylized, symmetrical wings with a feathered texture, positioned above the title 'Día 39'.

Vivir nuestra espiritualidad no es tan complejo, ni implica obligatoriamente sacrificios ni sufrimientos. Dios nos quiere felices. Bastan acciones nacidas desde el amor y desde tus virtudes para estar viviendo desde la espiritualidad. Hoy, elige momentos y acciones sencillas pero con claro enfoque para vivir tu espiritualidad, verás que termina el día y puedes irte a descansar feliz y orgulloso de ti mismo.

“La espiritualidad no es tan complicada de vivir. No necesitas meterte a una cueva 4, 5 o 6 días o hacer ayunos larguísimos. Acciones cotidianas puntuales nacidas desde el amor, te acercan a la espiritualidad y a lo que Dios quiere para ti. La espiritualidad no implica sacrificios, sufrimiento y grandes complejidades, es algo sencillo. Puedes hacerle el amor a tu pareja desde la espiritualidad, puedes ir a la discoteca y vivir una experiencia con la música y los amigos desde la espiritualidad, puedes ir a echar relajo al estadio echándole porras a tu equipo de preferencia desde la espiritualidad, con humildad, con justicia, con amor e inocencia”.

Extracto del video en YouTube:
5 MITOS SOBRE LA ESPIRITUALIDAD
Disfrútalo en youtu.be/ZP5Zk9kaSq0

Día 40

A graphic of a pair of white, stylized wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 40'.

Que tu corazón sea la fuente creativa de grandes ideas y proyectos. Nos han educado para pensar siempre estratégica-MENTE, pero en realidad necesitamos reconectar mente con corazón para volver a detonar nuestro poder creativo nacido del amor.

“Mucho se habla de que un líder tiene que ser creativo, que debe ser innovador. Sin embargo, hay dos formas de serlo: una desde la mente aislada y la otra con la mente vinculada al corazón. Cuando somos sólo mente creativa, las ideas que generamos buscan el crecimiento egoísta, la acumulación, el poder, el dominio, el éxito basado en lo material y terrenal, cumplir todas aquellas idealizaciones que nos sembraron desde niños y jóvenes, nutrir el ego. Cuando somos mente y corazón creativos, generamos ideas para servir mejor, para agregar mayor valor y hacerlo con ética, para amar a los demás, para vivir en armonía y contagiar a los demás, aprendiendo de cada momento, incluso de los dolorosos, para proteger el planeta y para ayudarles a otros a tener una vida mejor”.

Extracto del libro INTELIGENCIA ESPIRITUAL PARA LÍDERES

Página 88

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/inteligenciaespiritual

Día 41



¿Te has preguntado desde cuándo te bañas siguiendo el mismo proceso que sigues actualmente, o desde cuando te cepillas los dientes bajo el mismo procedimiento? Tal vez no, y muy probablemente no eres consciente desde cuando se gestó ese hábito tan automático, tan poco racionalizado. El cerebro busca ahorrar recursos, cuando quieras lanzar un producto o servicio busca romper ese instinto básico que ata a tu cliente.

“Tú vida hoy está influenciada tremendamente por hábitos, que desarrollas inconscientemente, que fueron programados desde niño o adolescente. Nuestro cerebro está diseñado para buscar ahorros de recursos (sangre y oxígeno) y todo aquello que le ayude en este objetivo será bien recibido. Date cuenta, al lanzar un producto y/o servicio será necesario romper uno de los instintos básicos de supervivencia en el ser humano: EL AHORRO DE RECURSOS. Así es, estás obligado a romper costumbres y hábitos que atan a tu cliente con productos tal vez de toda la vida, o al menos años. Por ello a menos que conozcas su programación mental alrededor de la categoría, los motivos por los cuales este producto es un hábito, las recompensas emocionales que la marca actual le provoca e identifica grandes valores agregados que le comunicas claramente, este cliente no buscará una novedad para su satisfacción de carencias”.

Extracto del libro INNOVATION HOME RUNS

Página 58

Descárgalo en ricardoperret.com/libros

Día 42

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 42'.

¿Cuáles son tus debilidades?, ¿Cuáles son tus áreas de oportunidad? No te esfuerces en aparentar que eres fuerte y que siempre estás feliz, es cuando eres capaz de reconocer que también lloras, también temes o también fallas, cuando más humano te sabes y comienzas tu crecimiento.

“Cuando reconoces tus debilidades aumentan tus fuerzas, no antes. Reconoce que sufres, reconoce que tiembles, reconoce que lloras, reconoce que tienes miedos y eso te fortalecerá. Aceptar siempre es el primer paso para sanar y crecer, es de valientes reconocer áreas de oportunidad”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 2

Página 119

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 43

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned centrally above the title 'Día 43'.

Ábrete a aprender las lecciones que te llegan durante y posterior a un proceso de desecho o descarte que estés viviendo o que hayas vivido. Todos en algún momento de nuestra vida hemos sido descartados o desechados, pero no todos son capaces de captar los grandes aprendizajes, y entonces el proceso se vuelve a vivir. Sin duda estos procesos provocan dolor y eso está bien, lo que tenemos que evitar de estos es el sufrimiento, y está en nosotros ya de adultos minimizar el sufrimiento o postergarlo como víctimas.

“Cuando somos descartados o desechados de una relación, de una casa, de una ciudad, de un trabajo, de una amistad, de una pareja, de lo que sea, al igual que una cáscara de plátano tenemos dos formas de vernos: o nos vemos como desperdicio o nos vemos como abono para un próximo árbol gigantesco, frondoso y hermoso. Y no solamente eso, la cáscara de plátano desde la perspectiva positiva también se puede ver como el alimento que fue para alguien, y por eso tiene que sentirse muy orgulloso”.

Extracto del video en YouTube:
SER DESECHADOS O DESCARTADOS
Disfrútalo en youtu.be/e9aaRxjT42k

Día 44

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 44'.

Date el tiempo para redefinir tus objetivos desde el corazón. En muchas ocasiones son las personas que hacen un alto en el camino y redefinen su forma de vivir las que nos sorprenden por lo que logran. Observa si hay algo en tu vida que puedes mejorar y date el tiempo y espacio necesario para encontrar la solución y hacer los cambios correctos.

“En realidad no es más exitoso alguien que es capaz de modificar sus objetivos y enfoques en el camino o en pleno vuelo, sin detenerse, que el que hace un alto total, se retira de todo por unos días, semanas o hasta meses hasta repararse internamente, redefinir sus objetivos y salir a la luz nuevamente. Ambos pueden ser exitosos, la clave y lo que define al exitoso es ACEPTAR que algo profundo tienes que modificar, darte el tiempo (corto o largo) y espacio correcto para encontrar la “MEDICINA” y hacer los ajustes adecuados, ESCUCHAR los miedos al cambio y usarlos a tu favor para emprender el nuevo vuelo”.

Extracto del libro EL GEN EXITOSO
Página 61
Descárgalo en ricardoperret.com/libros/gen

Día 45

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned centrally above the title 'Día 45'.

Tú eres un estudiante de la vida, permanentemente. La capacidad de cuestionar en el ser humano beneficia a su capacidad de ser creativo. No te creas todo lo que escuchas, mejor duda, cuestiona, profundiza. No te quedes con incógnitas, busca respuestas hasta estar conforme, esto será pieza clave para enriquecer tu proceso creativo y de innovación.

“Cuestionar es parte importante de la creatividad; cuando un estudiante cuestiona es porque su proceso de creatividad requiere más información... ¡pues entonces hay que dársela! En la escuela, en muchas ocasiones, nos sancionan por cuestionar las formas de pensar de un filósofo, de un biólogo, de un sociólogo, psicólogo o un emprendedor; y para aquellos que asisten a planteles religiosos cualquier cuestión hacia el dogma de la congregación es severamente condenada y castigada, cuando lo cierto es que la duda y los cuestionamientos son lo más sano y lo mejor que existe para generar nuevas ideas. Normalmente lo que motiva el enojo de quienes reciben las preguntas es su incapacidad para dar respuestas claras y sabias”.

Extracto del libro EL GRAN MAESTRO

Página 153

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/elgranmaestro

Día 46



Acepta tu llamado. Puedes sentirte pequeñito e insignificante, o majestuoso y radiante, depende de qué tanto aceptes el llamado a ser TÚ mismo (a), a cumplir tu vocación, y no ser alguien más o seguir la misión impuesta por otros. Hoy, en este proceso que estás viviendo de reconstrucción de adentro hacia afuera, y para llegar a ser único y extraordinario, tienes que aceptar el llamado a ser TÚ mismo (a) al máximo.

“Mi Maestro me dio la bienvenida y comenzó su gran lección: -No importa que seas un grano de nieve, un sol o una montaña, lo que importa es que aceptes el llamado a serlo; eso definirá cuán grande o cuán minúsculo serás. No importa lo que seas, lo que importa es aceptar el llamado a serlo. El sol radiante impulsa la vida de millones de organismos, pero un grano de nieve también puede provocar una poderosa avalancha. Hay grandeza potencial en ser una gota de agua, un pequeño insecto, un ser humano entre muchos millones, un sol o una montaña; pero el potencial se realizará sólo cuando cada uno de estos elementos acepta su llamado-”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 3

Página 181

Escúchalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 47

A pair of stylized, symmetrical wings with a feathered texture, positioned above the title 'Día 47'.

Naciste siendo mago y maga, pero te programaron para creer que naciste pecador o pecadora, que naciste ignorante y que todo conocimiento procedía del exterior. No es así, nacemos siendo luz, fuerza, amor y sabiduría. Hoy, acepta tus poderes y reconoce las capacidades, virtudes y habilidades que Dios te dio. Si acaso muchas de ellas las dejaste a un lado porque te las criticaron o te las negaron cuando eras pequeño (a) ahora recupéralas.

“Es hora de que todos reconozcamos nuestras capacidades, nuestras virtudes, nuestras habilidades. Sí, somos seres humanos que podemos hacer magia, que podemos hacer magia con las capacidades mentales, pero también con nuestras capacidades energéticas, emocionales y espirituales. Es hora de que todos hagamos magia, tú eres un mago. Ya es hora de que seas capaz de visualizarlo, de aceptarlo. Recuerda quién eres, eres un espíritu materializado en un cuerpo para vivir esta gran oportunidad de vida, vive esta vida al máximo con tus cualidades, con esas capacidades que Dios te dio. Hónralas, admíralas, celébralas, promuévelas”.

Extracto del video en YouTube:

ACEPTA TUS PODERES

Disfrútalo en youtu.be/7KRYz3I2wy4

Día 48



El insomnio es tremendo y te resta fuerzas, claridad mental, salud y alegría durante el día posterior. Hoy, dale una buena revisada a los 10 elementos que te comparto a continuación para saber cuál o cuáles de estos está influyendo en tu imposibilidad a dormir profundamente.

“PARA DORMIR PROFUNDO...”

- 1- Cena ligero*
- 2- Haz ejercicio durante el día*
- 3- Toma el sol durante el día*
- 4- Nada de Cafeína después de las 3 pm*
- 5- Limita tu exposición a pantallas dos horas antes de dormir*
- 6- Date baño calientito antes de dormir*
- 7- Dale las buenas noches físicamente o mándales mensajitos con amor (si es por mensajito que sea dos horas antes de dormir)*
- 8- Consume suficiente magnesio (una taza de cacao te ayudaría durante el día)*
- 9- Medita y haz las paces con todos y todas en tu visualización*
- 10- Que tu cuarto esté bien oxigenado, bien oscuro y nada de electrónicos”.*

Post en Facebook
facebook.com/ricardoperreterhard

Día 49

A pair of stylized, symmetrical wings with a feathered texture, positioned above the title 'Día 49'.

Las agendas del niño, adolescente y joven que fuiste siguen ejerciendo poder dentro de ti aún cuando ya seas un adulto (a), sobre todo cuando quedaron heridas abiertas o sueños incumplidos. Las energías (memorias, emociones, programaciones) guardadas en ti de aquellas épocas son poderosas y hay que observarlas y sanarlas. Cuando logras que tu niño, adolescente o joven interior dejen de manipular tu vida actual, es entonces cuando puedes ser libre realmente, planear y lograr tus objetivos desde la consciencia y desde el amor.

“Cuando las agendas del niño, el adolescente, el joven y el adulto que viven en ti, se alinean para motivarte todas a lograr lo mejor para el YO ACTUAL, tu motivación se enfoca y se intensifica hacia el logro de objetivos conscientes. Si no hay una alineación clara de agendas, nunca serás productivo y feliz, ya que un día buscarás darle satisfacción al niño herido que llevas dentro, otro día al adolescente impulsivo, otro día al joven que busca ser aceptado y otros días buscarás estar tranquilo con el adulto que quiere planear y lograr ciertos objetivos personales y profesionales. Mejor una agenda que cuatro. Nadie puede satisfacer a varios jefes a la vez”.

Extracto del libro SECRETOS DE LA MOTIVACIÓN

Página 21

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/motivacion

Día 50



El diablo es mentirte a ti mismo pero al mentirte niegas a Dios dentro de ti. El diablo es algo que tú creas al alejarte de Dios. Recuerda que espiritualidad es toda relación con Dios y sus creaciones, y al tú ser una gran creación de Dios, el primer punto de contacto con Dios eres tú mismo, comienza por serte honesto (a) a ti mismo.

“El primer mensaje de mi Maestro fue directo al grano y fue la continuación de lo que mi Tía me había dicho: -El diablo es la mentira a ti mismo-, e hizo una pausa como para que yo lo asimilara. -Cuando te mientes a ti mismo le mientes a esa partecita de Dios que llevas dentro. Mentirte a ti mismo es negar a Dios. La honestidad y la transparencia con otros son sumamente importantes en la vida de un ser humano, pero más importante aún es la honestidad y la transparencia contigo mismo. Esa es el arma principal para derrotar al diablo, para apartarlo de ti. Ustedes los seres humanos se mienten todo el tiempo. Se dicen que están felices en un trabajo, cuando en realidad están infelices; se dicen que quieren a alguien, cuando en realidad no lo quieren; se dicen que no sienten culpas o tristezas del pasado, para hacerse los valientes, cuando aún están sufriendo mucho por dentro”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 1

Página 257

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 51

A pair of simple, black-outlined wings with a feathered texture, positioned symmetrically on either side of the text 'Día 51'.

Hoy, libera los sueños de tu niño(a), adolescente y joven que ya no se van a cumplir y abraza los sueños que sí están destinados para ti.

“Hay muchas personas que siguen sufriendo, siguen viviendo en la nostalgia de querer lograr lo que se propusieron de niños o niñas, adolescentes y jóvenes porque no se han dado cuenta que sacrificaron esos objetivos y les llegaron bendiciones mayores a su vida. Cosas que tú planeabas lograr o hacer, y no solamente que no pudiste lograr, nunca más las vas a lograr. Pero es hora de que todos aquellos objetivos, planes y sueños que tenías o que te planteaste cuando eras niño o niña, adolescente y joven que ya no se van a dar los libres desde la paz y el amor. Abraza tus realidades increíbles que ya tienes o que con algo adicional de esfuerzo puedes lograr. Libera los sueños que no son para ti, que no habrán de cumplirse para abrazar la realidad y los grandes logros que con esfuerzo sí se pueden dar y están destinados para ti”.

Extracto del video en YouTube:

LIBERO SUEÑOS DE NIÑO, ABRAZO BENDICIONES ACTUALES

Disfrútalo en youtu.be/L6ALv_PbrRM

Día 52

A decorative graphic of a pair of white, feathered wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 52'.

Hoy, descansa tu mente y tus emociones haciendo lo que realmente amas, de la manera que amas y voluntariamente. Suelta ya las cosas que haces de manera obligatoria o bien cambia tu forma de pensar sobre las cosas que haces para que las hagas desde un territorio de amor. Al mismo tiempo, reflexiona todo sobre las maneras en que haces las cosas, que sean maneras de las que te sientas orgulloso y orgullosa.

“Un día pregunté en mi meditación: ¿Qué es realmente descansar mental y emocionalmente? La respuesta no se hizo esperar, -descansar es hacer cosas que amas, en la manera que amas y voluntariamente-. Wow, con qué claridad me respondieron. Y claro, puedes hacer cosas que amas pero de maneras que no amas, y puedes hacer cosas que amas pero de manera obligada o forzada”.

Extracto del Seminario Online:
SER MAESTRO DE TUS PENSAMIENTOS Y EMOCIONES
Vívelo en ricardoperret.com/maestro

Día 53

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned centrally above the title 'Día 53'.

El ser humano hace alianzas con otros seres humanos (incluso con animales) para lograr evolucionar. En ocasiones las alianzas las generamos de manera consciente y en muchas otras ocasiones de manera inconsciente. En ocasiones no sabemos por qué estamos en una relación personal o profesional con alguien, pero al final de cuentas es una alianza que generamos para evolucionar. La cosa es aprender las lecciones de cada alianza, lograr los objetivos y avanzar. Estar en paz y en GRATITUD con alianzas que creaste a nivel energético, espiritual y terrenal es hacerte responsable de tu propia vida en todos los niveles.

“Algo en lo que creo profundamente, sobre todo después de estos 6 años de aprendizajes espirituales, es que UNO MISMO ha decretado todo lo que le ha sucedido y lo que está por sucederle, uno es co-responsable a nivel energético y a nivel espiritual; somos co-creadores de nuestra realidad. Hemos decretado, desde un plano superior, tener los papás que tenemos, nacer en donde nacimos, todas y cada una de las situaciones que hemos vivido, por la sencilla razón de que son fuente de aprendizajes para nuestra vida terrenal y espiritual. Esta forma de pensar, además de que te hará más fuerte para iniciar la exploración de tu inconsciente, te permitirá hacerte responsable de tu propia vida. Tú, a nivel espiritual en comunión con Dios; tú, a nivel energético en comunión con el Universo; tú a nivel terrenal en comunión con tus acciones y programaciones, son los responsables de tu vida y sucesos en esta”.

Extracto del libro NEW ME

Página 17

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/newme

Día 54



Es cuando un ser humano alcanza su máximo potencial que puede compartir a manos llenas su energía y recibirla del otro. ¿Cuál de los factores que menciono abajo te falta por desarrollar o fortalecer? Dedícale tiempo a tu desarrollo personal, el dinero, tiempo y esfuerzo mejor gastados es cuando los inviertes en recuperar la confianza en ti mismo (a) y tu energía individual.

“La energía individual es producto de la sumatoria de varios elementos esenciales: el amor propio, la aceptación individual, la paz total con el pasado, la fe en el futuro, el gozo en el presente, y el entendimiento y la aceptación de la propia vocación espiritual. Es entonces cuando se alcanza el máximo potencial de cada ser y este puede compartir a plenitud su energía y recibirla del otro. Una vez que la persona ha entendido esto, puede ser un aliado del otro para encontrar ambos su máximo potencial”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 2

Página 125

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 55

A pair of stylized, symmetrical wings with a feathered texture, positioned above the title 'Día 55'.

Hoy, permítete llorar por todo aquello que no has podido llorar. Que tus lágrimas te limpien de adentro hacia afuera, que tus lágrimas te calmen y purifiquen, que tus lágrimas te recuerden que es hora de reinventarte y renacer, que tus lágrimas te recuerden que eres un ser humano.

“Muchas personas están peleadas con llorar, lo evitan al máximo posible, aunque eso las hace sufrir aún más por dentro pues acumulan tristeza, dolor, ansiedad y estrés. Llorar no es una muestra de debilidad o de fracaso, es muestra de que somos seres humanos sensibles y emocionales en un proceso de sanación y de transformación. Yo mismo he sido testigo de la transformación que comienza a ocurrir cuando personas que acuden a mis seminarios o a mis retiros se permiten llorar después de muchos años de no hacerlo, puedo ver cómo se les desinflama la cara de tanto llanto y emoción que habían contenido. Impedirle a alguien llorar es buscar controlarlo e imponer en ella o en él tus propios miedos y creencias mal informadas. Permitirle a otros llorar es permitirle ser auténtico y libre tal como Dios lo creó a él, a ella o a ti mismo(a). Eso sí, llorar nunca debe de ser una actitud permanente de vida, adicción o estrategia para atraer la atención de los demás cuando no se ha logrado de otras maneras. No me malentiendas, no me refiero a llorar como una forma de victimización o de apego al dolor y el sufrimiento; me refiero a llorar como un acto honesto y responsable, humano y humilde, pacífico y transparente”.

Extracto del video en YouTube:
7 BENEFICIOS DE LLORAR
Disfrútalo en youtu.be/KWIqEC19xys

Día 56



Nuestra relación con el dinero integra energía. Cuando esta energía está en paz y llena de pensamientos y/o programaciones positivas, el dinero fluye bien hacia ti, tus acciones alrededor de este son buenas y tú también construyes plenitud. Pero cuando tus pensamientos sobre el dinero son negativos, entonces tu relación energética con este también se contamina, entonces se generan bloqueos alrededor de la abundancia económica.

“Nunca desprecies el dinero, no lo maldigas ni justifiques que tus sufrimientos son por causa de este, porque en tal caso tu relación con el dinero quedará contaminada y correrás el peligro de que este no fluirá libremente hacia ti. En realidad el dinero no es responsable de nada negativo, son los seres humanos con falta de valores y claridad mental los que generan situaciones negativas al usarlo”.

Extracto del libro INTELIGENCIA ESPIRITUAL PARA LÍDERES

Página 221

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/inteligenciaespiritual

Día 57

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned centrally above the title 'Día 57'.

No puedo creer en un Dios que no quiere que seamos alegres, Dios nos quiere felices. Dios nos dio el gran poder de la alegría interna para recargarnos de salud, amor y confianza. Él nos quiere viviendo alegres y dichosos, no enojados, serios o frustrados. Hoy, provócate momentos de alegría, tú eres el único responsable de tu felicidad. Que tu alegría no dependa de nadie más que de ti.

“La alegría sana nuestro cuerpo, nos trae paz con el pasado, nos ayuda a disfrutar con intensidad el presente y a dejar que el futuro llegue con confianza. La alegría se manifiesta en los pensamientos produciendo satisfacción interna, aún en nuestra soledad podemos ser capaces de reír y sentirnos plenos. Cuando bailamos con libertad, sin miedos, sin juicios, sintiendo el viento en nuestro cuerpo, expresando lo que vive dentro, liberamos cargas emocionales pero también nos recargamos de auto-estima, salud, confianza y amor”.

Extracto del libro digital CUERPO VIRTUOSO

Página 38

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/cuerpovirtuoso

Día 58



Hoy, sé flexible con tus objetivos. Una de las grandes fuentes de sufrimiento del ser humano es que somos inflexibles con las metas que nos definimos. No digo que no le echés todas las ganas a un objetivo, sino que si por alguna razón no se pudo lograr esa meta, algo más lograste y algo más puedes aprender de eso que lograste.

“Toth inició su diálogo conmigo. -¿Cómo se siente tu corazón esta noche? Estresado, ¿verdad? Eso sucede cuando quieres controlar las situaciones o a las personas. Cuando un ser humano busca controlar algo fuera de él, tiene que extender hacia el exterior su esencia energética para detener o bloquear el que algo suceda, y eso estresa a su corazón. Cada vez que quieres controlar algo, tu corazón tiene que trabajar de más, extender su influencia hacia afuera de ti, y esto le representa un esfuerzo anti-amoroso. Tendrás que ser más consciente de los esfuerzos anti-amorosos de tu corazón. Se presentan cuando lo que sucede no se adapta con tus pensamientos o deseos, porque no eres flexible y no lo aceptas todo. Mientras más flexible seas, menos trabajo anti-amoroso hará tu corazón-”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 3

Página 237

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 59

A pair of stylized, symmetrical wings with a feathered texture, positioned above the text 'Día 59'.

El rol del hombre es ser el mejor hijo de Dios y ser el mejor protector de la mujer. Pero nos han programado a los hombres a creer que cuando se ama a una mujer hay que tenerla cerca, para uno, para poseerla y controlarla. Tenemos que reflexionar. Hombres, es hora de cambiar las malas programaciones sobre la mujer.

“Cuando comencé a meditar escuchando mi corazón con ayuda de un estetoscopio, la primera lección que me dio mi corazón fue: -Amar es liberar, amar no es poseer-. Ningún hombre debe sentirse más hombre por poseer, dominar o controlar a una mujer, sino por liberarlas. El hombre tiene que respetar el libre albedrío de las mujeres y tiene que honrar su voluntad, las mujeres también darse a respetar desde la energía más pura y femenina que vienen cargando GRACIAS al poder de la creación de Dios. Es hora que el hombre haga su ritual de paso, de que cambie su chip de todo lo que ha aprendido sobre la hombría y comience a entender que su gran rol en este mundo es ser el mejor hijo de Dios y ser el mejor protector de la mujer”.

Extracto del video en YouTube:

EL ROL DEL HOMBRE

Disfrútalo en youtu.be/mjMB0MUCGDY

Día 60



Sólo viviendo enfocado en aquello que amas y que está alineado con tu propósito más profundo de vida podrás sentirte con gran fuerza y pleno. Aún cuando muchos te critiquen, si vives tu misión, nada te moverá. Pero si vives en la incongruencia y la distracción, sentirás ansiedad, la cual nace de sentirte perdido o perdida, para que encuentres tu esencia y acomodes el rumbo.

“Una de las mayores fuentes de DEBILIDAD es la INCONGRUENCIA. La incongruencia (decir, sentir y actuar de manera cambiante e incoherente) produce división de fuerzas internas en ti. Ante esta división de fuerzas y enfoques internos se rompe la VOLUNTAD para lograr objetivos, te sientes cansado y confundido. Al no lograr objetivos te sientes frustrado (a) y ante la FRUSTRACIÓN surge la ANSIEDAD; la ansiedad es tu gran aliada para gritarte que te decidas internamente o que te muevas de donde estás.

¿Sufres de ANSIEDAD? Seguramente en algún territorio de tu vida eres incongruente, y tu espíritu, tu consciencia, te están gritando que tienes que moverte de lugar, cambiar lo que estás haciendo por algo más alineado a tu autenticidad o virtudes”.

Extracto del libro EL GEN EXITOSO

Página 58

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/gen

Día 61

A pair of stylized, symmetrical wings with a scalloped edge, positioned above the title 'Día 61'.

Venimos de la respiración intensa de nuestros padres haciendo el amor para engendrarnos. Nacimos en medio de la respiración intensa de nuestra madre y de las bocanadas de aire que tomamos al salir del vientre. La respiración es vida, pero así como hay que vivir con conciencia hay que respirar con conciencia. Hoy, respira con conciencia y date cuenta que Dios se manifiesta en el oxígeno puro que entra a tu cuerpo.

“Lo que a ti te hace falta es respirar, pero respirar bien realmente. En la ciudad respiras de prisa y puro aire contaminado, en la Naturaleza respiras aire puro y despacio. La respiración también es medicina, es el amor de Dios convertido en sus suspiros. Mi madre comenzó a poner atención en su respiración por primera vez en su vida”.

Extracto del libro DIARIO DE UN SANADOR

Página 19

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/diario

Día 62



Dios nos dio la capacidad de reconstruirnos y hay que aprovecharnos. No creas que todo momento de complejidad es un mal momento, tal vez es la forma del Universo de decirte “vamos, reconstrúyete y sal adelante”. Y recuerda, no temas por los comentarios de los demás, estarán ahí a lo largo de todo tu proceso de transformación, ellos no son tus enemigos sino tus maestros que te recuerdan a ser fuerte y firme en el proceso.

“Dios nos permite destruirnos y reconstruirnos. Cada reconstrucción es maravillosa porque hay una CREACIÓN de tu parte. CREAR es lo que Dios hace y ÉL nos da a todos la posibilidad de autoCREARNOS, de ser nuestro propio CREADOR. Hijo, estás en un momento de reCREACIÓN, de reCONSTRUCCIÓN, es tu momento y me siento dichoso de apoyarte en el proceso. Pero la reCREACIÓN implica fuerza de voluntad, porque muchos miedos se interpondrán al tener que sustituir lo que ya no sirve por lo nuevo; tendrás que ser fuerte en el proceso. Uno de los principales miedos en toda reCREACIÓN es la percepción de los demás; muchos no entenderán el proceso, tendrás que ser fuerte y resistir sus miradas, su crítica y sus comentarios. Muchos, en ocasiones los más cercanos a ti, estarán en contra de los cambios que harás”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 1

Página 341

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 63



Dios te dio la posibilidad de iniciar y sembrar la semilla de un árbol genealógico nuevo, limpio y puro. Hoy, es hora de limpiar impurezas que vienes arrastrando (tradiciones, hábitos y patrones destructivos). Evalúa desde la conciencia, el amor y la gratitud ¿qué vienes cargando de tus padres y de tus abuelos que ya no quieres preservar y qué de ellos sí quieres preservar y potencializar?

“Todos los seres humanos absorbemos tradiciones, somos entes de aprendizaje. Hay tradiciones alrededor del dinero, de la profesión, de los alimentos, de las emociones, de las relaciones, de la espiritualidad. Hay tradiciones que nos destruyen y hay tradiciones que nos construyen. Hay tradiciones que tienen que ver con la relación papá y mamá y que después los hijos replican. De niños vemos que papá y mamá repiten, repiten y repiten algo y nosotros no lo juzgamos. Hemos aprendido tradiciones, patrones y hábitos inconscientemente sin poder decir esto sí y esto no. Pero hoy, tú tienes la posibilidad de ser un eslabón en la cadena del árbol genealógico que destruye patrones negativos y empodera, potencializa y preserva patrones positivos. Si tus padres ya han sufrido por algo tú no tienes por qué sufrir, si tus abuelos ya han sufrido por algo tú no tienes por qué sufrir. Ya suelta el dolor que no te corresponde de tus padres y de tus abuelos. Sin juicios, ellos vivían lo que vivían en automático y por experiencias que ellos aprendieron, pero tú decides vivir tu vida, decides sembrar la semilla de tu árbol genealógico desde la pureza, desde la limpieza, sin cargar tradiciones destructivas pero sí honrando y preservando aquellos hábitos, patrones y tradiciones hermosas, de amor, constructivas de tus padres y abuelos”.

Extracto del video en YoutuTube:
SANANDO TRADICIONES DESTRUCTIVAS
Disfrútalo en youtu.be/S69TnsIpT_c

Día 64

A pair of simple, black-outlined wings with a feathered texture, positioned symmetrically on either side of the text 'Día 64'.

Hoy, atrévete a hacer aquello que no te atrevías antes, pero atrévete a tomar acciones valientes nacidas desde el amor y el corazón.

“No esperes a sanarte para atreverte, atrévete y así te sanarás. Los miedos se vencen enfrentándolos. Todo aquello que no te atreves hacer es el mensajero de un miedo encerrado en ti. Que no te limite el que otros no hayan podido o que otros te hayan dicho que tú no puedes. Atrévete, si lo logras sentirás una gran y profunda liberación. Si no lo logras, nadie te contará sobre lo que se siente atreverte. Atrévete a hacer cosas nuevas y salir de tu zona de confort. Pero ojo, atrévete a hacer cosas positivas, nacidas desde el amor y el corazón, que enaltezcan tus valores y carácter. Atrévete a amar, atrévete a viajar solo(a), atrévete a ayunar, atrévete a iniciar tu propia empresa, atrévete a decir la verdad, atrévete a crear, atrévete a re-inventarte, atrévete a entrar a tu inconsciente y encontrar lo que te provoca dolor, atrévete a desprenderte de viejas ideas y creencias que ya sólo te estorban, atrévete a perdonar, atrévete a cantar, a bailar, a gozar la vida segundo a segundo...”

Extracto de las tarjetas 52 HÁBITOS TRANSFORMADORES

Hábito 34

Descárgalo en play.google.com/store/apps/details?id=io.habitos.transdormadores

Día 65

A pair of stylized, symmetrical wings with a scalloped edge, positioned above the text 'Día 65'.

Perdonar es de arrogantes, agradecer es de humildes. Quien todo lo agradece no tiene nada que perdonar, ni nadie a quien culpar. Hoy, vive la virtud maestra de la GRATITUD, la que lo sana todo. Suelta el juicio, sobre todo a Dios, tus padres, tus hijos y tus hermanos, esa actitud soberbia sólo te hará daño.

“La GRATITUD es la virtud madre del perdón. Detrás de la GRATITUD hay amor, humildad y conciencia, detrás del Perdón hay sentimientos de juicio y en ocasiones hasta de rencor. DIOS, creo yo, no te mandó al mundo para juzgar a otros, y sí, estoy seguro, nos mandó para dar AMOR convertido en GRATITUD. El que juzga se auto-coloca en una posición de juez asumiendo la responsabilidad de evaluar lo que percibe y a otros, esa responsabilidad es muy pesada y nos duele aunque no nos demos cuenta. Además, al juzgar, nos quedamos con una culpa que también pesa y duele”.

Extracto del libro EL PODER DE LA GRATITUD

Página 11

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/gratitud

Día 66

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 66'.

Dios nos dio la capacidad de CREAR. Cuando vivimos creando bajo las intenciones de nuestro corazón vivimos en amor incondicional, por ende no debemos sufrir. Crear es una bendición cuando el objetivo es traducir las intenciones auténticas del corazón en algo materializado para nuestro beneficio y el de otros. Primero crea en tu visualización y luego materialízalo”.

“El creador ha depositado algo de su más pura esencia en cada ser humano: la capacidad de crear. Sin embargo, pocos la aprovechan al máximo; muchos no la aplican por desconocimiento y otros por miedo. Pero, lo cierto, es que el que más Crea es el que más goza la vida. Toda Creación es de celebrar porque implica poner en práctica la capacidad de crear que el Creador nos dio. El que Crea sintiéndose orgulloso y justo espiritualmente es quien merecerá todas las recompensas. Crea, sabiendo que mañana te sentirás feliz de lo creado. Aspira a mejorar siempre lo que Creas y no sufras por los errores cometidos en el camino”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 2

Página 298

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 67

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned centrally above the title 'Día 67'.

Ante una crisis económica revisa tu interior. Muchas crisis económicas o de productividad están vinculadas a una crisis emocional fuerte, o una detona la otra o viceversa. Lo que he podido entender en los últimos años es que cuando todo se aclara emocionalmente también todo se aclara económicamente.

“Toda crisis económica surge de una situación emocional o energética interna. ¿Qué está pasando en tu interior que no te permite merecer abundancia material o que necesitas purificar la que ya te había llegado? ¿Estás bloqueando tú mismo tu éxito para aprender algo que te ha faltado aprender? Enfócate en sanar tus emociones y reconéctate a tu espíritu; y seguro comenzarás pronto a sanar. No agradezcas la crisis pero sí los aprendizajes que ésta te trae. Busca la conexión de tu crisis con la situación que vivió alguno de tus papás, no vaya a ser que estés buscando inconscientemente vincularte a ellos a través de esta situación económica. La solidaridad con tu linaje es un fenómeno muy recurrente en muchos territorios de la vida de las personas”.

Extracto del video en YouTube:

10 RECOMENDACIONES ANTE UNA CRISIS ECONÓMICA

Disfrútalo en youtu.be/MSU-DHUvz3o

Día 68

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 68'.

Busca estar en paz con la historia de tu vida. No puedes borrar nada de tu pasado, pero sí puedes reprogramarlo desde el amor y desde la GRATITUD, siendo consciente que una gran lección pudiste haber obtenido de toda experiencia. ¿En qué te hizo hacerte fuerte?, ¿qué te hizo aprender?, ¿por qué tenía que suceder eso en ese justo momento de vida?, pregúntate y obtendrás respuestas.

“Una gran forma de sanar un momento de tu vida es viéndolo como una lección maestra, como algo que el Universo y tu espíritu planearon para crecer o evolucionar. Cuando logras ver algo como una lección pasas del enojo o del resentimiento a la GRATITUD”.

Extracto del Seminario Online:
ORATORIA DESDE EL CORAZÓN
Vívelo en ricardoperret.com/oratoria

Día 69

A pair of stylized, symmetrical wings with a feathered texture, positioned horizontally and centered above the text.

Hoy, identifica y reprograma las creencias negativas que te limitan e impiden avanzar con plenitud, abundancia, salud y éxito. Esa voz interna que escuchas todos los días te lanza creencias positivas o negativas, haz una pausa y escúchala.

“El ser humano va conformando creencias a lo largo de su vida, éstas funcionan como lentes para percibir e interpretar la realidad. Existen creencias positivas y que te empoderan, y existen creencias negativas y que te desmotivan. Las cuatro creencias negativas más poderosas y limitantes son: NO PUEDO, NO SOY ACEPTADO (A), NO MEREZCO Y NO SÉ QUIEN SOY –O NO ME GUSTA QUIEN SOY–”.

Extracto del libro NEW ME

Página 117

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/newme

Día 70

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 70'.

En tu camino hacia cualquier gran reto siempre habrán obstáculos y tentaciones, y siempre habrá la posibilidad de que puedas vencerlos todos si decides firmemente que lo harás. Por supuesto, debes decidirte con firmeza.

“Cuando terminé el gran reto de la Dieta de la Empatía -30 días comenzando con 33 pesos mexicanos diarios- aprendí que siempre habrá personas que te criticarán o juzgarán y, peor aún, que te tentarán para romper el reto, pero hoy sé que todos ellos fueron aliados de mi fuerza de voluntad y enviados del Universo para hacerme más fuerte. Los demás no tienen que apoyarte ni entender lo que haces. ¡Con que tú estés claro, consciente y motivado en tu reto, adelante, que nada ni nadie te detenga!”

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 3

Página 225

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 71

A graphic of a pair of white, stylized wings with black outlines, positioned centrally above the title 'Día 71'.

La creencia del SÍ PUEDO es un poder que está en ti, y que te permite avanzar con seguridad y confianza hacia el futuro, que te permite concluir metas o proyectos, que te permite atreverte a hacer cosas nuevas, que te permite lograr una interdependencia consciente. Por el contrario, la Percepción de Incapacidad que nos mueve a percibirnos o creernos con limitaciones para lograr algo, obstaculiza nuestra felicidad y éxito, nos limita y nos hace sentir mal y menos que otros.

“Si hay en tu inconsciente una creencia de yo no puedo hacer algo o todo, hay un sabotaje brutal que te estás auto-imponiendo. Desde que eras muy niño o adolescente hubo algún momento en que pasaste al pizarrón y el maestro inconsciente, ignorante, enojado por temas con su familia te lanzó una frase devastadora: -tú nunca vas a ser capaz de hacer nada”, y tu niño de ese momento que veía al maestro como una autoridad y como un líder obviamente se la creyó. Para rematar, imagínate que tu papá y tu mamá te digan: “tú no eres capaz, tú no puedes hacer esto o aquello, tú eres incapaz de todo”; te la crees. No lo puedes evitar, en ese momento no tienes filtros, se te siembra en tu inconsciente”.

Extracto del video en YouTube:
REPROGRAMACIÓN DE VERDADES NEGATIVAS
Disfrútalo en youtu.be/ar_67Z4HZGc

Día 72



Toma consciencia de tu lenguaje y de la responsabilidad que tienes en cuanto a tu condición. Cuando empleas un lenguaje negativo sobre tu condición, inconscientemente te apegas más a ésta y jamás te sanarías. Mientras que cuando empleas un lenguaje positivo dejas de ser víctima de tus condiciones y te liberas de toda forma de codependencia; entonces puedes comenzar tu proceso de cambio de hábitos y de sanación.

“NO TE IDENTIFIQUES CON EL DOLOR !!!

Nunca digas: -Soy diabético-, -Soy huérfano-, -Soy alcohólico-, -Soy divorciado-, -Soy desempleado-...

Cambia tu lenguaje trágico por uno mágico !!

Di: -tengo una condición temporal generada por mis hábitos, que algunos llaman diabetes, los voy a cambiar y esta condición desaparecerá;

-viví el reto y grandes aprendizajes de no vivir con mis padres biológicos, ahora soy más fuerte que nunca;

-he vivido con apego al alcohol creyendo que llenará mis huecos internos, pero estoy llenando estos huecos con amor propio y despido el alcohol desde la gratitud;

-he vuelto al mundo de las mil posibilidades de encontrar pareja, decreto que un gran ser humano me espera;

-tengo la bendición de estar en la búsqueda de mi sueño laboral-...

Tu lenguaje te define...”.

Post en Facebook:
facebook.com/ricardoperreterhard

Día 73

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 73'.

Nadie puede ser independiente, dependemos de otros todo el tiempo. No es bueno ser co-dependiente, pero interdependiente. Define qué valor puedes aportar tú y qué valor necesitas que otros te aporten, genera o busca entornos positivos de intercambio de valor. Hoy, hazte de buenos aliados, aprende de los mejores, inspírate en grandes, y aporta tu mayor valor en los demás.

“Ningún gran empresario se hizo solo; todos tuvieron apoyo, aliados, Maestros, proveedores, colaboradores; lo que los distingue es que supieron aportar valor al grupo y recibir el mayor valor de este. Enseña a tus hijos a ser interdependientes, no a ser independientes o co-dependientes; busca ser tú su primer aliado, aportándoles el mayor valor posible, enseñándoles a recibirlo y ponerlo en práctica. No te estreses porque todo lo hagan solos, que jamás en su vida harán nada solos. Toma como ejemplo a las personas exitosas que son jugadores interdependientes de equipo”.

Extracto del libro EL GEN EXITOSO

Página 249

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/gen

Día 74

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 74'.

Espiritualmente siempre sabes si tienes que hacer cambios en ti. El punto es que no escuchamos normalmente a nuestro espíritu sino a nuestro ego. Hoy, haz los ajustes y cambios necesarios antes de que la vida te sorprenda con urgencias para hacerlos.

“Cuando sabes que debes hacer cambios en tu vida, ella te da algunas oportunidades, pero si tú no las aprovechas entonces la vida hace los cambios necesarios por ti. Y normalmente, cuando la vida es la que hace los cambios, estos no te gustan, tanto porque son radicales y no estás preparado, como porque suceden fuera de los tiempos y territorios previstos por ti, haciéndote perder todo control de ti mismo y del entorno. Cuando la vida hace los movimientos para que sucedan los cambios que sabías que deberías hacer, son dolorosos por sus implicaciones. Así que de aquí en adelante ya lo sabes, cuando sepas que tienes que hacer algo, o lo haces, o la vida te hará hacerlo de una manera que no te gustará”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 1

Página 20

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 75

A graphic of a pair of white, stylized wings with black outlines, positioned symmetrically around the text 'Día 75'.

Creer que es la mente la que te habla y entrega los grandes mensajes para tu vida es negar a Dios dentro de ti, es cerrarte a tu espiritualidad. Mantente fuerte, conectado a la fuente para percibir los mensajes del Universo, de la Naturaleza, de tu cuerpo y de Dios.

“Muchas personas me dicen -cuando tú dices que hablas con tus Maestros, cuando dices que hablas con el Universo, con Dios, con los Maestros Ascendidos, cuando dices que hablas con tu Corazón poniéndote el estetoscopio en tus oídos, ¿no será tu mente?-. Antes no tenía una respuesta clara, pero hoy la tengo: -Creer que es tu mente la que te habla y te da los grandes mensajes de tu vida es negar y cerrarte a la espiritualidad. Es creer que eres un simple pedazo de carne y hueso viviendo en este plano terrenal, sin un sentido, sin una vocación, sin un propósito y objetivo-. Cuando alguien te diga o crea que es su mente la que le habla dile -no, mi mente es muy pequeña comparada con mi Dios, con la Naturaleza, con el Universo, con los Maestros espirituales-. Los grandes mensajes vienen de ellos, créelo, eso expande tu consciencia, eso expande tu espiritualidad”.

Extracto del video en YouTube:
CREE MÁS EN LAS SEÑALES DEL UNIVERSO
Disfrútalo en youtu.be/oxTPo_WoN-g

Día 76

A graphic of a pair of white, stylized wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 76'.

El amor y la GRATITUD no son monedas de cambio, la cantidad que das amor y las GRACIAS no deben de ser medidas conforme a las veces en que recibes amor y alguien te ofrece su GRATITUD. Tú eres amor y el amor es abundante en ti. El amor es el regalo que va dentro de la envoltura llamada GRATITUD. Hoy, abre tu corazón a amar, ser amado y agradecer, suelta la coraza y la victimización.

“Muchas personas viven con un caparazón en su corazón que no les permite amar y agradecer a los demás, incluso a sus papás por la vida o a Dios por tantas bendiciones. Tal vez estas personas sufrieron en el pasado al conectarse emocionalmente con otros y no recibieron lo mismo a cambio, dieron pero no recibieron como esperaban. Pero fue su expectativa la que les hizo daño, no los demás, entender esto te permitirá sanar, haciéndote responsable y dejando de victimizarte. Por ello ahora se limitan a amar y a agradecer, incluso a ser amados, al permitirse volverlo a hacer, logran experimentar una profunda sanación; lo he visto en mis retiros y talleres, lo he percibido así incluso en las terapias uno a uno vía telefónica que doy”.

Extracto del libro EL PODER DE LA GRATITUD

Página 77

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/gratitud

Día 77

A graphic of a pair of white, stylized wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 77'.

Hoy, enfócate en construir hábitos saludables que te permitan desarrollar mejor salud. El hábito hace al maestro y la clave para la buena salud es hacer todos los días actos de amor por nuestro cuerpo.

“No te sugerimos hacer una DIETA, porque la dieta es obligatoria, aburrida, repetitiva, desalineada con tus rutinas, con un enfoque y obsesión por el peso, y se basa en planes estrictos de principio a fin sin invitarte a la creatividad y exploración. Es mucho mejor enfocarte en construir hábitos saludables, que sean libres y voluntarios, que nazcan del amor y sean divertidos, que se alineen a tus rutinas, con un enfoque en salud, claridad mental y belleza, que te inviten a la creatividad y la exploración, que te hagan sentir inteligente y responsable”.

Extracto del Plan de Hábitos y Recetas SUPER-ME
Descárgalo en ricardoperret.com/superme

Día 78



¡Adiós a lo bueno para que llegue lo extraordinario! En cuanto una puerta se te cierra otra aún mejor está abriéndose para ti, sólo es necesario que tengas fe en esto. Termina tus procesos bien con quien se aleja o del lugar del que te alejas, para estar limpio y listo para las nuevas personas y espacios que están por llegar.

“Los seres humanos, en ocasiones, están frente a una puerta cerrada: tocan y tocan, esperando que les abran, e incluso lloran y sufren frente a esta. Sufren por no aceptar que se les haya cerrado, sufren porque se sienten fuera de control y vulnerables. Sufren porque no habían previsto que esta podía ser cerrada. Todo lo han planeado bajo la ilusión de que esta permanecería abierta, y ahora están llenos de coraje e incertidumbres. Y después de mucho tocar, sufrir y llorar frente a la puerta cerrada, por periodos que llegan a durar años, por fin aceptan darse media vuelta y, aunque sintiéndose derrotados, buscan otras puertas abiertas. Y entonces, cuando aceptan moverse del lugar, dar unos pasos hacia atrás y enfocar su mirada y su corazón en otra dirección, descubren decenas de puertas abiertas, incluso con elementos más valiosos que los que había detrás de la puerta cerrada. Uno de los grandes pilares de la fuerza espiritual está basado en saber que siempre habrá múltiples puertas abiertas para cada uno de ustedes, y que siempre tendrán muchas posibilidades para elegir una que les hará profundamente felices y que les permitirá seguir creciendo espiritualmente”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 2

Página 67

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 79

A graphic of a pair of white, stylized wings with black outlines, positioned symmetrically around the text 'Día 79'.

Hoy más que nunca, necesitamos activistas sociales en pro de la nutrición, la paz y el medio ambiente. Jóvenes y adultos que se informen, que se involucren y que protejan este Planeta para que las futuras generaciones puedan vivir en armonía y abundancia.

“Este planeta necesita que los jóvenes, y también los adultos, sean activistas sociales. Este país necesita que la fuerza y la creatividad de los jóvenes se vuelque desde ya en el activismo social. Que hagan algo por los pobres, por la salud, por los parques, por la basura, que cuiden el medio ambiente, que revisen el gasto público, que se metan en la política, lo que quieras. Métete al activismo social, y si no encuentras lugar búscame y te invito a México Sí Merece, una asociación civil en donde necesitamos muchas manos y muchos activistas sociales para cambiar el país”.

Extracto del video en YouTube:
15 RECOMENDACIONES PARA JÓVENES
Disfrútalo en youtu.be/IrPb0vh6Bzc

Día 80



Busca ser tolerante, humilde, congruente, inocente, vivir en servicio a los demás y en GRATITUD con Dios y con la Madre Tierra, y esto te traerá grandes alegrías permanentemente. No trates de imponer tus creencias en los demás, mejor ábrete a escuchar lo que los demás piensan sin juicios y con tolerancia. Dios manifiesta sus verdades de muchas maneras.

“¿Cuando tienes una religión pero juzgas a otros miembros de tu comunidad por abrirse a escuchar enseñanzas de otras religiones, eres intolerante. Cuando buscas imponer tus creencias en otros por creerlas la única verdad, eres soberbio.

Quando sientes que tienes el cielo asegurado por asistir a tu templo el fin de semana, pero caes en muchas tentaciones durante el resto de la semana, eres incongruente.

Quando crees que por tu posición o riqueza material no tienes qué vivir con humildad y en servicio a los demás, eres ignorante.

Quando crees que sólo dentro de un templo se vive la espiritualidad y olvidas que también la puedes vivir en tu casa, en la calle, en la playa, en el bosque o en el lago, eres ingrato con Dios e incapaz de celebrar las bendiciones de su Creación que están en todos lados!”.

Extracto del libro INTELIGENCIA ESPIRITUAL PARA LÍDERES

Página 61

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/inteligenciaespiritual

Día 81

A pair of simple, black-outlined wings with a scalloped edge, positioned symmetrically on either side of the text 'Día 81'.

La clave para sanar tu presente es ir a tu pasado, identificar lo que interpretaste con significados de dolor y reprogramarlo. Hoy es un gran día para echarte un clavado a tu pasado, explorarlo, identificar lo que te duele, hacer una lista de eso y poco a poco comenzar a sanarlo con significados positivos, de amor y de conciencia.

“Todo aquello por lo que sufres en el presente se ha ido construyendo e integrando a ti a lo largo de tu pasado. Nadie sufre hoy por algo que hoy comenzó a vivir hoy. Tú hoy no decidiste que tu color favorito iba a ser el blanco, el azul, el rosa o el negro, eso lo vienes construyendo de mucho tiempo atrás. Tú hoy no decidiste que no sentías ganas de abrazar a tu papá o de respetar a tu mamá, eso lo vienes desarrollando de mucho tiempo atrás. Tú hoy no estás enojado con Dios por algo que te ocurrió hoy mismo, sino por algo que sucedió hace mucho tiempo atrás”.

Extracto del Taller Online:
SANANDO RELACIÓN CON PAPÁ Y MAMÁ
Vívelo en ricardoperret.com/graciaspadres

Día 82



La disciplina se hace de buenos hábitos y éstos de actos de amor. El desarrollo personal y emocional, el crecimiento intelectual y la salud óptima se logran con actos de amor cotidianos y hábitos transformadores que se tienen que vivir con paciencia y constancia. En ti está el continuar con tus malos hábitos y sabotearte el camino para conseguir tus propios objetivos, o el adoptar buenos hábitos que te simplifiquen el camino para obtenerlos.

“-Detrás de la disciplina hay un conjunto de hábitos, y cada hábito se hace de un conjunto de actos de amor. Quien piensa en sacrificios piensa en dolor; a quien lo mueven sacrificios lo mueven las ausencias. Quien piensa en actos de amor piensa en alegría y gratitud. A quien lo mueve el amor lo mueve la abundancia interna. Ellos están haciendo actos de amor por Dios, por ellos, por la humanidad, por eso no sufren por levantarse tan temprano y por hacer lo mismo por décadas. Esa es la regla de oro-. ¡Wow! Yo estaba tremendamente fascinado con esta información, un conocimiento poderoso que aplicado se convertiría en sabiduría pura. ¡Y claro, en ese momento se me vino a la mente mi madre y todas las madres del mundo, pues ellas son sumamente disciplinadas, ya que durante años y años viven hábitos diarios alrededor de sus hijos y de la familia, movidas por actos de amor, no de sacrificio!”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol.3

Página 286

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 83

A decorative graphic of a pair of white, stylized wings with black outlines, positioned symmetrically around the title 'Día 83'.

La vida está llena de milagros. Entre más creas en la magia de Dios, del Universo, del amor que es la medicina espiritual que todo dolor sana, y entre más creas en la magia que vive en ti más mágica tu vida va a ser. Hoy, describe lo que te sucede a ti y a los demás desde un lenguaje de amor, mágico y espiritual, porque de ti depende la descripción de tu vida, sólo de ti.

“La clave para vivir más la magia de la espiritualidad en ti es creer en los milagros. Para mí los milagros son una secuencia de eventos de amor que generan un resultado increíble e inesperado pero muy deseado. La pregunta es: ¿has vivido en carne propia un milagro? ¿has sido testigo de algún milagro en tu vida o en la vida de otros? ¿has presenciado una secuencia de actos de amor que ha detonado en un resultado mágico y extraordinario? Lo cierto es que toda nuestra vida hemos vivido milagros. Tú eres un milagro, somos el resultado increíble de sucesos de amor de Dios, de nuestros padres, del Universo. Tú eres magia pura, tú eres amor puro, tú eres una secuencia de actos de amor que detonaron en un resultado increíble que es tu vida, los que te rodean, cada momento y experiencia en tu vida y tú mismo(a). Dios en mí, Dios en ti, Dios en todos. Eso es la vida: darte cuenta que somos milagros y que todo a nuestro alrededor es un milagro”.

Extracto del video en YouTube:
LOS MILAGROS SÍ EXISTEN
Disfrútalo en youtu.be/rTt-cQFNvns

Día 84



Sé una persona creativa e innovadora. Tú fuiste niño o niña, fuiste creativo, fuiste explorador, te encantaba inventar cosas y las disfrutabas sin tanto juicio. Entonces, ¿qué te pasó? ¿En dónde quedó o dejaste atrapada esa gran creatividad? Es hora de despertar tu gran capacidad creativa. Pues a más creatividad, más innovación; a más innovación más valor agregado.

“La creatividad no es exclusiva de unos cuantos superdotados. La creatividad, más que una supercapacidad intelectual, es una actitud de vida, una intención curiosa por hacerse preguntas, ver desde diferentes perspectivas, analizar, descubrir y sorprenderse. La creatividad promueve la curiosidad exploratoria para descubrir soluciones prácticas, pero también nuevas versiones de la realidad por el simple hecho de que sean nuevas, únicas, originales, que a nadie antes se le hayan ocurrido. De la creatividad surge la innovación y sin creatividad no existirá la innovación. La creatividad es una capacidad mental y actitud de vida de los seres humanos que nos diferencia de los animales”.

Extracto del libro EL GEN EXITOSO

Página 187

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/gen

Día 85

A pair of stylized, symmetrical wings with a scalloped edge, positioned above the title 'Día 85'.

En realidad nunca morimos, somos espíritus viviendo una experiencia humana, somos eternos, somos hijos de la eternidad, cambiamos de plano. Dios es el océano, nosotros las gotas de agua en medio del océano. Dios es el mensaje, nosotros sus mensajeros. Hoy, reconóctete como un ángel eterno que se encarna para vivir esta hermosa experiencia llamada VIDA.

“¡Quien aprende a morir aprende a vivir, quien le pierde el miedo a la muerte le pierde el miedo a ser quien es! La plenitud surge de la autenticidad, y la autenticidad surge del reconocimiento pleno de que somos espíritus proyectándonos en una experiencia humana. No puedes tener una vida verdadera si no reconoces que siempre estás a un paso de la muerte. La muerte no es trágica como la pintan, no hay cielo e infierno, y menos purgatorio del otro lado. Del otro lado, en el paraíso espiritual todos somos iguales, gotas de un mar hermoso llamado Dios. El infierno es el que vives en la tierra al no agradecer, no perdonar, culpar y juzgar”.

Extracto del libro DIARIO DE UN SANADOR

Página 47

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/diario

Día 86



Mantén tu atención en tu vida, no en la de otros. Deja de copiar o emular a otros ya que energéticamente te desgastarás y no tendrás capacidad de enfocarte en tu propia vida. Las redes sociales, el trabajo y la televisión nos bombardean con situaciones de otras personas, pero deberás de mantenerte firme y en tu centro, concentrado en tu vida, para lograr transformarte y sanarte.

“Tienes que dejar de vivir la vida de otros. Te la pasas sintiendo, siendo y pensando lo que otros sentirán o han sentido, lo que otros serán o han sido y lo que otros pensarán o han pensado. Te has enfocado en vivir otras vidas y no la tuya. Mira, estás sintiendo náuseas justo después de que ella dijo que ella las sentía, absorbiste de inmediato su sensación, te metiste mentalmente en su cuerpo. Basta ya de vivir la vida de otros, es hora que voltees tu atención a ti mismo”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 1

Página 224

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 87

A pair of stylized, symmetrical wings with a feathered texture, positioned above the title 'Día 87'.

Recupera la confianza en tu poder creador y manifiesta hoy grandes ideas y proyectos desde el amor interno. Dios ya confía en ti, ahora sólo te falta a ti confiar en ti mismo (a). Crea más de lo que destruyes y vivirás agregando valor.

“Cuando tú cedés y pierdes confianza en tu poder creador se activa en automático tu poder destructor. Si no estás creando pensamientos positivos estás creando pensamientos negativos, porque todo vacío se tiende a llenar. Si tú no estás creando una gran organización estás creando una organización mediocre que destruye valor. Si tú no creas desde el amor estás creando desde el caos. Si tú no creas buenas emociones estás creando malas emociones. Si tú no creas una gran identidad estás creando una identidad replicada de otras personas que estás viendo hacia afuera. Entonces, si dejás de creer en tu poder creador activas tu poder destructor y te estás destruyendo a ti mismo”.

Extracto del video en YouTube:
RECONEXIÓN CON TU PODER CREADOR
Disfrútalo en youtu.be/TcE5_EVX-dg

Día 88



Todo proceso de transformación personal comienza de adentro hacia afuera. Antes de buscar ver el cambio en el exterior, en los demás, busca primero ser tú la historia de Cambio. Entre más te enfocas en ti, entre más te comprometes contigo mismo (a), es más fácil transformar tu vida y la vida de otros con tu experiencia.

“Nunca imponga el cambio en otros o en otras. Mejor enfócate en ti, sánate a ti, transfórmate a ti. Mejora tu propia vida. Y cuando hayas recuperado tu peso, cuando hayas recuperado tu alegría, cuando hayas recuperado tu enfoque en esos objetivos nacidos del corazón por los que vale la pena vivir, otros se sentirán atraídos, llegarán a ti y te preguntarán por las claves y por tus secretos para estar en plenitud. Y entonces, podrás contagiarlos, entonces podrás compartirles tus secretos”.

Video en TikTok:
EL CAMBIO NO SE IMPONE
vm.tiktok.com/ZMNSqDtoq/?k=1

Día 89

A decorative graphic of a pair of white, stylized wings with black outlines, positioned symmetrically on either side of the text 'Día 89'.

Muchas personas viven como zombies, programados por el pasado, el sistema educativo, el modelo laboral, sus vivencias dolorosas de antaño: vivir así no es vivir a plenitud. Para disfrutar el presente necesitas sanar el pasado y entonces podrás planear el futuro con claridad y esperar a que llegue con fe y confianza. Hacerte consciente de lo que haces y el por qué lo haces así, es abrirte a una vida más plena, feliz y consciente, es dejar de vivir en automático y empezar a ser auténtico. La Autenticidad es vivir desde la esencia y lo natural, soltar las máscaras y los disfraces.

“Viviendo en automático dejamos de analizar lo que hacemos, dejamos de innovar en nuestra vida, vivimos como zombies actuando en base a instintos y procesos inconscientes que, en gran medida, han sido creados e impuestos en nosotros por otras personas... o por momentos de dolor”.

Extracto del libro NEW ME

Página 24

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/newme

Día 90

A decorative graphic of a pair of white, feathered wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 90'.

Hoy, escucha más a tu espíritu, y ÉL te revelará tanto de dónde vienes como a dónde vas. Ama tu origen y esperarás con confianza tu destino.

“La existencia de cualquier ser sucede en círculos, todo tiene un origen y un destino. EN TODO ESPÍRITU SU DESTINO ES EL ORIGEN. Ustedes los seres humanos buscan constantemente descubrir su origen, porque saben que al descubrirlo conocerán su destino. Ustedes creen que es más fácil conocer su origen, porque está en el pasado, que su destino, que está en el futuro. Pero lo cierto, hijo, es que el origen es el mismo que el destino. La ciencia se esfuerza por descubrir lo que su espíritu ya sabe, pero a veces los investigadores se niegan a escuchar su propio espíritu”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 2

Página 102

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 91



En el cómo empiezas cada uno de tus días, decretas o anticipas el cómo te irá a lo largo del resto del día. Hoy te quiero compartir 10 hábitos poderosos para iniciar tu día con toda plenitud emocional y con salud física. De tu parte, sólo te queda ponerlas en práctica.

“10 HÁBITOS PODEROSOS AL DESPERTAR

- 1- Medita 10 minutos.*
- 2- Limpia tu estómago.*
- 3- Haz movimientos de estiramiento.*
- 4- Ponte guapo o guapa.*
- 5- Manda mensajitos de buenos días positivos.*
- 6- Sólo lee noticias en tono positivo.*
- 7- Haz planeación rápida de las metas y acciones del día.*
- 8- Desayuna súper saludable.*
- 9- Sé auténtico al iniciar el día.*
- 10- Ten algo de contacto con la naturaleza”.*

Extracto del video en YouTube:
10 HÁBITOS PODEROSOS PARA INICIAR TU DÍA
Disfrútalo en youtu.be/vqwuXXVQhBk

Día 92

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 92'.

Dios le dio una vocación espiritual a cada uno de sus hijos e hijas, así como herramientas para cumplirla. Enfócate más en descubrir tu vocación espiritual más que tu profesión. No hagas caso de que tu profesión es tu misión de vida. Hoy, comienza el proceso por vincular tu profesión a tu vocación para que tu vida sea más plena.

“Hemos vivido engañados pensando que nuestra profesión es nuestra vocación y nada más incorrecto que eso. Nuestra vocación es algo mayor, más importante: es el rol que Dios nos da en este mundo, la forma en que nuestro espíritu manifiesta su belleza de manera terrenal. Nuestra profesión es la actividad profesional que desarrollamos para agregar valor y obtener los medios económicos para subsistir en este mundo tan materializado. Pero no se deberá confundir la una con la otra. Debes de saber identificar las diferencias claramente y saber bien que cuando alguien logra vincular su vocación con su profesión, se vuelve inmensamente feliz y productivo”.

Extracto del libro EL GRAN MAESTRO

Página 92

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/elgranmaestro

Día 93

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned centrally above the title 'Día 93'.

Tu relación con el dinero genera energía. Hoy, da el primer paso para sanar tu relación con este. Evalúa como ingresa el dinero a tu vida, cómo piensas sobre este, qué emociones te genera, cómo lo administras y gastas. En cada uno de estos aspectos hay pistas importantes.

“Nuestra relación con el dinero genera energía. El dinero como tal no tiene energía pero nuestra relación, que incluye emociones, pensamientos, recuerdos, tiempo y esfuerzo, sí genera energía. No debemos de estar enojados con nada, tampoco con el dinero, hagamos las paces con este. La calidad de nuestra relación con el dinero se empieza a gestar desde niños o adolescentes, según lo que vivimos o que vimos en casa y en la escuela. Pero es tu responsabilidad hoy hacer un alto en el camino para evaluar esta relación y que no sólo vivas en abundancia interna sino también externa y material”.

Extracto del Seminario Online:
ABUNDANCIA AL CUADRADO
Vívelo en ricardoperret.com/abundancia

Día 94



El corazón no sólo es un gran consejero, guía y medicina para nuestro cuerpo, sino la energía más pura para nuestra mente. Hoy, y ocasionalmente, escucha a tu corazón con ayuda de un estetoscopio, como te enseñé en mi Seminario en línea. Pregúntale cómo se siente y qué puedes hacer para que se sienta mucho mejor.

“La mente no tiene energía propia, tiene que obtenerla de alguna fuente. El corazón es la fuente de energía más pura y positiva. Cuando la mente obtiene su energía del corazón, todo lo que genera es amor, buenos pensamientos, buenas acciones y gran conexión con su entorno y con los demás. El corazón es la mejor fuente de energía para la mente porque se sabe conectado a Dios, al Universo, a la Naturaleza, al Espíritu. La mente de una persona es capaz de purificar entornos cuando obtiene su energía del corazón. Pero cuando la mente se desconecta del corazón, tiene que buscar la energía de otra fuente. La humanidad, ingenua, ha construido falsas fuentes externas de energía para la mente, tales como la valoración de ídolos falsos, el dinero, lo material, la fantasía del poder y la acumulación. La co-dependencia de la mente hacia estas fuentes falsas de energía es provocada por miedos, así como por un gran temor a la soledad”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 3

Página 204

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 95

A pair of stylized, symmetrical wings with a scalloped edge, positioned centrally above the title 'Día 95'.

Entrégale las cosas o situaciones más difíciles a Dios. Para que le puedas entregar tus situaciones más complejas a Dios, lo primero que tienes que hacer es volver a vincularte desde el amor y la confianza con Dios. Dale gracias a Dios directamente por todo lo que ya has recibido, pues la gratitud es la mejor forma de restablecer el diálogo con Dios y poner en sus manos las situaciones difíciles.

“Cuántas cosas o situaciones difíciles con las que ya no puedes podrías entregárselas a Dios, ponerlas en manos de la energía creadora del Universo, de Dios que es la intención de amor y creación detrás de todo lo que existe. Llega un momento en que ya no puedes solo o sola y que es hora de poner en manos de Dios las situaciones más complejas que estás viviendo: la salud de un familiar, la relación difícil con tu pareja, un viaje muy largo de uno de tus hijos, iniciar una empresa. Cuando ya no puedes pilotear tu nave y dejas que Dios, que el Universo, sean los pilotos de tu nave todo se empieza a solucionar. Confía en la fuerza de Dios, que sea Dios el piloto y tú el copiloto”.

Extracto del video en YouTube:
RECUPERANDO EL DIÁLOGO CON DIOS
Disfrútalo en youtu.be/A7k_ySzEP5k

Día 96



Una persona exitosa se conoce a sí misma, conoce sus motivaciones profundas y define sus objetivos conscientemente, por lo que es más auténtica, segura y avanza mucho más fácil. El pasado nos programa y nos mueve a definir objetivos que otros han sembrado en nosotros, vivimos entonces en automático. Es cuando despiertas cuando botas hacia fuera mucha de la información que te habían programado, incluso sin tu permiso o lejos de tu conciencia, y comienzas a tomar tus propias decisiones. Alinea hoy tus objetivos a tu misión de vida, a tu propósito espiritual y verás como se hace la magia en ti.

“Para ser una persona verdaderamente exitosa tendrás que ser CONSCIENTE de qué es lo que está detrás de tus objetivos, no dejar que éstos sean una consecuencia sin explicación en tu vida, porque estarás navegando sin control, viviendo como un robot programado automáticamente. Una de las grandes diferencias entre seres humanos y animales es que ellos no pueden reflexionar sobre sus objetivos de vida y las estrategias para lograrlos, nosotros sí. Una persona exitosa es, siempre, alguien que ha definido sus objetivos conscientemente. Al avanzar en el desafío de conocerte, conocer tus motivaciones profundas, y redefinir objetivos podrás avanzar también en el proceso de ser una persona más auténtica, más segura, y entonces progresarás a grandes pasos hacia tu éxito personal y profesional”.

Extracto del libro EL GEN EXITOSO
Página 52
Descárgalo en ricardoperret.com/libros/gen

Día 97

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned centrally above the title 'Día 97'.

Amar y respetar a tu papá y a tu mamá, al menos agradecerles por la vida es algo natural, no amarlos y respetarlos es algo antinatural. El juicio más pesado que podemos cargar sobre nuestros hombros es juzgar a nuestros padres que nos dieron la vida, cuando los juzgamos a ellos nos atacamos a nosotros porque venimos de ellos. La plataforma de tu felicidad es tu relación con las dos personas más importantes de tu vida, las hayas tenido cerca o no, tus padres.

“Valorar la vida que los padres nos dan por sobre cualquier acción adicional de los padres es fundamental para ser felices. Nadie nos eligió de jueces y menos de nuestros padres.

Sentirnos jueces de nuestros padres es una pesada carga que nos enferma y que contamina todas nuestras relaciones, porque lo que sentimos hacia ellos lo proyectamos hacia el resto de nuestros círculos. No podemos estar en paz con nuestra descendencia si no estamos en paz con nuestra ascendencia. Nosotros escogimos desde el plano espiritual a los padres que nos tocaron, porque algo teníamos que vivir con ellos; junto con ellos formamos un equipo espiritual de evolución y crecimiento. Busca estar en paz, sentir gratitud y amor hacia tus padres”.

Extracto de las tarjetas 52 HÁBITOS TRANSFORMADORES
Hábito 3

Descárgalo en play.google.com/store/apps/details?id=io.habitos.transdormadores

Día 98

A decorative graphic of a pair of white, stylized wings with black outlines, positioned symmetrically on either side of the text 'Día 98'.

Cuando tú DAS incondicionalmente recibes de la mejor fuente de todas, de tu interior, de Dios y del Universo. Siempre que das, energéticamente te vuelvas a llenar y recibes más. Hoy, enfócate en dar sin esperar nada de esas personas, el Universo te lo regresará multiplicado.

“Al dar, no divides, sino que multiplicas. Nunca te limites a dar por la creencia errónea de que al dar, lo que eres o lo que tienes disminuye. Limitamos el amor que damos porque lo consideramos una moneda de cambio que no debemos soltar hasta no tener la seguridad de recibir algo a cambio. El amor es algo que se debe dar sin esperar recibir algo a cambio. Es incluso más legítimo e incondicional cuando no se espera nada de regreso. La satisfacción plena en nosotros debe existir con el sólo hecho de DAR, y no porque recibimos. De hecho, ya recibimos mucho de la vida al dar amor, incluso sin recibir del otro. Siempre que damos amor estamos recibiendo del Universo algo positivo a cambio, pero muchos no son capaces de verlo ni de sentirlo”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 1

Página 241

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 99

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned centrally above the title 'Día 99'.

Todo lo que vivimos en nuestra vida necesita un punto centro de evaluación. Hoy, identifica un momento de tu vida en el que te hayas sentido perfectamente en tu centro, en templanza. Ahora observa lo que estás viviendo y contrástalo contra tu centro, qué tan lejos de tu centro estás, qué te ha mantenido en tu centro y qué te ha alejado de tu centro.

“El ser humano necesita un punto de partida. Cuando somos pequeños mamá y papá funcionan como nuestro centro. Cuando somos adolescentes o jóvenes nuestros amigos funcionan como nuestro centro. Cuando estamos en una profesión buscamos ciertas referencias, personajes, ejecutivos o líderes en la televisión y las redes sociales que funcionen como nuestro centro. Ellos dicen qué está bien y qué está mal, qué se hace más seguido y qué se hace menos seguido. Pero nadie debe marcarte tu punto de referencia o comparación, sólo tú dentro de ti, desde tu consciencia y en diálogo con Dios y con tu corazón. Por ejemplo, cuando tú dices -yo estaba en paz, yo estaba tranquilo, yo estaba muy bien-, ese es tu centro, en templanza, donde no estás ni tan frío ni tan caliente, ni el corazón está tan acelerado ni está tan lento que no bombea suficiente sangre; y que de ese centro derive tu punto de referencia sobre lo que haces. Pero qué significaba que -estabas muy bien-, qué estabas pensando, cómo te estabas sintiendo, cómo estabas percibiendo el mundo. Es importante es que seas consciente de dónde estás y dónde quisieras estar, cómo está tu cuerpo y cómo quisieras estar, cómo están tus pensamientos y cómo quisieras estar”.

Extracto del video en YouTube:
RECONOCIENDO TU CENTRO
Disfrútalo en youtu.be/YZ1xDf-qInY

Día 100



El ego es insaciable, mientras que la esencia espiritual del ser humano necesita muy poco para vivir con plenitud. Vivir motivado por el ego es vivir en dolor y escasez. Vivir motivado por el amor interno es vivir en alegría y abundancia. Hoy, suelta un poco el ego y abraza más tu amor y esencia interna.

“El EGO, o máscara, esconde la esencia espiritual del ser humano, sin permitir que esta se proyecte. El ego manifiesta su identidad a partir de lo que tiene, lo que hace, sus fobias y adicciones, más no a partir de lo que es, su naturaleza, su esencia espiritual. Cuando un líder vive y actúa motivado por sus dolores y su ego, actúa en automático, poco consciente, dominado por su niño o adolescente interior que sufren y buscan llenar vacíos inconscientes o cumplir sueños insatisfechos. El ego lo lanza constantemente a sentirse más que otros, porque no es capaz de sentir el amor dentro suyo, y saberse UNO con el Universo y con los demás. El ego lo lanza a controlar y dominar porque no es capaz de vivir con fe y confianza en el futuro. El ego lo lanza a querer acumular, puesto que esto satisface sus dolores inconscientes, aunque sólo temporalmente, y por esto tiene que seguir acumulando y acumulando”.

Extracto del libro INTELIGENCIA ESPIRITUAL PARA LÍDERES

Página 68

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/inteligenciaespiritual

Día 101

A graphic of a pair of white, stylized wings with black outlines, positioned symmetrically on either side of the text 'Día 101'.

Existe un camino específico para cada uno y para cada una. A veces vivimos la vida de otros y por eso nos da pesar y ansiedad. La Ansiedad es la señal de tu cuerpo, de tu corazón y de tu espíritu de que tienes que “moverte y moverte ya”. Cuando vives haciendo lo que amas, y lo que está destinado para ti, te vuelves imparable y tu motivación es enorme. Hoy, sólo haz lo que amas.

“Cuando encuentras lo que amas, lo que sabes que agrega valor, lo que se alinea con tus virtudes de vida y lo que tu corazón te dicta, la motivación es gigantesca y nada ni nadie te detiene. Los juicios te pasan de larga. No pares hasta encontrar las clases que ames, la alimentación saludable que ames, la pareja que ames, la ciudad que ames, el trabajo que ames y la relación con Dios que ames”.

Extracto del libro SECRETOS DE LA MOTIVACIÓN

Página 45

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/motivacion

Día 102



Cuando entiendes que el otro es tú viviendo una experiencia distinta logras amarlos, aceptarlos y respetarlos profundamente, incluso aprender de ellos, porque entenderás que lo que ellos han vivido seguramente en su momento te podrá ayudar a ti también. Hoy, honra a cada uno de los otros seres humanos como a otro tú.

“Escuché entonces su voz, un poco más pausada que la de mi Maestro, más paciente y calmada. Por un momento lo visualicé como un espíritu más viejo que el de mi padre, pero eso era una proyección terrenal. -Cada ser frente a ti es tu otro yo viviendo una experiencia distinta-, inició con esta poderosa frase que me estremeció de pies a cabeza, lo que me llevó a generar olas en la tina de baño. -El origen de tu espíritu es el mismo que el origen del espíritu de cualquier otro ser que tienes frente a ti, o a tu lado, o a una gran distancia tuya. Tú eres otro yo, y yo soy otro tú, sólo que estamos viviendo experiencias distintas en recipientes distintos. El amor, la aceptación y el respeto hacia los demás depende de tu comprensión de este principio básico de la vida espiritual. Tu actividad áurica será mucho mayor cuando logres poner en práctica este principio. Si logras vivirlo podrás hablar con y experimentar a cualquier ser, espíritu, Maestro o Ángel. Los otros se te revelarán al saber que son aceptados como un tú-mismo, tan sólo viviendo una experiencia distinta-”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 2

Página 14

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 103

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 103'.

Atrévete a soñar en grande. Nos han programado para pensar de manera muy limitada, para pensar en chiquito, para pensar que no eres capaz de hacer grandes cosas para ti y los demás. En realidad, Dios ya te dio las capacidades para ejecutar grandes ideas y grandes proyectos nacidos del corazón. Hoy es el día para saltar de una buena vez el miedo que te impide a soñar en grande.

“Todos tenemos un miedo que es el más grande, un miedo que es el que más te obstaculiza, deja tú ya para ejecutar los grandes proyectos, no, para atreverte a pensar grandes proyectos. Seguramente tienes atorado un miedo que te dice: -no, es demasiado para ti-, -no, te van a criticar-, no, qué van a decir de ti-, -no, eso tú no lo vas a poder hacer solo-. ¡Por qué! Permítete pensar en grande, sin límites. Atrévete. Es hora de que recuperes las fuerzas para planear en grande, para generar ideas de proyectos hermosos y gigantescos, porque la humanidad te necesita, porque Dios ya te dio grandes capacidades, porque tú te lo mereces, porque el mundo se merece que tú ejecutes grandes proyectos y que sueñes con ellos”.

Extracto del video en YouTube:
SOLTAR EL MIEDO
Disfrútalo en youtu.be/0Q38p9_0Gv

Día 104



La espiritualidad se descubre desde adentro y en conexión con Dios, y no sólo se acepta desde afuera como imposición.

“Hay dos caminos para adentrarte al mundo de la espiritualidad:

- 1. Aceptar que otros te impongan sus ideas sin cuestionarlas, o*
 - 2. Cuestionar, estudiar, probar, vivirla desde muchas perspectivas y, finalmente, integrar a tu vida lo que más te sane y te permita vivir feliz.*
- El primer camino es fácil y cómodo, pero construye una FE muy frágil y hasta una co-dependencia de aquellos que te impusieron sus ideas. El segundo camino es más largo, tal vez difícil, pero hermoso, fascinante, construye una FE INQUEBRANTABLE y te permite vivir con AUTENTICIDAD...*

Yo opté por el segundo !!!

Después de vivir un proceso muy duro emocionalmente, lo cuestioné todo, decidí estudiar, someterme a muchas pruebas, entrar en mi, vivir la espiritualidad desde muchísimas perspectivas, y finalmente concluir con mi propio lenguaje lo que a mi me servía y sanaba sobre mi realidad espiritual.

Tal fue la intensidad de mis experiencias, entre ellas ayunos, retiros, aislamientos, lecturas, sacrificios, viajes, peregrinajes, reflexiones, regresiones, meditaciones y ceremonias, que mi FE HOY ES INQUEBRANTABLE y mi felicidad es enorme.

Invito siempre a los demás a vivir la espiritualidad con profundidad y generar sus propias conclusiones, en lugar de simplemente escuchar y adoptar ideas de otros”.

Post en Facebook
facebook.com/ricardoperreterhard

Día 105

A pair of stylized, symmetrical wings with a scalloped edge, positioned above the text 'Día 105'.

Desbloquea el poder sagrado de tu energía sexual. Tú, activando el sistema sagrado y reconociendo el poder sagrado de tu energía sexual, tienes muchos más poderes para recibir información de Dios, del Universo, del mundo energético-espiritual.

“Hemos creído que sólo recibimos información de la tele, del celular, de nuestros amigos, del exterior y de la mente. En realidad el ser humano tiene la capacidad de expandir su conciencia para recibir información de muchas más fuentes. Hay otros varios canales de información que si lográramos activar, captaríamos mensajes de Dios y del Universo, de los animales y la naturaleza, de la vibración de la Madre Tierra; tendríamos clarividencia, clariaudiencia, clarisensibilidad; podríamos predecir el futuro, podríamos manifestar lo que creamos por dentro, podríamos leer las auras, etc.”

Extracto del Seminario Online:
EL PODER SAGRADO DE TU ENERGÍA SEXUAL
Vívelo en ricardoperret.com/energia

Día 106



Hoy sé valiente, acepta la Luz y siéntete merecedor (a) del amor. Cada vez que te quejes, culpes o culpes a alguien, recuerda siempre esto: “No eres débil, no eres víctima, no te gusta tampoco serlo, tienes de piloto de tu vida a Dios, eres más fuerte que nunca. La Luz está ahí, ella no se ausenta, tú con tus culpas y miedos eres el que se ausenta. Libre albedrío para todos, libertad para ti”.

“-¡Despierta debilucho, levanta la frente, endereza tu espalda, nadie va a levantarte del suelo si no eres tú mismo! La víctima que se juzga víctima tarda 100 veces más en levantarse que aquel a quien le sucede algo, aprende y se hace responsable. Sal de la oscuridad y preséntate ante la luz. La víctima es quien se esconde de la Luz porque le teme, cree que no merece el amor, teme ser expuesto. Deja de ser cobarde de una vez por todas, exponte a la Luz aún con lágrimas, gózalas, límpialas y sonríe. La Luz nunca se fue, tú fuiste quien se distanció de ella-. ¡Requetemadres, qué golpiza! Pero seguramente la necesitaba. Estuve a punto de sentirme perrito regañado y correr debajo de una mesa a esconderme, pero por el contrario, erguí mi espalda y recibí la lección con valentía. ¡A correr debajo de la mesa, como víctima, NO MÁS!”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 3

Página 113

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 107



Escuchar tu corazón para tomar grandes decisiones no es un mito, es una realidad que cada uno puede practicar. El corazón nos habla con palabras, con imágenes, con cambios en el ritmo cardíaco, con sensaciones en el cuerpo o con señales del Universo. El corazón es por donde se asoma Dios a tu vida, o por donde nosotros nos asomamos a la Divinidad. Deja de tomar decisiones estratégicamente y comienza a tomar decisiones en base a lo que te diga tu corazón, tu vida cambiará.

“El Universo no necesita mente, el Universo toma decisiones en base a leyes. Si llueve, cae el agua en tierra fértil y hay una semilla, pues crece el fruto. Si dos insectos de la misma especie se cruzan, pues producen un insecto similar y listo. Si tomáramos decisiones como el Universo no solamente seríamos más felices, sino que liberaríamos poder mental y este se expandiría muchísimo al aplicarlo en proyectos realmente importantes. ¿Cómo tomar rápido las decisiones? Muy fácil, escuchando tu corazón, permitiéndole que sea tu gran consejero”.

Extracto del video en YouTube:
ESCUCHA TU CORAZÓN
Disfrútalo en youtu.be/1tMRIZ5xsbY

Día 108



Dios ya te dio un enorme potencial como ser humano, es tu misión autodescubrirte para lograr autoaceptarte. La mediocridad por otro lado, implica aceptar tu realidad y no ver áreas de oportunidad para mejorar. La desidia es un miedo disfrazado de comodidad, sal de la comodidad y atrévete a emprender algo nacido del corazón.

“Autoaceptación no significa reconocer donde estás y quedarte ahí, eso sería mediocridad. Al contrario, autoaceptación implica redescubrir quien realmente eres para reconocer tus poderes, tu misión y tus aliados y salir disparado a transformar tu mundo, agregar valor y disfrutar la vida. Muchas personas no aceptan su realidad como plataforma para liberar un tremendo potencial de hacer cosas positivas por la humanidad, no solamente terrenales sino también espirituales. Un empresario puede ser muy poderoso en términos financieros, pero si no se acepta integralmente como ser humano, en todas sus dimensiones, si no tiene buena relación con sus padres, pareja, hijos, hermanos y con Dios, no puede ser exitoso en lo personal. Detrás de toda barrera a la autoaceptación hay profundos miedos. Si un político se apropia de dineros que no le corresponde es porque no ha aceptado su realidad, no ha aceptado las carencias, quizá de dinero y/o amor, que tuvo de niño y sigue cargando con ese dolor, creyendo que lo sanará con más y más dinero: y puede ser tal su desesperación que incluso llegará a obtenerlo por medios ilícitos. En cambio, una persona realmente exitosa comprende que para poder liberar su máximo potencial integral debe afrontar sus miedos, hacer las paces con su pasado y, liberando su extraordinario potencial, se convierte en un extraordinario hermano, esposo hijo, amigo y empleado o empresario”.

Extracto del libro EL GEN EXITOSO

Página 43

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/gen

Día 109

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the title 'Día 109'.

Cada momento de dolor en tu vida ha sido un gran reto para aprender y para crecer. Tu lenguaje tiene poder, échale palabras amorosas y poderosas a cada momento de tu vida que antes describías como de dolor. Recuerdo una mujer que llegó a uno de mis Retiros, me contó su vida al inicio de su vida con un lenguaje trágico, le dije que uno de sus retos en el Retiro sería salir de este contándose su vida con un lenguaje mágico... y así fue, su sonrisa era enorme al despedirse de mí y de La Montaña.

“Tu lenguaje, hasta cierto punto, te ayuda a definir tu vida, y el cómo la vives. Algunos definen y cuentan su vida a partir de un lenguaje trágico, y tal vez su vida no es tan trágica a los ojos de otros, pero para estas personas su vida se experimenta emocionalmente como trágica por el lenguaje que usan. Si usas un lenguaje de vida positivo, entendiendo que todo lo que te sucede es para aprender algo, entonces tu vida será de retos superados y lecciones aprendidas más que de fracasos y errores”.

Extracto del libro EL GRAN MAESTRO

Página 173

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/elgranmaestro

Día 110

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 110'.

A Dios lo encuentras en sus creaciones. Espiritualidad es tu relación directa con Dios y a través de sus creaciones. Dios se manifiesta en sus creaciones y te comparte aprendizajes a través de ellas. Haz silencio, escucha el susurro de Dios a través de las plantas, los animales, los microorganismos, el atardecer, los seres humanos que te rodean, y esa figura misma frente al espejo.

“Comienza a disfrutar las bendiciones de Dios, así podrás tener gran contacto con Él.. Sus creaciones, Sus maravillas. Aprecia las hojas por las que caminas, son Su creación; aprecia los árboles que dan vida a estas hojas, son Su creación; admira la neblina de la noche, es Su creación; admírate a ti mismo, eres Su creación; admira a tus hermanas y hermanos que te rodean, son Su creación”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 1

Página 172

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 111

A pair of stylized, symmetrical wings with a scalloped edge, positioned above the text 'Día 111'.

Uno de los dolores más profundos y guardados en el inconsciente de un ser humano es no querer nacer o creer que no debiste haber nacido. Hoy dite para ti mismo o misma:

Sí debí haber nacido, soy bienvenido, bienvenida al mundo, Dios quiso que naciera.

“Cuando uno sabe que llegó su momento de nacer es hermoso, hay estrellas, hay amor dentro de ti, pero primero tenemos que ser conscientes de que si naciste es porque tenías que nacer. Si llegaste al mundo es porque Dios, el gran espíritu, la fuerza creadora, la intención de amor de todo lo vivo que existe quería que tú nacieras. Tus padres consciente o inconscientemente quisieron que nacieras, tú quisiste llegar a este mundo, tu espíritu quiso llegar a este mundo y tiene un propósito de vida y tiene una misión de vida”.

Extracto del video en YouTube:

Decreto: Sí Quiero Vivir

Disfrútalo en youtu.be/O1eiC-GZm2c

Día 112



Ten una identidad definida, vive desde tu esencia y tu autenticidad, de esa manera nadie logrará imponerte nada y avanzarás con más confianza en tu futuro. Sé consciente de tu pasado y lo que guarda tu inconsciente.

Toma decisiones que honren tus virtudes y respeten tu autenticidad.

“Algunas personas se molestan porque otros tratan de imponer en ellos, sus padres, sus maestros, sus jefes en el trabajo, pero es que ellos también les lanzan un mensaje inconsciente de que ellos mismos o ellas mismas no saben qué es lo que quieren ni hacia dónde van.

Las dudas de personalidad, de gustos o de misión, sin duda le darán pie a otros y a otras para tratar de aconsejarte o hasta de imponerte.

Cuando muestras seguridad en lo que eres, lo que te gusta y hacia dónde vas, por más que otros te digan lo que quieren para ti, tú simplemente honras su opinión, la agradeces, y continúas con tus grandes planes”.

Extracto del libro NEW ME

Página 147

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/newme

Día 113

A decorative graphic consisting of two stylized wings, one on the left and one on the right, with a central opening. The wings are drawn with simple black outlines and have a feathered appearance.

Una idea de producto, servicio o proceso no será mejor sólo por el hecho de que sea única, diferente, original, irrepetible y que a nadie antes se le haya ocurrido; la creatividad es libre e incluyente. Lo que buscamos son ideas verdaderamente innovadoras, ideas que agreguen valor a muchos seres humanos; la innovación es dura y excluyente.

“Identificar una oportunidad puede ser un tema de suerte o coincidencia, o bien un trabajo estratégico con pasos y objetivos claramente definidos. Sin embargo, aún cuando la inspiración te llegue un día estando en la regadera, corriendo un maratón o parado frente a un anaquel, toda idea tiene que pasar por ciertos filtros que te permitan realmente validar, invertir y arriesgar en una idea innovadora. En muchas ocasiones las ideas son producto de la suerte, la inspiración o la coincidencia, pero no porque una idea sea nueva u original ésta agregará valor a los demás. Ten cuidado que no te vaya a pasar como a los empresarios o emprendedores, objeto de mi análisis en el Banco Mundial, los cuales no sobrevivían después de dos años de operaciones y el dinero prestado por los gobiernos no regresaba, precisamente porque caían en la trampa de la creatividad, que les hacía pensar a ellos (y también a los funcionarios que autorizaban los recursos) que sus ideas por el simple hecho de ser diferentes, tendrían gran recibimiento por el público”.

Extracto del libro INNOVATION HOME RUNS

Página 34

Descárgalo en ricardoperret.com/libros

Día 114



Maestro es quien ama y está dispuesto a compartir, no quien se cree superior a otros. Aprendiz es quien ama y está dispuesto a escuchar, no quien se cree inferior a otros. Los grandes maestros espirituales llegaron para recordarte que tienes el mismo potencial que ellos; hoy, confía y comienza a desarrollar esos poderes, también eres hijo e hija de Dios.

“De pronto, con mis ojos cerrados, vi una paloma blanca, preciosa, y supe perfectamente que era su representación. Él, con una voz amorosa pero firme, me dijo: -Mi proclama ha sido que todos son iguales a mí, pero otros se han encargado de hacer que muchos piensen que son inferiores a mí. Ese sentido de inferioridad ante mí los distancia de mí. Todos son iguales a mí y con el mismo potencial espiritual. Esa es la promesa del Creador que yo he querido compartirles. Todos tienen ese gran potencial para volver a la Fuente-”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 2

Página 323

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 115

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 115'.

Nos la pasamos buscando el reconocimiento y la aprobación de otras personas cuando al único a quien debemos de darle el gusto es a Dios y a nuestro espíritu. Hoy, deja de buscar agradar al mundo entero y comienza a agradar sólo a Dios, eso hará avanzar tu vocación espiritual.

“Vinimos a este mundo no a pasárnosla sufriendo y arrastrando el peso de agradarle a todos. Al único que tenemos que agradar es a Dios, al Creador, al Gran Espíritu. Es que no podemos agradarle a todos. Que si hago lo que uno, que si hago lo que el otro, nunca nadie está contento. Ya basta de tratar de darle gusto a todos, no vas a poder nunca. Mejor enfócate en darle gusto a uno, a Dios, así de fácil. Cierra tus ojos y pregúntale a Dios: ¿Qué quieres de mí? Y visualízate a ti mismo o a ti misma viviendo con ciertas actitudes, virtudes y comportamientos. Testéate si eso le hace feliz a Dios, si eso te acerca o te distancia de Dios, te acerca o te aleja de quién eres. Tú eres espíritu que baja de Dios, un espíritu que proyecta un cuerpo que proyecta una vida. Entonces hay que vivir para eso que somos, no para lo que otros con sus programaciones quieren que seamos”.

Extracto del video en YouTube:

AGRADAR A OJOS ESPIRITUALES, NO TERRENALES

Disfrútalo en youtu.be/6gvndU0traE

Día 116



La justicia espiritual, tomar del Universo sólo lo que te corresponde, también puede ser aplicado a tu propio cuerpo y vida. Cada virtud puede ponerse en práctica en nuestra relación con nosotros mismos, nuestro cuerpo es un gran laboratorio para probarnos con nuestras virtudes. Sé justo con cada parte de tu cuerpo, dale lo que realmente le corresponde. Entre más liberes emociones, expectativas, responsabilidades, creencias o secretos que lo dañan, sobre todo cuando le pertenecen a otros u otras, más bendiciones llegarán a tu vida.

“Aplicar la justicia espiritual en nuestro cuerpo implica no tomar ni acumular alimentos o emociones que no nos correspondan, porque eso no podremos procesarlo y nos dañará. No cargues lo que es de otros, ya sean emociones, expectativas, responsabilidades, creencias o secretos. Seamos justos con los demás también, dejando que ellos se hagan cargo de lo suyo, de esa manera ellos también crecerán y evolucionarán desde la justicia y la responsabilidad espiritual. Entre más liberes lo que no te corresponde más bendiciones podrás recibir del Universo. ¡Suelta lo bueno para que llegue lo extraordinario!”

Extracto del libro digital CUERPO VIRTUOSO

Página 16

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/cuerpovirtuoso

Día 117

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 117'.

Libera las responsabilidades de otros que no te corresponden. En ocasiones les haces más daño que bien al asumir para ti sus responsabilidades, deja que ellos o ellas se hagan responsables y suelta desde el amor y la GRATITUD.

“Cargamos responsabilidades de otros que no nos corresponden. Alguien tiene una deuda y vamos a pagar la deuda por él; alguien tiene que pedir disculpas y lo hacemos por él o ella; alguien tiene una actividad en el trabajo y la asumimos para nosotros. El hijo de 18 años tiene que elegir carrera pero nosotros nos ponemos a elegir la carrera por ellos, terrible, estamos cargando con la responsabilidad de los demás. Y eso pasa también con nuestras parejas, o hasta parejas anteriores”.

Extracto del Seminario Online:
SANACIÓN EMOCIONAL (Back to Me)
Vívelo en ricardoperret.com/seminario

Día 118



La Tierra y el Cosmos son el marcapasos natural del corazón y de cada átomo del ser humano, y en ellos hay grandes placeres de la vida. Los ritmos de la Tierra y del Cosmos actúan sobre el pulsar del corazón, como música en un tambor. Hoy, con tu estetoscopio puesto, visualiza el palpitar del planeta en armonía con el Cosmos y comienza a alinear tu corazón con ellos.

“El corazón es el más grande átomo que Dios puso en el cuerpo humano. Así como los átomos tienen movimiento, y el gran vacío en su interior puede ser llenado con amor, así el corazón puede también ser llenado con amor, o puede vivir la ausencia de este. Lo que perturba a tu corazón también perturba a tus átomos, la conexión entre estos es total. Pero no sólo la conexión entre tu corazón y los átomos de tu cuerpo es poderosa, también la conexión entre tu corazón y otros corazones en los recipientes cercanos a ti. Así que también existe una conexión entre tus átomos y los átomos de otros. Al final, todo está unido, el vacío de un átomo afecta el vacío de otro, en un recipiente y en otros, el amor en uno impacta en los demás. Tu corazón desea ir al ritmo de la Tierra y del Cosmos, y en esto residen los placeres de la vida, en el ritmo, en la armonía. Los placeres de la vida son aquellos que surgen de la música armoniosa que tu corazón hace con la Tierra y con el Cosmos, los cuales palpitan al compás que Dios les asignó”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 3

Página 297

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 119

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 119'.

Perdónate por haber sido duro en el pasado con otras personas, no puedes cambiarlo pero sí puedes cambiar la interpretación de lo que viviste, reprogramarlo desde el amor y los aprendizajes. A veces es más difícil perdonarse a uno mismo que a otros, también vuelve fácil el perdón a ti. La culpa es una gran maestra que debe durar en nosotros hasta la lección de aprender, después debe de irse.

“Todos hemos llevado a cabo acciones duras, agresivas, ofensivas o negativas para otras personas, pero eso quedó en el pasado. No puedes borrarlo pero sí puedes reprogramarlo, aprender las lecciones de lo que sucedió y de lo que hiciste, darte cuenta que al ser duro con otros también fuiste duro contigo mismo. Perdonarte a ti mismo por eso que hiciste en el pasado te permitirá liberar espacios en tu mente y en tu corazón para madurar y evolucionar, nunca más volverlo a hacer y liberar la tensión que guardas en tu cuerpo, y que hasta probablemente te está enfermando”.

Extracto del video en YouTube:
PERDÓNATE A TI MISMO Y LIBÉRATE
Disfrútalo en youtu.be/cM76a7H88tU

Día 120

A decorative graphic of a pair of white, stylized wings with black outlines, positioned symmetrically on either side of the text 'Día 120'.

La Paciencia no es hacer las cosas lentas sino en PAZ, cuando actúas desde la paz, avanzas más rápido y en la dirección correcta; en comparación cuando actúas desde el miedo o el enojo, o bien programado y viviendo en automático. Hoy vive con paz-ciencia, el dejar de compararte con y contra otros te liberará de la presión de demostrar, de alcanzarlos o de superarlos. Ellos están viviendo su camino, traza tú el tuyo propio desde la paciencia.

“A veces creemos que la PACIENCIA es una virtud que te hace avanzar lento, pero en realidad te ayuda a avanzar es FIRME y con congruencia. En muchas ocasiones los DESESPERADOS avanzan rápido pero en el camino contrario, después tienen que regresar o corregir lo realizado. La PACIENCIA es la ciencia de la paz, practícala en la planeación, en la visualización, en la creación interna y en tu aprendizaje, después de haber aprendido lo suficiente podrás salir disparado en la ejecución y con nuevas metas”.

Extracto del libro EL GEN EXITOSO

Página 82

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/gen

Día 121

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 121'.

Hoy se requiere más espiritualidad práctica. Una espiritualidad que puedas aplicar en cada acción cotidiana de tu vida y cada territorio de vida. Busca cómo llevar tus virtudes a tu vida diaria y verás la magia que sucede.

“Se requiere una sabiduría espiritual más práctica para los tiempos actuales, concebida y aplicada de tal manera que no entre en conflicto con una vida digna y plena material y terrenalmente. Una de las grandes deudas de las religiones, congregaciones y métodos espirituales, es enseñar para la vida diaria. Un gobernador o presidente que van a misa deberían ser capaces de aplicar en su día a día las enseñanzas allí recibidas. Un empresario que va periódicamente al templo o practica todos los viernes algún ritual religioso debería aplicar en cada negociación las virtudes espirituales en la forma como se las enseñan. Una persona que practica yoga, no debería limitarse a hacer ejercicios corporales sino a vivir una vida genuinamente yoguica”.

Extracto del libro INTELIGENCIA ESPIRITUAL PARA LÍDERES

Página 50

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/inteligenciaespiritual

Día 122



El poder de la visualización es enorme, si eres capaz de visualizarlo es porque eres capaz de manifestarlo en tu realidad. No necesitas esperar tanto para poner en práctica un aprendizaje que llega del sagrado espiritual o bien de tu realidad externa, puedes hacerlo ahora mismo, en tu imaginación o en tu meditación, se integrará mejor en tu memoria y comenzará a adquirir fuerza para, en su momento, salir a la luz.

“La mejor forma de integrar un nuevo aprendizaje que obtienes en tu meditación es aquí mismo, durante la meditación, en la imaginación. Así que todo lo que te voy instruyendo ve imaginándolo como ya puesto en práctica en tu vida, obsérvate siendo capaz de vivirlo al máximo. No tienes que esperar semanas para poner en práctica mis enseñanzas al vivir un momento en particular, todo lo que te enseñe lo puedes poner ya en práctica en tu imaginación. Es en tu imaginación, con intenciones profundas emanadas del corazón, en donde comenzarás a gestar tu realidad”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol.1

Página 204

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 123

A pair of stylized, symmetrical wings with a scalloped edge, positioned behind the text 'Día 123'.

Dios o el Universo nos mandan bendiciones todo el tiempo, a todos, muchos no son capaces de verlas o sentir las, viven sintiéndose abandonados, otros viven con mayor plenitud porque son capaces de percibir las fácilmente.

“Hay dos tipos de bendiciones, unas bendiciones que llegan posterior a tu esfuerzo, y también las hay las que llegan por adelantado. Las primeras llegan posterior a un largo proceso y esfuerzo, bien merecidas. Las segundas llegan aún antes de haberlas merecido, y el Universo espera que las merezcas con tus acciones. La gran pregunta para ti es: ¿a qué te comprometes para merecerte plenamente estas bendiciones que te han llegado por anticipado?”

Extracto del video en YouTube:
RECIBIR BENDICIONES POR ADELANTADO
Disfrútalo en youtu.be/Tdj1M4HJE3k

Día 124



¡Compra sólo productos orgánicos y naturales, dale a tu cuerpo lo mejor! Los productos tóxicos tienen sustancias que dañan tu piel, cerebro, flora intestinal, sistema hormonal y comprometen tu sistema inmunitario. Hoy, disminuye o elimina el uso de productos tóxicos en el cabello, piel, axilas y dientes.

“No uses productos tóxicos en tu cuerpo. Revisa y elimina los productos como shampoos, acondicionadores, cremas, maquillajes, desodorantes o anti-perspirantes, bloqueador solar, perfumes y pastas dentales que contengan ingredientes tóxicos como sulfatos, laminas, ftalatos, flúor, triclosán, formaldehídos, parabenos, dimeticonas. Usa productos naturales u orgánicos. Evita el flúor en la pasta de dientes pues investigaciones recientes afirman que hace más mal que bien, y que calcifica la glándula pineal la cual es un centro de conexión contigo mismo y espiritual. Muchos de estos productos nos hacen más propensos al cáncer y menos inteligentes pues tapan conductos cerebrales importantes”.

Extracto de las tarjetas 52 HÁBITOS TRANSFORMADORES
Hábito 5

Descárgalo en play.google.com/store/apps/details?id=io.habitos.transdormadores

Día 125

A pair of stylized, symmetrical wings with a feathered texture, positioned above the title 'Día 125'.

Ya eres eterno, goza esa realidad. No te enfoques en lo que cambia y muere, sino en lo que permanece y vive, esa es la clave de una vida en plenitud espiritual. Hoy, recuerda tu eternidad y suelta los sufrimientos terrenales. Deja de sufrir por los que crees que se fueron, que siguen más presentes que nunca a tu alrededor, aunque no los veas, concéntrate en sentirlos.

“Los organismos terrenales, plantas, animales, seres humanos, viven, crecen y mueren en un instante... su existencia material dura apenas unos momentos, pero su existencia espiritual es eterna, como la luz que todo lo baña a tu alrededor. Sufrir por lo que durará poco no tiene caso cuando puedes gozar por lo que durará eternidades. Que la luz sea tu enfoque y tu guía, que lo material sea tan sólo un recordatorio del poder de Dios y del Universo para celebrar y manifestar Su magia y Su creatividad. Tu fuerza viene de la Luz Eterna, no de tus habilidades físicas. Lo que es eterno no muere, no se enferma, no se debilita, por eso el espíritu no sufre aunque la carne sí”.

Extracto del libro DIARIO DE UN SANADOR

Página 151

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/diario

Día 126



El espíritu es el sabio y fuerte, el que contiene la sabiduría real y verdadera, por ello debemos dejarnos guiarnos e inspirarnos por él. Que sean el cuerpo y la mente los aprendizajes del espíritu, pero para eso tenemos que darnos muchos momentos de calma, soledad y silencio, para dejar que el espíritu se manifieste.

“Mi Maestro inició con sus lecciones sobre la correcta relación espíritu, mente y cuerpo: -El espíritu debe ser el gran protector de la mente y el cuerpo. Es el sabio y el fuerte. Ustedes los seres humanos han pensado que la mente o el cuerpo son los fuertes, y por ello muchos han tratado de proteger a su espíritu, e incluso lo han encarcelado dentro de las decisiones y restricciones de su mente y cuerpo. Pero la debilidad del cuerpo y de la mente, al mantener encerrado al espíritu, impide que este ejerza su fuerza y despliegue sus capacidades. Haz a un lado las limitaciones de tu cuerpo y tu mente, libera a tu espíritu, deja que él sea el guía, el sabio y el protector-”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 2

Página 240

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 127

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 127'.

No necesitas comprarle el perdón a nadie, ni necesitas que nadie te lo compre a ti. El perdón se entrega desde el corazón y es incondicional. Del perdón viene la GRATITUD, y este proceso de sanación es hermoso. Hoy, libera a aquellos de los que has querido recibir disculpas, y ya deja de arrastrar esas cargas tan pesadas de obtener el perdón de otros y otras.

“Si tú estás buscando el perdón de alguien y estás pagando caro por ese perdón, tienes que sanar ese ciclo porque ni la persona te está perdonando con todo lo que le estás dando, ni tú te estás enaltecendo como ser humano desde la consciencia. Y si tú estás haciéndole pagar caro a alguien más por lo que te hizo, tú te estás volviendo el victimario y ya no tienes la postura para ser quien pida disculpas. El perdón no se compra, el perdón no se vende. El perdón verdadero es incondicional y nace de la capacidad de entender desde el corazón la situación”.

Extracto del video en YouTube:
SANANDO CÍRCULOS VICIOSOS DE PERDÓN
Disfrútalo en youtu.be/dmvqopQi9cc

Día 128

A decorative graphic of a pair of white, stylized wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 128'.

Es hora de renacer desde nuestra esencia y naturalidad, desde el amor y la conciencia. En momentos de miedo, cuando buscabas mucho el reconocimiento, o cuando deseabas pertenecer a ciertos grupos, te echaste características que no te corresponden, que no son tuyas, las vives con esfuerzo y eso te pesa y te cansa. Lo peor de la máscara es que te impide tener una relación pura tanto con Dios como contigo mismo.

“Para ser auténticos necesitamos reconocer y despojarnos de la máscara o disfraz que hemos venido cargando, tal vez por muchos años. La MÁSCARA es el conjunto de características o ingredientes de nuestra personalidad (actitudes, gestos, lenguaje, fobias, adicciones, gustos, emociones) que nos echamos en momentos de dolor de nuestra vida y que se nos olvidó quitarnos”.

Extracto del video en Facebook:
QUÍTATE LA MÁSCARA
Disfrútalo en fb.watch/cywxXiSu57/

Día 129

A graphic of a pair of white, stylized wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 129'.

Si estás aquí es porque tienes que estar aquí, y algo has venido a hacer. Pero ¿cuál es tu propósito superior? Conocerte a nivel espiritual, lo que te hace único y en lo que más puedes hacer para agregar valor para los demás y para un mejor servicio a Dios, te permitirá descubrir lo que Dios y el Universo quieren de y para ti.

“El mundo es tu espacio de manifestación, de creación y de proyección. Si llegaste a este planeta, sea a la época y a la familia a las que llegaste, fue por alguna razón. La gran pregunta es por qué. Y eso tiene todo que ver con tu propósito de vida, seguramente tu espíritu ya lo sabe, el que no lo sabe es tu mente. Tu mente es la que todavía no capta el porqué estás vivo o viva en esta época de vida. ¿Por qué no has muerto ya? ¿Por qué entre todo lo que te pudo haber sucedido a ti no te ha sucedido? ¿Qué tienes que hacer todavía en este mundo?”.

Extracto del Seminario Online:
TU PROPÓSITO DE VIDA
Vívelo en ricardoperret.com/proposito

Día 130



La felicidad es un estado con el potencial de ser más duradero que cualquier emoción negativa. Cuando decides firmemente a sentir la felicidad como parte de tu naturaleza y de tu esencia, cualquier emoción negativa que sientas más fácil se desvanecerá.

“Mi Maestro fue enfático diciéndome que siempre podría encontrar consuelo pensando que la tristeza, el coraje, la culpa o el miedo eran tan sólo temporales, puesto que no eran parte de nuestra esencia espiritual. -Cuando tus emociones negativas y terrenales cedan ante la fuerza del espíritu feliz, refúgiate en la confianza de que la alegría llegará nuevamente a tu vida. Mientras más pienses que eres feliz por naturaleza y en esencia, más rápidamente caerán tus capas de las emociones negativas. Cuando se sabe que la felicidad es la piel natural y que lo demás es tan sólo artificial, la tristeza o el dolor duran menos-”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 3

Página 213

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 131

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 131'.

Cada persona ha sido programado o programada bajo códigos del amor distintos. Conocer los del otro te permitirá ser súper empático con él o ella. El que tu pareja conozca claramente tus códigos del amor le permitirá comprenderte mejor. Saber cómo fuiste programado o programada alrededor del amor, saber qué es dar y recibir amor para ti, sin duda te ayudará a vivir mejor el amor en tu vida.

“Tu expectativa para que te demuestren amor es que lo hagan de cierta manera, y si no te lo dan te sientes triste, enojado, decepcionado, y en ocasiones te sientes culpable porque dices -¿qué hice yo para que no me amara?-. Pero esa es tu expectativa, ellos fueron programados sobre amar y ser amados de manera distinta que tú. Para ti puede ser respeto, para el otro puede ser dominio y control; para el otro puede ser sustentabilidad económica, para el otro puede ser empalagamiento, un tema de sexualidad o simplemente escuchar a la persona”.

Extracto del video en YouTube:
EL CÓDIGO DEL AMOR
Disfrútalo en youtu.be/ti42gpgNiso

Día 132

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned centrally below the title 'Día 132'.

Cuida tus palabras. Todo aquello que repites con frecuencia en eso te conviertes porque le estás poniendo mucha energía. La energía es alimento que nutre ciertos aspectos de nuestra personalidad. Hoy, hazte el propósito de mencionar sólo palabras de amor y de magia nacidas del corazón.

“El lenguaje es energía, es poder. Cada vez que pronunciamos una palabra o una frase en nuestra garganta y boca confluyen emociones, fuerza, pensamientos, sangre, nutrientes y oxígeno, por eso en donde ponemos nuestras palabras ponemos nuestra energía. Y por ello, todo aquello que repitas que eres en eso te convertirás”.

Extracto del libro EL GEN EXITOSO

Página 280

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/gen

Día 133

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 133'.

Aprender no tiene que ser aburrido, sino divertido y emocionante, es mejor así pues se aprende y recuerda más fácil. A todo lo que trates de aprender bien métele emociones. A todo lo que trates de enseñar bien métele emociones. Diviértete mientras aprendes y creces, la vida es una gran escuela que nunca acaba.

“El aprendizaje no tiene que ser formal y serio; al contrario, se aprende más cuando es divertido, interesante e interactivo. Para ello se sugiere involucrar los sentidos, ya que cuando están presentes se generan más emociones y las emociones son el pegamento de la memoria. A cualquier persona le es más fácil aprender y recordar aquello en donde hay grandes emociones. Esto lo tienen muy claro las empresas al provocar poderosas experiencias en el cliente, tan intensas y memorables que le hagan querer regresar para repetir la compra. Una experiencia se construye en el cerebro como una historia, y la historia tiene principio, clímax y final”.

Extracto del libro EL GRAN MAESTRO

Página 123

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/elgranmaestro

Día 134

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned centrally below the title 'Día 134'.

Somos co-creadores de nuestra realidad. Los decretos que le lanzamos al Universo, consciente o inconscientemente, en momentos de felicidad, de miedo o de enojo, tienen poder y se materializarán en algún momento, a menos que los rompas y renueves.

“Hijo, ya deja de quejarte y de culparte por lo que estás viviendo en el presente, todo lo que te sucede actualmente tú lo has proclamado en el pasado. Reflexiona, casi todo lo que has pedido en alguna ocasión, ex-tasiadamente feliz, o profundamente enojado, se te ha cumplido. Claro, no en los tiempos en que tú lo has pedido, pero se te ha cumplido casi todo. RECUERDA QUE LOS TIEMPOS DE ALLÁ ABAJO NO SON LOS TIEMPOS DE AQUÍ ARRIBA. CADA CUAL RECIBE LO QUE ALGU-NA VEZ PIDIÓ”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 1

Página 199

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 135

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 135'.

Creo profundamente que cuando uno vive en amor, en verdadero amor, el oxígeno, los nutrientes, la información fluye mejor por su cuerpo. Vivir en amor nos permite reducir la cantidad de cortisol en nuestro cuerpo, potencializar el sistema inmune y mantener la homeostasis. Vivir en amor nos permite dormir mejor y cultivar buenas relaciones... y todo esto nos ayuda a vivir más saludables y con menos enfermedades.

Hoy, vive más en amor.

“El amor es una medicina espiritual que todo dolor sana, porque todo dolor es mental y terrenal. Esto no es un simple concepto o definición holística, es, creo yo y así lo he experimentado en mí y en miles de otras personas a las que Dios me ha dado la oportunidad de ayudar, una realidad muy material. Cuando las personas son capaces de limpiar la carga de emociones a las que llaman negativas, que en realidad son maestras, de su pasado, son capaces de comenzar a experimentar esta medicina, que ha sido probada que no sólo cura emocionalmente sino físicamente”.

Extracto del video en YouTube:

DIÁLOGO SOBRE EMOCIONES Y CÓMO VIVIR EN PAZ

Disfrútalo en youtu.be/l8uwwfz-PkE

Día 136



Disfruta tu presente sin tantas expectativas. Suelta las expectativas al menos por hoy para que te sientas y auto-observes sin tenerlo que controlar todo. Descubrirás que entre menos expectativas tienes menos la necesidad y urgencia de planear tanto, y sin planear tanto necesitarás meterle tanta mente a todo, así permitirás que sea más tu corazón el que te guíe.

“Disfruta tu camino y no vivas a la expectativa forzada de lograr ciertos objetivos. La expectativa en muchas ocasiones es la gran enemiga del gozo diario, de dejarte sorprender por lo que la vida te va presentando. Las expectativas te hacen buscar el control de cada uno de tus movimientos pero también de lo y los que te rodean. Ten objetivos pero sé flexible, no dejes de disfrutar ante cualquier desviación de esos objetivos, a lo mejor el Universo sabe más que tú lo que justo necesitas”.

Extracto del libro INTELIGENCIA ESPIRITUAL PARA LÍDERES

Página 42

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/inteligenciaespiritual

Día 137

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 137'.

Busca vivir en suficiencia justa, eso es realmente abundancia. Ayuda a que tu cuerpo se mantenga con salud y que todo fluya por este, cuando hay obstrucciones hay inflamación, hay dolor, hay debilidad y sufrimiento. Apapacha tu cuerpo, escúchalo y ámalo a través de buenos y justos alimentos que le ofrezcas, no lo sobrecargues ni busques que sea un gran costal acumulador de productos que se convertirán en tóxicos en tu interior.

“Recordemos que hay dos estados en que las partes y sistemas del cuerpo pueden estar, obstruidas-inflamadas o libres-fluídas, para ello tenemos que ser conscientes de ofrecerle a cada sistema u órgano lo que merecen, lo que les corresponde, lo que les hace bien. Muchos comen o toman demasiado y eso afecta su cuerpo, a corto o mediano plazo. El cuerpo no exige más de lo que necesita, es nuestra mente llena de miedos que desea más de lo que es justo. Muchos buscan, inconscientemente y por miedos, acumular nutrientes, pero terminan haciéndose daño. En términos de lo que debemos de obtener como alimentos, abundancia es igual a suficiencia justa”.

Extracto del libro digital CUERPO VIRTUOSO

Página 15

Escúchalo en ricardoperret.com/audiolibros

Día 138



El bombardeo incesante que recibimos del exterior es bárbaro y nos distrae, nos hace pensar que lo que nos comunican es lo más importante, nos imponen miedos y carencias; y al mismo tiempo nos hacen creer que sólo las empresas y gobiernos tienen las soluciones que buscamos, y por eso nos volvemos dependientes de ellos. No creas todo lo que te dicen, ponle filtros a la información que recibes del exterior, reconéctate más a tu interior en donde están las verdaderas soluciones.

“El ruido externo nos distrae de los mensajes internos, el bullicio exterior nos satura y nos hace olvidar la conversación interior. Escuchando los mensajes internos y la conversación interior, nos descubrimos y conocemos más, crecemos más, encontramos nuestra agenda espiritual y obtenemos conocimiento de poder. El conocimiento que nos ofrece el exterior jamás será tan poderoso como el conocimiento que nos ofrece el interior”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 2

Página 246

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 139

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 139'.

La transparencia es una virtud que nos permite vivir más libre e impecablemente. Empieza por vivir la transparencia en casa, en tu vida personal y profesional. Además, es más sencillo exigir a otros transparencia cuando eres ejemplo de transparencia.

“Es hora de que desde el municipio hasta el gobierno federal pasando por los partidos y los sindicatos sean transparentes, pero también es hora de que nosotros como ciudadanos pongamos el ejemplo de ser transparentes en nuestra vida personal, en nuestra vida profesional, en nuestra vida social. Hoy, tú puedes en tu casa empezar a ser un ejemplo de transparencia abriendo tus finanzas personales con tu pareja y con tu familia. Ya no debemos de esconder nada, los partidos no deben de esconder nada, el gobierno no debe de esconder nada. Pero los ciudadanos en nuestra vida personal tampoco tenemos que esconder nada”.

Extracto del video en YouTube:
LA TRANSPARENCIA COMIENZA CONTIGO
Disfrútalo en youtu.be/uWBkUSsONL4

Día 140



La música sagrada es súper poderosa para sanar, transformar, liberar e inspirarte, también para conocerte mejor a ti misma (o) al expresar lo que vive dentro. La música sagrada nace de lo más profundo de la inspiración y conexión de aquellas personas que la escriben o componen.

Hoy, déjate sanar por la música sagrada.

“La música tiene el poder de conectarte o sincronizarte con momentos, personas, mensajes o emociones importantes. La música sacude tus células y las sana. El poder de la música es impresionante, por ello todas las culturas han recurrido a esta para sanar personas, transformarlas, liberarlas e inspirarlas. Existen muchos tipos y formatos de música sagrada, de culturas antiguas y también modernas, acompañada de mantras, danzas o rituales, que te permiten alcanzar estados de conexión emocional y espiritual especial. No sólo escuches esta música, toca, canta y baila la que más te mueva, eso te permitirá conectarte con el poder total de la música y abrir tu corazón para sentir y manifestar lo que te duele y lo que te alegra”.

Extracto de las tarjetas 52 HÁBITOS TRANSFORMADORES

Hábito 52

Descárgalo en play.google.com/store/apps/details?id=io.habitos.transdormadores

Día 141

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 141'.

Cuida tu reputación. La buena reputación abre puertas, físicas y emocionales; la mala reputación te las cierra de plano. La mejor forma de cuidar tu reputación es teniendo muy claras tus intenciones, necesidades y verdades, así como tus virtudes, buscar seguirlas de una manera congruente en el tiempo, respetar las intenciones de los demás y vivir con autenticidad.

“Cuida tus intenciones, la manera de ejecutarlas y materializarlas. Sé fiel a tus virtudes, actúa con ellas siempre bajo el brazo. Si procedes así tu reputación se cuidará sola. Tratar de controlar tu reputación es como tratar de controlar las interpretaciones de los demás y los mensajes que emitan de ti y esto sólo te hará perder tiempo, esfuerzo y emociones; te desviará de tus intenciones y objetivos y en ocasiones podrá estresarte, enojarte o entristecerte”.

Extracto del libro EL GEN EXITOSO

Página 118

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/gen

Día 142

A pair of stylized, symmetrical wings with a feathered texture, positioned horizontally and centered above the text.

Hoy, suelta los apegos a tus totems de vasta información para vivir más libre. Cuando un ser humano vive con fe en su Creador y en lo que merece del Universo, no le importa la seguridad de la información, y por el contrario vive feliz y con genuinidad descubriendo y explorando.

“Los seres humanos cometen el error de vincularse a sus totems de conocimiento. A lo largo de su vida construyen totems o pilares de información sobre los que se suben y, ahí arriba, se sienten arrogantes y soberbios. Sin embargo, estando arriba de sus totems NO son flexibles, no pueden moverse a ningún lado porque se caerían, y tienen miedo a caerse y a no depender de la información que les da seguridad. Los seres humanos prefieren creer que están seguros sobre determinada información, así no sepan si es correcta, en lugar de vivir la FE de la inocencia”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 3

Página 217

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 143

A decorative graphic consisting of two stylized, symmetrical wings with feathered details, positioned horizontally and centered above the text.

Cada vez que le pidas algo a Dios, al Universo o a tus maestros, comprométete con tus peticiones. Esa es, indudablemente, la mejor forma de recibir todo por lo que pedimos.

“A la mayoría se nos olvida un ingrediente sumamente importante a la hora de orar o de rezar que es COMPROMETERSE. ¿Le quieres pedir a Dios, a los ángeles, a tus maestros, al Universo bajar de peso, a qué te comprometes tú? ¿Le quieres pedir salud al Universo o a Dios, a qué te comprometes tú? ¿Le quieres pedir una gran familia, una familia unida y fuerte, a qué te comprometes tú? ¿Le quieres pedir una nación de políticos y gobernantes transparentes, honestos, poco corruptos o cero corruptos, a qué te comprometes tú? ¿Le quieres pedir al Universo abundancia material, a qué te comprometes tú?”.

Extracto del video en YouTube:
LA MEJOR FORMA DE ORAR
Disfrútalo en youtu.be/kDe5n-W-iaw

Día 144



Crea grandes cosas, pero crea grandes cosas en sincronía con tu corazón. Cualquier cosa tú la puedes crear, desde el amor y desde el corazón. Deja que tu corazón sea del que broten las intenciones y los grandes objetivos, que tu mente haga el plan de cómo ejecutarlo y que tu cuerpo los lleve a cabo. Si lo que materializas va en ritmo con tu corazón, también irá en ritmo con el corazón de quienes lo viven, lo habitan, lo usan, porque cuando un corazón vibra en amor otros encuentran sintonía.

“Vinimos al plano terrenal a crear cosas que estén en armonía con nuestro corazón. Todo lo que vamos creando, toda huella, todo paso que vamos dejando en este mundo tiene que estar en sincronía con nuestro corazón, porque esa creación nuestra refleja quienes somos. Y cada vez que volvamos a ver esa creación queremos estar en sincronía con nuestro corazón. Si eres artista y creas canto, poesía, música, quieres que esa canción esté en sincronía con tu corazón. Si eres hombre o mujer de familia, busca que tu familia esté en armonía con el sagrado corazón de todos los miembros. Si eres emprendedor busca que tus proyectos empresariales estén en sintonía con los latidos de tu corazón”.

Extracto del Seminario Online:
EL PODER DEL CORAZÓN
Vívelo en ricardoperret.com/corazon

Día 145



Imagínate sentada o sentado en torno al fuego, muchas otras personas alrededor. Todos observan el fuego, el fuego es el mismo, pero cada uno observa algo distinto desde su ángulo en el fuego. El fuego es la Verdad, es el mensaje de Dios, pero cada uno lo capta según su experiencia. Hoy, escucha la Verdad que Dios te revela justo en el lenguaje y formas que lo necesitas.

“Verdad sólo hay una, la que te revela Dios a ti de manera directa a través de sus creaciones más puras, las que no tienen egos, máscaras, ni soberbia, como los animales, el viento, el agua, las estrellas, las plantas, o la sabiduría de amor que te sana. Muchas personas se creen poseedoras de la verdad pero la verdad no se posee, la verdad fluye como el Viento. El Gran Espíritu es la verdad y se revela a sí mismo justo en el momento, con la entonación, en el lenguaje y en la intensidad que cada uno necesita. Por eso en algunos se revela en una canción de pajaritos y en otros en la bofetada de una rama ji ji, cada uno recibe la verdad como el Gran Espíritu sabe que mejor la recibirá. Pero para que el misterio se te revele tienes que disponerte a escuchar, darte tiempo y espacio, callar la mente, cerrar los ojos”.

Extracto del libro DIARIO DE UN SANADOR

Página 188

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/diario

Día 146



Hoy, suelta las idealizaciones que te impusieron o que te auto-impusiste en tu pasado. Estas no te liberan ni te ayudan, te esclavizan a patrones que nada tienen que ver con tu esencia pura. Una persona que vive siguiendo la programación que le sembraron desde niño, niña o adolescente es una persona con muy pocas posibilidades para ser feliz. Crea tus propias idealizaciones desde el amor y la conciencia del hoy.

“Es hora de destruir todas las idealizaciones que has construido en tu pasado, pues pretender que ellas son la base de tu felicidad es incorrecto; en realidad ellas son la base de tu sufrimiento. Te han dicho cómo debería de ser una familia ideal, te has hecho a la idea del cómo es un empresario ideal, has construido una idealización del hombre ideal, te han impuesto una estética ideal, te han forjado dentro de esquemas de un comportamiento social idealizado. Todo eso no te servirá más, no habrá nunca más patrones idealizados en tu vida. Cada momento será ideal, ocurra lo que ocurra, porque en cada momento serás capaz de sentir tu corazón, experimentarte a ti vivo, a ti gozando”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 1

Página 264

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 147

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 147'.

La meditación se puede vivir de mil maneras. Una regresión es una meditación guiada y profunda para descubrir el origen de tus dolores emocionales y sanarlos. Hoy, aprovecha el poder de una regresión para conocerte y vivir mejor. Si quieres que te ayude personalmente con una, vía online, puedes agendar una sesión aquí ricardoperret.com/consultas

“Una regresión es para entrar a tu inconsciente y encontrar lo que vive ahí, es para entender por qué y cómo fuiste programado a ser como eres, es para entender mejor tu vida. Una regresión te puede llevar a lo largo de toda tu vida e incluso hasta el vientre materno, pero también te puede llevar al momento del origen, al momento en que en que Dios te colocó nuevamente en este mundo. Una regresión es muy poderosa, es una puerta de entrada a un mundo mágico dentro de ti, tanto el mundo emocional, mental como el mundo espiritual”.

Extracto del video en YouTube:
EL PODER DE LA REGRESIÓN
Disfrútalo en youtu.be/DY5nVC37RWM

Día 148



Ve por la vida con un instinto de paz. En cada encuentro que tengas con personas, en especial con las que tuviste diferentes puntos de vista, calma tu mente, permítete tener pensamientos de paz, amor, seguridad y confianza.

“En cada encuentro que tienes con personas con quienes has tenido diferentes puntos de vista, es normal que se active uno u otro instinto: el instinto de paz o el instinto de guerra. Es así, o vas con el instinto de paz o vas con el instinto de guerra. ¿Qué es mejor? Obviamente el instinto de paz porque desde la paz tomas mejores decisiones. Desde el instinto de guerra tomas malas decisiones e incluso te vas a quedar cargando con emociones negativas de ese encuentro. Una de las grandes claves para ir con instintos de paz a cada uno de esos encuentros es meditar previamente. Si meditas 5 minutos antes de ver a esa persona o a esas personas, te prometo que la probabilidad de mostrar un instinto de paz es mucho mayor”.

Video en TikTok:
INSTINTO DE PAZ VS INSTINTO DE GUERRA
vm.tiktok.com/ZMNAAnMwbk/?k=1

Día 149

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 149'.

Ni toda la Psicología, ni todas las ciencias son capaces de sanarte y hacerte completamente feliz. Se requiere un gran toque de espiritualidad para lograrlo. La espiritualidad es la relación de cada ser humano con Dios y con sus creaciones. Nuestra relación con los animales es espiritualidad, nuestra relación con los demás humanos es también espiritualidad. Así, el primer punto de contacto con Dios y nuestra espiritualidad somos nosotros mismos.

“La psicología tiene que evolucionar. Hoy, veo a la psicología tradicional muy desactualizada, estancada, por ello han proliferado nuevas dinámicas y corrientes que buscan llenar los huecos para sanar realmente a las personas. Los psicólogos (as) tradicionales vuelven a sus pacientes clientes co-dependientes, mientras el objetivo es totalmente lo contrario, ayudarlos a volar, a ser libres, a ser conscientes de su propia vida, de su pasado, de sus decisiones. La psicología tradicional es lenta, el paciente puede pasar años encontrando la raíz de sus traumas, dolores emocionales o hábitos negativos. Las personas hoy quieren más efectividad en las dinámicas, avanzar más rápido. La psicología tradicional deja a un lado algo vital y fundamental, la espiritualidad. Toda persona necesita, para sanar profundamente, una fuerte reconexión espiritual. La espiritualidad es la gran fuente de fuerza, de poder, de paz y conciencia”.

Extracto del libro NEW ME

Página 59

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/newme

Día 150



Desde hoy deja de enfocarte en las necesidades que la televisión y la sociedad te imponen, o que al compararte con otros y otras surgen en ti, pero que no son reales o verdaderas.

“Claro, todo el tiempo me la paso, y nos la pasamos, pensando en cosas que en ese momento no necesitamos, lo que nos desenfoca totalmente de lo que es realmente importante. El marketing y las empresas, hasta cierto punto, motivan mucho este desenfoco con sus campañas comerciales que buscan detonar pensamientos en necesidades no reales en las personas. Muchas personas hacen grandes cosas hoy pensando en lo que creen que van a necesitar en el futuro, cuando aún no saben si realmente las necesitarán”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 2

Página 93

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 151

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 151'.

Sé resiliente. La Resiliencia es tu capacidad de reponerte ante los retos que la vida te regala. Está muy bien equivocarse, de hecho es una de las claves para lograr grandes cosas, lo que no está del todo bien, es tropezarse con la misma piedra una y otra vez, por no detenerse un momento a analizar cómo puedes esquivarla cuando se vuelva a presentar. Hoy, identifica el origen de los patrones o conductas tóxicas en tu vida, escucha sus aprendizajes y suéltalos desde la gratitud.

“¿Cómo evitar repetir patrones tóxicos en mi vida que me hacen daño, que yo sé y sigo cayendo? Lo primero es entender que lo que es ilógico para tu mente consciente, es o puede ser lógico para tu mente inconsciente. Tu mente consciente dice: ¿Por qué vuelvo a caer? Y tu mente inconsciente dice: Porque lo necesitas para llenar un hueco dentro de ti. Tu inconsciente sí le encuentra un beneficio a la droga, a la comida chatarra, a la pareja tóxica. Todo esto te está destruyendo a largo plazo pero tu inconsciente es muy cortoplacista. Se te antoja una hamburguesa o una pizza y vas y te la comes de una, porque tu inconsciente es muy primitivo y no tiene tantos frenos. Y lo segundo es identificar cuál es la necesidad detrás de ese patrón tóxico en el que estás cayendo y finalmente soltarlo”.

Extracto del video en YouTube:
CÓMO EVITAR CAER UNA Y OYRA VEZ EN LO MISMO
Disfrútalo en youtu.be/zncW9CIRfhl

Día 152



Sé un canal positivo del dinero, deja que fluya y que se multiplique. No lo acumules ni lo contamines con pensamientos negativos o poniéndolo en inversiones que no estén alineadas con tus virtudes, así el dinero continuará fluyendo abundantemente hacia ti.

“El dinero llega cuando estás en paz con él, sabiendo que lo mereces y que lo has ganado justamente, así como cuando lo tienes destinado para un propósito noble y positivo. Creer que tienes que acumular de por vida el dinero que recibes es restarle valor por lo que puede llegar a multiplicar y generar; vivir acumulando es vivir en escasez, vivir invirtiendo y multiplicando es vivir en abundancia. Invierte en proyectos hermosos, asóciate con gente positiva, busca que el dinero en tu poder actualmente se convierta en semillas positivas que den grandes frutos a futuro”.

Extracto del libro INTELIGENCIA ESPIRITUAL PARA LÍDERES

Página 220

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/inteligenciaespiritual

Día 153



El éxito personal SÍ garantiza el éxito profesional, sin embargo el éxito profesional no te garantiza específicamente el éxito personal. Entre más vivas tu espiritualidad y bajo tus virtudes, más éxito personal tendrás y eso sembrará el camino para lograr tu éxito profesional. La única abundancia material que merece ser llamada “abundancia” es aquella que nació de la aplicación de tus virtudes en el campo laboral o profesional. Ya eres un ser abundante, fuimos concebidos en la perfección, después programados en la escasez, pero ahora puedes, desde la conciencia, re-programarte a la abundancia nuevamente.

“Si a raíz del estudio-proyecto que llevé a cabo en El Gen Exitoso tuviera que quedarme con un gran aprendizaje o si tuviera que recomendarte sólo uno a ti, sería: VUÉLVETE EXITOSO EN TU VIDA PERSONAL Y TENDRÁS MÁS ÉXITO EN TU VIDA PROFESIONAL. El éxito personal SÍ es una variable que te apoya o impulsa a lograr el éxito profesional, mientras que el éxito profesional NO es per se una variable que te impulse tu camino al éxito personal.

Entre más pronto reconozcas tus poderes energéticos y espirituales, entre más cercano te mantengas de Dios, y entre más vivas tus virtudes y tu salud, más éxito tendrás en tu territorio personal que a la vez impulsará tu éxito profesional”.

Extracto del libro EL GEN EXITOSO

Página 25

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/gen

Día 154



Hoy, comienza a fortalecer tu cuerpo que es tu recipiente, tu hogar que es el espacio habitas, la naturaleza que vive en cada elemento de la Madre Tierra, y todos los espacios sagrados vinculados a tu ideología. Cuídalos, ámalos y protégelos, pues en la fortaleza de tus Templos crecerán tu fe y tu capacidad de amar.

“Un templo es donde tu fe y tu capacidad de amar se pueden vivir al máximo. Tu Templo Vital es tu Cuerpo, haz todo lo que sea necesario para tener mucha fe en él y que lo ames, y para que desde este recipiente puedas entregar mucho hacia afuera y amar lo que te rodea. Tu Templo Primario es tu Hogar, ese espacio que habita tu recipiente; haz lo que sea necesario para tener mucha fe en ese Templo y que lo ames, así como para que desde este espacio salgas al exterior con fuerza y amor. Tu Templo Secundario es la Naturaleza, cada elemento de la Madre Tierra; haz todo lo que sea necesario para tener mucha fe en Ella y amarla, así como para que con lo que Ella te provee siempre sientas fuerza y amor. Tu Templo Terciario son todos aquellos espacios donde vives tu ideología y esta se refuerza, donde tu ideología te provee de mayor fe y amor, hacia ti y a hacia los demás”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 3

Página 61

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 155

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 155'.

Para vivir en plenitud es necesario que evites los distractores que te impiden enfocarte libremente en tus objetivos del corazón, y que seas auténtico persiguiéndolos.

“Los tres distractores más fuertes en el ser humano actual son su NIÑO o NIÑA INTERIOR lastimada, que toca intensamente tu vida para ser atendido, para que satisfagas hoy sus sueños insatisfechos, hasta que logres sanar esa infancia el niño o niña interior no dejará de buscar atención. Otro distractor importante es el INSTINTO REPTÍLICO, ese cerebro primitivo que busca dominar, sobrevivir y sobrevivir socialmente, motivándote a compararte y a competir todo el tiempo, lo cual te desenfoca e impide que concentres tus esfuerzos en objetivos nacidos del corazón. Y el tercer distractor es la SOCIEDAD, ese conjunto de imposiciones del sistema educativo, laboral y social, incluyendo el bombardeo publicitario que recibes a diario, es importante dominar la tentación a hacer lo que ellos te piden en lugar de seguir la agenda de tu espíritu”.

Extracto del video en YouTube:
3 GRANDES DISTRACTORES
Disfrútalo en youtu.be/iPv6PbUn09k

Día 156



Dios nos dio el gran poder de crear, igual que ÉL crea pero a otra escala. Aprovecha ese poder, que al mismo tiempo es un gran compromiso y responsabilidad para construir cosas positivas que nazcan de tu corazón, que se proyecten desde tu mente y que se ejecuten con tus manos en el exterior. Que lo que construyas te haga sentir orgulloso (a) y que te permita dejar el mundo un poco mejor de como lo encontraste al llegar.

“Recuerden también el gran compromiso que tienen ustedes con los demás. El ser humano es un gran constructor de cosas, obras arquitectónicas, carreteras, grandes libros, recetas, piezas musicales... pero lo más hermoso que un ser humano puede crear para compartir, es un mensaje bonito, es un mensaje de esperanza, es un mensaje de sanación. Tú ya eres un sanador, tú ya fuiste sanado, tú ya te sientes en paz. Ahora lleva ese testimonio, lleva ese mensaje también a otras personas, ellos te necesitan”.

Extracto del Seminario Online:
LIBÉRATE DE ADICCIONES
Vívelo en ricardoperret.com/adiosadicciones

Día 157



El buen dormir es fundamental para ser feliz, saludable y productivo. Se necesitan 8 horas aproximadamente para lograr un descanso reparador. Hoy, medita si estás viviendo alguna guerra como las que menciono a continuación, si identificas alguna, llegó la hora de analizar qué es lo que la motivó o la instaló en ti, y comenzar a sanarla.

“El INSOMNIO es señal de alguna de estas cuatro guerras: a) Guerra en tu mente: pensamientos que te saturan, demasiados proyectos e ideas inconclusas, falta de organización durante el día, demasiadas responsabilidades incluso ajenas. b) Guerra en estómago e intestinos: cenas muy pesadas (harinas, carnes, lácteos, aceites), consumo de alcohol en la noche, poca hidratación, flora intestinal lastimada, mala respiración durante el día, poca fibra. c) Guerra en tu corazón: culpas, miedos, tristezas de antaño, enojo contra otros, resentimiento con la vida o contra ti mismo (a), miedo a amar o ser amado (a). d) Guerra con el entorno: mucho ruido, aparatos prendidos que no te dejan dormir, mala ventilación, cuarto con mucha luz (debe de estar oscuro), personas a tu alrededor con quien no puedes dormir bien, cama, almohada y sábanas no adecuadas.”

Extracto del Plan de Hábitos SUPER-ME
Descárgalo en ricardoperret.com/superme

Día 158



La realidad es neutra, tú decides qué significado o interpretación darle. Entre más rápido logres asignarle a lo que sientes, vives y percibes adjetivos positivos, más rápido lograrás vivir en plenitud. Eres dueño de tu realidad y el cómo se almacena en tu memoria inconsciente para la posteridad.

“Entonces comencé a escuchar la voz de mi Maestro: -Observa el árbol y observa tu entorno. Esto es lo que crees que es real pero es sólo lo que crees y no lo que es real. La realidad es flexible y depende de ti, lo que quieras ver y creer. Existe una realidad que puedes construir con fe y con amor, existe otra realidad que puedes construir con miedo y con juicios. La realidad que percibes en estos momentos es neutral, tú puedes decidir si modificarla con fe y amor, o bien puedes decidir si modificarla con miedos y juicios. Haz el intento-”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 1

Página 295

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 159

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 159'.

Suelta el miedo a la soledad. A lo largo de nuestras vidas hemos sentido miedo a la soledad, miedo a la no presencia física de otras personas cercanas para que nos hagan compañía. Pero a qué en realidad le tienes miedo y desconfianza, con qué es con lo crees que no podrías. Te invito a ver el video en Youtube aquí abajo para que sueltes el miedo detrás de tu miedo a la soledad.

“Muchas personas tienen miedo a la soledad, pero cuál es realmente el miedo detrás del miedo a la soledad. Hay muchas posibles respuestas, y la verdad, la respuesta más poderosa y certera es la que nace de tu inconsciente, porque todos los miedos se van gestando en el inconsciente. Pero podría significar miedo a quedar desamparada o desamparado porque no eres auto-sustentado, miedo a no ser capaz de proveerte económicamente a ti y a los tuyos, miedo a que los demás te critiquen o a creerte un fracasado o fracasada por estar solo o sola, miedo a no saber disfrutar de tu propia individualidad, miedo a que en tu soledad emerjan cosas de tu interior a las que les tienes miedo”.

Extracto del video en YouTube:
MIEDO A LA SOLEDAD
Disfrútalo en youtu.be/xn6bJFaqnk

Día 160



A la hora de tomar decisiones utiliza el FEELING, la intuición, la corazonada, y hasta por algunos llamada “la iluminación divina”. Si te sientes muy seguro de una decisión por feeling y estás listo (a) para asumir la responsabilidad pues adelante, pero si no, investiga, pregunta y testea más hasta estar seguro.

“Aún cuando existen muchas opiniones, incluso encontradas en cuanto a cuándo y dónde seguir o no el feeling, algo en lo que coinciden mis entrevistados es en que éste se enriquece cuando ESTÁS en el lugar, cuando INVESTIGAS, cuando OBSERVAS, cuando VIVES LA EXPERIENCIA, cuando CUESTIONAS los porqués, tanto para este proyecto de lanzamiento como para los pasados. Esto sucede por el hecho de que esas variables que consideras en automático, en un análisis intuitivo hiper-rápido, son enriquecidas por tus vivencias”.

Extracto del libro INNOVATION HOME RUNS

Página 93

Descárgalo en ricardoperret.com/libros

Día 161



El hogar es una gran base para el éxito y la abundancia. Hoy, reconoce el poder de tu hogar, promueve la armonía en este, que todos estén en paz y que haya un entorno sano y positivo. Protégelo, bendícelo y riégalo con amor con conductas y hábitos de amor. Introduce plantas para que se oxigene, cambia productos tóxicos por sanos en tu alacena, que entre el aire y el sol, pero sobre todo busca estar en paz con todos los integrantes de tu hogar.

“El hogar debe ser un ancla en la vida de todo ser humano, una plataforma de despegue. Cada persona debería saber que tiene una casa a donde puede acudir en busca de apoyo, apapacho, guía y recarga de energía. El hogar es en tu vida como los pits de las carreras de autos, el sitio en donde por más poco que sea el tiempo que pases allí, encuentras celebración, ánimo, consejos y fuerzas. El hogar es pieza clave en la autoaceptación, si los integrantes de tu hogar te aceptan, eso representa un gran punto de partida para la autoaceptación.

Por todo esto es súper importante que seas consciente de lo que tú traes de la calle o del trabajo a tu casa, para evitar contaminarla. Si vives estrés en el trabajo no lo lledes a tu hogar. Si vives juicios, intolerancia e imposición en tu vida profesional, no lledes estas conductas o hábitos a tu casa puesto que generarás un estado de poca armonía y paz. Mejor lleva el amor de tu casa a tu trabajo”.

Extracto del libro EL GEN EXITOSO

Página 235

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/gen

Día 162



Mi tiempo no es más valioso que el de nadie, es de arrogantes y soberbios pensar que somos muy importantes, que nadie tiene el derecho de hacernos perder el tiempo, pero que nosotros sí podemos controlar y disponer del tiempo de los demás a nuestro antojo. Seamos humildes con nuestro tiempo y con el de los demás también.

“Somos arrogantes con nuestro tiempo debido a las presiones que nosotros mismos aceptamos en la ciudad, en el trabajo y en el mundo profesional. Las cuales, en realidad, provienen de miedos y carencias. Pero, en realidad, esa sobrevaloración del tiempo es una sobrevaloración del sistema cuerpo-mente y del mundo terrenal, cuando valoramos más el plano espiritual, en realidad el valor del tiempo comienza a modificarse: somos más humildes con el tiempo. Perseguir una agenda espiritual implica grandes diferencias sobre el hecho de perseguir una agenda sólo terrenal”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 2

Página 246

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 163

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the title 'Día 163'.

Tú eres sanador(a) de los otros y tú eres sanador(a) de ti. Dios ya te dio todas las herramientas para sanar a los demás y auto-sanarte, ahora necesitas ponerlas en práctica con voluntad y conciencia. El mundo te necesita, no te limites. Sal a sanar al mundo, sal a dar lo que puedas y cuando tú más lo necesites dátelo a ti.

“Tú eres un sanador, tú eres una sanadora en potencia. Tú has sanado personas. Tú le has ayudado a deshacerse de una carga emocional, de una angustia, de un miedo, de una tristeza, de una culpa, de un dolor, de un resentimiento, de una nostalgia a otras personas. Las emociones son reacciones en cadena en el cuerpo, por lo que si sanas las emociones de alguien automáticamente le estás ayudando a sanar algo del cuerpo. Al ser sanador emocional eres un sanador físico. Qué bueno que haya médicos, qué bueno que haya ciencia, pero no tenemos que estudiar tanta medicina para sanar a otros.

En ocasiones, son pequeñas las cosas que hacemos por el otro que lo sanan y que tienen un impacto enorme en él o en ella. A veces, sanamos al otro con el simple hecho de escucharlo, de reconocerlo, de admirarlo, de darle un buenos días, un buenas noches, una sonrisa, un abrazo, un gracias. Cada uno tenemos formas inconscientes e intuitivas de sanar a los demás. Dios nos hizo sanadores y sanadoras a todos. Lo que a ti te ha sanado, tú lo puedes dar a los demás pero también a ti mismo(a). Tú te puedes dar comprensión, paz, admiración, confianza, honestidad, alegría. Tú te puedes escuchar a ti mismo y te puedes dar risas. El mundo necesita muchos sanadores, el mundo necesita mucha paz y salud emocional, el mundo necesita sanar de adentro hacia afuera”.

Extracto del video en YouTube:
TODOS SOMOS SANADORES
Disfrútalo en youtu.be/uhZWj6jN9Q

Día 164



Ten y conversa seguido con un maestro o maestra.

“Tener con quien conversar profundamente, rebotar ideas, aprender y crecer en lo emocional y en lo espiritual es muy importante. Hay cientos de grandes maestros, chamanes, sacerdotes o gurús a tu alrededor, a muchos de ellos puedes acceder vía web o chat. Ellos han acumulado muchas experiencias y aprendizajes, propios y de otros que se han acercado con ellos, y por ello tienen la posibilidad de apoyarte. Escoge un Maestro al que te puedas acercar al menos una vez a la semana, con quien rebotes temas que te duelen o molesten, grandes decisiones, temas profundos. Exprésate con él, o ella, abiertamente y permítele hablar lo más posible pues tanto de ti aprenderás al escucharte, como de ellos al hablar. Dialogar sana, más cuando dialogas con quien le tienes mucha confianza. Pon en práctica sus lecciones lo antes posible, sólo poniendo en práctica los aprendizajes de tus Maestros podrás avanzar al próximo nivel. Respeta el tiempo y espacio definido para tu diálogo con tu Maestro, no le saques la vuelta o lo canceles, dale prioridad pues es parte de tu crecimiento”.

Extracto de las tarjetas 52 HÁBITOS TRANSFORMADORES

Hábito 51

Descárgalo en play.google.com/store/apps/details?id=io.habitos.transdormadores

Día 165



Reconoce el valor de las emociones y los sentidos que Dios te dio, no impidas la manifestación interna de emociones y sentimientos; los niños no lo hacen y son muy felices. Hoy, agradece tu capacidad de sentir y experimentar emociones; incluso los miedos, las tristezas, las culpas o los enojos, claro la idea es que estas emociones “negativas” sólo las experimentes por periodos cortos, las escuches, aprendas sus mensajes y las sueltes. Y por los mensajes que te traen tus emociones, agradéceles.

“El ser humano es ritualista. Nos gusta sentir las cosas desde diferentes ángulos para provocar más emociones, y nos lo debemos permitir. Cuando sientes GRATITUD hacia tus sentidos (olfato, gusto, vista, tacto y oído) e igualmente hacia tus emociones, te permites vivir rituales sensoriales y emocionales, los cuales te ayudarán a vivir al máximo ese proceso o momento y recordarlo de por vida. No es casualidad que recuerdes más fácilmente y mejor el momento en que viviste una ceremonia japonesa del té que en cualquier otro día en que tomaste té, ya que en el acto ceremonial pusiste todos tus sentidos y múltiples emociones. Al permitirte vivir a flor de piel cada emoción que surja dentro tu vida será más colorida. Fluye, fluye con tus emociones y agradécelas”.

Extracto del libro EL PODER DE LA GRATITUD

Página 66

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/gratitud

Día 166



Hoy, abre tu corazón a amar sin ataduras. Uno de los más grandes actos de amor para contigo mismo es aceptar que alguien no te ama como tú quisieras y amarlo aún más. Tu corazón es capaz de aceptarlo todo, sólo tienes que lograr que tu mente lo acepte. Tu mente será la que se resista, porque en ella aún viven sentimientos egoístas y de miedo. En el desprendimiento encontrarás fuerza, el amor es infinito dentro de ti.

“El monje Efrén no tardó en hacerse presente y lo hizo con un mensaje muy poderoso: -Te has preguntado recientemente qué hacer cuando amas a una persona y ella no te ama como tú lo haces. Mi consejo es: ámala aún más. Así es, cuando alguien no te ama como tú la amas, ámala aún más. Mediocres son aquellos que dejan de amar por no ser amados. Si dejaras de amar porque no te aman, entonces tus sentimientos estarían a expensas de los de otros. Amar más a los que no te aman demuestra que te mantienes en tu centro, en armonía, en balance, y que tus sentimientos son independientes de los de otras personas. Quienes no aman porque no son amados niegan su esencia. Negar tu esencia es negarte a ti mismo, es auto-destruirte. Es mejor morir a no amar porque no te aman-”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 3

Página 284

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 167



Hoy acomoda tus relaciones. Energéticamente cuando se desacomodan tus relaciones y las observas desde unos lentes incorrectos el desacomodado o la desacomodada eres tú. Haz un ejercicio consciente sobre las relaciones que tienes desacomodadas y en tu visualización ve poniendo a todos en su lugar desde la gratitud.

“A lo largo de los años el ser humano va desacomodando roles entre su familia, digamos de origen y de destino, y entre sus amigos y colaboradores. Hay personas que ven en su pareja a su madre o a su padre, hay personas que ven en su abuelo a su papá. Pero tu abuelo es tu abuelo y tu papá es tu papá, aunque no haya estado presente. Tu mamá no es tu abuela, no es tu tía, no es tu hermana mayor, aunque te esfuerces por verlas así, porque tal vez tu mamá no haya estado presente. Ninguno de tus amigos es tu hermano de sangre, aunque quieras. Ninguno de tus hermanos es tu hijo, aunque lo hayas visto desprotegido. Ninguno de tus hermanos mayores es tu papá o tu mamá. Sucede incluso en el trabajo, vemos en el jefe o en la jefa a una madre sustituta. Vemos en un amigo o amiga la protección de una figura paternal. Amigo es amigo, pareja es pareja, mamá es mamá, papá es papá”.

Extracto del video en YouTube:
ROLES DESACOMODADOS
Disfrútalo en youtu.be/sqtxuEY21-0

Día 168



Ser feliz es tu responsabilidad y de nadie más. Del mismo modo, tú eres el único responsable de tu salud, de tu paz, de tu abundancia, de tu educación y de tu percepción de la vida. Hoy, crea momentos que te generen felicidad.

“TU FELICIDAD ES TU RESPONSABILIDAD:

Nunca le pidas a un médico que te CURE, sino que te oriente para que tú mismo te cures...

Nunca le pidas a un gobernante que te mantenga, sino que genere las condiciones en tu región para que tú mismo trabajes y te mantengas...

Nunca le pidas a un religioso que te diga lo que Dios quiere de ti, sino que te guíe para que tú mismo dialogues con Dios...

Nunca le pidas a tu pareja que te haga feliz, sino que comparta su felicidad contigo y te permita vivir en libertad y autenticidad para tú hacerte feliz a ti mismo (a)...

Tu salud, tu economía, tu espiritualidad y tu felicidad SON TU RESPONSABILIDAD !!!”

Post en Facebook:
facebook.com/ricardoperreterhard

Día 169

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 169'.

Hoy, reúnete con tu pareja y dile, pacífica y amorosamente, que estás listo o lista para tirar acuerdos que han venido acumulando a lo largo de su vida en pareja a la basura. Proponle que renueven sus acuerdos desde sus realidades y visiones actuales.

“Todos los acuerdos tienen que ser renovados, no tengas miedo a la renovación de acuerdos con otras personas. El quién eras, qué querías y en qué creías hace 5 o 10 años puede ser muy distinto a quién eres tú hoy. Hoy somos otras personas y tú no quieres seguir siendo pareja de la persona que conociste hace 10 años, esa persona ya no está. Tú quieres ser el amante, la pareja, el amigo, el cómplice, el esposo o la esposa de la persona de hoy. Y esa persona de hoy merece tener cambios y tú mereces tener cambios. Llegó la hora de renovar acuerdos entre ustedes”.

Extracto del Seminario Online:
PAREJAS FUERTES, PAREJAS SAGRADAS
Vívelo en ricardoperret.com/parejas

Día 170



Dios se manifiesta en sus creaciones, al maravillarnos de sus creaciones nos acercamos más a Dios y nos sentimos más en GRATITUD con ÉL. Hoy, voltea más al cielo, maravíllate del Universo, desconéctate por unos momentos de la monotonía de la ciudad, del ruido, la tecnología. ¡Volteemos arriba! El cielo nos ofrece espectáculos maravillosos... ahí también están el amor y el poder de la creación de Dios.

“Hoy, pocos voltean a ver al cielo, ya sea porque la contaminación nos ha desmotivado para hacerlo, porque ya no existe necesidad funcional como tal o porque simplemente no sabemos interpretar lo que sucede allá arriba. Pero lo cierto es que no necesitas tener un motivo poderoso para voltear al cielo; es suficiente con que busques sentir GRATITUD por estar vivo y sorprenderte por los espectáculos que el cielo nos brinda. Debéramos dirigir más nuestros ojos hacia arriba, así como ir a lugares despejados en la naturaleza que nos permitan ver con claridad las estrellas y su titilar”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 1

Página 139

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 171

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned centrally above the title 'Día 171'.

Los ciclos nunca se cierran, sólo se purifican. La clave es estar en PAZ y en GRATITUD con cada ciclo para no quedarnos con emociones negativas y vínculos energéticos contaminados con nadie ni con nada. Entre más intentas cerrar un ciclo más se llena de emociones negativas. Hoy, comienza a purificar ciclos y vuélvete eventualmente experto en ello para vivir con mayor paz y abundancia.

“Un ciclo no se cierra. Una vez que conoces a una persona el ciclo se abre y jamás se cierra, toda tu vida a nivel mental, emocional, corporal, espiritual o energético te vas a mantener en contacto con esa persona, ya es parte de tu vida y eres parte de su vida, sin importar la profundidad de la relación que hayan desarrollado. Mi sugerencia para ti es, y tal vez te pueda doler porque es cierto, intenta mejor purificar el ciclo, en lugar de cerrarlo, con esa persona de la que te estás distanciando físicamente. Purificar el ciclo lo puedes hacer con una persona, un lugar, una empresa, una ciudad o una persona, de tal manera que ya no guardes emociones negativas con esto o aquello, puedas vivir en paz y con abundancia”.

Extracto del video en YouTube:
PURIFICANDO CICLOS
Disfrútalo en youtu.be/yXaLv7yFP-4

Día 172

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned centrally below the title 'Día 172'.

El verdadero amor no pone condiciones. Amor es lo que somos, el amor abunda en nosotros. Nunca uses el amor como una moneda de cambio puesto que decretarás que es escaso en ti, mientras que es abundante. Es con quienes más en rivalidad estamos con quienes aprendemos la incondicionalidad del amor.

“El amor incondicional no lo aprendes con tus hijos o tus padres, pues con ellos el amor se da de manera natural y no requiere esfuerzo. El verdadero amor incondicional se aprende con quienes históricamente no hemos tenido una buena relación. Son ellos con quienes aprendemos la incondicionalidad del amor. El amor es una medicina espiritual que es capaz de sanar todo dolor porque todo el dolor es algo material y terrenal”.

Extracto del libro INTELIGENCIA ESPIRITUAL PARA LÍDERES

Página 116

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/inteligenciaespiritual

Día 173

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 173'.

A pesar de las tentaciones y distracciones que puedan haber, las personas exitosas saben elegir, tienen la fuerza para mantenerse enfocados en un objetivo nacido del corazón, pues entienden los beneficios a largo plazo. Hoy, aclara tu mente, elige aquellas acciones, entornos y relaciones que te muevan por el camino de tu propósito de vida. Date cuenta que las tentaciones son maestras que te ayudan a reforzar aún más tu fuerza en tu verdadera misión.

“He aprendido que el MULTIENFOQUE es uno de los grandes obstáculos para ser verdaderamente exitoso. Siempre existirán tentaciones para probar aquí y allá, el exitoso sabe elegir, sacrificar otros objetivos y no caer en tentaciones. Existen tentaciones todo el tiempo a redirigir esfuerzos hacia otros objetivos que podrían solucionar tu situación en un plazo corto o bien a experimentar un placer momentáneo, pero a largo plazo sólo habrán desviado tu camino y el cumplimiento de tus intenciones. Pocos aguantan los sacrificios que se requieren para mantenerse enfocado, pero a la postre siempre hay grandes recompensas. Aunque el camino parezca arduo, el enfoque en algún objetivo nacido del corazón siempre ofrece beneficios”.

Extracto del libro EL GEN EXITOSO

Página 121

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/gen

Día 174



Honra tu garganta a través de expresar sólo palabras y frases de amor, comienza hoy por hablar más desde el corazón. Tu garganta se contamina con expresiones negativas para lastimar a los demás y con todo aquello hermoso que no logras expresar y se queda atorado en ti.

“Tu garganta es un vórtice hacia donde tienden la sangre y el oxígeno de tu cuerpo, el viento de tus pulmones, los sentimientos e intenciones de tu corazón, los pensamientos de tu mente y el esfuerzo de tus músculos; porque todos tus recursos buscan participar en la manifestación de tu garganta, deberás buscar que sólo los mejores recursos fluyan hacia tu centro de expresión y que los honres y agradezcas. Hijo, ríe más, la risa es un masaje hermoso para la garganta. Masajéala mucho más con expresiones de amor y risas”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 2

Página 257

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 175

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 175'.

Todo mundo está buscando tener más libertad porque cree que en la libertad encuentra su felicidad. Sin embargo, hay muchas personas que pueden tener muchas libertades y no son felices, y hay otras personas que pueden vivir con pocas libertades y son felices. Algo clave para recibir más libertades es reconocer, agradecer y honrar las libertades que ya tienes; del mismo modo, es vivir buenas acciones y buenas virtudes con incondicionalidad.

“El hombre o mujer más feliz del mundo no es el que tiene más libertades, sino el que está en paz con las libertades que tiene porque las ha merecido. Y para estar en paz con tus libertades tienes que reconocerlas, agradecerlas y honrarlas, de lo contrario, pronto las puedes perder. Cuando reconoces, agradeces y honras las libertades que tienes aunque sean pocas, muchas más libertades vienen. Adicionalmente, es importante entender que las libertades no se conquistan con control, con odio, con manipulación, con juicios, con venganza, con violencia. Las verdaderas libertades se ganan aplicando virtudes maestras como la justicia, la humildad, la autenticidad, la honestidad, la transparencia. Pero, si vives acciones o virtudes condicionándolas a recibir algo a cambio, no son virtudes y no son acciones honestas. Las libertades se ganan sin esperarlas, llegan a ti sin esperarlas, cuando vives tus virtudes con incondicionalidad”.

Extracto del video en YouTube:
MERCER MÁS LIBERTAD
Disfrútalo en youtu.be/GtDuUX0Rb-s

Día 176



Cuando tus objetivos nacen del corazón vives altamente motivado, aún si pasan muchos años. Hoy, escoge en consciencia los objetivos definidos por tu corazón, que te acerquen a Dios, que te permitan vivir con ética. Esta forma de vivir además te traerá abundancia, plenitud y salud.

“Muchos enfocan su motivación en lo que no es correcto y muchos no echan mano de sus energías internas como herramientas para actuar en el día a día. Enfocarte en objetivos negativos, tóxicos, que le hagan daño a otros, que no sirvan a un propósito mayor, terminará por hacerte daño a ti mismo. La única estrategia para mantenerte motivado a largo plazo es que te enfoques en la conquista de BUENOS OBJETIVOS, que tus realizaciones no te dejen con culpa sino con satisfacción, que no te generen enemigos sino aliados, que no te provoquen miedo sino esperanza, que no te hagan cargar con mentiras que tengas que cubrir con otras mentiras posteriormente, sino que te permitan ser transparente sobre tu vida, tus acciones y tus logros”.

Extracto del libro SECRETOS DE LA MOTIVACIÓN

Página 47

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/motivacion

Día 177

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 177'.

Cree en tu poder creador. Una persona feliz es también aquella que pone en práctica su creatividad para vivir y construir cosas mejores para vivir para sí mismo y para los demás, si además te pagan por eso pues qué bendición. Hoy, sé creativo, transforma todo aquello que puedas para vivir con mayor plenitud.

“Todo lo que hoy percibimos a nuestro alrededor, creado por el ser humano, ha sido primero producto de la imaginación de alguien. Pero no debemos acostumbrarnos a vivir sólo lo que otros imaginen y creen para nosotros, sino lo que nosotros mismos somos capaces de crear. Un gran maestro es capaz de visualizar primero, y luego materializar, clases dinámicas, divertidas, interesantes y llenas de contenido, nunca limitándose a replicar como disco o casete viejo lo que otros le han dicho o escrito”.

Extracto del libro EL GRAN MAESTRO

Página 101

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/elgranmaestro

Día 178



Escucha con apertura lo que otros tienen por decirte, desde la templanza y sin juicios. Al hacerlo de esta forma respetas la palabra del otro, pero también respetas tu palabra.

“El respeto por tu palabra te llevará a honrar tus pensamientos y el respeto por tus pensamientos te llevará a honrar las intenciones en tu corazón. Para escuchar lo que otros tienen que decir, no debes involucrar emociones negativas en el proceso, pues de lo contrario no podrás analizar la información adecuadamente. Honrar la palabra de los otros es recibirla con apertura. Las emociones negativas te cierran a sus verdaderos significados e intenciones”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 3

Página 216

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 179



Sé generoso contigo mismo (a). No confundir el ser generoso con dártelo todo a diestra y siniestra, eso ser inconsciente. Ser generoso es dártelo todo desde una perspectiva consciente, es vivir en abundancia interna, estar lleno de amor y de buenas experiencias. Haz cosas que no te dejen con culpas, tristezas, miedos o corajes en las que después tengas que invertir muchas emociones, tiempo y esfuerzo para corregir.

“PARA SER GENEROSO CONTIGO MISMO...

- *Nutre bien tu cuerpo, escucha sus mensajes y dialoga con él*
 - *Haz las cosas desde la honestidad y la transparencia*
- *Busca estar en paz con tu pasado, tus padres y tu descendencia*
 - *Ten confianza y fe en tu futuro*
- *Haz ejercicio y ve al campo a respirar oxígeno puro*
 - *Cuida a la Madre Tierra*
- *Date momentos de calidad con tu familia y amigos*
 - *Busca buenas relaciones y entornos positivos*
 - *Duerme profundo como angelito*
 - *Sé honesto y justo contigo mismo o misma*
 - *Ten grandes objetivos nacidos del corazón*
 - *Haz lo que verdaderamente te apasiona*
 - *Goza y permítete sentir tus emociones*
- *Evita la información que te contamina y te distrae*
 - *Permítete ser auténtico, único y extraordinario.*
- *Ten hábitos transformadores y sanadores para ti y tu entorno*
 - *Reconéctate a Dios y tu espiritualidad”.*

Extracto del video en YouTube:

SÉ GENEROSO CONTIGO MISMO

Disfrútalo en youtu.be/UMFM4NRGTZQ

Día 180



Meditar es una forma de alinear cuerpo, mente, corazón y espíritu para volver a nuestro estado natural, a nuestra esencia. Hoy, medita 5 minutos en la mañana y 5 minutos en la noche. En la mañana enfócate en visualizar que tendrás un gran día, en la noche en agradecer las bendiciones que recibiste a lo largo del día.

“Meditar no es difícil, es muy sencillo. Se ha mitificado la práctica de meditación como algo complicado y que requiere mucho entrenamiento, pero en realidad es algo natural en nosotros como humanos. Observa a los niños como en ocasiones entran en -viajes astrales- jeje, se abstraen de todo y se quedan viendo al horizonte. Nosotros incluso entramos en estado meditativo sin darnos cuenta. Meditar nos permite calmar nuestra mente, observarla, incluso reprogramar pensamientos para que sean pensamientos de amor, de paz, de seguridad y confianza. La meditación comienza con 5 minutos de práctica, luego la llevas a una forma completa de vivir tu día a día”.

Extracto del Seminario Online:
PRINCIPIOS PARA SER FACILITADOR EN MEDITACIÓN
Vívelo en ricardoperret.com/meditadores

Día 181

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 181'.

Hoy practica earthing o grounding, que tus pies toquen tierra del parque, la playa o el bosque. Esto te ayuda a recuperar electrones perdidos, lo que elimina radicales libres, alcaliniza el cuerpo y regula el sistema inmune.

“Siempre que medito en el bosque, en el parque, en la playa o en el desierto trato de hacer grounding o earthing, esto significa tocar el suelo con la planta desnuda de tus pies. Porque esto te permite no solamente reconectarte en un esquema espiritual-energético con la tierra, sino también recuperar los electrones perdidos en tu cuerpo de los que está llena la naturaleza, el bosque, el suelo de la playa o el desierto. Recuerda que nuestro trabajo interno, nuestros procesos de desintoxicación, el estrés, provocan que los átomos de nuestro cuerpo liberen electrones y se conviertan en radicales libres. El acto del grounding o earthing te rebalancea, te regresa a la armonía y por eso te sientes delicioso”.

Video en TikTok:
BENEFICIOS DE HACER GROUNDING O EARTHING
vm.tiktok.com/ZMNAGwYKS/?k=1

Día 182



Hoy, no te mientas, no te juzgues, acéptate. A veces somos duros con los demás juzgándolos, pero somos implacables con nosotros mismos.

Fluye y siente más, no te juzgues pues el juicio te impide ser libre.

“La paz con otros se logra al aceptarlos. La paz contigo mismo se logra al aceptarte. Aceptarte totalmente implica aceptar tanto tus pensamientos positivos como los negativos, tanto tus emociones positivas como las negativas. Cuando no aceptas algo de ti es porque eres duro con tu juicio a ti mismo, y juzgarte a ti mismo te conduce a mentirte. Ustedes los seres humanos le mienten a otros por temor a su juicio, y se mienten a ustedes mismos por temor a su propio juicio. Pero mentirse a sí mismos les conduce siempre a no conocerse y a no autoaceptarse”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 1

Página 354

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 183

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned symmetrically around the text 'Día 183'.

Hoy comienza a sanar tus relaciones familiares. Cuando tú sanas la relación con tus familiares comienzas a sanarlo todo, tus emociones, tus relaciones, tus creencias limitantes. Todo lo que vive en tu mente inconsciente se proyecta a tu realidad exterior, sanar tu relación con tus familiares, sobre todo papá y mamá, es una gran primera forma para sanar lo que vive en tu mente inconsciente.

“La relación más primaria que tenemos que sanar en nuestra vida para sanar como seres humanos, ser productivos, ser exitosos, ser saludables, ser felices, es con nuestra familia. Cuando sanamos nuestras relaciones familiares comenzamos a sanarlo todo. Es ahí en el hogar primario, en el hogar de cuando eras niño cuando se gestaron los grandes significados y creencias de tu vida. Si tú crees que no puedes, si tú crees que no mereces, si tú crees que no eres aceptado, si tú crees que no sabes quién eres o que no te gusta quién eres, esas creencias se gestaron en tu casa y hoy las proyectas en tu mundo exterior”.

Extracto del video en YouTube:
SANANDO TUS RELACIONES FAMILIARES
Disfrútalo en youtu.be/J_1sF8B1kss

Día 184



Creo firmemente que todos tenemos la capacidad para vivir y experimentar 100% de confianza, 100% de pasión y 100% de energía. Sin embargo las batallas diarias, sobre todo emocionales, así como las distracciones que se nos presentan y las programaciones incorrectas del pasado nos van mermando estas potencias. Es importante encontrar en tu vida lo que te recarga, lo que te devuelve la fuerza, lo que te reconecta contigo mismo, con tus intenciones y con tus verdades.

“A algunos el bosque los recarga, a otros el mar, a otros un buen libro, un té, el atardecer, a otros una clase de yoga o reiki, a otros sus hijos y pareja. A mí la meditación, el cacao, ir al gimnasio, dar retiros, el temazcal y jugar con mis hijas me recarga mucho. Es tu responsabilidad encontrar qué te reconecta contigo mismo y te recarga, y practicarlo de manera seguida. Incluso, con el gran poder de la visualización podemos sentirnos viviendo estas actividades y manifestaremos en nosotros y a nuestro alrededor esas sensaciones de poder y energía”.

Extracto del libro EL GEN EXITOSO

Página 115

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/gen

Día 185

A decorative graphic of a pair of white, feathered wings spread out horizontally, positioned behind the text 'Día 185'.

Vive aprendiendo de tus propias experiencias de vida. Tu vida es una escuela, mantente siempre aprendiendo. Hoy, recuerda que eres UNO con el TODO, deja a un lado las ganas de individualizarte y separarte del TODO, en el TODO está tu fuerza, en el Yo aislado están tus miedos y dudas.

“Dios les da a todos, siempre, momentos de reflexión para arrepentirse, para aprender de sus propias experiencias, algunos los aprovechan a lo largo de su vida, otros los aprovechan justo en el último segundo de su vida. Junto a Dios no hay tronos ni oro, no hay sillas a la derecha o a la izquierda, no hay lugares especiales o de segunda clase, en su luz todos somos iguales. El ser humano se la pasa todo el tiempo alejándose de Dios al individualizarse, al describirse como más que los demás, pero la clave de la paz es reconocernos como iguales a los demás, regresar a Dios e identificarnos con Él hasta ser uno con Él”.

Extracto del libro DIARIO DE UN SANADOR

Página 220

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/diario

Día 186



La honestidad sana y abre el corazón de quien se expresa con transparencia y de las otras personas, lo que les permite comenzar también a liberar sus sentimientos. Practica la honestidad en tu vida, la mejor forma de ser honesto sin esfuerzos es vivir bajo tus virtudes el mayor tiempo posible.

“La honestidad es la mejor forma de respetarte y amarte. Ser honesto contigo mismo abre puertas en tu corazón y te permite reconocer a tu ser espiritual. Es entonces cuando reconoces y celebras la partícula de Dios que llevas dentro. Además, cuando eres honesto con los demás, les permites abrir su corazón, y aunque ellos no te expresen todo lo que sienten, sí se hacen conscientes de lo que vive en sus propios corazones. Así que ser honestos con otros es hacerles un gran servicio, porque les permites sensibilizarse ante las grandes cosas que viven en su interior”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 2

Página 274

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 187

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 187'.

Deja de tener pensamientos negativos. Cuando dejes de contemplar sólo tus necesidades y empieces a pensar más en las necesidades de los demás tu poder mental aumentará.

“Para aumentar tu poder mental es necesario que tengas menos pensamientos negativos, y para disminuir los pensamientos negativos tienes que empezar a pensar en las necesidades de los demás más que en las tuyas. Todos los pensamientos negativos que has tenido en los últimos meses o días han contemplado siempre tus necesidades primero que las de los demás. Eso satura nuestra mente, eso estresa nuestra mente, eso disminuye nuestro poder mental”.

Extracto del video en YouTube:

TIP PODER MENTAL

Disfrútalo en youtu.be/V5gKSBQQe6w

Día 188



Honra las ideas distintas y sé tolerante. Necesitamos una sociedad que escuche más sin juzgar los pensamientos y las emociones de los demás, que convierta entornos tolerantes para escuchar abiertamente lo que los demás quieren expresar. Hoy sé que la tolerancia se vive cuando uno aprende a celebrarlo todo y a todos, y de esa manera uno honra la Creación de Dios.

“La tolerancia es una fuente de paz, ante el otro, pero también ante ti mismo, en tu interior. La tolerancia conlleva la admiración y la celebración de la individualidad del otro, y al admirar y al celebrar al otro admiramos y celebramos a Dios creador porque nos hizo a todos diferentes y nos otorgó libre albedrío. La tolerancia es una gran herramienta para todo líder que busca ser espiritualmente inteligente y de todo ser humano que quiere ser feliz. La tolerancia te motiva a escuchar y conocer al otro. Conocerlo te permite amarlo y amarlo te permite hacer equipo con él o ella. Por ello la tolerancia te permite integrar grandes equipos y acercarte a grandes talentos”.

Extracto del libro INTELIGENCIA ESPIRITUAL PARA LÍDERES

Página 60

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/inteligenciaespiritual

Día 189

A graphic of a pair of white, stylized wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 189'.

Hoy, comienza a referirte en positivo de ti, de los demás, del entorno, de Dios y del Universo, y verás que empiezas a utilizar tu lenguaje como medicina para ti y para los demás. Cuando alguien habla desde el corazón es un gran maestro, y vale la pena escucharlo, así te escucharán a ti también.

“El lenguaje es un sanador, el lenguaje es también medicina, por más esotérico o místico que se escuche es posible que una persona sane con la palabra. Recuerda aquella parábola en donde Jesús le dice a Lázaro: -levántate y anda-. La confianza y amor con que Jesús dice -levántate y anda- resulta en medicina para Lázaro, lo levanta y comienza a andar. Cada instrucción o mensaje que transmitas si viene desde el corazón, con una gran confianza, con una gran fuerza desde el amor, es capaz de sanar a cualquier persona. Y no se trata de creernos o parecernos a Jesús, sino simplemente sabernos seres humanos hijos también de Dios”.

Extracto del Seminario Online:
ORATORIA DESDE EL CORAZÓN
Vívelo en ricardoperret.com/oratoria

Día 190



El ser humano es como un imán, tiene la capacidad de atraer lo que es en esencia pero también de repeler lo que no. Aquellas personas y situaciones que has atraído son sólo el reflejo de quién eras en ese momento. Hoy, dale armonía a tus pensamientos y sentimientos, y observa qué es lo que has atraído y qué es lo que buscas atraer.

“El mensaje que me transmitió mi Maestro, fue: -Todos los seres humanos son como imanes. Lo que vive dentro de ustedes es lo que atraerán. Si son auténticos atraerán lo que es auténtico y lo que está hecho auténticamente para ustedes. Lo que sea auténtico para ustedes es lo que los hará crecer y avanzar en su misión espiritual. Aquel que sea falso atraerá elementos falsos a su vida. Observa lo que te rodea, hijo, y evalúa qué es lo que has atraído y qué es lo que buscas atraer-”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 3

Página 18

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 191

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 191'.

Hoy, sana los abusos que sufriste y los abusos que infligiste en los demás. Y recuerda, no le traslades tus dolores a nadie, pero tampoco de nadie absorbas sus dolores.

“Todos han abusado de otros en algún momento, económica, verbal, física o sexualmente; y otros han abusado de nosotros de una manera u otra. Abusar de alguien es trasladarle los dolores que llevas dentro a esa persona más débil que tú; y ser abusados implica recibir el dolor, el coraje, el miedo, la tristeza que el otro lleva. Pero ni tú eres un basurero de dolor del otro, ni nadie es tu basurero. No es justo que traigas los dolores de tu pasado que no has resuelto y los viertas en el caso de una persona. Cuando estás ayudando a alguien que esa ayuda no venga con el coraje o el dolor de tus propios abusos, porque la persona puede absorber tu propio dolor y se puede sentir culpable de haber hablado. Tienes que vivirlo desde la conciencia, no desde el dolor. Así que antes de ayudar a otros en sus abusos, es importante que sanes tus abusos primero”.

Extracto del video en YouTube:

SANANDO ABUSOS

Disfrútalo en youtu.be/BYAu1xtSCpE

Día 192



Aprovecha el gran poder de tu energía sexual. La energía sexual es una energía de vida, es un poder puesto por Dios en nosotros, hombres y mujeres, un poder más grande del que imaginamos. Es creadora de vida humana, creadora de grandes ideas y nutrición para la reinención de nosotros mismos. Si quieres aprender sobre este gran poder dentro de ti puedes acompañarme en mi Seminario en línea aquí ricardoperret.com/energia

“Se nos ha mal-educado sobre nuestra energía sexual, tanto sobre sus cualidades, así como el cómo usarla. Nuestra energía sexual es divina y poderosa, es creadora (estimula la creatividad), pro-creadora (genera vida), y re-creadora (nos permite crecer y transformarnos). En tradiciones espirituales de Oriente se enseña a aprovechar al máximo esta energía que contiene grandes nutrientes, de esa forma se sugiere no desperdiciarla, sino absorberla internamente para nutrirnos. La inyacuación es una de las mejores fuentes de longevidad. La energía sexual, vinculada al segundo chakra (Svashisthana), está también vinculada a los instintos del placer y el deseo. Entender y conectar con nuestra energía sexual es también estar en paz con nuestros placeres y deseos”.

Extracto de las tarjetas 52 HÁBITOS TRANSFORMADORES

Hábito 25

Descárgalo en play.google.com/store/apps/details?id=io.habitos.transdormadores

Día 193

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned centrally above the page number.

Una persona realmente exitosa practica la humildad como virtud. La humildad no es sentirte chiquito ni menos que los demás. La humildad es la actitud de percibir las grandes bendiciones que Dios y el Universo te han dado como GIGANTESCAS. Hoy, vive con humildad para reconocer las bendiciones que has recibido de Dios y del Universo, y agradece mucho. Así nuevas bendiciones recibirás muy pronto. Mantente siempre como aprendiz y abierto a nuevas experiencias.

“Un ser humano verdaderamente exitoso, en lo personal y en lo profesional vive con humildad. La humildad es la capacidad de mantenerte con los ojos abiertos para ver, reconocer y conectar emocionalmente con otros seres humanos, incluso con animales y plantas. Cuando el dinero, la fama, el poder y cualquier otro -indicador- de éxito personal o profesional ciegan a la persona y le impiden autoobservarse, observar y empatizar con los demás y con el entorno, entonces el éxito deja de existir: la persona pierde su adjetivo de -exitoso-. La humildad no es sentirte chiquito ni menos que los demás. La humildad es la actitud de percibir las grandes bendiciones que Dios y el Universo te han dado como GIGANTESCAS”.

Extracto del libro EL GEN EXITOSO

Página 291

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/gen

Día 194

A decorative graphic consisting of two stylized, symmetrical wings with a scalloped edge, positioned horizontally and centered below the text 'Día 194'.

Vive tú hoy, el principio del respeto de la Autenticidad del otro, cuando lo haces vives en paz, sin imponer, sin controlar. Cuando realmente vivimos el Principio de la Autenticidad, en nosotros y en los demás, logramos disfrutar y honrar a Dios, su potencial creativo en toda su manifestación.

“El origen de todos los conflictos sociales y guerras entre los seres humanos es el no reconocimiento de la autenticidad del otro. Cada pueblo tiene que promover, reconocer y celebrar la autenticidad del otro. Imponer en otro ideales, filosofías y costumbres es corromper el principio del Libre Albedrío y el principio de la Autenticidad. La autenticidad del otro es algo para disfrutar y gozar, es ahí en donde la luz creadora aplica toda su magnificencia. Mientras algunos humanos que pretenden controlar a otros prefieren la estandarización humana, el Universo busca la expresión individual, porque es así como se refleja su capacidad de CREAR en su máxima expresión”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 1

Página 338

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 195

A decorative graphic consisting of two stylized wings, one on the left and one on the right, with a central point where they meet. The wings are drawn with simple black outlines and have a feathered appearance.

Entender al otro y ser empático con él o ella, aún cuando ellos vivan en el extremo, te permitirá vivir con más paz. La inconformidad hacia otros proviene del hecho de que tú mismo vives en los extremos. No vives en los extremos, vive en el amor que es el centro y la templanza.

“Cuando una persona vive inconforme es porque vive en un extremo. Imagínate una matriz de cuatro cuadrantes, hay cuatro extremos, si tú vives en un extremo y percibes que sucede algo en el otro extremo lo vas a ver muy distante de ti, no lo vas a poder entender. Pero si tú vives en el centro eres capaz de estar un poco más cerca de cualquier extremo, entenderlo y empatizar con este. Y no me refiero a ser centrado en una posición política o empresarial, a lo que me refiero es a vivir en el amor, pues el centro está en el corazón. Cuando tú vives en el corazón tú no estás en ningún extremo, eres capaz de ser empático y entender a cualquiera viéndolo en cualquier extremo”.

Extracto del video en YouTube:

[youtu.be/ 9-mnCqs5tg](https://youtu.be/9-mnCqs5tg)

Día 196



Una de las claves para ser feliz es enfocarnos en disfrutar, celebrar y agradecer las grandes bendiciones que YA hemos recibido de Dios y del Universo. Sin embargo muchos pasan la vida reclamando o quejándose por aquello que no tienen o que no han recibido, viviendo ciegos a las bendiciones. En aquello que te enfocas te conviertes, aquello que vives en tu interior se manifiesta a tu alrededor. Si te enfocas en la abundancia, esto será lo que vivas.

“La vida está llena de cosas maravillosas, pero no las vemos así porque se nos van los días viviéndolos de manera automática e inconsciente. Mira la flor en la terraza o jardín de tu casa, ¿cuál fue la última vez que la disfrutaste, la regaste o la oliste?

Ahí está tu pareja, tus hijos, tus padres, tus hermanos, esperando a ser disfrutados conscientemente, honrando su autenticidad, celebrando su esencia y lo que los une, no lo que los separa. Haz a un lado tu celular y los pendientes de la oficina y disfruta más el presente y a quienes te rodean. Cuando son niños nuestros hijos piden nuestra plena atención, cuando son grandes andamos persiguiéndolos para que nos presten un poco de la suya. No traigas nunca el estrés del trabajo a tu casa, mejor lleva el amor y armonía de tu casa al trabajo”.

Extracto del libro NEW ME

Página 45

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/newme

Día 197

A decorative graphic of a pair of white, stylized wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 197'.

La vida es para vivir aprendiendo. Hoy, ábrete a aprender de todos y de todas, sobre todo de aquellos que viven en mayor autenticidad, sin máscaras. Aquellos que viven desde el corazón manifiestan mucha sabiduría en su actuar y en su hablar.

“Todos somos maestros y maestras cuando vivimos y hablamos desde el corazón. Cuando alguien habla desde el corazón calla y escucha, porque las lecciones brotarán a borbotones. En el mundo espiritual las cosas funcionan diferente, un pordiosero puede ser tu gran maestro, mientras que un multimillonario su aprendiz”.

Extracto del libro EL GRAN MAESTRO

Página 54

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/elgranmaestro

Día 198



Tenemos la capacidad de acceder a fuentes grandiosas de conocimiento, la única condición reside en CREER que es posible. Una vez que CREES comienzas a practicar y, eventualmente, encuentras la manera para sintonizarte a fuentes poderosas de conocimiento. Comienza hoy a expandir tu conciencia.

“La conciencia humana es un medio y un canal para acceder a fuentes de conocimiento. La conciencia es como un receptor de canales de televisión: según la sintonía en que la pongamos serán las fuentes de conocimiento a las cuales accedamos. En la conciencia hay muchos –canales– para sintonizar y descargar información. Hay varios para estar en contacto con el plano espiritual, otros para conocer nuestras otras vidas, también para acceder a nuestras memorias de esta vida (incluso desde el vientre materno), otros para nuestros instintos primitivos, tal vez otros para generar grandes ideas creativas, seguramente otros para dialogar con animales, plantas y telepáticamente con otros seres humanos. Pero para sintonizar con cualquiera de estos se requiere CREER”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 2

Página 60

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 199

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 199'.

El amor es una fuente inagotable, es incondicional, es medicina. Amor es lo que somos, estamos llenos de amor, que nadie te impida ser quien eres. Hoy, vive dando amor a borbotones, sin poner condiciones, así decretarás que es abundante en ti y no escaso.

“Históricamente hemos aprendido a administrar el amor -doy amor hasta que me lo den, si no, no lo doy-. El amor no es una moneda de cambio, el amor es ser quienes somos, dejar que el corazón se abra sin miedo. Si tú te esperas a que el otro te dé su amor para tú darle amor, en realidad lo que está pasando es que te estás impidiendo ser quien eres hasta que el otro te dé permiso de serlo. Y lo segundo es que hemos ido cerrando nuestra capacidad de dar amor porque cuando habíamos dado amor no habíamos recibido algo a cambio. Si en el pasado tú creíste haber dado amor y al no recibirlo cerraste tu corazón porque te sentiste traicionado (a), lo que tú dabas no era amor pues estabas esperando algo a cambio, y quien decretó que no le dieran amor fuiste tú. Esa es la gran maestría de la vida. Amor somos, lo vivimos, lo tenemos, es una fuente infinita. El amor es lo que lo mueve todo, es tu cura por dentro, una medicina inagotable de poderosas dimensiones, y lo interesante es que entre más das más crece en ti”.

Extracto del video en YouTube:

EMPATÍA ESPIRITUAL

Disfrútalo en youtu.be/5LE4vm61qsE

Día 200

A decorative graphic consisting of two stylized, symmetrical wings with feathered details, positioned horizontally and centered below the text 'Día 200'.

Hay entornos que provocan pensamientos y emociones negativas, es importante limpiarnos de estos últimos. Hoy, sé consciente del entorno en el que te rodeas y promueve siempre los estímulos positivos.

“Tienes que ser consciente de aquello de lo que te rodeas. Tienes que rodearte de estímulos que provoquen en ti pensamientos y emociones positivas. Nos vamos rodeando en automático de estímulos que provocan pensamientos y emociones negativas pero tenemos que irnos limpiando, de cómo percibimos esos estímulos y las puertas que dejamos abiertas. Hay muchas puertas abiertas en ti que te hacen ser muy sensible, y absorber y absorber de otros y eso ya no se vale, por tu bien ya no se vale”.

Extracto del Seminario Online:
SER MAESTRO DE TUS PENSAMIENTOS Y EMOCIONES
Vívelo en ricardoperret.com/maestro

Día 201



Analiza tu propio proceso de despertar e identifica si ya te has cuestionado alguno de estos puntos. Siéntete feliz y celébrate al darte cuenta que vas avanzando en tu despertar de conciencia.

“Cuando DESPIERTES a tus poderes espirituales, físicos y mentales comenzarás a CUESTIONARTE:

- Porqué matan animales para yo comérmelos
- Porqué me como los óvulos de las gallinas
- Porqué me tomo el líquido hormonal de una vaca
- Porqué tengo sexo sin amor y desperdicio mi poder sexual
- Porqué he dejado de platicar con Dios
- Porqué maltrato las plantas y contamino los mares
- Porqué buscó acumular tanto de algo que ni me llevo al partir
- Porqué sigo sufriendo por los que se fueron si ellos están tan felices allá arriba
- Para qué leo mucho de lo que no aplico
- Para qué escucho noticias que ni me interesan
- Porqué juzgo tanto a otros si al juzgarlos me ataco a mí mismo
- Porqué soy tan adicto a cosas externas si estoy lleno de poder interno
- Porqué creo que NO merezco si soy tan hijo de Dios y de la Madre Tierra como cualquier otro
- Porqué buscó controlar tanto si disfruto más liberándolo todo
- Porqué le volteo los ojos al pordiosero si es mi hermano y mi Maestro
- Porqué me olvido de los pueblos originarios si son mi linaje
- Porqué desconfío de mi si Dios ya confía en mi
- Porqué espero para amarme hasta que los demás me amen...”.

Post en Facebook

[facebook.com/ricardoperreterhard](https://www.facebook.com/ricardoperreterhard)

Día 202

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned centrally above the page number.

Llegó la hora de soltar cada plan y cada idealización que te hayas hecho sobre algo o alguien, pues sólo reflejan miedos que han brotado por momentos y experiencias de vida en que te has alejado del Amor. Vive con aceptación, vive en amor y deja que tus ojos capturen cada momento que vivas, haya sido planeado por ti o no, como un momento originado en el Amor Central.

“Los Miedos son las distancias del Amor. El miedo no es lo que te distancia o aleja del amor, sino lo que surge cuando te distancias o alejas del amor. Cada vez que percibes algo en tu realidad que no coincide con tus expectativas, planes o idealizaciones, le asignas un significado de NO-amoroso, y estos significados te distancian del Amor. Y esta distancia hace que afloren tus miedos. Tus miedos no surgen porque no se cumplieron tus planes o idealizaciones, sino cuando percibes que el no cumplimiento de tus planes representa la ausencia del Amor; y al sentirte lejos del amor, los miedos se activan. Es importante que ustedes los seres humanos comprendan que si algo no sucede conforme a sus planes, es porque alguien más poderoso que ustedes está pensando en ustedes, tomó el control y está ejecutando sus planes para ti. Nunca hay mejor plan para la vida de un ser humano que el plan que el Amor Central concibe para él. Los miedos terminan cuando todo lo interpretas como parte del Plan Central, aunque no coincida con tu plan”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 3

Página 72

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 203

A pair of stylized, symmetrical wings with a scalloped edge, positioned above the text 'Día 203'.

Entre más buscas arriba y adentro todo se resuelve afuera y abajo. Una de las grandes formas para demostrar que tú eres el amor de tu vida es reconocerte al 100%, y reconocerte al 100% es reconocer tu espiritualidad, estar en paz con la parte espiritual, con Dios, reconocernos como seres espirituales manifestados en esta gran experiencia humana. Hoy, date un momento para reencontrarte a ti mismo (a).

“En una meditación, buscando saber la mejor forma para amarme a mí mismo, mi maestro me dijo: -Sigue los consejos de tu corazón y de Dios-. Entonces vino a mi mente esta frase: -Cuando tú te conectas arriba y adentro todo se resuelve afuera y abajo-, o sea fuera de nivel. Salí de la regadera y anduve con mi patitas, calientito, y empecé a preparar el cacao. En eso, voltéé a ver una imagen del maestro Jesús que tenía ahí en mi recámara, y vi que él estaba tocando su corazón y apuntando al cielo. ¡Wow! ¡No manchen, era lo mismo! En ocasiones estamos un poco perdidos de esa noción y de ese centro, y estamos esperando la validación externa y el amor externo en el tiempo, pero el Universo que es tan sabio siempre te da los momentos para reencontrarte a ti mismo (a) y recuperar el amor dentro de ti”.

Extracto del video en YouTube:
EL AMOR DE MI VIDA SOY YO
Disfrútalo en youtu.be/XCS3UZsJJqE

Día 204



La pasión, el poder, el fuego son algo interno y de tu esencia, todo el conocimiento ya está dentro de ti. Sólo necesitas botar hacia afuera todo aquello que no te sirve y dejar espacio para el nuevo conocimiento. Hoy, límpiame de conocimiento que has recogido del pasado que te limita, que te estorba, aquello que te mueve a juzgarte y creer que no puedes o que no mereces. Tú puedes y puedes lo que te propongas, tú mereces y mereces en abundancia.

“Hoy sé que todas las respuestas ya están dentro de nosotros, si venimos de la conciencia universal, todo el conocimiento ya está dentro de nosotros, tenemos que reconectarnos con este y aprovecharlo. La pasión es algo interno, ya está adentro, sólo hay que reconocerla, reconectarnos con ella y darle un enfoque positivo. Somos como un gran faro de luz al que a lo largo de la vida le ha caído lodo, hojas secas y ramas, tenemos que limpiar ese gran faro que ya somos, para redescubrir la luz interna. Para vivir una profunda transformación y vivir desde tu gran esencia, primero tienes que botar hacia fuera mucha información y programaciones negativas y limitantes que has recibido”.

Extracto del libro EL GEN EXITOSO

Página 140

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/gen

Día 205

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 205'.

Hoy, agrádecele a tu cuerpo ser el gran templo de tu espíritu, entre más le agradezcas a tu cuerpo más vas a estar dispuesto a seguir trabajando por ti y más paz y calma vas a tener. Recuerda que espiritualidad es tu relación con Dios y sus creaciones, y tú, al ser creación de Dios, eres el primer punto de relación con tu espiritualidad. La GRATITUD, como ya te habrás dado cuenta, es súper sanadora, aplícala en ti: agradece tus acciones, agradece tu cuerpo, agrádecele a cada parte de tu cuerpo cada función que cumple tan perfectamente.

“Nuestro cuerpo es un gran territorio para aplicar la GRATITUD, implica agradecerle a tus pies cada paso que han dado, a tus rodillas los años que te han sostenido, al estómago y los intestinos los alimentos que han recibido y procesado, a tus pulmones el aire que han respirado y purificado, a tu corazón los millones de palpitaciones y los cientos de consejos que ha intentado darte, a tus brazos y manos las acciones que por ti han ejecutado, a tu boca y garganta las expresiones que han pronunciado... y así con cada parte de tu cuerpo”.

Extracto del libro digital CUERPO VIRTUOSO

Página 18

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/cuerpovirtuoso

Día 206



Crear que necesitas algo te conecta a la escasez, creer que tienes mucho y en abundancia te vincula a la abundancia. Desapegarte de todo lo que has creído que necesitas te reconecta a la abundancia. Hoy, comienza con algo, deja de creer que lo necesitas, suéltalo, y verás como te sientes más abundante al soltar el apego.

“-Necesitas desapegarte de todo lo que has creído que necesitas. Los sacrificios son precisamente para desapegarte y darte cuenta que no necesitas nada de eso. El dolor que te producen los sacrificios es porque te separan de aquello que quieres, y lo que quieres es lo que crees necesitar. CREER NECESITAR ES UNA DE LAS GRANDES FUENTES DE DOLOR Y DESENFUQUE en ustedes los seres humanos- Wow, pensé, sin duda un gran tema en mí y tal vez en muchos: hemos sido programados para creer que necesitamos mucho, y cuando no lo tenemos sufrimos. Entonces recordé la frase de mi Maestro el primer día que lo había visto en el rancho: -Estoy en un lugar en donde lo hay todo pero no necesitas nada-. Y en mi mente construí esta frase complementaria: -Y he sido programado para creer que vivo en un lugar en donde hay muy poco y necesito mucho. Y eso es lo que me hace sufrir-”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 1

Página 248

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 207

A graphic of a pair of white, stylized wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 207'.

En ocasiones nos hemos enojado o distanciado de Dios, hemos establecido obstáculos entre nuestra relación con Dios. No debe de haber barreras entre nosotros los hijos y Dios nuestro padre; no debe de haber miedos, vergüenzas, culpas, coraje o enojos; y no debe de haber intermediarios entre nosotros y Dios. Eres libre de tener una relación directa con Dios como cualquier persona, el mundo te necesita conectado a la fuerza de Dios. Encuentra cuál o cuáles son las barreras que hoy existen en tu mente inconsciente o en tu corazón para entrar en un diálogo pleno con Dios.

“4 MOMENTOS EN QUE NOS DESCONECTAMOS DE DIOS...”

- *Le pediste algo a Dios con todas tus fuerzas y no te lo dio*
- *Te quitó o creíste que Dios te quitó algo que querías mucho*
- *Creíste que Dios no iba con tu profesión o tus actividades diarias*
- *Algún representante que tú creías de Dios en la tierra te quedó mal”.*

Extracto del video en YouTube:
RECONEXIÓN CON DIOS
Disfrútalo en youtu.be/MXs6t-kSdI8

Día 208



Hoy, deja de controlar a tus seres queridos, a tus colaboradores, o incluso las posesiones materiales, permite que todo fluya y siga su curso. Si tu pareja decide quedarse contigo, wowww, súper, si no también está súper porque por fin podrá ser libre y feliz en donde guste y con quien guste. Si tus colaboradores deciden estar contigo qué bueno, pero si no deja de controlarlos y libéralos. Cuando se ama verdaderamente no se contiene, no se posee, se libera. Cuando liberas permites que el otro desarrolle su máximo potencial y entonces dejas de sufrir.

“Muchos seres humanos sufren por no tener un cargo que desean, no tener el carro de sus sueños, no tener las cantidades de dinero que creen necesarias para cierto objetivo, o no poder tener a la persona que dicen que aman. Sufren porque han creído que cuando se ama algo hay que tenerlo cerca, para entonces poseerlo. Pero en realidad, un ser espiritualmente inteligente entiende que su corazón y su esencia desean amar en la libertad porque es en la libertad en donde se alcanza el potencial máximo de las personas. Nadie que ama verdaderamente desea que el otro no viva su máximo potencial. Hoy es un gran momento para que reflexiones si mantienes atada a tu pareja a tus decisiones, o a tus hijos, o a tus colaboradores, y que pienses cómo liberarlos para que logren su máximo potencial”.

Extracto del libro INTELIGENCIA ESPIRITUAL PARA LÍDERES

Página 32

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/inteligenciaespiritual

Día 209

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned centrally above the page number.

Ten objetivos claros y bien definidos, definidos por ti y no impuestos por nadie. Esto será una gran fuente de inspiración y motivación para ti mismo (a). Consulta a tu corazón, conéctate a tus verdaderas habilidades y poderes, pide la ayuda de tu espíritu y de Dios, define grandes objetivos y enfoca tus recursos más valiosos en ellos. Hoy, redefine tus objetivos y avanza varios pasos en el camino a lograrlos.

“Sin metas y planes para llegar a ellos, eres como un barco que ha zarpado sin destino. Tener una muy clara definición de objetivos y prioridades debería ser una de las actividades más conscientes e importantes de cada persona, pareja, familia y organización. El logro de un objetivo contiene en sí la posibilidad de definir nuevos objetivos continuación, lo que conlleva una expectativa positiva hacia el futuro, un poderoso incentivo para seguir luchando día a día. Cuando hay objetivos hacia el futuro hay motivación para levantarte todos los días, esforzarte, planear, desarrollar estrategias y hacer equipos para lograrlos. Tener objetivos es en sí misma una fuente de motivación. Nada le puede infundir más poder a tu vida que concentrar todas tus energías en un conjunto de objetivos nacidos del corazón y definidos con la suficiente claridad”.

Extracto del libro SECRETOS DE LA MOTIVACIÓN

Página 33

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/motivacion

Día 210



En tu discernimiento está la valoración. Desarrolla tu capacidad de discernir y para ello tienes que alimentarte muy sanamente, tienes que absorber sólo información positiva, tienes que estar en paz con el pasado, y tienes que soltar los juicios que sólo nublan tu mente. Mientras más claro el discernimiento, mayores posibilidades de encontrar la información perfecta para el momento justo.

“Imagina la vastedad de información disponible en la Conciencia Universal. ¡Si tan sólo más seres humanos pudieran creer, acceder y aprovecharla! Pero no toda la información disponible es perfecta para todos. No todo lo que se ha generado y que ha ascendido a la Conciencia Universal les sirve a todos; en el discernimiento está la valoración. Por ello mientras más claro el discernimiento, mayores posibilidades de encontrar la información perfecta para el momento justo. Nunca pienses que todo lo que obtienes de las entidades del plano espiritual es perfecto, en tu discernimiento está la valoración”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 2

Página 213

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 211

A graphic of a pair of white, stylized wings with black outlines, positioned symmetrically on either side of the text 'Día 211'.

Los grandes sueños se tejen en momentos y lugares de ensoñación. Para escribir o dibujar sueños es importante que te salgas de tu entorno lógico, matemático, ingenieril, arquitectónico o científico. Hoy, vete a la selva, al desierto o al mar donde hay abundancia de naturaleza y abundancia de Dios para que desde allí proyectes y manifiestes grandes sueños.

“Los sueños emergen de momentos de ensoñación, de espacios de ensoñación. No pretendas definir grandes sueños en una computadora, en tu celular, en un papel, en un pizarrón, no. Así se hacen fórmulas matemáticas, pero en pizarrón no se tejen los sueños. Los sueños se tejen en momentos de ensoñación, llévate a lugares de ensoñación, llévate a lugares de abundancia, de riqueza no sólo material sino espiritual-humana, de la naturaleza también. Vete al desierto, ahí hay abundancia. Vete al mar, ahí hay abundancia. Vete a las montañas, ahí hay abundancia. Vete al bosque, ahí hay abundancia”.

Extracto del video en YouTube:
DEFINIENDO METAS DESDE EL CORAZÓN,
NO DESDE EL DOLOR
Disfrútalo en youtu.be/2DZljT0akCY

Día 212



Hoy, observa tus rebeldías, cada rebeldía guarda un dolor detrás, un dolor que te pesa y te provoca ansiedad. Hay dos motores de poder para la acción, el amor y el dolor, dos caras de la misma moneda. Todo aquello que haces por rebeldía implica un dolor, que si no lo conoces y lo sabes manejar puede terminar haciéndote daño a ti.

“Hay cosas de tu personalidad, no de esencia sino ingredientes ficticios, que te has echado encima por rebeldía con papá y con mamá como hábitos, conductas, elementos de tu personalidad, incluso el lenguaje. Pero eso a lo que te has apegado no eres tú en autenticidad, es algo falso sólo para darle a la torre a papá y a mamá, para no ir con la filosofía de papá y de mamá, para demostrarles que -puedes solo (sola)-. A lo mejor tu papá dijo -no, los ingenieros no son buenos-, y ahí dijiste tú -yo voy a ser ingeniero para darle la contra a mi papá-. Haz las cosas por amor, no por dolor, porque todas las rebeldías llevan un dolor escondido”.

Extracto del Taller Online:
SANANDO RELACIÓN CON PAPÁ Y MAMÁ
Vívelo en ricardoperret.com/graciaspadres

Día 213



Nunca regañes a tus hijos sin motivo. Ellos son esponjas de todo lo que dices o haces, aunque para ti lo que haces pueda ser ordinario, para ellos será extraordinario y por ello lo guardarán en su memoria de largo plazo de por vida e influenciará poderosamente su vida futura.

“Algo muy importante es que los padres nunca regañen a sus hijos sin motivo pues esto genera una confusión tremenda en la mente de los niños: el porqué del regaño no quedará vacío sino que se llenará con información en su contra que podrá afectarlos por el resto de su vida. Recuerda, la duda le duele al cerebro, toda duda será llenada por información que el niño construirá, y no lo hará de manera tan consciente y madura, sino inconsciente e ingenua. Este vacío mal llenado por los hijos ocurre mucho cuando ellos, con alguna acción, detonan en los papás recuerdos dolorosos inconscientes y estos, automática pero estúpidamente, se desquitan injustamente con los niños o adolescentes. Sucede también cuando los papás llegan estresados del trabajo, el hijo hace algo mal y con una reacción exagerada lo regañan y lo aíslan. Los padres tienen que dejar sus problemas personales o laborales fuera de casa porque los regaños sin motivo provocan daño en los hijos, daño que puede navegar en la mente inconsciente de estos por muchos años.”

Extracto del libro NEW ME

Página 128

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/newme

Día 214

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned symmetrically around the text 'Día 214'.

Nunca evites una lección, nunca subestimes un conocimiento, estos te llegan impulsados por oportunidades que tu mismo futuro impulsa para ti en el presente. Estar enojado con lecciones del presente o del pasado es desarmarte para recibir el futuro. Hoy, ábrete a percibir el valor en cada conocimiento y lección que la vida te presenta.

“Todo conocimiento y lección que recibe un ser humano en la vida es para que los aproveche en algún momento. Ningún ser humano puede conocer con certeza el futuro y por ello no puede saber cuándo necesitará tal conocimiento y lección, pero sin duda el momento para ponerlo en práctica llegará. El sabio es el que sabe que su futuro y destino ya están actuando en su presente enviándole aprendizajes. El sabio está abierto a todos los conocimientos que la vida le presenta y comienza a entrenarse en ponerlos en práctica lo antes posible, para que cuando la brisa del futuro le llegue a la cara esté listo para aprovechar la sabiduría, no sólo en la teoría sino en la práctica”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 3

Página 40

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 215

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 215'.

Hay una gran y poderosa pregunta que te permitirá entender mejor los procesos de sufrimiento a lo largo de tu vida: ¿qué permisos le has otorgado a otras personas para que te hagan algo que a la postre te va a hacer sufrir? Hoy permites esto, mañana aquello y eventualmente te encuentras hundido(a) en una situación de mucho sufrimiento en donde tú otorgaste permisos. Haz una introspección sobre esta pregunta y te prometo que vas a encaminarte en tu proceso de sanación.

“Después de nuestra juventud y obviamente nuestra adultez temprana, ya somos responsables de nuestra vida y somos creadores de todo lo que nos sucede en ella. Cuando alguien nos hace sufrir, hasta cierto punto, nosotros le otorgamos permisos para que nos haga sufrir, para que toque fibras sensibles, para que nos provoque de alguna manera; esto puede ser una alianza energética o inconsciente en donde tú estás participando. ¿Quieres dejar de sufrir en el presente y evitar que otras personas estén todo el tiempo haciéndote sufrir? Deja de otorgarles permisos, no dejes que la cosa vaya evolucionando poco a poco”.

Extracto del video en YouTube:
DEJA DE OTORGAR PERMISOS
Disfrútalo en youtu.be/p-UD9z8ObgI

Día 216



Hoy, ama tu producto (o servicio) y transmite esa confianza a tus colaboradores y tus clientes. Un vendedor exitoso contagia grandes emociones, no se enfoca en vender sino en convencer, confía tanto en su producto o servicio y en su mensaje que otros le creen. Un vendedor exitoso se enfoca en alinear su mente y corazón con las necesidades de su comprador.

“Desde hace algunos años acostumbro decir que el gran vendedor no es aquel que se enfoca en vender sino aquel que se enfoca en convencer. Pero para convencer primero es necesario creer en sí mismo, en lo que vende, en el proceso de atención al cliente. El buen vendedor ama tanto lo que vende que duerme profundo por sentirse orgulloso de aquello a lo que se dedica. Cuando tú confías en lo que vendes y en el mensaje que transmites, otros lo creen”.

Extracto del libro EL GEN EXITOSO

Página 148

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/gen

Día 217

A graphic of a pair of white, stylized wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 217'.

Tu misión es única igual que tú, única. Cuando descubres quién eres, cuando descubres tu vocación, entiendes que tu destino nunca será el mismo que el otro, por ende dejas de ver a otros como -la competencia-. Hoy, evalúa contra quién te has comparado, date cuenta que esa comparación sólo ha hecho que te alejes de tu esencia y tu misión, regresa a tu propio camino.

“Si optamos por el poderoso impulso de la abundancia espiritual, comprenderemos que en realidad nadie compite contra nosotros cuando avanzamos guiados por el llamado de nuestro destino, ya que la misión de alguien nunca es la misma que la de otro. Es nuestra visión limitante de la competencia la que nos restringe y la que detona la envidia en nosotros. Deja de competir y dejarás de ver espacios limitados de liderazgo y éxito. Descubre quién eres, descubre tu vocación, y serás único y extraordinario en lo que hagas”.

Extracto del libro INTELIGENCIA ESPIRITUAL PARA LÍDERES

Página 24

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/inteligenciaespiritual

Día 218

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned symmetrically on either side of the text 'Día 218'.

El juicio es como un boomerang que se regresa a ti cuando lo lanzas. En la naturaleza no existe el juicio, pero como seres humanos podemos ir más allá, hacia la admiración. Cuando por todo admiras a los demás, logras una liberación bárbara.

“Mi Maestro interrumpió mi catarsis y vociferación: -Cuando logres ver la magia de que cada árbol es único y extraordinario, cuando logres ver la magia de que cada animal es único y extraordinario, cuando logres ver la magia de que cada ser humano es único y extraordinario, cuando logres ver la magia de que cada momento es único y extraordinario, será entonces cuando liberes completamente a tu corazón de la jaula de tu juicio. El juicio es un arma que viaja sin piedad de ti hacia otros, pero luego regresa hacia ti. La fórmula para que la naturaleza se mantenga en armonía y en salud plena es el NO-JUICIO. Cuando dejes de juzgar serás libre. Cuando ayudes a que otros dejen de juzgar serán libres-”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 1

Página 292

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 219

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned centrally above the title 'Día 219'.

Cuando no permites que fluya la información entre un territorio y otro fracturas tu vida, y el motivo principal para vivir una vida fracturada es que no te respetas a ti en alguno de los territorios, o en varios. Es hora de liberar la mala programación que recibiste del pasado, es hora de liberar culpas, tristezas, corajes y miedos que te impiden vivir una vida honesta. Es hora de sentirte libre para vivir en verdad, respetándote a ti mismo (a).

“Si tú no le puedes platicar a tu pareja sobre lo que viviste en el trabajo o con los amigos, es porque no te respetas en el territorio de pareja. Si tú no puedes contar en tu trabajo abiertamente sobre tu familia, es porque no te respetas en la vida laboral. Si tú no puedes platicar en otros territorios nada sobre tu vida espiritual, es porque no te respetas en tu vida espiritual. ¿Quieres vivir una vida fracturada, quebrada, en donde tengas que usar una máscara y un lenguaje en un territorio, otra máscara y otro lenguaje en otro territorio, y lo más importante, en donde no te permitas ser tú y decir la verdad en estos territorios? ¿O quieres vivir una vida plena, auténtica, en la que fluya toda la comunicación sin limitación alguna?”.

Extracto del video en YouTube:
SECRETO PARA UNA VIDA PLENA
Disfrútalo en youtu.be/he9g3hUAnUw

Día 220



Hoy abraza la EMPATÍA, abre mente y corazón a entender. La empatía es la capacidad para entender que si tú hubieras vivido lo que el otro vivió seguramente serías exactamente igual que él o ella. La empatía te libera de las cargas del juicio y del resentimiento. El resentimiento es la resistencia al entendimiento, cuando entiendes el porqué un ser humano actúa como actúa, lo entiendes desde la conciencia, dejas de controlar y juzgar, entonces sanas y todo se aclara.

“Una de las claves para sanar tu relación con tus padres es la EMPATÍA. La Empatía es una de las virtudes maestras que al practicarla de manera habitual, como un acto de amor hacia ti y hacia los demás te permite vivir libremente, y no presa del juicio. La Empatía es una virtud también muy sanadora porque te abre el entendimiento y te permite soltar el resentimiento. Algunos creen que -resentimiento- es sentir doblemente, pero en realidad el -resentimiento- es la resistencia a entender. Cuando entiendes GRACIAS a la Empatía, todo se aclara, los puntos se conectan y le puedes suceder a la realidad que no puedes ni debes de controlar”.

Extracto del libro EL PODER DE LA GRATITUD

Página 36

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/gratitud

Día 221

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 221'.

En los tiempos que hoy corren ya es innecesario tanto esfuerzo físico para lograr abundancia externa. Las fuerzas del cuerpo son muy limitadas en comparación con las del cerebro. Hoy creo que la verdadera abundancia surge cuando mente y corazón se alinean.

“Abundancia no es algo que surge en correlación con el esfuerzo. No por sudar más vas a ser más abundante, no por moverte más vas a ser más abundante. En el pasado tal vez la abundancia económica estaba vinculada con el esfuerzo físico, hoy en el mundo de la tecnología no. Hoy no tienes que trabajar de sol a sombra para ser abundante y pleno interno y externamente”.

Extracto del Seminario Online:

ABUNDANCIA²

Vívelo en ricardoperret.com/abundancia

Día 222

A pair of stylized, symmetrical wings with a feathered texture, positioned behind the text 'Día 222'.

Nunca estás solo. Dios pone a nuestra disposición decenas, cientos, miles de maestros y maestras que nos ofrecen mucho conocimiento, y justo lo que necesitamos al momento de necesitarlo. Hoy, ábrete a seguir aprendiendo...

“Dios no se cansa de mandarte maestros o maestras. Ahí están tus papás o tus hermanos, pero si no quieres verlos a ellos como maestros, pues entonces ahí están tus amigos o amigas, o los pordioseros en la calle, o bien tus exparejas, o tus hijos que son seres de luz. Dios también nos ha mandado animalitos y árboles o plantas como maestros, incluso en tus meditaciones o conexiones puedes invocar a cualquier energía luminosa y será tu maestro maestra”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 2
Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 223



Suelta las emociones tóxicas de otros que no te corresponden. Las emociones de los demás son importantes para ti, pero no son tuyas. Cuando cargas lo que al otro le corresponde inconscientemente le dices que no crees que ella o él sean capaces de hacerse responsables de sus propias emociones, eso los daña más y te contamina a ti. No te metas en el torbellino emocional del otro o de la otra.

“Cargamos emociones tóxicas de otros como culpas, miedos, enojos o tristezas, que se produjeron por eventos en la vida de otros pero que nos echamos a costas a nosotros por miedo, por solidaridad o por reconocimiento. Ejemplo: el abuelo que siempre tuvo miedo a emprender o a ser empresario, el padre también lo tiene y ahora tú, eso te hace preferir inconscientemente ser empleado. O bien, la emoción del enojo de un hombre hacia sus jefes que su esposa ya carga como si fuera de ella propia, aún cuando no le corresponde y a ella no le han hecho nada”.

Extracto del video en YouTube:
4 CARGAS QUE DEBES SOLTAR
Disfrútalo en youtu.be/p1R_Ch64uFo

Día 224



Tus palabras son poderosas, contienen energía. Lo que pronuncias a diario en eso te conviertes. El lenguaje que usas impacta poderosamente en ti y en otros, elige conscientemente palabras y frases que te recarguen, que te purifiquen, que te llenen de energía y vitalidad, a ti y a los demás. Hoy, haz de tu lenguaje tu aliado, no tu enemigo.

“Las palabras y el lenguaje tienen poder, mueven la energía dentro de ti, la contaminan o la purifican, te cargan o te descargan de vitalidad. La garganta y la boca son herramientas de manifestación de lo que vive dentro (pensamientos, intenciones y emociones), ahí confluyen muchos recursos para después pronunciar frases. Es todo un proceso hermoso y poderoso, pero puede ser constructivo para ti o bien destructivo, para ti y para otros a quienes les diriges tus palabras”.

Extracto del libro EL GEN EXITOSO

Página 109

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/gen

Día 225

A graphic of a pair of white, stylized wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 225'.

Todos para uno y uno para todos. Trabajando en equipo, de forma amorosa y en paz se logran grandes proyectos. Hoy, reconoce a quienes te ayudaron en la realización de algún proyecto y hónralos desde la GRATITUD y la admiración.

“Cuando una empresa vive un lanzamiento de producto o servicio, todos en la empresa, en algún momento u otro, participarán. Sin embargo, y aún cuando esto es evidente y lógico, son pocas empresas las que consideran o toman en cuenta a todos los departamentos y a cada individuo dentro de ellos durante los procesos de identificación de oportunidades, ideación y conceptualización, planeación del lanzamiento, producción, distribución, retroalimentación, etcétera. Las ventajas de considerar a todos en la empresa son lógicas: se aprovecha mucho conocimiento y creatividad, se evitan resistencias al cambio, se genera un momentum emocional contagioso que motiva a la culminación del proyecto, se desarrollan fans y embajadores del producto o servicio internamente que simplifican la comunicación favorable hacia afuera y de igual manera se crean las bases de una organización innovadora que se acostumbra a innovar constantemente, la que está llena de nuevas ideas”.

Extracto del libro INNOVATION HOME RUNS

Página 292

Descárgalo en ricardoperret.com/libros

Día 226



El servicio no tiene que presumirse, ni exhibirse como cuadro en una galería. Ese es el ego buscando forjar su identidad a partir de lo que hace, más no a partir de lo que es, su naturaleza, su esencia espiritual. Recuerda, el verdadero servicio fortalece al espíritu y se ofrece con humildad y discreción.

“Mi Maestro me habló del SERVICIO y puso de ejemplo a Jesús: -Él encarnó para evolucionar su espíritu. y para evolucionar su espíritu se centró en servir. Servir puede llegar a cansar al cuerpo y a la mente, pero nunca al espíritu. El espíritu se fortalece con el servicio y entonces le regresa la fuerza al cuerpo y a la mente. El servicio no se tiene que exhibir o gritar a los cuatro vientos; se puede ofrecer con discreción y con humildad. Quien grita el servicio que hace no lo hace con verdadero propósito de servir, sino de lucirse con su servicio. Eso sólo alimenta al ego y hace que la persona dependa de la aprobación de los demás-. ¡Puf, zas! ¿Así o más concreto?”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 3

Página 21

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 227

A decorative graphic consisting of two stylized wings, one on the left and one on the right, with a central point where they meet. The wings are simple line art with a feathered texture.

La relación más poderosa que existe para un ser humano es con sus padres. Pero si tuviéramos que encontrar, dentro de estas relaciones, la más crucial de todas sería aquella entre un papá (hombre) y su hija (mujer). El cómo está una mujer con su papá es capaz de definir todo su sistema emocional y sus relaciones. Hoy, si eres mujer, busca sanar la relación con tu padre. Hoy, si eres hombre y tienes hijas, revisa cómo está la relación con ellas.

“Para la hija el papá representa protección, seguridad, proveeduría y hasta juego y diversión. Pero también representa su referencia para saber que puede atraer y mantener la atención de un hombre, lo cual le será de suma importancia hacia el futuro para asegurarse que podrá encontrar un hombre con quien reproducirse. La relación de una hija con su padre es capaz de definir el futuro de una mujer en su vida. El cómo está ella energética y emocionalmente lo proyectará en el resto de sus relaciones”.

Extracto del video en YouTube:
SANANDO LA RELACIÓN PAPÁ-HIJA
Disfrútalo en youtu.be/Vm4Fgg_R26s

Día 228



Vivamos nuestra espiritualidad al máximo desde sus primeros preceptos, aceptando que todos somos hijos e hijas de Dios, y que todos tienen el derecho de tener una relación directa con Dios, sin la obligación de la intermediación de nadie, que nadie tiene el monopolio de la espiritualidad. Creer que sólo una religión tiene la verdad es de arrogantes e ingenuos. Dios nos habla a todos, todos somos hijos e hijas de Dios, todos venimos y vamos a Dios. Con o sin religión tú puedes mantener una relación estrecha con Dios.

“La Biblia no es el único libro que se considera sagrado o que contiene información escrita por seres humanos inspirada en diálogos con Dios. El Corán es el libro sagrado para el Islam, los Vedas y el Upanishad son los libros o recopilaciones de escritos sagrados para el hinduismo, el Tanaj es el libro sagrado para los judíos, el Popol Vuh para los mayas. No hay que ser arrogantes y pensar que hay un solo libro sagrado, sino muchos, Dios no inspira sólo a unos, sino a todo aquel que se deja, a lo largo de la historia y en cualquier rincón del mundo. Una religión que cree que es la única que tiene la verdad rompe con el primer precepto detrás de la espiritualidad. El primer precepto es que todos somos hijos de Dios, todos somos iguales, todos venimos y vamos a Dios, a todos nos habla. Promover que sólo una religión tiene la verdad es promover la soberbia y el control”.

Extracto del libro DIARIO DE UN SANADOR

Página 131

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/diario

Día 229

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 229'.

Hoy, escucha tu corazón, puedes hacerlo fácilmente utilizando un estetoscopio como te enseñé en mi Seminario en línea, no es algo tan complicado. Pregúntale qué relaciones viven sanas en ti y cuáles necesitan un poco de la poción mágica del amor y la comprensión para sanarlas. Él te responderá, sigue sus latidos. No te des por vencido con ninguna relación, en tu corazón todo se puede acomodar.

“El corazón nos dirá si una relación es sana o por sanar. No quiero decir -una relación enferma o una relación que tienes que soltar- porque para el corazón todo es amor, o está sano o metiéndole amor lo puedes sanar. Para el corazón toda relación tiene esperanza, y tal vez desde tu mente egoísta estás pensando -súper, tengo una esperanza con la pareja que siempre he querido estar-, nooo, ese es tu ego hablando. Cuando digo que toda relación tiene esperanza es que el corazón con toda relación puede estar en paz, pero en ocasiones está más en paz cuando estás lejos físicamente de la persona pero cercano emocionalmente de ti hacia ella”.

Extracto del Seminario Online:
EL PODER DEL CORAZÓN
Vívelo en ricardoperret.com/corazon

Día 230



Haz el amor, no sólo el sexo. El sexo no debería ser una experiencia de 20 minutos sin amor, sino una práctica espiritual de 20 horas con amor. Elige bien a tu pareja porque con ella o con él intercambiarás tu energía, darás de la tuya y recibirás de el otro o la otra. Entender que hacer el amor es un acto de visitar a Dios en pareja debería de ser algo que todos lográramos al menos en una época de nuestra vida.

“Pero qué tontos son ustedes los seres humanos, han limitado la práctica más profunda y especial de amor a una restringida y limitada experiencia de 20 minutos. El sexo es una de las acciones más espirituales y llenas de amor con que Dios los dotó y ustedes la limitan a un contacto de poco tiempo y, en muchas ocasiones, incluso practican el sexo sin amor. El sexo debe ser una experiencia de 20 horas, diez horas previas al clímax y 10 horas posteriores. No se trata de estar todo el tiempo compenetrados, se trata de disfrutarse el uno al otro por un largo periodo, darse masajes, tocarse, ver una película juntos, escuchar la música que los conecte, contarse historias, y después vendrá el acto sexual. Una vez que ha terminado deben continuar con las caricias, los masajes, darse alimento el uno al otro, seguir interactuando por muchas horas. El sexo con amor de 20 horas equivale a mucho más que toda una vida de sexo sin amor de 20 minutos. Pero ustedes los seres humanos son tan ingenuos y se dejan programar con todo el contenido sexual de los medios, ahí los programan para que dure lo menos posible. Les ha sido sembrado que el sexo es prohibido, les ha sido sembrada una profunda culpabilidad alrededor del sexo. No han entendido que el sexo es amor y el amor es para liberar, no para atar ni dominar”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol.1

Página 149

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 231

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 231'.

Hoy, celebra más los triunfos personales que los triunfos profesionales, tanto tuyos como de los demás. Celebra más la esencia y sus virtudes que los resultados materiales que se obtienen.

“No les festejes a tus seres queridos tanto sus triunfos personales, celebrales las virtudes, las creencias, los valores que tuvieron que poner en práctica para conseguir esos triunfos profesionales. ¿Quieres que tu hijo siga esforzándose, que siga metiéndole inteligencia, memoria, puntualidad, que siga poniendo atención a las cosas que aprende? Pues no quieres que se apegue a los dieces, no quieres que se sienta deprimido cuando no saque calificación perfecta, no quieres que tu pareja se sienta deprimida cuando ya no esté en esa posición de directora o director de ventas en esa empresa multinacional. Quieres que ellos sigan siendo puntuales, que sigan esforzando por lo que quieren, que sigan definiéndose grandes metas, que sigan teniendo buena voluntad, que sigan siendo éticos, que vivan desde su esencia y autenticidad”.

Extracto del video en YouTube:

ÉXITO PERSONAL

Disfrútalo en youtu.be/1YglEoDyGSM

Día 232



Las oportunidades están a tu alrededor todo el tiempo, la clave es saber identificar las que son relevantes para el logro de tus objetivos. Cuando un ser humano está en la búsqueda de sus intenciones, ya sea aún joven o en su adultez, la disposición y entusiasmo por la búsqueda le permiten estar abierto a encontrar precisamente sus intenciones. Si aún no tienes claras tus intenciones y por ende tus objetivos, es vital que tengas tus receptores abiertos para que cuando lleguen las puedas identificar.

“A los exitosos los definen los momentos de oportunidad que supieron aprovechar. Bien fueron momentos de crisis o emergencia, o simplemente momentos positivos de oportunidades evidentes. El exitoso es aquel que como águila observa las oportunidades y se lanza certero sobre ellas. El hecho de tener intenciones perfectamente claras es una variable muy positiva que te permite identificar las oportunidades para avanzar tu agenda. Cuando sabes lo que quieres tus radares están completamente abiertos. Pero cuando no sabes lo que quieres o sigues la agenda de otras personas, las grandes oportunidades pasan desapercibidas y tal vez nunca más se repite”.

Extracto del libro EL GEN EXITOSO

Página 162

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/gen

Día 233

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 233'.

Gandhi, uno de los grandes luchadores sociales de todos los tiempos, dijo: “Debemos de ser el cambio que deseamos ver en el mundo”. Así, para mover cualquier idea, acción o discusión en pro del país y sus habitantes, primero hace falta un compromiso de nuestra parte por ser ciudadanos responsables, que actúen desde un enfoque espiritual y ético, que luchen desde la paz, la tolerancia y el amor.

“Para exigirle a las autoridades comencemos por ser buenos ciudadanos. Ponle tú la muestra a ellos de cómo cumplir sus roles y responsabilidades. Paga tus impuestos bien, en tiempo y forma; respeta las señales de tránsito; vota con conciencia; participa en actividades de la colonia y la ciudad; cuida los parques y calles; respeta tus vecinos; lánzate cuando puedas a algún puesto público para hacer cambios desde el corazón y con ética; contagia a otros ciudadanos a vivir con civilidad. Lanza menos críticas destructivas a gobernantes y ciudadanos y más propuestas estudiadas”.

Extracto de las tarjetas 52 HÁBITOS TRANSFORMADORES

Hábito 37

Descárgalo en play.google.com/store/apps/details?id=io.habitos.transdormadores

Día 234

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 234'.

En los tiempos que corren hoy ya es innecesario tanto esfuerzo físico para lograr abundancia externa. Las fuerzas del cuerpo son muy limitadas en comparación con las del cerebro. Hoy creo que la verdadera abundancia surge cuando mente y corazón se alinean.

“Abundancia no es algo que surge en correlación con el esfuerzo. No por sudar más vas a ser más abundante, no por moverte más vas a ser más abundante. En el pasado tal vez la abundancia económica estaba vinculada con el esfuerzo físico, hoy en el mundo de la tecnología no. Hoy no tienes que trabajar de sol a sombra para ser abundante y pleno interno y externamente”.

Extracto del Seminario Online:
ABUNDANCIA²

Vívelo en ricardoperret.com/abundancia

Día 235

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 235'.

Nunca combatas los miedos, no los ataques, ni te pelees con ellos. Los miedos no son el enemigo, son el aliado, y a un aliado lo que haces es escucharlo. Cuando hayas escuchado a tus miedos y aprendido sus lecciones, tus miedos se irán y podrás vivir en paz. Hoy, abraza a tus miedos y agradece a Dios por darte la capacidad de sentirlos.

“El miedo es una emoción con la que Dios nos equipó. Los miedos no son tus enemigos, los miedos son tus aliados. Si mi hija anda en el bosque y de repente escucha el sonar de una víbora de cascabel, yo quiero que ella sienta miedo. Pero quiero que ella sea capaz de escuchar su miedo; que su miedo le diga: -Valentina, esa es una víbora, estás entrando a su territorio, podría atacarte si te acercas más. Despacio, con calma, distánciate y camina lejos de ella-. Yo no quiero vivir sin miedos, pero sí quiero tener la capacidad para soltar los miedos rápido. Y la técnica es RAAS: reconozco al miedo, abrazo al miedo con gratitud, aprendo del miedo y lo suelto”.

Extracto del video en YouTube:
SANANDO LOS 7 MIEDOS QUE ACTIVÓ LA PANDEMIA
Disfrútalo en youtu.be/W3HZbWFCVIU

Día 236



No le temas a tu reconexión espiritual, esta te traerá grandes cambios, sí, pero serán muy positivos. Si algunas personas se alejan está bien, ya volverán después o bien no pertenecían a tu presente y tu nueva evolución. Hoy, abraza la posibilidad de reconocerte como un ser espiritual viviendo una dimensión humana y espiritual, abraza tu realidad espiritual y darás la bienvenida a grandes cambios.

“Muchas personas tienen miedo a la reconexión espiritual porque creen que eso les implicará dejar de hacer ciertas actividades que disfrutaban mucho, dejar de comer algunos alimentos que siempre han comido y que los conectan a su niñez o lugar de origen, dejar de hablar de cierta manera, no socializar con ciertas personas y no visitar espacios que desean. Lo cierto es que SÍ, cuando te reconectas con tu Yo Espiritual dejan de importarte algunas cosas porque comienzas a vivir en abundancia interna y dejas de necesitar todo aquello que hacías, comías o comprabas para llenar vacíos inconscientes de dolor o de miedo. Pero al obrar así, correctamente, lo que experimentas no es una renuncia sino una liberación de ataduras, apegos y adicciones inconscientes. Sueltas desde el amor y la paz, y no desde la obligación”.

Extracto del libro INTELIGENCIA ESPIRITUAL PARA LÍDERES

Página 78

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/inteligenciaespiritual

Día 237

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 237'.

Cuida tu energía vital o sexual. Nadie en plena consciencia espiritual y en plena educación sexual podría desperdiciar la gran energía y el poder nutritivo de la energía vital o sexual, recurriendo a actos sexuales sin amor o a través de masturbaciones contaminadas con pornografía. Cuando se descubre el poder creador, recreador y procreador de esta energía, se la aprovecha al máximo.

“Hemos sido programados para tener relaciones sexuales de control, de dominio, de placer terrenal, de dependencia, de juzgamiento y crítica, de aprovechamiento del otro, de llenar huecos inconscientes en nuestra mente; lo cual es primitivo y escaso de divinidad. Hacer el amor es un acto espiritual de entrega, de servicio, de unidad, de confianza, de plenitud, de autenticidad, de libertad. Hacer el amor integra a Dios en el proceso, es divino y sagrado, es un viaje a visitar a Dios y a activar a Dios dentro de nosotros, sea en lo individual o en pareja. Pero hacerlo en pareja desde una perspectiva de amor total, autenticidad, libertad, confianza plena y cero juicios, en donde el hombre no ejerce el control sobre la mujer sino que hay una sincronía, una danza de cuerpos y aromas hermosos nacidos del amor y la pureza de los cuerpos”.

Extracto del Seminario Online:
EL PODER SAGRADO DE TU ENERGÍA SEXUAL
Vívelo en ricardoperret.com/energia

Día 238



La felicidad es una cuestión de actitud. Nos han programado para pensar que la felicidad sólo se puede experimentar en espacios como los parques de Disney, cuando en realidad en cualquier espacio se puede. Hasta cierto punto, en cualquier lugar nos podemos dejar sorprender, podemos fantasear, dejar volar nuestra creatividad y vencer a los “enemigos” con nuestros superpoderes, como lo hacemos en Disney. Y tú, ¿cómo puedes hacer del lugar que hoy habitas, o por el que pasas, un gran parque de diversión como el de Disney?

“Esa noche volví a conectarme y me sucedió algo extraordinario, directamente relacionado con la experiencia que estábamos viviendo en Disney, y en todos estaba yo feliz: reía, convivía, jugaba, cantaba, bailaba, tomaba fotos, abrazaba, me ponía las orejas de Mickey, me sorprendía, admiraba, celebraba, tanto solo como con mis acompañantes. Y entonces el mensaje llegó después de estas bellas imágenes: -Ustedes los seres humanos han crecido pensando que sólo en algunos lugares y espacios pueden ser muy felices, cuando en realidad ese potencial está permanentemente dentro de ustedes, sin importar en qué espacio estén. No se trata de un lugar, sino de una intención y una actitud interna de fe, de amor incondicional y de humildad-”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 3

Página 21

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 239

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 239'.

Hoy, hazte consciente de cuál o cuáles de estos 6 pasos que te comparto a continuación está obstaculizando tu proceso a atraer cosas hermosas a tu vida.

“PARA ATRAER Y MATERIALIZAR A TU VIDA LO QUE QUIERAS...

- 1- Abre el corazón hasta llevarte a un estado de amor y de abundancia*
- 2- Visualiza puntualmente y con el corazón abierto lo que quieres atraer*
- 3- Comprométete con lo que visualizaste*
- 4- Actúa en pro de esos compromisos*
- 5- Siéntete merecedor o merecedora de ello*
- 6- La materialización, ves realizadas en la realidad las peticiones que lanzaste al Universo”.*

Extracto del video en YouTube:
LA FÓRMULA MÁGICA PARA ATRAER BENDICIONES
Disfrútalo en youtu.be/0RzFJYS59v0

Día 240



Las emociones que vives se contagian, otros las absorben. Una emoción es la reacción corporal a una percepción o conjunto de percepciones sobre la realidad que vives. Si cambias tus percepciones cambiarás tus emociones. Contagia lo mejor de ti, sana en ti aquello que produce emociones “negativas” en ti.

“Recuerda, las emociones -negativas- se contagian y otros las absorben. Y lo mismo sucede con las positivas. Si percibes que tus hijos experimentan una gran cantidad de emociones -negativas-, tal vez es porque lo han absorbido de ti, y esto ha sucedido de manera inconsciente tanto para ti como para ellos. Si tus colaboradores andan estresados y son poco productivos, tal vez tus emociones -negativas- los han contagiado. Si eres maestra o maestro y tus estudiantes experimentan emociones -negativas- durante tu clase, tal vez las han aprendido de ti, su líder, su autoridad. Así que trabajar en tu sistema emocional no sólo te traerá grandes beneficios a ti como individuo, sino también a las personas que te rodean. Al sanarte podrás ayudar a sanar también a tus relaciones”.

Extracto del libro NEW ME

Página 27

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/newme

Día 241

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned symmetrically around the text 'Día 241'.

Si abres bien los ojos sabrás que Dios pondrá a tu alrededor a muchos maestros y maestras para aprender y crecer con ellos y ellas. Hoy, observa a quienes te rodean como tus grandes aliados para tu crecimiento, auto-obsérvate reaccionando por lo que hacen y cómo se comportan, estoy seguro que grandes aprendizajes obtendrás de este proceso consciente.

“Los maestros están en todos lados, nos demos cuenta o no. En la persona más humilde, en el enfermo o en el preso, puedes encontrar a un gran maestro. En ocasiones, a quienes más criticamos, de quienes más renegamos, incluso de quienes más nos distanciamos, son grandes maestros, pues ponen en jaque tu tolerancia, tu fuerza de voluntad y te obligan a conocerte mejor, lo que eventualmente genera una mejor autoaceptación y fuerza para tu transformación. La gran mayoría de las veces son aquellos que tocan tus fibras sensibles tus mejores maestros, si los ves como enemigos podrías estar desaprovechando una gran oportunidad para aprender”.

Extracto del libro EL GEN EXITOSO

Página 266

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/gen

Día 242



Libérate, deja de criticar a otros porque eso te hará preso. El juicio para otros es también una forma de evadir la responsabilidad de crecer y madurar. Hoy, auto-obsérvate, si lanzas muchos juicios analiza de qué lugar dentro de ti están saliendo. Suelta el juicio y serás más libre.

“Quien tiene malos comentarios de alguien, se encarcela; quien tiene buenos comentarios de otros se libera. Si vives admirando vives libre, si vives criticando vives preso de tus propios juicios y actitudes. Libérate. La única manera de conquistar una gran montaña como ésta es liberándote. La mejor forma de liberarte es perdonarte, saber que todo lo que ha pasado es lo que debía haber pasado, no cargar rencores en contra de nadie. Todo lo que hiciste fue lo mejor que pudiste hacer en ese preciso momento. Las experiencias son para aprender y estás aprendiendo mucho, así estaba escrito”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 1

Página 59

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 243

A decorative graphic consisting of two stylized, symmetrical wings with feathered details, positioned behind the text 'Día 243'.

Hoy, deja que tu niño o niña interior sea tu gran maestro(a). Déjate entregar el regalo de la actitud de la alegría, de la autenticidad, del compartir, del amor, de la ingenuidad, del admirar, de la humildad, de la diversión... de cuando eras niño(a).

“¿En qué momento te olvidaste de seguir siendo niño o niña? ¿En qué momento creíste que para ser adulto tenías que olvidarte de la creatividad que vivías cuando eras niño o niña, de la humildad, de la autenticidad, de la gratitud, de las ganas de vivir, de vivir el aquí y el ahora? ¿En qué momento creíste que para crecer, que para ser papá, que para ser mamá, que para ser empresario, que para ser gobernante tenías que matar al niño o a la niña que fuiste? Vive con actitudes de amor, de gratitud, de humildad, de creatividad, de ingenuidad, de amor por la vida, esa energía que te llenaba de niño y de niña”.

Extracto del video en YouTube:
RESCATANDO A MI NIÑO INTERIOR
Disfrútalo en youtu.be/Sr2T8B4qPIU

Día 244



Hoy, hazte consciente de cuáles o cuál es la razón de tu infelicidad.

“Si recientemente has creado caos alrededor de tu felicidad y has hecho algo para romper la armonía que ya tenías en tu vida... una de tres:

- 1) has sido programado para creer que sólo en el caos y la infelicidad puedes evolucionar, e inconscientemente estabas gritando por un cambio!*
- 2) has sido programado para creer que no mereces la felicidad y la plenitud, y eres adicto al sufrimiento y a la victimización !*
- 3) vives dormido, no eres consciente de las bendiciones que ya tienes, no las agradeces, y caes en tentaciones fácilmente que te conducen al sufrimiento !”.*

Extracto del video en YouTube:

3 MOTIVOS QUE PROVOCAN LA INFELICIDAD

Disfrútalo en youtu.be/HQ7X-H-lgJc

Día 245

A pair of stylized, symmetrical wings with a feathered texture, positioned above the text 'Día 245'.

La clave para una juventud extendida es: a mayor edad mayor GRATITUD. A partir de hoy medita y ahí en el silencio agradécele a cada parte de tu cuerpo lo que hace por ti y para mantenerte con fuerzas y salud. Verás que pronto retomas tu comunicación con este y te sientes mejor.

“El ser humano se ha olvidado de sentir gratitud hacia cada parte de su cuerpo y de estar en paz con cada una. Se han olvidado de entender para lo que verdaderamente sirve cada parte, y se han olvidado de escuchar sus mensajes. En el antiguo Egipto los Sabios sabían que sentir gratitud hacia cada parte del cuerpo, por todo lo que cada una ya había hecho por ellos, y tener fe en lo que habría de hacer por ellos en el futuro, era una gran medicina. El ser humano envejece exponencialmente porque se va enojando con su cuerpo conforme ve que no puede hacer lo que hacía antes. El ser humano se enferma más conforme avanza en edad porque se autoataca impulsado por la ira que siente al ver que le salen canas y arrugas. Sin embargo, y por el contrario, lo que el ser humano tiene que hacer es sentir una enorme gratitud por todo lo que su cuerpo y sus partes hacen por él, a pesar de que envejece. Esta es la clave de un proceso de juventud extendida: a mayor edad mayor gratitud”.

Extracto del libro digital CUERPO VIRTUOSO
Descárgalo en ricardoperret.com/libros/cuerpovirtuoso

Día 246



Vivir dando te permite sentirte abundante, y desde una mayor abundancia interna atraerás más abundancia externa. Hoy, comparte, sirve, da más, no sólo materialmente sino también emocionalmente a los demás.

“Al DAR aprendes mucho más que al RECIBIR. Si quieres vivir aprendiendo vive DANDO, no recibiendo. Podrás DAR más mientras tu cuerpo y tu mente sean más ligeros de necesidades. Ellos, en realidad, no requieren tanto como tú crees. Cuerpo ligero y mente ligera. Las decisiones son simples cuando vives DANDO con amor incondicional, con GRATITUD al pasado y Fe en el futuro. Su cuerpo es ligero cuando viven bajo emociones positivas y alimentación sana. Hijo, tienes que vivir DANDO, para vivir APRENDIENDO, y para ello es necesario vivir con mente ligera y cuerpo ligero”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 2

Página 42

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 247

A decorative graphic of a pair of white, stylized wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 247'.

Las emociones negativas son maestras. Aprende a vivir con ellas, pero aprende más a aprender de ellas y dejarlas ir.

“No se trata de volvernos una víctima eterna de las emociones negativas, abrazarlas, quedárnoslas y poseerlas para toda la vida, queremos dejarlas ir. Pero para eso sí tenemos que abrazarlas, momentáneamente, aceptarlas, escucharlas, entenderlas y dejarlas ir. Una emoción negativa se retira de nuestra vida cuando dejamos de resistirnos a ella, cuando la vemos como un maestro, como una maestra”.

Extracto del video en YouTube:
TIP EMOCIONES NEGATIVAS
Disfrútalo en youtu.be/RwqbtMNs76E

Día 248

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned centrally below the title 'Día 248'.

Sé consciente del tipo de creencias que confeccionan los lentes con los que percibes tu realidad, pues de estas depende tu vida. Tú decides si vivir con creencias empoderadoras o con creencias limitantes. Las creencias limitantes te hacen interpretar la realidad y generar emociones de escasez; mientras que las positivas te ayudan a percibir la realidad desde una perspectiva de abundancia. Al sentirte en escasez recurras a las adicciones para llenar huecos, al sentirte en abundancia recurras a compartir y servir.

“La realidad que vives es una realidad no objetiva, sino interpretada. Dependiendo de tus experiencias de vida son tus creencias y estas son los lentes para percibir la realidad e interpretarla. Hay creencias positivas (empoderadoras) y creencias negativas (limitantes). Si vives bajo creencias negativas es urgente que encuentres su origen y las liberes”.

Extracto del Seminario Online:
SANACIÓN EMOCIONAL (Back to Me)
Vívelo en ricardoperret.com/seminario

Día 249



¿Tus ideas de cambiar el mundo no te producen pasión y miedo a la vez? Sí, si estás en el camino correcto. Cuando decides seguir tu pasión siempre habrán miedos, lo importante es saber escuchar sus mensajes y entonces soltarlos desde la GRATITUD.

“Cuando hay pasión siempre habrá miedo. Pasión y miedo son como el ying y el yang, coexisten, se atraen, no pueden vivir el uno sin el otro. En el camino al éxito habrá miedos a no estar enfocado en los objetivos correctos, a que haya otros mejores para el logro de tus intenciones; miedos a estar perdiendo tanto tiempo y que los que te critican tengan razón; miedo a no estar trabajando en la solución correcta del problema; miedo a que haya otros que lo logren primero que tú; miedo a que el tiempo de vida, o la capacidad de esfuerzo físico o mental no te dé suficiente para llegar a la meta. El miedo en el camino al éxito es común, aprender a vivir con él, comprenderlo, aceptarlo y en la medida de lo posible calmarlo, es también parte de disfrutar el camino y los avances. Pero los exitosos y exitosas son capaces de escuchar el MIEDO, identificar los mensajes que estos quieren ofrecerles y entonces soltarlos desde la GRATITUD, porque entienden que los miedos son maestros y que Dios los puso dentro de ellos para mejorar, no para destruirlos”.

Extracto del libro EL GEN EXITOSO

Página 145

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/gen

Día 250



“Moverme, moverme, al creador le gusta que me mueva, de la estática no aprendo, del movimiento sí acumulo experiencias y crezco”.

En cuanto dejes de aprender de una situación, muévete y busca nuevas, esa es la evolución. Y recuerda, muévete desde la paz, así avanzas más rápido y en la dirección correcta.

“En cada movimiento que haces, cuerpo, mente y espíritu te envían señales de lo que quieren experimentar ahí; tienes que enfocarte en la acumulación de una experiencia y seguir en movimiento, no puedes mantenerte estático, permite que el flujo te lleve. Deberás ser muy consciente para evitar que el movimiento sea por miedos. La búsqueda de comodidad puede ser muy placentera para el cuerpo y la mente, pero no ofrecerte espacios y aprendizajes necesarios para el espíritu. El movimiento te ofrece oportunidades infinitas que la estática jamás te ofrecerá”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 3

Página 37

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 251

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 251'.

Un cuerpo estresado es un cuerpo que se enferma, una mente estresada es una mente que no está en paz para vivir feliz y para tomar grandes decisiones. Hoy, observa cómo has administrado tu estrés en las últimas semanas y determina qué dinámicas antiestrés puedes aplicar.

“El estrés no solamente genera un daño en nuestro cuerpo, sino que también genera un daño en nuestro entorno. Respondemos agitadamente y agresivamente ante los demás, ante nuestros hijos, ante nuestra pareja. Vamos tomando malas decisiones en cuanto a cómo administrar el gasto y vamos tomando malas decisiones en cuanto al trabajo. Porque las ideas creativas, el propósito de vida, el enfoque, incluso la buena salud, se derivan del no estrés. Tú puedes conscientemente desestresar a tu cuerpo, incluso antes de que encuentres la solución al problema que estás enfrentando. La meditación es antiestrés, la respiración es antiestrés, agradecer las bendiciones que tienes en este momento es antiestrés. Darte un baño de agua calientita, poner música sanación o ir al bosque a caminar descalzo, respirar aire puro y escuchar a los pajaritos es antiestrés. Incluso hablarle por teléfono a tu mamá y decirle –mamá, te amo, gracias por todo lo que me has dado en la vida- es antiestrés. Cerrar tus ojos y visualizar a tu padre, que tal vez ya falleció pero que sigue muy presente en tu vida espiritual o espiritualmente, y abrazarlo es antiestrés. Hay muchas dinámicas antiestrés, ¿tú cuáles aplicas y cuáles te sirven?”.

Extracto del video en Youtube:
CÓMO MANEJAR EL ESTRÉS
Disfrútalo en youtu.be/tHpkksUQfQs

Día 252



No trates de controlar el futuro, basta con ir sembrando cosas positivas cada día para estar seguro que el futuro será bueno para ti y te traerá grandes bendiciones. -Deja que tengan miedo del futuro los que creen que no merecen mucho, pero si tú mereces mucho hijo mío, porque vi- ves sembrando, entonces no tengas miedo del futuro-, me dijo mi papá un día.

“Cuando vivimos buscando controlar el futuro, olvidamos vivir el presente. Tratar de controlar el futuro es producto de conflictos no resueltos de nuestro pasado y es otra forma de distanciarnos del presente. La mejor forma de -controlar- el futuro es soltándolo. El destino ya existe en otro tiempo y espacio. Es como el viento y sólo falta que te espongas a él y permitas que acaricie tu rostro con suavidad. Ahora bien, una cosa es querer controlar el futuro por miedos y otra cosa querer influir en nuestro futuro desde el amor y la humildad. Al final de cuentas todo lo que hacemos en este momento influye en nuestro futuro. La mejor forma de anticiparnos al futuro es sembrando cosas positivas todos los días, y de esa manera siempre confiarás en recoger grandes frutos en el futuro. Vivir de manera impecable, haciendo el bien y alimentando nuestro espíritu, es la mejor manera de tener fe y confianza en nuestro futuro”.

Extracto del libro INTELIGENCIA ESPIRITUAL PARA LÍDERES

Página 151

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/inteligenciaespiritual

Día 253

A pair of stylized, symmetrical wings with a feathered texture, positioned above the text 'Día 253'.

Meditar es una gran forma de vivir nuestra espiritualidad, regresar al origen y a nuestra esencia. Meditar no es para consultarle a nuestra mente lo que debemos de hacer, sino para preguntarle a alguien más sabio que nuestra mente, a Dios, a la Madre Tierra, al Universo, incluso a nuestro propio cuerpo, qué quieren de nosotros. Hoy, al meditar, pregunta, calla y escucha sin meterle tanta mente a las respuestas que te lleguen. Ten fe.

“Cuando comencé a meditar diariamente, lo que hacía era preguntarle a mi mente qué era lo que me recomendaba hacer durante el día para lograr mis objetivos, pero pronto pude comprender que la clave de la meditación no era esa, sino preguntarle a mi corazón, a Dios, a la Madre Tierra, que quería de mi ese día. Meditar es mediar, mediar las intenciones de Dios y el Universo para que yo pueda manifestarlas al exterior”.

Extracto del libro EL GRAN MAESTRO

Página 190

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/elgranmaestro

Día 254



Cuando le arrebatas a otra persona su libre albedrío y su voluntad, tarde que temprano sufrirás, además del sufrimiento que generas en este otro u otra. Es mejor respetar el libre albedrío de los demás, darles espacio para tomar sus decisiones y seguir sus caminos.

“Es importante que aprendas una gran lección: nadie debe imponer su voluntad a otro. Nunca, nunca olvides que lo más importante en la vida de un ser humano, y que todos los demás deben respetar, es su libre albedrío, llliiibbbree aaalllbbbeeeddrrriiiiiooo. Jamás lo olvides; el que no respeta el libre albedrío de los demás, tarde que temprano sufrirá. Todos los seres humanos en este planeta tenemos que respetar el libre albedrío de los demás; esta es una de las primeras reglas de la creación”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 1

Página 22

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 255



Es hora de tomar decisiones en tus negocios y en tu trabajo, aquí 16 recomendaciones que te doy:

- 1- *Sé totalmente transparente con tus socios, clientes, proveedores y colaboradores.*
- 2- *Sé creativo para generar muchas ideas nuevas y atrevidas.*
- 3- *Sé innovador para agregar el mayor valor posible a tus clientes.*
- 4- *Sé ahorrador para gastar sólo en aquello que sea esencial o necesario.*
- 5- *Sé justo para darle a cada quien lo que le corresponde y tomar sólo lo que te corresponda.*
- 6- *Sé oportuno para tomar ya las decisiones que sabes que tienes que tomar.*
- 7- *Sé visionario e investiga lo que otros grandes visionarios están haciendo.*
- 8- *Sé desapegado para dejar ir lo que tienes que dejar ir y transformar lo que tienes que transformar.*
- 9- *Sé digital lo más que puedas.*
- 10- *Sé eficiente para optimizar tus recursos al máximo.*
- 11- *Sé investigador para mantenerte actualizado a las necesidades y prioridades de tus clientes.*
- 12- *Sé práctico para aterrizar las ideas y ejecutar acciones concretas.*
- 13- *Sé introspectivo para tomar decisiones no desde el miedo, sino desde el amor, la paz y la justicia.*
- 14- *Sé positivo para mantenerte con fe y esperanza en que todo está bien y estará mejor pronto.*
- 15- *Sé solidario para hacer grandes alianzas.*
- 16- *Sé espiritual, dialoga con Dios, que es tu mejor Socio, y toma decisiones que enriquezcan tu espiritualidad”.*

Extracto del video en YouTube:

15 RECOMENDACIONES DE NEGOCIOS PARA ESTAS ÉPOCAS

Disfrútalo en youtu.be/L0DsqqdOhGM

Día 256

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned centrally below the title 'Día 256'.

Suelta un poco el control. En cuanto sueltas el control liberas la necesidad de planear para tomar decisiones, y en cuanto eso sucede liberas espacio en la mente para recibir mensajes del Universo o bien para generar hermosas ideas nacidas del corazón.

“Había cedido mi voluntad por 24 horas a una amiga budista, fue hermoso lo que sucedió. Ella me pidió una súper sopa de hongos para la cena, sin saber que a mí no me gustaban los hongos cocidos, pero la empecé a probar y estaba rica y me la comí toda. En la mañana yo no quería meditar a las 5 de la mañana pero ella decidió que lo hiciéramos y fue una súper meditación. En otros momentos yo no quería lavar platos y ella decidió que no laváramos platos, fue en ese instante que me cayó un veinte: no solamente las decisiones que yo tomo por mí me hacen feliz o fuerte, las decisiones que alguien más toma por mí también tienen el potencial de hacerme feliz y de hacerme fuerte. Fue extraordinario, y yo ya estaba abierto a que otros pudieran tomar decisiones por mí. Ceder mi voluntad, dejar de controlar, dejar de decidir, también me podía conducir a la felicidad”.

Extracto del Seminario Online:
PAREJAS FUERTES, PAREJAS SAGRADAS
Vívelo en ricardoperret.com/parejas

Día 257



La percepción de rechazo desencadena la creencia de “no soy aceptado”, “no soy bienvenida” o “para esta persona no soy importante”. Pero cuando caes en cuenta que Dios ya te aceptó y que te mandó al mundo a vivir, todo se empieza a aclarar. Te sientes aceptado, bien recibido por los demás, te sientes capaz de agregar valor y de recibir valor de los demás, te sabes ÚNICO Y EXTRAORDINARIO, FUERTE Y APOYADO.

“La percepción de ser rechazado en un momento o lugar por ciertas personas, genera un dolor profundo porque atenta contra la seguridad de la persona, su sentido de relevancia en el mundo y su capacidad de construcción de un futuro. Esta creencia tiende a minar la disposición y capacidad de integrarse a grupos, de convivir con los demás, de estar en paz con la familia y de hasta tener una pareja sólida. Muchas manifestaciones surgen de esta creencia, como las ganas de controlar las situaciones, miedo ante la opinión de los demás, introversión, y hasta una manera de caminar tomando precauciones sobre lo que sucede alrededor”.

Extracto del libro NEW ME

Página 119

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/newme

Día 258



La vida es una gran escuela, vive aprendiendo. Desde la humildad reconoce que cada persona y cada creación de Dios que encontramos a nuestro paso vienen con la misión de enseñarnos algo, por algo los y las encontramos en nuestro camino. Hoy, abre los ojos, corazón y mente a captar los aprendizajes que Dios te manda a través de personas o cualquier otra de sus creaciones.

“Deberás ser humilde con cada persona y con cada elemento que encuentres en tu camino. Necesitarás ser humilde para aceptar que todos ellos son grandes maestros para ti. Cada persona y cada elemento creación de Dios que encuentres a tu paso fue enviado a tu vida y tiene una misión por cumplir contigo. Los arrogantes y soberbios, creyéndose maestros, dejan pasar la oportunidad de aprender de esas personas y elementos. La humildad te ayuda a ser aprendiz y a aprovechar los mensajes y lecciones que cada uno de ellos trae para ti. Pero también deberás ser humilde para saber que tú también tienes una misión para ellos y que deberás servirles en sus aprendizajes y crecimiento”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 2

Página 248

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 259

A pair of stylized, symmetrical wings with a scalloped edge, positioned behind the text 'Día 259'.

Las expectativas van acompañadas siempre de algo de control de tu parte. Al esperar tanto algo, y hasta depender de eso para ser feliz o sentirte en espacio de seguridad, buscarás meterle recursos a controlar lo que sea necesario para que la expectativa se cumpla. Cuando sueltas tantas expectativas y permites que la vida te sorprenda, cosas mágicas suceden.

“Cuando sueltas la expectativa de que los demás se comporten como tú esperarías que lo hicieran aumenta tu felicidad. ¿Por qué? Porque te deshaces de tu ego, de tu arrogancia y también te deshaces de tus ganas de controlar el mundo. Y eso implica que aumente tu aceptación y tu flexibilidad, y que seas feliz con cualquier cosa que ellos hagan y con cualquier cosa que venga”.

Extracto del video en YouTube:
DEJAR DE CONTROLAR
Disfrútalo en youtu.be/q-Ci73-diXY

Día 260

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned symmetrically on either side of the text 'Día 260'.

Una persona exitosa no cae tan fácilmente en tentaciones que lo desvíen de su camino y sus objetivos porque siempre está buscando llenar su interior con amor, con confianza, incluso con una buena relación con Dios y su espiritualidad.

“Hoy me queda claro que las carencias o vacíos internos son las motivaciones principales detrás de las adicciones y también de los miedos. La gran mayoría de los seres humanos son o somos adictos a algo, alcohol, drogas, infidelidad, pornografía, comida chatarra, apuestas, control, victimización, cigarro, trabajo, compras, etc. Las adicciones son producto de la búsqueda constante de llenar huecos internos, que jamás podrán ser llenados por conductas o elementos externos. Esos huecos sólo se pueden llenar con el amor interno. Una persona exitosa es alguien consciente de esos huecos y busca llenarlos con amor y fuerza interna”.

Extracto del libro EL GEN EXITOSO

Página 54

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/gen

Día 261

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 261'.

Observa a los que sufren con compasión. La compasión hacia el otro abre el corazón y otorga paz interior a quien la practica si la ayuda que brinda es honesta. Un buen tip para desarrollar mayor empatía y compasión es meditar diariamente.

“La compasión es la capacidad de entender lo que vive el otro sin absorber emociones de este. Es importante ser consciente de que si alguien está viviendo un momento doloroso es posible que de este momento obtenga grandes aprendizajes, ayudarle a darse cuenta de esto es ser compasivo. Cuando te sea posible ayúdale a extraer las mejores lecciones del momento que vive. Observar con compasión te permite practicar tu amor incondicional y humildad. Nunca te enaltezcas o sientas más que el otro por verlo sufrir, eso es arrogancia y soberbia. Eres igual que él o ella y a ti también te podría pasar eso, o ya te pasó; sé empático y ayúdalo desde el amor”.

Extracto de las tarjetas 52 HÁBITOS TRANSFORMADORES

Hábito 42

Descárgalo en play.google.com/store/apps/details?id=io.habitos.transdormadores

Día 262



Todo lo que has vivido lo decretaste, consciente o inconscientemente, en este plano o en otro. Lo que decretaste te ha llegado, de una manera u otra, acarreando muchas consecuencias no previstas. Hoy, asume tus responsabilidades y sigue adelante de la mano de Dios, tu más grande aliado. Entonces dejarás de ser víctima.

“Víctimas son aquellos que no se hacen responsables de sus acciones, que culpan a otros o se siguen culpando a sí mismos. Las víctimas obtienen beneficios temporales y no permanentes, por ello viven continuamente buscando pretextos para victimizarse. Las víctimas recurren a este esquema para obtener beneficios, ya que no saben cómo sembrarlos y luego cosecharlos. Las víctimas son débiles porque no han entregado su voluntad a Dios, por ello necesitan manipular, es su forma de controlar. Cuando entregues tu voluntad a Dios serás más fuerte que nunca, porque tendrás de aliado al más poderoso. Cuando tienes un aliado tan poderoso ya no puedes sentirte débil, incapaz ni maltratado por nadie”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 3

Página 112

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 263

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 263'.

La armadura pesa y te hace esforzarte todos los días para tener una presentación y una personalidad ante los demás. Hoy, vas a dejar esa armadura que pesa y que no te deja ser feliz y te vas a poner una nueva armadura, pues realmente la autenticidad del ser humano viene de la naturalidad, no del esfuerzo.

“Muchas personas viven su realidad desde una armadura. Cuando eras niña o niño, adolescente o joven tuviste momentos de dolor en que la realidad no concordaba con lo que estabas esperando de la realidad, en ese momento hubo un dolor, una tristeza, una culpa, un miedo, un coraje o ira, y dijiste -ya no me va a volver a pasar-. Y entonces desarrollaste el arma del control, del juicio, del aislamiento, del poder económico, del miedo, de hacerte fuerte físicamente, de hacer crecer tu cuerpo con alimentos. No se vale vivir con una armadura de guerreros combatiendo a diestra y siniestra nuestra realidad, lo que queremos es gozar y disfrutar nuestro presente”.

Extracto del video en YouTube:
CAMBIO DE ARMADURAS
Disfrútalo en youtu.be/2yBZXlgNS-Y

Día 264



La creencia del SÍ PUEDO es un poder que está en ti, y que te permite avanzar con seguridad y confianza hacia el futuro, que te permite concluir metas o proyectos, que te permite atreverte a hacer cosas nuevas, que te permite lograr una interdependencia consciente. Por el contrario, la Percepción de Incapacidad que nos mueve a percibirnos o creernos con limitaciones para lograr algo, obstaculiza nuestra felicidad y éxito, nos limita y nos hace sentir mal y menos que otros.

“Si hay en tu inconsciente una creencia de yo no puedo hacer algo o todo, hay un sabotaje brutal que te estás auto-imponiendo. Desde que eras muy niño o adolescente hubo algún momento en que pasaste al pizarrón y el maestro inconsciente, ignorante, enojado por temas con su familia te lanzó una frase devastadora: -tú nunca vas a ser capaz de hacer nada”, y tu niño de ese momento que veía al maestro como una autoridad y como un líder obviamente se la creyó. Para rematar, imagínate que tu papá y tu mamá te digan: “tú no eres capaz, tú no puedes hacer esto o aquello, tú eres incapaz de todo”; te la crees. No lo puedes evitar, en ese momento no tienes filtros, se te siembra en tu inconsciente”.

Extracto del video en YouTube:
REPROGRAMACIÓN DE VERDADES NEGATIVAS
Disfrútalo en youtu.be/ar_67Z4HZGc

Día 265



Aprovecha tus poderes creadores. Así como eres capaz de captar la realidad externa y crear cosas tangibles en el exterior, también tienes el poder de crear cosas en el interior y proyectarlas hacia el exterior. Recuerda, cómo es adentro puede ser también afuera.

“Cierta día, un maestro –uno de los muchos guías, chamanes, sacerdotes, yoguís, y demás que he consultado y he tenido la fortuna de escuchar– me recordó lo poderosa que es la mente para crear nuestra realidad. Él me enseñó, o me ayudó a recordar (porque él mismo me dijo que los seres humanos ya lo sabemos todo, que sólo hay que recordarlo) que lo que creamos en la mente tiene el poder de materializarse en la realidad visible. Y que nuestra realidad interna no es ni menos ni más que la realidad externa, pues ambas son igualmente importantes. Me enseñó que para percibir una realidad externa placentera y alegre, yo tenía que visualizar en mi interior una realidad placentera y alegre, tan sencillo así. Tus ojos sirven para dos cosas –me dijo mi Maestro– para percibir la realidad externa y para proyectar hacia afuera tu realidad interna. Con esta frase me quedó claro el poder de la visualización en el ser humano”.

Extracto del libro INTELIGENCIA ESPIRITUAL PARA LÍDERES

Página 109

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/inteligenciaespiritual

Día 266



No seas vampiro de energía de otros, mejor sé proveedor de energía para los demás. Esto lo lograrás al reconocer que el Universo es energía, que tú eres energía y que eres capaz de potencializar y enfocar esa energía en cosas hermosas nacidas del corazón.

“Siempre hay alguien que les quita energía a los otros. Pero también siempre hay alguien que les provee energía a los demás y, entre éstos últimos, siempre hay alguien que es capaz de generar energía del éter o del Universo para estar dispuesto a dar a manos llenas. Es cierto, la energía flota a nuestro alrededor para aprovecharla al máximo, no debemos sacársela a otros, sino obtenerla de la fuente inagotable de energía que representa el mismo Universo. La Montaña también me ha dado sus lecciones de obtención de energía de la Naturaleza o del Universo, siempre dispuesta a ofrecernos su energía, no sólo a mí sino a cualquiera que ha ido allí. Ella se ha convertido en una fuente de recarga inagotable para nosotros. Mientras que la ciudad parece como un espacio en donde te sacan la energía, La Montaña es una proveedora de energía”

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 1

Página 303

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 267



La envidia es la incapacidad de sentir felicidad por el otro; al contrario, la envidia es sentir coraje, tristeza y miedo hacia el otro y hacia ti mismo. No hay envidia de la buena, como tampoco hay alegría o amor del malo. Hoy, hazte consciente de cuáles o cuál es la razón de tu envidia.

“La envidia es uno de los paquetes más destructivos de sentimientos y creencias en el ser humano. Normalmente las envidias conllevan tristeza hacia ti -yo no puedo hacer eso, yo no tengo aquello-, miedo -qué va a pasar si no puedo hacer eso y avanzar como aquél, si ya no tengo ese trabajo qué va a pasar conmigo-, y coraje hacia el otro -qué mala onda lo que logró aquel, es un hijo de tal por cual y no debería de tener eso-. Hay cuatro condiciones o creencias en ti que potencializan las envidias:

- 1) falta de reconocer que eres único y extraordinario y que Dios te ama,*
- 2) falta de fe en que grandes cosas están por llegarte y que mereces mucho,*
- 3) vivir compitiendo y comparándote excesiva o continuamente con otros,*
- 4) percepción de escasez, creer que las bendiciones de Dios son limitadas en el mundo”.*

Extracto del video en YouTube:
SANANDO ENVIDIAS
Disfrútalo en youtu.be/2Ntyf9SL4wI

Día 268



Tu propósito de vida no lo encuentras en el ruido del exterior, de las redes sociales, de las conversaciones en la oficina, de las llamadas y los chats, hasta de tus propios pensamientos. Tu propósito de vida lo encuentras en los momentos de silencio, de trabajo interior, de reconexión con Dios y el Universo.

“Estamos viviendo una epidemia de zombies, de personas que van caminando sin sentido, de personas que van caminando sin conocer su propósito de vida. Lo peor es que son zombies programados que se creen muy fácil lo que los medios de comunicación les dicen. Buscan encontrar su propósito, sus pasiones, lo que quieren hacer de su vida en aquellos territorios iluminados por los medios de comunicación, aquellos territorios iluminados por lo que otros están haciendo. De hecho, es en la oscuridad de su interior en donde van a encontrar las llaves para abrir la puerta, es en la oscuridad de su interior en donde van a encontrar la luz de su propósito de vida”.

Extracto del Seminario Online:
TU PROPÓSITO DE VIDA
Vívelo en ricardoperret.com/proposito

Día 269



Conviértete en story-teller. Las historias son poderosas para comunicar un buen mensaje, ya que son más fáciles de recordar por las emociones que se vierten en ellas. Así, tu futuro se hace de las historias que construyes y cuentas por adelantado.

“Una historia tiene más poder que mil palabras aisladas. Una historia es fácil de recordar porque une frases de una manera lógica, con un principio que genera expectativa, un intermedio lleno de emociones excitantes y un final o desenlace con grandes lecciones que apelan a tu propia vida. Los exitosos aprovechan intensamente la herramienta del story-telling porque con esta pueden contar y contarse historias sobre sí mismos, sus sueños, el cómo los hicieron realidad; algunos hacen gran énfasis en los obstáculos, esfuerzos y sufrimientos en el camino, porque consideran que eso les ayuda a reforzar sus confianza y motivación”.

Extracto del libro EL GEN EXITOSO

Página 283

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/gen

Día 270



Festejar es una actitud de vida que sana y te permite vivir mejor. Vive festejando y vivirás mucho más espiritualmente y más feliz. Vuélvete experto en encontrar motivos por los cuales celebrar a los demás, incluso también a la vida y a Dios.

“Ustedes los seres humanos limitan los festejos a otras personas a pocos momentos. Sin embargo, siempre hay motivos para festejar a otros: puedes festejar a alguien más por su sonrisa, por su actitud, por lo que dice, por su historia, por los días y años que lleva vivo, por sus hijos, por su pareja, por sus gustos, por sus pasatiempos, por sus logros, por cualquier cosa. Tú, hijo, le festejas mucho a tu hija, todo el tiempo. Esa es la actitud de vida que debes de tener tú, y la que deberían tener todos los seres humanos con quienes los rodean, y hacerlo más seguido. Festejar es un gran motivo para activar tu manzana dorada y liberar tu espíritu”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 2

Página 12

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 271

A pair of stylized, symmetrical wings with a scalloped edge, positioned behind the text 'Día 271'.

La mente, el ego, la programación social y educativa nos hacen creer que tenemos que caminar caminos que no son nuestros. Cuando escuchamos a nuestro corazón él nos indica el camino que sí es correcto y auténtico para nosotros. El estancamiento es el resultado de querer avanzar por un camino que no es para nosotros.

“Muchas personas dicen estoy estancado, no le encuentro sentido a mi vida, estoy perdido, estoy atorado... claro, porque estás caminando el camino que no es tuyo. Estás tocando las puertas que están cerradas para ti porque no son las tuyas. Ya deja de querer entrar y avanzar por un camino que no es el tuyo. Nada estorba e impide más el avance de un ser humano que estar atorado tocando una puerta que no es para él o ella”.

Extracto del video en YouTube:

¿PUERTAS CERRADAS? HORA DE ACEPTARLAS Y AVANZAR

Disfrútalo en youtu.be/iLPltVXRz_Y

Día 272



Somos producto del trabajo en colectivo, no de la competencia. Nacimos para crear alianzas, no para competir. Cuando te reconectas a la abundancia dejas de ver espacios limitados. Hoy, suelta la necesidad imparable de competir, mejor evalúa cómo colaborar con otros agregando el mayor valor que puedas.

“Creo que la existencia de un ser humano comienza el día en que el espermatozoide del padre se encuentra con el óvulo de la madre, logra ingresar y comienza la mágica multiplicación celular por obra divina. Algunos dicen que el espermatozoide que fecunda al óvulo es el más rápido o el más perseverante, pero eso parece más bien el lenguaje del ego. Yo más bien coincido con lo que una mujer de poder me enseñó un día: que el espermatozoide que fecunda es el elegido por los millones de espermatozoides restantes que desde atrás lo impulsan a llegar. Así que somos el resultado del trabajo colectivo de unos 200 millones de espermatozoides y no el producto de la competencia ambiciosa entre ellos”.

Extracto del libro DIARIO DE UN SANADOR

Página 3

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/diario

Día 273

A decorative graphic of a pair of white, feathered wings with black outlines, positioned symmetrically around the text 'Día 273'.

Nuestra alimentación conlleva procesos con un potencial enorme para convertirse en actos energéticos y espirituales que en sí mismos nos confieran salud emocional y física. La alimentación comienza en la selección de los ingredientes y la preparación de estos, estas etapas son claves para que los platillos logren su objetivo óptimo de nutrir nuestro cuerpo y nuestra alma. Hoy, observa cada paso alrededor de tu alimentación como un acto simbólico de amor hacia ti y hacia los demás, verás como todo cambia para bien.

“La alimentación no es una mera acción biológica sino un acto espiritual, un acto de comunión contigo mismo, incluso con la Naturaleza. Pocas prácticas pueden ser tan espirituales como la de preparar y bendecir los alimentos, y pocas experiencias pueden ayudar tanto a entrenar la mente para conseguir la atención plena, porque no es lo mismo encender los fogones con una mente descontrolada que controlada. Cocinar se puede convertir en una meditación activa cuando lo haces desde el amor y desde la conciencia de la salud para ti y los tuyos”.

Extracto del Plan de Hábitos SUPER-ME

Página 5

Descárgalo en ricardoperret.com/superme

Día 274



La clave para DAR sin sufrir es saber que lo que se entrega estaba destinado para el beneficiario y no para el benefactor. Entonces se puede dar genuinamente y mucho. Recuerda, para entregar mucho hay que saber dar mucho.

“Para DAR sin sufrir hay una clave: saber que lo que se entrega no era para tu beneficio, sino para el recipiente que lo está recibiendo de tus manos. Al DAR algo nunca pienses en el beneficio que pudo haberte proporcionado a ti, sino solo en el beneficio que le proporcionará a su beneficiario real. Cuando DAS verdaderamente te desprendes de lo que das, pero al mismo tiempo te desprendes de la posibilidad de pensar en el beneficio que pudieras haber obtenido de haberte quedado con aquello. Algunos son capaces de DAR, incluso su vocación espiritual para el beneficio de la vocación espiritual de otro, la cual juzgan más relevante que la suya propia. Cuando hacen esto ya no piensan en la suya propia, sino sólo en que la del otro se cumpla”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 3

Página 110

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 275

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 275'.

De la libertad de acción, creación, expresión surgen las mejores ideas, no del seguir reglas y copiar a los demás. Todos tenemos un gran potencial de ser creativos e innovar para agregar valor en lo que hacemos y lo existe a nuestro alrededor. Hoy, analiza en qué espacios no te sientes libre y creativo y en cuáles sí, busca reducir el tiempo que pasas en los espacios que no y maximiza tu presencia en los que sí.

“Si el ser humano no se permite ser auténtico nunca va a poder ser innovador. Una persona tiene que conocerse en esencia, saber quién es y poder manifestarlo de una manera auténtica, de una manera individual, única y extraordinaria. Si las empresas, los directores de empresas, los dueños de empresas no permiten que los seres humanos que colaboran dentro de las empresas sean auténticos, únicos y extraordinarios, nunca van a poder ser innovadores. Las mejores ideas han surgido de mentes libres y creativas”.

Extracto del video en YouTube:

CLAVES PARA INNOVAR

Disfrútalo en youtu.be/fBDzOz8ZPkI

Día 276



Justicia, a nivel material o terrenal, se entiende como darle a cada quien lo que le corresponde. Eso implica que alguien tiene que controlar los recursos, evaluar a los demás y asignarles lo que crea que les corresponde. Pero Justicia, a nivel espiritual, implica ser capaz de tomar del Universo sólo lo que justamente te corresponde, lo cual implica una gran madurez y responsabilidad, pero también mucha humildad. Hoy, sé justo o justa espiritualmente, notarás lo poderoso o poderosa que te hace sentir.

“Un Maestro de temas espirituales me enseñó un día que Justicia, desde un plano espiritual, es tomar del Universo sólo aquello que te corresponde, y esto significó un cambio radical en mi forma de ver la vida y su propósito. Justicia, desde esta nueva perspectiva, implica en primer lugar saber que el Universo entero está a tu disposición, que no hay nadie que lo controle y que te evalúe, pero también implica que cada persona sea capaz de autoevaluarse, saber qué es lo que merece, y tomar, con mucha madurez, sólo aquello que le corresponde. Esto nos llevaría a una realidad totalmente diferente, ya que hoy sólo pocos son capaces de autoevaluarse y tomar del Universo sólo lo que les corresponde”.

Extracto del libro INTELIGENCIA ESPIRITUAL PARA LÍDERES

Página 269

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/inteligenciaespiritual

Día 277

A pair of stylized, symmetrical wings with a feathered texture, positioned above the text 'Día 277'.

El fin de un período es sólo el principio de que algo nuevo comienza. Detrás de cada final hay uno o varios momentos de resurgimiento a partir de nuevas creencias, hábitos y virtudes. Cuando te reconoces en esencia, cuando reconectas con tu Yo Interior, encuentras la fuente suprema de fuerza que todos tenemos dentro de nosotros, y desde ahí renaces y re-emerges como el Ave Fénix.

“Si pensamos que algo se acaba empezamos a sufrir, si pensamos que algo hermoso termina empezamos a gozar. Cuando una relación con alguien termina por qué sufrir, si lo que empieza es una nueva relación contigo mismo (a), o empieza una nueva relación con alguien más, aunque yo siempre sugiero un período de transición, de soledad. Cuando una escuela termina por qué sufrir, si lo que empieza es aplicar lo aprendido. Cuando la vida terrenal termina por qué sufrir, si lo que empieza es una nueva vida espiritual”.

Extracto del Seminario Online:
SER MAESTRO DE TUS PENSAMIENTOS Y EMOCIONES
Vívelo en ricardoperret.com/maestro

Día 278



Hoy, antes de interpretar lo que percibes y vives, llénate de emociones positivas en tu interior, abre tu corazón, y desde esa paz y plenitud describe lo que vives para que tu realidad sea también hermosa. Por ello te invito a que medites más, en tu meditación serás capaz de contarte a ti mismo tu propia historia usando lenguaje de amor.

“Entendí que creer es crear, pero antes de creer es necesario e importante experimentar emociones positivas para que lo que crees sea positivo. Me di cuenta que la realidad puede ser perfectamente pacífica y amorosa, o terriblemente espantosa. Había caído en cuenta que uno es responsable de su realidad, el único y total responsable. Comprobé también que lo que una persona vive no es LA realidad, sino SU realidad. Y mi realidad es tan mía porque es el producto de mis intenciones y de mis pensamientos”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 1

Página 297

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 279



Hoy es un día para celebrar el poder creador de las mamás, la semilla de Dios en las mamás. AMAR a tu madre, es amarte a ti mismo, es amar a DIOS. Amar a tu madre es aceptar, reconocer y comprometerte con el poder creador que DIOS depositó en ella, PARA TI. Haz un recuento de las cosas por las que puedes agradecer a tu madre, esté aquí en la tierra o ya fallecida en el cielo. NO la juzgues, entiéndela, ámala, admírala, agradécele, respétala.

“11 PODERES DE LAS MADRES:

- 1- El poder de prepararse para ser madres*
- 2- El poder de elegir a la semilla perfecta*
- 3- El poder de engendrar vida*
- 4- El poder de proteger*
- 5- El poder de dar a luz*
- 6- El poder de nutrir*
- 7- El poder de la interpretación*
- 8- El poder de contagiar*
- 9- El poder de sanar*
- 10- El poder de la paciencia y la tolerancia*
- 11- El poder de entregar libertad a sus hijos”.*

Extracto del video en YouTube:
11 PODERES DE LAS MADRES
Disfrútalo en youtu.be/hv24DL1Py5E

Día 280



“Amar no es controlar, es liberar”: me dijo un maestro espiritual en una profunda meditación. Yo, buscando luchar por una mujer o re-conquistarla, mi maestro me instruyó: “Deja de usar lenguaje de guerra en territorios tan sagrados como los del amor (luchar, conquistar)”. Quien verdaderamente ama, admira al otro en su libertad. Quien controla juzga al otro en su forma de ser, pensar y actuar, y quiere imponerle ideas o formas de ser o actuar. Vive liberando, no controlando.

“Los exitosos no son precisamente los que tratan de cambiar a otros para que se comporten a su antojo, sino que logran aceptarlos y admirarlos en su autenticidad, identificar sus cualidades y ventajas, hacer equipo con ellos y lograr juntos grandes metas. Esto aplica a las parejas, no puedes pretender controlar a quien amas, es mejor honrarlo (a) en su autenticidad y liberarlo. Si desea estar contigo en su libertad qué bueno, de lo contrario, mejor libéralo o libérala”.

Extracto del libro EL GEN EXITOSO

Página 86

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/gen

Día 281



La vida de un ser humano comienza desde el momento de la fecundación, cuando inicia su gestación. Muchos complejos, traumas y creencias limitantes comienzan a gestarse desde el vientre materno, incluso por absorber de la madre o el entorno vibras negativas. Reconocer y reprogramar estas primeras improntas (programaciones) o creencias limitantes es vital para mejorar y ser más felices. En la medida de lo posible dialoga con tu madre sobre cómo vivió el embarazo de ti, esos meses de gestación son parte crucial de tu vida.

“La programación mental del ser humano comienza en el vientre materno y continúa a lo largo de su vida. El periodo de gestación, la infancia y la adolescencia definen las programaciones más importantes sobre las cuales se sienta el desarrollo de una persona. Para transformarte y sanar emocionalmente ya como adulto, es fundamental reprogramar estos primeros años de vida”.

Extracto del libro NEW ME

Página 32

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/newme

Día 282



Todos siguen buscando en su exterior respuestas, cuando la única respuesta esencial en su interior es CREACIÓN y AMOR. Todo, en el fondo, está lleno de CREACIÓN y AMOR, tanto arriba, como abajo, como dentro de uno, como dentro del otro. Empieza por lo que tengas más cercano a conocer las maravillas de Dios y su creación, en ti, tu interior.

“Los científicos siguen buscando los secretos del microcosmos, lo que hay dentro de los átomos, sin embargo por más que busquen lo único que encontrarán será CREACIÓN Y AMOR. Los investigadores siguen buscando en los rincones recónditos del universo en busca de explicaciones, pero lo único que encontrarán, por más que busquen, será CREACIÓN y AMOR. Los seres humanos se la pasan buscando en la mente y en el corazón del de enfrente para entender el porqué de sus acciones, pero no se han dado cuenta que lo que subyace en la esencia del otro es CREACIÓN y AMOR”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 2

Página 135

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 283



Muchas personas no quieren enfrentarse o trabajar temas de su pasado: abusos, abandonos, dolores de pareja, dolores de cuando eran niños o niñas porque creen que les va a doler más. Pero es justo entrando a esos territorios oscuros, donde no te has atrevido a hurgar y a investigar, en donde vas a encontrar lecciones de vida, en donde Dios te va a hablar más. Si quieres que te guíe personalmente vía online, puedes agendar una sesión aquí ricardoperret.com/consultas

“Un señor llega borrachito a su casa, intenta sacar las llaves para abrir la puerta pero éstas saltan y se le caen. En la entrada, hay un espacio oscuro y un espacio iluminado por una gran farola. El hombre se agacha y va avanzando hacia el área iluminada buscando las llaves. Cuando su vecino pasa cerca y le dice: -Vecino, ¿qué estás haciendo ahí tirado en el suelo?-. Y él, como pudo articular sus palabras porque andaba borrachito, le dice: -Estoy buscando las llaves de mi casa, se me cayeron-. A lo que pregunta el vecino: -¿Y estás seguro que se te cayeron en ese espacio?-. El hombre borrachito le dice: -No, de hecho se me cayeron en el otro espacio oscuro, pero lo estoy buscando en donde está iluminado porque es el único lugar que veo-. Entonces el otro vecino se agacha hacia el espacio oscuro, comienza a tentar y encuentra las llaves.

Hay una moraleja en esta historia que pudiera sonar terrenal: -Busca en donde lo perdiste-; pero hay otra moraleja más importante: -Es justo en los espacios oscuros a donde no te atreves a entrar donde las grandes lecciones te esperan-. En ocasiones es justo en esas áreas oscuras de tu vida que evitas, en donde vas a encontrar las llaves para entrar a tu casa, para regresar a ti. La gran pregunta es: ¿Cuáles son esos temas, relaciones, momentos en tu vida que te parecen oscuros y que siempre has evitado, tanto mencionarlos como explorarlos, como sanarlos?”

Extracto del video en YouTube:
LECCIONES DE LA OSCURIDAD
Disfrútalo en youtu.be/VXrNLI7fbbQ

Día 284



Un buen tip para reactivar la fuerza de voluntad es vivir más congruentes con la palabra: YA.

Si dices que YA harás algo, hazlo YA, eso fortalecerá tu fuerza de voluntad. Hoy, sé congruente con el uso de la poderosa palabra YA, si la mencionas, que sea una voz para ponerte en acción de inmediato. ¿Qué cambios en tu vida estás dispuesto (a) a hacer YA?

“Cierta día en una conferencia un joven participante me preguntó: -¿Cómo puedo comenzar a fortalecer mi fuerza de voluntad?-. Mi respuesta fue: -Fácilmente, aplicando y viviendo una palabra de dos letras: YA-. Como su expresión era de desconcierto, elaboré un poco más mi respuesta: -¿Cuál fue la última vez que dijiste YA te mando el mail y no lo hiciste de inmediato? ¿O cuál fue la última vez que dijiste YA voy a hacer ejercicio y no lo hiciste? Si cuando decimos YA, realmente somos congruentes, eso nos activará de inmediato, a pesar de cualquier situación que se presente, y nos ayudará a fortalecer nuestra fuerza de voluntad. Ser conscientes de aquello que prometemos y asumir nuestros compromisos con plena responsabilidad son dos muy buenas formas de fortalecer nuestra voluntad-”.

Extracto del libro EL GRAN MAESTRO

Página 145

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/elgranmaestro

Día 285

A pair of stylized, symmetrical wings with a scalloped edge, positioned above the text 'Día 285'.

Todo ser es único y extraordinario que desprende magia. Si puedes identificar la magia en una fruta, ¿cómo no identificar la magia en ti mismo o en ti misma? Hoy, reconoce la magia de Dios en ti. Eres un mago, eres una maga, haz magia.

“Cuando caes en cuenta que, así como eres capaz de identificar la magia en medio de un limón, en un cuarzo, en una pluma de ave, en una semilla, en una planta, en una flor..., debes ser capaz de identificar la magia en ti. Porque tú también eres creación de Dios, eres como un limón, eres como una planta, eres como una pluma de ave. Si eres capaz de encontrar la magia de Dios en un limón, ¿qué evita que encuentres la magia de Dios en ti?”.

Extracto del Seminario Online:
PRINCIPIOS PARA SER FACILITADOR DE MEDITACIÓN
Vívelo en ricardoperret.com/meditadores

Día 286



El verdadero lujo para el ser humano son estos momentos mágicos que el Universo le regala, pero que pocos disfrutan. Todos estamos siendo bendecidos por Dios a través de sus creaciones, ahora y siempre. Hoy, siéntete más bendecido aún porque eres capaz de disfrutar estas bendiciones.

“Los lujos para los seres humanos están disponibles y accesibles en todas partes y en todo momento, en la brisa que te acaricia, en los rayos del sol en cada minuto del día, en la música de las olas del mar agitándose incansablemente, en el aletear de una abeja y de una mariposa. El lujo para el ser humano es también la paciencia y la calma, así como la armonía con su corazón”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 3

Página 28

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 287

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 287'.

Tú ya crees en algo, eres fuerte porque tienes la posibilidad de decidir en qué creer, y porque sabrás gozar aquello en lo que crees. Al borde del colapso por la duda, siempre es bueno hacer un repaso consciente de tus creencias. Hoy, responde esta pregunta con gran convicción: ¿en qué sí crees?; y verás cómo las dudas se van disipando de tu mente y de tu corazón.

“Hay muchas personas que se frenan, que dejan de vivir, que sufren, que lloran por ansiedad y por incertidumbre. La estrategia número uno para calmar la ansiedad es agradecerlo todo y engrandecer todas las bendiciones que has recibido; lo segundo para calmar la incertidumbre, el no saber qué va a pasar y el temor a que vayan a pasar cosas negativas, es sentarte y ponerte a repasar tus creencias. ¿En qué crees tú?, ¿de qué sí tienes seguridad plena? -Creo que estoy vivo-, -creo que mi corazón palpita-, -creo que soy hombre-, -creo que tengo un rol divino en este planeta-, -creo que tengo dos padres a los que amo profundamente-, -creo que Dios me ama-, -creo que yo me amo-, -yo sé y creo que puedo estar en paz con el pasado, que puedo disfrutar el presente, que puedo estar en certidumbre, en seguridad, en fe y en confianza con el futuro-”.

Extracto del video en YouTube:
PARA CALMAR LA ANSIEDAD Y LA INCERTIDUMBRE
Disfrútalo en youtu.be/i-S00OkE9s4

Día 288



Hoy, desvincúlate de decretos colectivos negativos. Todos los decretos que lanzaste individual o colectivamente se quedan flotando en el Universo esperando su momento justo para materializarse. Pero así como lanzaste un decreto así puedes borrarlo. Cierra tus ojos y visualiza aquellos decretos cargados de emociones negativas, y obsérvalos disolverse frente a ti colocando en su lugar decretos positivos nacidos del amor y desde tu conciencia.

“Muchas personas son catastrofistas y extremas, y es muy fácil dejarnos caer en la tentación de sumarnos a ellas. Al sumarnos a sus afirmaciones las volvemos decretos para nosotros. Existe una histeria colectiva con el cáncer de mama y con el cáncer de próstata, tanto que la mayoría de las mujeres y hombres creen que los van a contraer. Algunos afirman que vendrán cataclismos globales, desastres naturales, crisis, hambrunas, o que se avecina la tercera guerra mundial. No te sumes a esas afirmaciones, desvincúlate de ellas, y en su lugar crea afirmaciones positivas para la humanidad y el Planeta. Tú mándale buenas vibras a todos, para que expandan su conciencia. Pon tu granito de arena y genera sólo decretos positivos para ti y los demás”.

Extracto de las tarjetas 52 HÁBITOS TRANSFORMADORES

Hábito 27

Descárgalo en play.google.com/store/apps/details?id=io.habitos.transdormadores

Día 289

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned symmetrically on either side of the text 'Día 289'.

Cuando criticas a alguien automáticamente tu inconsciente decide alejarse de eso que criticaste, por ende, tu vida se convierte en una cárcel ya que no puedes ser o hacer nada de lo que criticaste. En su lugar busca construir al otro con palabras de amor, admiración y gratitud. De esta forma eres libre y estás en paz contigo mismo(a) y con los demás.

“Hacer críticas destructivas es una de las peores armas contra tu propia creatividad. Recuerda que cada vez que criticas a alguien, en tu cabeza se inserta una nueva limitación, algo que tú no vas a poder hacer después porque algo dentro de ti te dirá que está mal. Te pongo un ejemplo: si alguna vez criticaste a alguien por traer el cabello pintado de rojo, esa crítica fue directamente a tu cerebro y te limitará por siempre para teñir el tuyo de rojo. Ya criticaste eso y ahora no te lo vas a permitir a ti mismo. Si por pura casualidad llegara el día en que para ir a alguna fiesta te tuvieras que pintar el pelo de rojo, pues vas a sentir terror cuando te lo estés pintando, sin saber por qué, ya que no recuerdas cuando criticaste a alguien. Cuando vayas caminando por la calle vas a pensar que todo mundo te está criticando, claro, pues tú ya lo hiciste y ahora tu crítica se voltea contra ti mismo”.

Extracto del libro EL GEN EXITOSO

Página 190

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/gen

Día 290



Todos somos capaces de alargar y extender el momento para disfrutar más cada instante. Hazlo así con tu pareja, con tus hijos, con tus padres, incluso en la soledad cuando te encuentres en la naturaleza, en tu regadera, en tu meditación, si cada momento lo extiendes y lo alargas para tu plenitud tu vida será mucho más hermosa.

“Mi maestro dijo: -LA ELIPSE DEL MOMENTO-, y apareció frente a mí una elipse con un punto en el centro y dos líneas que la cruzaban, una de manera horizontal y otra de manera vertical. -El momento se puede alargar y se puede extender-, continuó la voz de mi Maestro. -Cuando un momento contribuye a tu actividad áurica, tiene el potencial de convertirse en un momento muy memorable en tu mente y en tu corazón. Dedicar más tiempo a cada momento e involucra más el corazón en cada uno. Las emociones e intenciones que involucras en un momento particular extienden su impacto a lo ancho, y el tiempo que involucras lo extiende a lo largo-. Y mientras escuchaba esto, las líneas vertical y horizontal se expandían, mientras que el punto negro en el centro también se expandía poco a poco e iba cubriendo toda la elipse. Mi Maestro me demostraba así que al vivir cada momento desde el corazón, y con paciencia, el poder áurico se volvía mayor.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 1

Página 329

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 291

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 291'.

Muchas personas viven en automático, sin sentido. Hoy, analiza aquellos territorios en donde no le has metido conciencia y en donde tal vez estás avanzando lejos pero justo en la dirección incorrecta. Métele sentido a tu vida, métele conciencia, verás lo hermoso que es.

“5 pistas que te avisan si estás viviendo sin sentido: 1) comes sin sentido, 2) experimentas emociones sin sentido, y muchas de ellas fuertes se instalan en ti y duran mucho tiempo haciéndote daño, 3) trabajas sin sentido, en lo que no te apasiona, de las maneras como no te gusta, 4) hablas sin sentido, 5) tienes sexo sin sentido, con quien no amas, cargando energías de otros que te contaminan”.

Extracto del video en YouTube:
5 FORMAS DE VIVIR SIN SENTIDO
Disfrútalo en youtu.be/rgBCjeVV1_o

Día 292



Sé bueno con tu cuerpo. No lo castigues ni reclames por ser diferente a lo que esperabas, tu cuerpo ya es perfecto pues Dios te hizo en su perfección. Mejor agrádecele por trabajar tan fervientemente en sus funciones, por ser el gran templo de tu espíritu.

“Nunca sientas vergüenza de tu cuerpo, ni pena, no le cargues reclamos por cosas que hizo o dejó de hacer en el pasado, eso sólo te estresa y enferma más. Muchas personas le reclaman a su cuerpo por no haber crecido fuerte y alto, otras por no ser tan hermoso como ellos quisieran, otros se comparan y siempre salen perdiendo bajo sus ojos, otros le reclaman lo enfermizo que ha sido. Pero cuando descubren que todos somos hermosos y hermosas tal como somos, que lo que vivimos fue para aprender y crecer, que todo tuvo que haber sucedido así y que nuestro cuerpo es nuestro gran maestro, todo cambia”.

Extracto del libro digital CUERPO VIRTUOSO

Página 19

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/cuerpovirtuoso

Día 293



Dios es el MENSAJE, nosotros sus creaciones los mensajeros. Comunica siempre desde el corazón. Abre tu corazón a amar y a ser amado y de él emanarán grandes mensajes capaces de sanar y contagiar a los demás.
Hoy, habla desde el corazón.

“Una gran forma de aprovechar esta vida es comunicarnos desde el corazón, comunicarnos desde el espíritu. Un gran Maestro en temas espirituales un día me dijo que -el ser humano entre más claro, puro y perfecto sea, más claro, puro y perfecto será su mensaje-. Somos unos canales, debemos de buscar ser transparentes y honestos, limpiarnos de nuestro pasado, para que el MENSAJE fluya a través de nosotros fácilmente”.

Extracto del Seminario Online:
ORATORIA DESDE EL CORAZÓN
Vívelo en ricardoperret.com/oratoria

Día 294



Busca estar en Estado de Gracia. Esto implica no deberle nada a nadie, pensar que nadie nos debe algo, y saber que no nos debemos nada a nosotros mismos en relación con nada ni con nadie. Este estado conlleva paz y mucha aceptación, hacia ti así como a las experiencias externas en donde otros han participado.

“Hijo, existe una forma muy sencilla de entender el Estado de Gracia en el ser. Y aunque es simple, tiene profundas implicaciones, tanto corporales, como mentales y espirituales, tanto para la relación contigo mismo, como con los demás, allá abajo y aquí arriba. Un ser está en Estado de Gracia cuando no le debe nada a nadie, cuando piensa que nadie le debe a él, y cuando sabe que no se debe nada a sí mismo en relación con nada ni con nadie. Ustedes viven todo el tiempo sintiéndose en deuda con personas y momentos del pasado, incluso con ustedes mismos se sienten en deuda. Y, peor aún, viven haciendo sentir a otras personas en deuda con ustedes. Uno de los grandes objetivos de cada ser es no cargar con ninguna deuda de esta vida, ni dejarle una deuda a otros”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 2

Página 94

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 295

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 295'.

Acepta la ansiedad, escucha, aprende sus lecciones y suéltala con amor y gratitud. Tu cuerpo, a través de la ansiedad, te ruega que le pongas atención y que tomes acciones urgentes alrededor de lo que comes, de lo que bebes, de lo que respiras, de lo que te untas en tu cuerpo, de lo que piensas, de lo que sientes, y también de con quién te relacionas.

“Desde una perspectiva nueva, la ansiedad es una condición detonada por una incomodidad interna, mental, emocional o fisiológica. Tu cuerpo seguramente ya te ha intentado avisar de varias maneras sobre aquello que no está bien internamente, pero no lo has escuchado. Por el contrario, has dejado que la situación interna crezca, y ahora es a través de la ansiedad, como intenta hacerte que tomes acciones. Algunos dicen que la causa raíz de la ansiedad está en el espíritu, pero yo no creo que sea un tema espiritual porque para mí el espíritu es perfecto y no hay nada que sanar; al contrario, al espíritu hay que liderarlo para que sea nuestra guía. Cuerpo y emociones son las que tenemos que sanar”.

Extracto del video en YouTube:

LA ANSIEDAD

Disfrútalo en youtu.be/3RCtEvE83bg

Día 296



Hoy más que nunca necesitamos Héroes Verdes, mujeres y hombres defensores de la Madre Tierra, conscientes de su rol como protectores de la Naturaleza. Creer que somos dueños del Planeta es de arrogantes y soberbios, tenemos que ser más humildes; ella es nuestra anfitriona y nosotros tan solo los visitantes. Hoy, analiza cómo puedes ser un mejor aliado de la Naturaleza, protegerla y respetarla.

“El ser humano a lo largo de la historia ha creído que por ser una criatura inteligente, incluso más que los animales, es dueño del planeta Tierra. Con esta forma de concebir la vida se ha hecho daño a sí mismo y le ha causado estragos a la Naturaleza. El ser humano ha saqueado a la Madre Tierra, se ha aprovechado de ella y la ha afectado seriamente. Y al afectarla a ella, se ha afectado a sí mismo. Todo ha sido por la creencia errónea de pensar que somos los dueños y administradores del planeta. En realidad lo compartimos con la flora, la funga y la fauna, con los ríos y los mares, los desiertos y las montañas. Creer que somos dueños del planeta es faltarle el respeto a la Creación y a Dios, así como al resto de los seres vivos. ¡Es hora de vivir en armonía con el medio ambiente, ser conscientes de que somos visitantes de la Madre Tierra y que Ella es nuestra anfitriona!”.

Extracto del libro INTELIGENCIA ESPIRITUAL PARA LÍDERES

Página 33

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/inteligenciaespiritual

Día 297

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 297'.

Recuerda siempre tu relación con Dios y tu interior. Dios nos habla todo el tiempo, lo único que tienes que hacer es estar dispuesto a escuchar. Abre tus sentidos para escuchar sus mensajes y nunca más sentirás vacíos y escasez. A través de tu interior Dios se manifiesta. A través de tu interior la sabiduría de tu cuerpo, que es una sabiduría de millones de años de evolución, te susurra mensajes todo el tiempo. Para escuchar a Dios y a tu cuerpo lo que necesitas son momentos de pausa y silencio, y un toque de fe, nada más.

“Nunca olvides que los dos más grandes maestros en tu vida son Dios y tu interior. No te olvides de conectar contigo mismo, de escuchar tu interior, tu cuerpo, tu corazón y tu espíritu en el silencio, en la oscuridad, en la profundidad de tu meditación. El Universo ya depositó en ti grandes poderes, grandes cualidades y grandes conocimientos, sólo te falta recordar y aprovechar. Y, nunca te olvides de DIOS, es tu fuerza más grande, tu poder secreto, la fuente de tu magia, con Dios todo, sin Dios nada; sólo caminando de la mano de Dios llegarás muy lejos en la dirección correcta, date tiempo para tu relación con Dios, esa es la verdadera espiritualidad, tu conexión directa con Dios”.

Extracto del libro EL GEN EXITOSO

Página 271

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/gen

Día 298

A pair of stylized, symmetrical wings with a feathered texture, positioned above the text 'Día 298'.

¡Cuánta verdad se esconden en los ojos, cuánto poder hay en ser capaz de entrar al propio interior a través de los ojos! Por los ojos se pueden captar si las intenciones y emociones de un ser humano son positivas o negativas. Hoy, dedícale unos minutos a observar tus propios ojos frente al espejo, y hazte consciente de cómo te sientes y lo que proyectan tus ojos.

“Este ser sabio, Maestro, iluminado, ascendido, o algo por el estilo, me dijo: -Todo lo que vive en tu corazón se transmite por tus ojos. Todo lo que siente tu corazón lo sienten tus ojos. Todo lo que se proyecta por tus ojos otros lo descubren. Tus ojos son el reflejo de la memoria de tus sentimientos más puros. Usa tus ojos para proyectar tus sentimientos de corazón. Vive más consciente de todo lo que sientes y lo que se proyecta a través de tus ojos: ellos son grandes medios de comunicación y de conexión con los demás-”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 3

Página 143

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 299

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 299'.

Para que alguien hable y revele sus verdades necesita tener valor, pero también estar en un entorno de confianza, en donde no lo juzguen. Tú como padre o madre tendrás que construir este espacio hermoso de confianza para tu familia, pero también como hijo debes de promover este entorno de confianza con tus padres. Establece una relación de transparencia con tus padres, asumir el rol de ser juez de tus padres te separa de ellos, te enferma a ti y los enferma a ellos.

“Cuando nos volvemos jueces duros de nuestros padres ellos, para no dejar de ser respetados por nosotros o por no dejar de ser nuestros héroes, empiezan a ocultarnos cosas, empiezan a guardarnos secretos porque -qué miedo decirle a mi hijo algo de mi vida muy importante y que me juzgue, que me juzgue duramente y se separe de mí-. Cuando no les permites a tus padres hablar libremente sobre sus asuntos más profundos, los secretos los corroen por dentro. Permítele a tu padre y a tu madre hablar y expresarse, no le hagas sentir culpas a él o ella, deja que él y ella se manifiesten abiertamente... así sanas tú y sanan ellos”.

Extracto del video en YouTube:
SANA TU RELACIÓN CON TU PADRE
Disfrútalo en youtu.be/lpdQLB_uhWc

Día 300



La venganza es producto del odio y del miedo acumulados en el corazón y en la mente de una persona, la que provoca autoataques emocionales así como ataques físicos y verbales hacia los rivales. La venganza lo busca quien al tratar de profundizar en su interior no logra cavar hondo –sus fuertes emociones negativas se lo impiden– y no puede encontrar el amor. Al contrario, el perdón lo otorga y lo pide quien es capaz de observarse y busca la paz en su interior y con los demás.

“VENGAR AL LINAJE FEMENINO NO ES TU SOLUCIÓN.

A lo largo de mi vida, ayudando a miles de mujeres en su sanación emocional y su reconexión espiritual, he identificado un patrón que le provoca mucho dolor a las mujeres actuales: un deseo inconsciente de vengar el dolor, sufrimiento y abusos que vivieron sus abuelas, tías y madre.

Muchas mujeres han crecido con una creencia muy arraigada de -las mujeres de mi familia sufrieron, pero yo no, y yo las vengaré a ellas... o bien me defenderé de lo que ellas sufrieron-.

Entiendo la motivación de esta creencia inconsciente y a veces consciente, yo mismo sé del dolor que muchas mujeres han vivido, sin embargo uno de los más grandes dolores que una mujer puede vivir es precisamente este deseo de vengar su linaje porque implica que CARGUES DOLORES QUE NO TE CORRESPONDEN, lo que llega a provocar enfermedades y sufrimientos, además de tomar acciones en contra de otros que no lo merecen....

Libérate de esta carga emocional y deseo de venganza. Ahora vive tu vida con amor y paz !”.

Post en Facebook:
facebook.com/ricardoperreterhard

Día 301

A pair of stylized, symmetrical wings with a feathered texture, positioned behind the text 'Día 301'.

Para soltar algo verdaderamente desde la paz, la GRATITUD y el amor espiritual, ya sea un lugar, una persona, un trabajo, una amistad, es importante primero sanar toda tu relación con esto. Si mantienes en tu razón emociones negativas atoradas hacia estas relaciones, no lo podrás soltar, te seguirá sirviendo para darle materialidad a tus dolores.

“No se puede soltar aquello con lo que no estamos en paz. No se puede soltar aquello con lo que tenemos rencor. No se puede soltar aquello por lo que no nos hemos perdonado, aquello por lo que nos seguimos culpando. No se puede soltar aquello con lo que me mantengo en guerra o con lo que me mantengo en un deseo no satisfecho o expectativas no satisfechas. Yo sé que lo que quieres es soltar, liberar, deshacerte de pensamientos y emociones alrededor de esa persona y alrededor de ti por la relación con esa persona, pero no lo puedes hacer a menos que sanes”.

Extracto del Seminario Online:
SANA Y SUELTA A TU EXPAREJA
Vívelo en ricardoperret.com/parejas

Día 302



Todo aquello que te aleja de Dios o que te impide estar en contacto directo con ÉL no es malo, es simplemente un distractor, al cual debes de evitar. Tu objetivo es mantenerte cerca de Dios y seguirlo reconociendo en ti, ojo con todo aquello que te distrae de sentirte hijo o hija de Dios. Acércate y busca lo que te permita mantenerte muy cerca de Dios, tu verdadera fuente de poder.

“Entre ustedes los seres humanos es muy cómodo describir lo que les rodea como bueno o malo; sin embargo, no es lo correcto. De aquí en adelante no volverás a referirte a entidades desconocidas como seres de luz o seres de oscuridad. En este universo no hay seres de luz ni de oscuridad, hay algunos que son transparentes y otros que son opacos. Las entidades transparentes son las que te dejan ver la Luz Creadora y te guían hacia ella. Las opacas son las que te impiden ver la Luz Creadora; sólo quieren tu atención para ellas, desvían tu enfoque y te dan pistas falsas”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 1

Página 148

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 303

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 303'.

Hoy, haz un acto de conciencia y descubre si hay características y cualidades hermosas de ti que por momentos parteaguas en tu vida dejaste atrás, pero que hoy ya son necesarias de retomar y volver a vivir. Reconéctate a ellas por tu paz, por tu alegría y por el entorno que creas en tu vida.

“Hay muchos momentos parteaguas en nuestra vida que nos ayudaron a despertar y a adoptar características muy hermosas que antes no teníamos. Personas que están al borde de la muerte, se salvan la vida, y a partir de ahí empiezan a valorar mucho más sus relaciones, su familia y su vida como tal. Sin embargo, hay momentos parteaguas en nuestra vida que hacen que nos olvidemos o dejemos atrás características muy hermosas y que necesitamos retomarlas. Tal vez estabas muy enamorado(a) y tu pareja falleció, y tal vez ese fue un momento parteaguas en tu vida que te hizo ya no querer nunca más amar. A lo mejor confiaste en alguien pero esa persona te traicionó, y ese parteaguas te hizo desconfiar de todo mundo ahora. Tal vez en ese momento te ayudó blindar tu corazón, te ayudó desconfiar, te ayudó no atreverte a abrir un negocio. Pero solamente te ayudaron en aquel tiempo atrás, ya ahorita es una carga para ti. Llegó la hora de recuperar la inocencia, de recuperar la capacidad de asombro, de volver a confiar, de volver a amar, de volver a atreverte, de volver a permitir, de volver a recibir y ser amado”.

Extracto del video en YouTube:
MOMENTOS PARTEAGUAS DE TU VIDA
Disfrútalo en youtu.be/Vu7VNSh81Jk

Día 304



Entender es algo que busca la mente, aceptar es algo que busca el corazón. El corazón no necesita tantos motivos para aceptar y amar a los demás tal como son.

“No siempre tienes que entender a alguien para aceptarlo. En ocasiones buscamos demasiadas explicaciones para entender las acciones o comportamientos de los demás, pero no siempre es necesario. Entender es algo que busca la mente, aceptar es algo que busca el corazón. El corazón no necesita tantos motivos para aceptar y amar a los demás tal como son. Siempre seremos capaces de considerar a otros como únicos, irrepetibles y extraordinarios, celebrar y festejar las características que los hacen grandes y diferentes. El papá o mamá que considera único y extraordinario a cada uno de sus hijos, que no los compara, que los ve como individuos, a la larga motiva mucho a sus hijos a seguir adelante con mucha fuerza. Lo mismo el maestro o maestra que promueve el cultivo de capacidades en los estudiantes, cualidades que los hacen únicos, les ayuda a desarrollarlas y se las festeja cada vez que puede, está motivándolos y haciéndolos felices. Por ello, la comparación es buena en muy contadas ocasiones, pero en muchas otras destruye la motivación en los demás. Comparar a la ligera, lanzarle un juicio a un niño o adulto con base en lo que hace otra persona, no es justo y puede provocar dolor”.

Extracto del libro SECRETOS DE LA MOTIVACIÓN

Página 91

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/motivacion

Día 305

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 305'.

La ambición es buena, siempre y cuando tenga buenos propósitos y un enfoque espiritual y de virtudes amorosas. La ambición desmedida, en cambio, hace que un gran número de personas deseen mucho más de lo necesario para ser felices y sobrevivir, y que busquen ampliar desde el ego sus dominios y espacios de control y poder. Hoy, deja a un lado los egos y las ambiciones personales. Permítete sentir ideas ambiciosas inspiradas por tu corazón, no por tu cerebro.

“La ambición no está mal cuando se enfoca en buenos propósitos y se afirma en virtudes amorosas y espirituales. Hoy, más que nunca, necesitamos líderes ambiciosos espiritualmente, que quieran cambiar el mundo para bien, que busquen enaltecer el valor del ser humano por sobre cualquier cosa, que quieran cuidar el planeta, que quieran dejar grandes legados para las nuevas generaciones, y al mismo tiempo decididas a generar abundancia”.

Extracto del libro INTELIGENCIA ESPIRITUAL PARA LÍDERES

Página 9

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/inteligenciaespiritual

Día 306



La humildad no es sentirte chiquito ni menos que los demás, sino ser capaz de mantenerte siempre aprendiendo y agradeciendo las enormes bendiciones que Dios y el Universo te han mandado. Hoy, aplica la humildad en cada territorio de tu vida y verás como cambian tus emociones y cómo de repente comienzan a llegar las grandes lecciones que justo necesitas.

“De la humildad surge la disciplinada búsqueda de mejorar todo lo que se hace, sobre todo aquello que tenga que ver con la aplicación de virtudes derivadas de sabiduría espiritual. Saber que todo lo que hacemos es mejorable es también una actitud humilde que precede a la intención de buscar el perfeccionamiento. No importa llegar a la perfección, importa la humildad para buscar siempre mejorar. La arrogancia mata las intenciones por enriquecer la vida de los humanos con sabiduría espiritual. El arrogante sólo quiere aumentar sus posesiones materiales y conocimiento terrenal, ya que sus múltiples miedos y carencias lo mueven a enfocarse en ello”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 2

Página 250

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 307

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned symmetrically around the text 'Día 307'.

No hay nada más bello que ser quien eres. Dios nos dio a todos cualidades y habilidades muy poderosas que nos hacen únicos y extraordinarios, pero que normalmente las cerramos de niños o niñas. Hoy, redescubre el cofre de tus tesoros, esas cualidades y habilidades que no has querido poner en práctica pero que llegó la hora de poner al servicio de la humanidad.

“Dios que es toda magia, toda creación y todo amor, nos dota desde la fecundación con un conjunto de habilidades y cualidades muy poderosas, que nos hacen únicos y extraordinarios, que nadie más en el Universo tiene. Ese conjunto de habilidades y cualidades conforman el cofre de nuestros tesoros; sin embargo, cuando somos niños y adolescentes lo cerramos. ¿Por qué? Porque un día decidimos poner en práctica una habilidad que teníamos y nos criticaron, o algo salió mal y no quisimos volver a intentarlo. O porque vimos que a otros niños les aplaudían más por hacer ciertas cosas y preferimos adoptar los patrones de conducta de otras personas en lugar de aquello que desarrollaba nuestras habilidades y cualidades. Hay muchas personas que tienen dones hasta energéticos y espirituales, de ver el aura, de sanar con las manos, de ser clarividentes, de ser clariaudientes... pero les criticaron y les juzgaron tanto esas habilidades de niños y de niñas que cerraron el cofre de sus tesoros. Ya basta de cerrar el cofre de tus tesoros, cuál es la pena, cuál es la vergüenza. Saca las cualidades y habilidades que te hacen único y extraordinario, saca los dones que Dios te dio”.

Extracto del video en YouTube:
RECUPERANDO TUS DONES
Disfrútalo en youtu.be/LmUq5YrX_eQ

Día 308



Sé auténtico y justo en tu relación con los demás. Nadie es más ni menos que nadie. A nivel espiritual todos somos iguales, todos somos hijos e hijas de Dios, todos somos hermanos y hermanas por igual.

“¿Por qué respetamos más a unos que a otros? ¿Por qué juzgamos más a unos que a otros? ¿Por qué nos es más fácil perdonar a unos que a otros? ¿Por qué somos más humildes y sencillos con unos que con otras, y altaneros y arrogantes con algunos otros que con otras? Fácil, por un sistema de comparación terrenal. Creemos que valemos más o menos que otros, creemos que otros valen más o menos que nosotros. Pero ese sistema es muy terrenal y te aleja de tu espiritualidad, y al final de cuentas te va a hacer sufrir. Mejor honremos a todos y a todas, admiremos a todos y a todas, respetemos a todos y a todas, y seamos igual de sencillos con unos que con otras”.

Video en TikTok:
IGUAL CON TODOS Y TODAS !
vm.tiktok.com/ZMNxPSmae/?k=1

Día 309

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned symmetrically around the text 'Día 309'.

Tu corazón no disfruta ser otra persona, sino ser sí misma. El Universo toma decisiones sin necesidad de una mente, por las leyes que lo rigen. Así tú, no necesitas siempre meterle mente a todo, siempre tomar decisiones estratégicamente, es mejor seguir las leyes de tu corazón, ahí se encuentra la magia de las leyes del Universo, de la paz, de la abundancia. Es tu corazón el guardián de tu propósito de vida y la ventana por donde Dios se asoma a tu vida.

“Todo aquello que te pesa, todo aquello que haces por obligación, todo aquello que haces sin pasión, todo aquello que haces para llamar la atención, no eres tú, es tu ego, es tu máscara, son tus necesidades por ser aceptado o aceptada. Si muchas conductas e ideas te han sido impuestas, olvídate de quién te las impuso, tú las aceptaste en tu vida, hazte responsable ahora de liberarlas. Es hora de preguntarle a tu corazón qué te gusta, quién eres, cuáles son tus cualidades, cuáles son tus pasiones, y comenzar a trabajar en ellas. Libérate de máscaras, comiéntate a conectar con tu esencia, con quien verdaderamente eres”.

Extracto del Seminario Online:
EL PODER DEL CORAZÓN
Vívelo en ricardoperret.com/corazon

Día 310

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 310'.

Nunca aceptes cargar secretos llenos de emociones negativas, pues te enferman y contaminan, y no te permiten vivir en el amor pleno.

“Recuerda que cada secreto lleno de emociones negativas que cargas es un impedimento para vivir en la paz, es un impedimento para vivir en el amor pleno, es una carga en ti que se manifiesta como una bomba en tus emociones, en tus acciones y en tus hábitos todos los días. Hay cánceres producidos por guardar secretos, hay parálisis, hay infartos cerebrales, hay dolores en todo el cuerpo, hay estrés. Se acabó, ya no vas a guardar secretos llenos de emociones negativas de nadie”.

Extracto del video en YouTube:
SOLTANDO SECRETOS TÓXICOS
Disfrútalo en youtu.be/X1g-yKzxsr8

Día 311

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned centrally above the page number.

Recuerda, amar es LIBERAR, no controlar, lo que también implica dejar de TENER a las otras personas. TENER es una estrategia del EGO, el que busca acumular, retener, llenarse de, mientras que el corazón y el espíritu buscan liberar, fluir, soltar.

“-Hijo, ustedes los seres humanos han confundido el AMAR con el TENER; tu problema es que TIENES demasiado a tu exmujer, lo que debes hacer es dejar de TENERLA tanto. Hazlo, y después te enseñaré lo que nosotros consideramos el verdadero amor-. El mensaje fue raro, requería su análisis, medité por unos segundos mientras me limpiaba las lágrimas de cocodrilo, y los veintes comenzaron a caerme. -Claro-, pensé, -la TENGO demasiado en la mente, la TENGO demasiado en el cel, la TENGO demasiado en mis conversaciones, la TENGO demasiado en mis planes, la TENGO demasiado en mis sueños y fantasías, la TENGO demasiado en mis cuentas bancarias, la TENGO, la TENGO, la TENGO... Pues tengo que comenzar a dejar de tenerla-”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol.1

Página 185

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 312



Una persona que vive siendo auténtica es más exitosa, plena y feliz. Hoy, deja de copiar o emular a los demás, cuando lo haces dejas de honrar la creatividad de Dios puesta en ti al crearte. Tu creatividad nace de tu capacidad de atreverte a ser quien eres, a permitirte pensamientos e ideas sin juicios. Primero tienes que honrar tu autenticidad, entonces promoverás tu creatividad y después surgirá tu poder innovador para transformarte y cambiar positivamente tus entornos.

“Cuando alguien define y no es definido, es auténtico.

Cuando alguien sigue sus sueños y no los de otros, es auténtico.

Cuando alguien confía en sus intenciones y establece sus objetivos, es auténtico.

Cuando alguien se mantiene en la lucha por lograr lo que se propuso, a pesar de críticas, obstáculos y fracasos temporales, es auténtico.

Cuando alguien se acepta a sí mismo, con todo lo que esto implica, es auténtico.

Cuando alguien reconoce sus poderes internos y vive bajo el diálogo con Dios, es auténtico.

Cuando alguien es auténtico, es único, individual, original.

Cuando alguien es auténtico, contagia a otros (por su deseo de serlo también algún día).

Cuando alguien es auténtico, ya ha dado su primer paso al éxito”.

Extracto del libro EL GEN EXITOSO

Página 77

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/gen



Hoy, comienza a cuidar tu cerebro. Cuando te ocupas de cuidar tu cerebro, ese órgano que pesa el 2% de tu cuerpo pero que consume hasta el 20% de los recursos internos, te desarrollas mejor económica, física, social, emocional y hasta espiritualmente.

“15 HÁBITOS PARA TENER UN SÚPER CEREBRO...”

- 1- Medita*
- 2- Haz ejercicio*
- 3- Mejora tu sueño*
- 4- Mantente hidratado*
- 5- Mejora tus relaciones*
- 6- Mejora tus emociones*
- 7- Respira aire puro de bosque o mar*
- 8- Usa productos naturales y orgánicos*
- 9- Aumenta consumo de nueces y almendras*
- 10- Aumenta consumo de semillas altas en Omegas 3 (chía, ajonjolí y linaza)*
- 11- Aumenta consumo de verduras con vitaminas del complejo B sobre todo Crucíferas*
- 12- Cero harinas de trigo y grasas hidrogenadas*
- 13- Bájale a la carne animal y a los lácteos*
- 14- Bájale al alcohol y a las drogas*
- 15- Bájale al azúcar y a la sal”.*

Extracto del video en YouTube:
HÁBITOS PARA TENER UN SÚPER CEREBRO,
CON HOMERO SANTIAGO
Disfrútalo en youtu.be/mxNvM7_5p7E

Día 314



Buscar el reconocimiento es un motivador poderoso del cerebro reptílico del ser humano, y aún cuando el lanzamiento exitoso de un producto o servicio debería de ser motivo de reconocimiento, no sólo para el director sino para todos los involucrados en el proceso, esto NO debe de ser el motivador principal detrás de un lanzamiento, sino una consecuencia”.

“Tienes que ser muy cuidadoso de que tu lanzamiento no sea motivado por egos, sino por análisis reales de oportunidades y capacidades. Sucede que algunos Directores Generales, o bien Directores de Ventas o Directores de Marketing, quieren tener un producto más llamativo, más glamoroso; un producto que los ayude a salir en la tele al lado de algo menos “commodity” o más de moda o con mayor diseño. Al ser humano lo mueven fuerzas poderosas e irracionales, que lo hacen desear a pesar de cualquier cosa dominar, lucirse, ser protagónico o dejar huella, tendrás que ser cauto de que tus decisiones no sean motivadas por esto ni las decisiones de tus ejecutivos o colaboradores”.

Extracto del libro INNOVATION HOME RUNS

Página 90

Descárgalo en ricardoperret.com/libros

Día 315

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 315'.

Dios te dio la posibilidad de experimentar todo tipo de emociones, acéptalas, abrázalas, son parte de ti, incluso las emociones a las que llaman “negativas” como la culpa, el miedo, la tristeza o el enojo. Ellas son sólo mensajeras que quieren ser escuchadas; son grandes maestras que te vienen a dar una gran lección y entre más pronto las escuches a conciencia más pronto se irán de tu vida.

“Coloco entrecomillada la palabra NEGATIVAS en el párrafo anterior, ya que aunque la culpa, el miedo, la tristeza o el enojo pueden catalogarse así, cuando aprendes a verlas y a escucharlas desde un plano de conciencia logras entender que en realidad son maestras que te quieren enseñar algo poderoso de ti, tus programaciones, el pasado que debes de sanar y la realidad externa que vives. Claro, si se mantienen en ti te hacen mucho daño, incluso físicamente, pero si las escuchas y de ellas aprendes la lección, duran poco, te sueltan porque ya cumplieron su misión. No te apegues a ellas, eso sería victimización, déjalas fluir”.

Extracto del libro NEW ME

Página 15

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/newme

Día 316

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned symmetrically on either side of the text 'Día 316'.

Todo lo que ya hemos hecho o vivido permanece en nuestra memoria celular o espiritual en forma de recuerdos. Hoy, agradece tu capacidad de recordar memorias de largo y mediano plazo y abraza tus recuerdos, incluso aquellos no tan positivos. Recuerda, tu memoria es el aliado, no el enemigo.

“Nunca bloques recuerdos, vive en gratitud y en paz con ellos. Nunca maldigas tu capacidad de memoria, tu capacidad de recordar. Bendícela, sino la estarás auto-atacando. Tal vez es esa la base emocional de muchas demencias seniles, inicios de Alzheimer, inicios de debilidad cognitiva y muchas otras cosas. Así que vive en paz con tu memoria, agradécela. Agradece todos tus recuerdos y permite que estos recuerdos lleguen a ti”.

Extracto del video en YouTube:
TU MEMORIA ES TU ALIADA,
LA ESPIRITUALIDAD NO ES DIFÍCIL
Disfrútalo en youtu.be/aeFj5eT6avg

Día 317



Cuando seas capaz de percibir en todo lo que recibes de los demás una manifestación de su amor, entonces serás libre de todo juicio, de todo odio, de toda culpabilidad trasladada a otros. Hoy, ábrete a ver lo que recibes de los demás como una manifestación de amor.

“Hijo, cada ser humano es una máquina perfecta de dar amor. Una vez que alguien decide tener contacto contigo, lo que te da, lo que te entrega, lo que te trasmite, es amor. Cuando esa persona te da algo, puede ser su tiempo, sus palabras, sus emociones, sus acciones, así llegue a creer o pensar que te está engañando, traicionando, castigando, lastimando o insultando con eso que te da, lo que tú estás recibiendo es amor porque él o ella son máquinas perfectas para dar amor. No importa incluso si alguien tiene la intención puntual de hacerte daño con sus palabras, lo único que en el fondo te está dando es amor, y por ello tú debes agradecerlo. Mucho de tu poder, hijo, reside en tu capacidad para ver como amoroso todo lo que recibes, absolutamente todo. Gran parte de tu poder reside en que, sea cual sea el juicio que la persona haga sobre lo que te está entregando o transmitiendo, tú lo recibirás como algo lleno de amor”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 1

Página 286

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 318



Dios ya te concedió el 50% de tu amor, el otro 50% depende de ti. Si abres tu corazón para ti mismo (a) y te dispones a sentir el amor dentro de ti, verás que tu capacidad de amar es ilimitada.

“Cuando abres el corazón para ti mismo (a) abres el corazón para el mundo y los demás lo notan. Tú mereces vivir con el corazón abierto porque eres un hijo de Dios, eres una hija de Dios. Dios ya confía en ti, sólo a ti te falta confiar en ti. Dios ya te ama, si tú te amas a ti mismo (a) estás completo, estás completa, no te falta nada. Porque el 50% de tu amor es el que sabes que Dios ya te dio, y el otro 50 % de tu amor es el amor de ti misma para ti misma, de ti mismo para ti mismo”.

Extracto del Seminario Online:
SER MAESTRO DE TUS PENSAMIENTOS Y EMOCIONES
Vívelo en ricardoperret.com/maestro

Día 319



Conviértete en un ser proveedor(a). Un ser acumulador tiene miedo a dar y a compartir pues vive en escasez, un ser proveedor reconoce que fue creado en abundancia y que por eso tiene mucho para dar. Hoy, abraza la responsabilidad de ser proveedor, de ser jefe, de ser padre o madre de familia, de ser emprendedor, de ser exitoso.

“Un ser proveedor es una persona que vive en su zona de abundancia. Un ser proveedor se sabe abundante no por lo que tiene económicamente sino por lo que vive dentro de él. Un ser proveedor no controla, libera. Un ser proveedor vive en paciencia, no anda deprisa. Un ser proveedor sabe que cuando alguien le pide algo es porque el Universo sabe que lo puede dar. Un ser proveedor posee y comparte conocimiento de vida, no técnico. Un ser proveedor busca y encuentra oportunidades en todas partes, para él todo representa una lección de vida. Un ser proveedor disfruta compartir y se sabe lleno para compartir. Un ser proveedor lo demuestra desde su lenguaje. Un ser proveedor comparte energía y tiempo con los demás. Un ser proveedor vive en gratitud. Un ser proveedor está conectado al plano espiritual. Un ser proveedor está conectado a la naturaleza, no se aprovecha de ella. Un ser proveedor crea en abundancia para compartir. Un ser proveedor es un ser auténtico. Un ser proveedor conoce las cualidades que Dios le dio. Un ser proveedor come para nutrirse y vive sanamente. Un ser proveedor vive en paz con sus padres y con su linaje. Un ser proveedor es honesto y transparente. Un ser proveedor no tiene miedo a perder porque sabe que pronto va a recuperarlo para seguir dando”.

Extracto del video en YouTube:
DE ACUMULADOR A PROVEEDOR
Disfrútalo en youtu.be/YS10el6M8WA

Día 320



La mejor forma de amar y conquistar a una persona es liberando, soltando, permitiendo que la otra persona sea quien es, que desarrolle su máximo potencial como ser humano, que tome sus propias decisiones. Un día un maestro espiritual me dijo: “Amar no es controlar, amar es liberar”. La necesidad te hace querer retener o controlar a alguien más, el amor te hace liberarlo.

“LO QUE CONQUISTA !

Si crees que tu capacidad de retener a tu pareja está en tu potencial sexual, despierta, eso es sólo temporal, este termina entrada la vejez.

Si crees que tu capacidad de retener a tu pareja está en tu riqueza, despierta, la riqueza es cuestión de comparación, pronto ella encontrará una referencia que te haga ver como clase mediero.

Si crees que tu capacidad de retener a tu pareja reside en tu capacidad intelectual, despierta, pronto comenzarás a olvidar las cosas.

Si crees que tu capacidad para retener a tu pareja reside en tu fuerza y altura, pronto un adolescente te sacará una cabeza y te cargará en brazos. Lo único capaz de hacer que alguien quiera estar a tu lado permanentemente es justo lo contrario de retener, LIBERAR, celebrando su autenticidad y admirándola !!!”.

Post en Facebook
facebook.com/ricardoperreterhard

Día 321

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the title 'Día 321'.

Cada bocado o sorbo que entra a tu boca es información que se distribuye y entra a tu cuerpo. Dale mensajes de amor, de salud, de paz de longevidad. Sé bueno con tu cuerpo y consiéntelo con alimentos saludables. Sé humilde con las porciones y come como un acto de amor a tu cuerpo y no para llenar huecos o vacíos internos. Muchas personas comen para llenar vacíos emocionales internos, pero esto es una adicción y no un acto de amor de nutrición. Hoy, come sano y dile a tu cuerpo: te amo.

“Sé humilde a la hora de comer, no comas para presumir ni demostrar tu poder adquisitivo, no comas por adicción ni por fobias, ni por acumular. Come lo suficiente y súper nutritivo. Agradece y bendice los alimentos que ingieres, conéctate con ellos energéticamente desde antes de que entren a tu cuerpo para que hagan mejor provecho. Si colocas tus manos por encima de tus alimentos y sientes que no puedes agradecerlos, entonces tendrás que cambiar de alimentos por otros más saludables, más frescos, que le hagan bien a tu cuerpo. Recuerda, come como un acto de amor a tu cuerpo, ese es un gran hábito”.

Extracto del libro digital CUERPO VIRTUOSO

Página 19

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/cuerpovirtuoso

Día 322



Hay fórmulas mágicas en la vida que nos permiten sanarlo todo, que nos permiten estar en paz con todo, que nos permiten vivir conectados a Dios. Una de estas fórmulas mágicas, que te regresa sí o sí la paz, la abundancia, el amor y que te vuelve a colgar de Dios, se hace de tres grandes virtudes: aceptar, agradecer y admirar.

“La verdadera cuestión de la vida es cómo somos lo que somos de manera permanente. ¿Cómo llevamos ese estado reflexivo que alcanzamos en una meditación poderosa a nuestra vida normal? ¿Cómo hacemos de nuestra vida una meditación plena y permanente? ¿Cómo vivimos conectados a Dios todo el tiempo?

Hay una fórmula mágica y poderosa que se hace de tres grandes virtudes, tres grandes palabras: aceptar, admirar, agradecer.

- 1) Aceptar. Hay cosas que, no solamente no van a cambiar, sino no deberías de intentar cambiar. Aceptar abre la consciencia, abre el corazón e inicia el entendimiento desde la paz.*
- 2) Admirar. No es suficiente aceptar, porque puedes aceptarlo todo y vivir como un zombie en estado neutral. Acepta una realidad, pero también asígnale un significado positivo a través de la admiración.*
- 3) Agradecer. Aceptas la realidad, admiras la realidad y lo rematas con GRATITUD. Al agradecer aceptas que Dios está teniendo planes más importantes para ti de los que tu ego y tu mente alcanzan a ver, porque si no agradeces lo que no esperabas cómo te va a mandar Dios lo que sí esperas”.*

Extracto del video en YouTube:

FÓRMULA MÁGICA PARA SANAR EXPERIENCIAS INTENSAS

Disfrútalo en youtu.be/pCUMqKk4q14

Día 323

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned symmetrically on either side of the text 'Día 323'.

Cuando una persona se encuentra invadida por emociones negativas, la mente se desconecta del corazón y del plano espiritual y la persona se siente abandonada, sola, perdida. Mientras que cuando eres capaz de celebrarlo y admirarlo todo, incluso este tipo de situaciones, y logras superarlas, todo se comienza a aclarar.

“Los líderes, y en general las personas inteligentes espiritualmente, sufren conscientemente las crisis emocionales, permitiendo el dolor (que es natural), pero minimizándolo hasta donde les es posible, siendo capaces de entender que grandes aprendizajes llegarán en esos momentos y que será una buena oportunidad para generar una síntesis de creencias y hábitos (revisar qué sirve y qué no sirve para la propia vida). Detrás de cada gran líder hay uno o varios momentos de resurgimiento o renacimiento a partir de nuevas creencias, hábitos y virtudes. Para ellos, las crisis emocionales son mensajeros que les tocan la puerta para invitarlos a voltearse y verse a sí mismos en lugar de estar tan pendientes del mundo exterior. A partir de esos momentos, a veces muy dolorosos, estas personas se reconocen a sí mismas, asumen el autocontrol y comienzan a definir su vida en lugar de permitir que esta los defina a ellos”.

Extracto del libro INTELIGENCIA ESPIRITUAL PARA LÍDERES
Página 266

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/inteligenciaespiritual

Día 324



Reconoce que tienes mucho para dar. Para manifestar abundancia hacia el exterior comienza por agradecer las bendiciones que YA has recibido de Dios y del Universo. Cuando reconoces que Dios ya te ha dado en abundancia, reconoces que lo que tienes para dar es abundante.

“Un gran paso para manifestar abundancia es reconocer que ya has recibido mucho y que tienes mucho para dar. Todo en el Universo es un flujo, tiene ciclos. Y en los ciclos algo entra y algo sale, damos y recibimos. Todos los seres humanos recibimos algo y damos algo. Los buenos proveedores son los que reconocen que han recibido mucho, que hay que agradecerlo, y que tienen mucho para dar. ¿Quieres vivir en abundancia? ¿Quieres manifestar abundancia hacia el exterior? Reconoce que has recibido mucho, reconoce que tienes mucho para dar”.

Extracto del Seminario Online:
ABUNDANCIA²

Vívelo en ricardoperret.com/abundancia

Día 325



Cuando tienes fe y confianza no importa donde te lleve el destino, lo vas a disfrutar. Hoy, siente GRATITUD y amor por cada una de las experiencias que estás viviendo y que has vivido, ya que en el fondo todas esas experiencias están formando poco a poco un gran rompecabezas. Tal vez ahorita no lo ves, pero te aseguro que pronto alcanzarás a ver un rompecabezas hermoso de tu vida.

“Qué hermoso es saber que el rompecabezas completo de tu vida no lo conoces, pero saber y tener la fe de que cada pieza que vas viendo es hermosa y puedes sentir gratitud con esa pieza. Hay muchas personas que se estresan, sienten miedo, incertidumbre e inseguridad porque ven pequeñas piezas de su vida, que al no ver la pintura completa del rompecabezas de su vida, dicen: -Mi vida es un desastre-. A veces estás viviendo una situación difícil y dolorosa, estás muy triste, pero es que no alcanzas a ver la majestuosidad del rompecabezas de tu vida que se está armando. Si tienes paciencia y vives en fe y confianza, pronto te darás cuenta que al unirse todas las piezas del rompecabezas vas a tener un rompecabezas hermoso, una imagen hermosa, una visión hermosa de tu vida. Pero tienes que tener fe, fuerza interna y confianza”.

Extracto del video en YouTube:
CAMINO DE SANTIAGO
Disfrútalo en youtu.be/YlsvXIQNqyo

Día 326



Hoy, hazte responsable, no sólo terrenalmente sino también espiritualmente. En todo lo que te sucede hay una co-participación y co-responsabilidad de tu parte. Somos co-creadores de nuestra vida y hay que hacernos responsables. Hacerte responsable te ayudará a madurar y evolucionar, así como soltar la pesada carga de la victimización.

“Ser responsable terrenalmente significa que si tienes una deuda la pagues, que si tiras un vaso con algún líquido lo recojas, que si te comprometes en un trabajo lo lleves a cabo acorde a tu compromiso. Ser responsable espiritualmente significa que asumas tu participación en la elección de tus padres, desde el plano espiritual; significa que asumas con madurez las implicaciones de haber nacido en la época y espacio que naciste; así como que busques hasta encontrar tu misión de vida”.

Extracto del libro EL GRAN MAESTRO

Página 168

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/elgranmaestro

Día 327

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 327'.

Los burlones son grandes maestros en tu camino. No hay persona altamente exitosa de la que no se hayan burlado inicialmente, incluso sus familiares, pareja o amigos cercanos al escuchar sus objetivos. Así que tendrán sus razones, conscientes o inconscientes, tú sólo escúchalos, integra lo que sientas que es correcto, pero continúa tu camino con autenticidad y valentía.

“Hoy creo que los burlones son grandes maestros que nos motivan a renovar nuestros votos con nuestras creencias y refrendar nuestros objetivos. Piénsalo, si ellos se generan dudas o te mueven, es porque tú estás en duda con tus propias ideas. Pero si, a pesar de su crítica, te mantienes firme, seguramente es porque hay certeza en ti de lo que estás haciendo. Dios nos pone grandes maestros por nuestro camino, en ocasiones disfrazados de críticones. Recuerda, ante tus dudas, refuerza más tus creencias”.

Extracto del libro EL GEN EXITOSO

Página 81

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/gen

Día 328



Muchas personas utilizan un lenguaje de guerra, militar, agresivo en el mundo de los negocios, pero eso sólo destruye y contamina todo a su paso. Tener un negocio es una gran bendición que Dios te da para potencializar lo que vive dentro de ti hacia afuera. Hoy, es momento de utilizar un lenguaje que construye, un lenguaje de amor y de paz.

“¿En qué momento el ser humano comenzó a utilizar un lenguaje de guerra, un lenguaje militar al interior de los negocios? -Voy a mandar una bomba mercadológica-, -voy a preparar un pelotón de ventas-, -hay que atacar y destruir al enemigo-. Un lenguaje agresivo, de control, de poder y de dominio pone a nuestros ejecutivos en un estado de guerra, de estrés, de intranquilidad, y eso eventualmente termina por destruir a las personas y a las familias de los que estas personas son miembros. Es hora de utilizar un lenguaje, de paz, de amor, de innovación, de creatividad, de humildad, de justicia, de autenticidad, de valor agregado en el mundo de los negocios”.

Extracto del video en YouTube:
LENGUAJE DE PAZ EN LOS NEGOCIOS
Disfrútalo en youtu.be/YkkiodaSEZA

Día 329



En el bullying sufre tanto quien recibe el insulto como quien lo lanza, ya que se queda con culpas atoradas o con miedos de que regrese el bullying de una u otra manera. Hoy, acércate con GRATITUD Y AMOR a tus padres, hermanos, y en especial tus hijos (as). Aplica todas tus virtudes y esencia en tu relación con ellos. Lánzales palabras poderosas de amor que eclipsen cualquier crítica o juicio que reciban del exterior.

“Una tercera parte de los niños (as) y adolescentes en algún momento de su vida escolar sufren algún tipo de bullying, estos juicios y críticas constantes dirigidos hacia ellos y ellas. Pero hay dos cosas que agravan poderosamente el bullying que reciben en la escuela: 1) que en casa también sean buleados, que los juzguen o los critiquen de lo mismo que en la escuela lo hacen, 2) que en casa no haya palabras de amor poderosas que eclipsen las críticas que reciben en la escuela.

Así es que ya sabes, tú no bulees a tus hijos (as), y tú lánzales palabras de amor poderosas que eclipsen cualquier juicio en cualquier otro territorio”.

Video en TikTok:
LO QUE POTENCIALIZA EL BULLYING
vm.tiktok.com/ZMNSh8soK/?k=1

Día 330

A decorative graphic of a pair of white, stylized wings with black outlines, positioned symmetrically on either side of the text 'Día 330'.

Nuestro cuerpo funciona de manera integral, lo que sucede a nivel emocional repercute a nivel físico. Nuestro cuerpo es el lienzo en donde se manifiesta lo que vive dentro de nosotros. Por eso cuidar nuestras emociones es una gran clave para cuidar automáticamente nuestro cuerpo y salud física. Comienza hoy a descubrir qué es eso dentro que se manifiesta dolorosamente en tu fisiología.

“Creo que si sanamos la parte emocional automáticamente se da una sanación física en muchos territorios de nuestra vida: dolores, enfermedades, condiciones que has estado viviendo como debilidad, falta de energía, poca claridad mental, hasta estreñimiento. Todo aquello que sanas a nivel emocional tiene, sí o sí, una gran vinculación con la parte física. Recuerda este concepto de la psicopatización, lo que vive en la parte emocional o en la psique lo proyectamos al soma (cuerpo en griego), así que si sanas tus emociones seguramente sentirás un gran alivio físico también”.

Extracto del Seminario Online:
SANACIÓN EMOCIONAL (Back to Me)
Vívelo en ricardoperret.com/seminario

Día 331

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 331'.

Sanar la relación con los alimentos es sanar la relación con nuestro cuerpo y nuestro pasado, y abrir una gran puerta de posibilidades para vivir en conciencia y con salud. Hoy es momento de analizar nuestras programaciones alrededor de los alimentos, soltar las que nos hacen daño y reprogramarnos para vivir con mayor libertad, menos en automático, más en conciencia, dispuestos a comer lo que realmente nos mantiene sanos. Todo lo que comemos lleva información a nuestras células, ojalá que comamos lo que les lleva información de vida, de amor, de paz.

“Si tu vida gira en torno a los alimentos es porque has crecido con miedo y carencias. Hemos creído que necesitamos muchos más alimentos de los que verdaderamente necesitamos. La gente come de 300 y 400 gramos de proteína al día, cuando su cuerpo no requiere más de 70 a 90 gramos. La gente come más de 20 cucharadas de azúcar al día, cuando su cuerpo no puede procesar correctamente más de 5 o 6. Nutrir a tus hijos no es llenarlos, es darles lo suficiente de nutrientes (aminoácidos, ácidos grasos, vitaminas antioxidantes, fibra y minerales)”.

Extracto del video en YouTube:
SANANDO LA RELACIÓN CON LOS ALIMENTOS
Disfrútalo en youtu.be/aGDd2PT2lig

Día 332



Vivir en la honestidad es vivir en el amor y manifestando amor a nuestro alrededor, lo que implica ser capaces de decir la verdad, ser capaces de decirte la verdad, ser capaces de escuchar la verdad y ser capaces de liberar la verdad en otros. Hoy, permite que la VERDAD viva en ti, sé honesto (a) y experimenta la sanación de esta poderosa virtud.

“El cacao nos enseña que para vivir en amor tenemos que ser honestos. El cacao nos abre al amor y el amor a la honestidad. La honestidad tiene cuatro grandes facetas: la primera, ser capaces de decirle la verdad a los demás, porque quien ama a los demás no les miente; la segunda, estar en capacidad de decirte a ti mismo la verdad, porque quien se ama a sí mismo siempre se dice la verdad; la tercera, ser capaces de escuchar la verdad que los otros tienen por decirnos, porque quien se ama acepta la verdad de los demás; y la cuarta, ser capaces de liberar la verdad que hemos descubierto en otros, porque quien ama la verdad permite que fluya y porque nadie debe impedir que los demás vivan en honestidad y verdad. Este es, sin lugar a dudas, un buen paso para sanar”.

Extracto del libro DIARIO DE UN SANADOR

Página 97

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/diario

Día 333

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 333'.

Ver con optimismo las experiencias o sucesos “negativos”, así como tener la humildad de reconocer sus aprendizajes son las claves para una vida más plena, sana y feliz. El resentimiento es la combinación de RESISTENCIA al ENTENDIMIENTO. Cuando entiendes que todo fue perfecto, y que así tuvo que suceder para aprender y crecer, comienzas a entender desde la conciencia, comienzas a reprogramar, a superar y hasta te dan ganas de AGRADECER.

“Yo soy un firme creyente, y así me lo ha reforzado la experiencia, que todo lo que en tu mente se haya almacenado envuelto en dolor y que haya generado o reforzado creencias negativas o limitantes PUEDE Y DEBE de tener un lado positivo, sólo hay que encontrarlo. A lo mejor la experiencia dolorosa te dejó una gran lección o aprendizaje, a lo mejor te hizo más fuerte en algún territorio, a lo mejor te lanzó a ser más o mejor en algo, a lo mejor te protegió de otras situaciones peores a mediano o largo plazo. Así, siempre habrá algo que puedas encontrar por lo cual AGRADECER de esas experiencias que en su tiempo te provocaron dolor”.

Extracto del libro NEW ME

Página 79

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/newme

Día 334



El amor no es controlar, sino liberar. La necesidad y la carencia buscan controlar a los demás, por sus faltas internas. Pero el verdadero amor nace de la abundancia y ese amor libera. Libera a tus hijos, libera a tu pareja, libera a tu aprendiz, libérate incluso a ti mismo. Hoy, obsérvate, qué tanto amas o qué tanto necesitas.

“La prueba más grande de amor que una persona le puede dar a otra es darle su libertad. Se requieren muchas agallas, se requieren muchos pantalones, pero sobre todo conciencia y amor. Cuando los padres le dan la libertad a sus hijos de estudiar lo que quieran, de irse incluso a estudiar lejos de su casa, de trabajar en donde quieran, de salir con alguien que ellos han elegido, de vivir en la ciudad donde ellos creen que se pueden desarrollar, están demostrándole a sus hijos el mayor de los amores. Darles libertad a los hijos sobre todo ya de adolescentes, jóvenes y no se diga de adultos, es la mayor muestra de amor de los padres hacia los hijos. Implica confianza, implica respeto, implica deseo de que sean auténticos. Ahora aplica esta enseñanza o virtud hacia tu pareja, ¿podrías?”

Extracto del video en YouTube:
LIBERTAD, LA MAYOR MUESTRA DE AMOR
Disfrútalo en youtu.be/XIb9R7VLC4E

Día 335



“La ESPIRITUALIDAD PARA NIÑOS (AS):

No tengas miedo de enseñarles ESPIRITUALIDAD a tus hijos e hijas, el camino del espíritu es hermoso, los ayuda a crecer sanos y felices !!! No tengas miedo de hablarles de Dios, si ellos se sienten acompañados de Dios vivirán seguros, llenos de confianza y nunca se sentirán solos o solas. No les digas que Dios observa y castiga, eso los alejará de ÉL, diles que Dios permite y ama.

Enséñales a ORAR y MEDITAR, que sepan que Dios siempre está ahí y siempre listo para escuchar. Enséñales no sólo a hablarle a Dios, sino a sentirlo, verlo y escucharlo.

Ayúdales a escuchar su corazón, y seguir sus consejos, que sepan que nuestro corazón es el tambor poderoso que Dios puso en nosotros para acordarnos todo el tiempo de su enorme AMOR.

Enséñales a crear cosas hermosas desde su corazón, y después a manifestarlas en su realidad exterior. Enséñales que ellos tienen el poder de crear su realidad, y que no se conformen con vivir la realidad de otros.

Que tus niños sepan que Dios está en cada ser humano, en cada animalito, en cada planta, en el sol, el viento, el fuego y el agua. Que entiendan que Dios quiere que disfruten y cuiden la Naturaleza, que ellos son sus protectores.

Promueve que vivan la espiritualidad desde la ALEGRÍA, no desde la seriedad y la formalidad. Que confíen en que Dios nos quiere alegres y disfrutando cada momento. Contáguales la actitud permanente de la GRATITUD con cada bendición que de Dios hemos recibido, incluso con aquellos momentos difíciles.

Que sepan siempre que Dios es súper creativo y que con ellos se lució porque los hizo ÚNICOS Y EXTRAORDINARIOS. Que sean auténticos, sin miedos a ser ellos mismos. Enséñales que venimos de Dios, que somos parte de Dios, y a Dios volveremos !!!”.

Post en Facebook

facebook.com/ricardoperreterhard

Día 336



Sé excepcional, aléjate de la rutina. La costumbre es desmotivante para cualquier ser humano, ya que las recompensas, incentivos y beneficios repetitivos dejan de tener un efecto poderoso en tu mente. Para mantenerte motivado en el logro de tus objetivos, encuentra formas creativas para planear, ponerte retos y compensarte por ellos.

“Si cada vez que haces algo obtienes exactamente lo mismo, eventualmente esta recompensa y los beneficios asociados a ella ya no serán poderosos para tu cerebro, no generarán la misma dopamina y adrenalina, por lo que tu cerebro buscará nuevas recompensas. Una clase de deporte que siempre es igual se vuelve aburrida. Un papá que siempre le ofrece el mismo juguete de recompensa a su hijo por sacar buenas calificaciones, eventualmente dejará de motivarlo. Un esposo que siempre invita a su esposa al cine los mismos días y a la misma hora, y le compra el combo de palomitas, hot dog y refresco, deja de ser un esposo creativo, atento y amoroso bajo la mirada de su mujer. Para mantener la motivación debes ser creativo con los métodos de planear, enseñar, retar y recompensar”.

Extracto del libro SECRETOS DE LA MOTIVACIÓN

Página 151

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/motivacion

Día 337



Hombres y mujeres seamos grandes aliados. Dios nos creó, venimos de la misma Fuente y vamos hacia la misma Fuente. Ya dejemos de juzgarnos tanto y comencemos a admirarnos, empecemos a aceptarnos, y sobre todo a agradecernos mutuamente.

“Mujeres de la tierra, ustedes tienen dos grandes roles espirituales: ser las mejores hijas de Dios y ser las mejores madres de la humanidad. No solamente de sus hijos, sino también del vecino, de sus esposos, de sus padres incluso. Sólo ustedes tienen el poder y la capacidad de hacerlo, si no lo son están desperdiciando esas cualidades, dones y habilidades que Dios les dio a ustedes y no a los hombres. Los hombres solo tenemos un rol en el mundo: ser los mejores protectores de las mujeres. Claro que nos necesitamos, hombres y mujeres somos aliados. No le tengamos miedo a decir: -Amor mío, te necesito-. Las mujeres necesitaron a un hombre para engendrar, las mujeres necesitaron a un padre y a una madre para tener vida. Hagamos alianza, seamos interdependientes. No se vale la codependencia, no se vale la independencia, lo que se vale es la interdependencia. Hombres, celebren a las mujeres, admírenles sus cualidades y habilidades únicas y extraordinarias. Mujeres, celebren a los hombres, admírenles sus cualidades y habilidades únicas y extraordinarias”.

Extracto del video en YouTube:
REFLEXIÓN POR LAS MUJERES Y LA PAZ
Disfrútalo en youtu.be/GHmjlpVVTvY

Día 338



Hoy, reconoce tu poder creativo e innovador. Construye grandes historias sobre valores agregados reales del producto o servicio que vendes. Un buen mercadólogo y vendedor vive desde la ética, comunicándose e interactuando desde sus virtudes con sus audiencias. Alinea tus virtudes a todo lo que haces en tu empresa u organización para que te sientas orgulloso (a) y pleno.

“Es hora de volver a lo básico de la mercadotecnia y la publicidad, pero también a lo básico de las virtudes y valores humanos. Hoy creo que un gran mercadólogo es el que comunica una gran historia sobre un valor agregado real de su producto respetando al consumidor como ser humano. Un gran mercadólogo, cuando no encuentra un valor agregado de su producto o servicio, busca construirlo o desarrollarlo; no descansa hasta estar feliz con lo que vende. Un mercadólogo distraído, por la ambición y por la programación educativa y laboral, se la pasa contando grandes mentiras sobre su producto o servicio.”

Extracto del libro INTELIGENCIA ESPIRITUAL PARA LÍDERES

Página 176

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/inteligenciaespiritual

Día 339

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 339'.

Para sanar cualquier adicción primero es necesario que la aceptes, pero muchas personas viven negando sus adicciones y así nunca podrán sanarlas y soltarlas. Hoy, acepta cualquier adicción o comportamiento negativo que repitas diario, desde ahí podrás comenzar tu proceso de sanación.

“El ser humano tiene todo el poder de crear herramientas sanas que le ayuden a llenar sus vacíos internos. Las adicciones son formas falsas de llenar los vacíos internos que sólo pueden llenarse con amor propio, con confianza, con un lenguaje nacido del corazón hacia sí mismo y hacia la vida. La espiritualidad, esa relación tuya directa con Dios y sus creaciones, es la mejor llenadora de huecos internos que existe”.

Extracto del Seminario Online:
LIBÉRATE DE ADICCIONES
Vívelo en ricardoperret.com/adiosadicciones

Día 340

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 340'.

Grandes personajes han revelado que es justo cuando están en el sosiego y el silencio que las grandes ideas llegaron a su mente. También estar echados en una hamaca viendo la puesta del sol podría ser un momento de alta productividad. Hoy, busca momentos de silencio y de paz que te permitan escuchar al Universo comunicarse contigo, es en la conexión con el TODO cuando nuestros poderes se activan y las grandes ideas tanto para nosotros como para los demás llegan.

“No porque tengamos un cerebro lo tenemos que usar todo el tiempo, no porque tengamos dos ojos tenemos que ver al exterior todo el tiempo, no porque tengamos dos pies, dos manos, tenemos que caminar y hacer cosas todo el tiempo. En ocasiones es importante darnos momentos de NO HACER NADA, de estar en silencio, de estar en tranquilidad, de reconectar con nuestras emociones y con nuestro cuerpo, de escuchar el susurro del viento. Dios nos habla todo el tiempo, pero lo escuchamos más cuando estamos en silencio”.

Extracto del video en YouTube:
NO HACER NADA
Disfrútalo en youtu.be/KrMeOzih0W0

Día 341



No te compares contra otros. Compararte contra los demás no te permite conocerte a ti mismo y conectarte contigo mismo. En lugar de buscar replicar el modelo cotidiano de otras personas, busca replicar el modelo extraordinario que tú puedes ser.

“Para mi Yo Anterior, la COMPARACIÓN era un patrón de vida, yo comparaba mucho y me comparaba mucho, en muchas ocasiones esto me servía para moverme a hacer o lograr más, pero en otras ocasiones sólo me desviaba de vivir auténticamente. En los últimos años he descubierto que no hay que compararse ni contra uno mismo, la comparación es una fuente de estrés, bien manejado te puede ayudar, pero mal manejada te puedo enfocar en ser quien no eres en esencia, te puede hacer que vistas máscaras o disfraces que no representan tu naturaleza y te desvían de tu autenticidad. Hoy creo que es bueno inspirarse y admirar a los demás, pero que es mejor celebrar la individualidad de cada ser humano y la nuestra. Que hay que aprender a descubrir nuestras propias cualidades y dones y vivirlos al máximo sin la persecución constante de la comparación. Claro, para ello hay que romper los estereotipos y modelos comparativos que nos imponen desde niños en el sistema educativo ultra-desactualizado, que pretende crear personas iguales como producidas en plantas industriales en lugar de enaltecer las individualidades. Y es justo ahí en donde comienza una capacidad del ser exitoso, definirse a sí mismo sin compararse contra otros y romper las ataduras de las programaciones limitantes del sistema educativo y social”.

Extracto del libro EL GEN EXITOSO

Página 14

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/gen

Día 342



Sé consciente del tipo de emociones que vives diariamente. Hay emociones positivas que te recargan y purifican, mientras que hay otras negativas que te descargan y contaminan. Dios te dio mucha energía vital, no te descargues de tu energía sin propósito sano o puro. Si quieres profundizar sobre la energía vital puedes vivir mi seminario en línea aquí ricardoperret.com/energia

“Ser conscientes de nuestras emociones nos permitirá mantener plena y pura nuestra energía vital. Observa bien el término E-MOCIÓN, que proviene de dos términos E = Energía y Moción = Movimiento. Las emociones representan la actividad de nuestra energía interna, todo aquello que impacte nuestra energía es una actividad o reacción emocional. La calma, paciencia, confianza, amor, alegría, admiración, aceptación, GRATITUD, y la compasión nos permitirán mantenernos recargados de energía vital y purificarla. La venganza, el miedo, la culpa, la tristeza, el resentimiento o la ira (coraje) ejercerán un movimiento negativo en nuestra energía, nos desgastarán y esta se contaminará, lo que podría enfermarnos y hasta matarnos”.

Extracto del libro digital CUERPO VIRTUOSO

Página 51

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/cuerpovirtuoso

Día 343

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned centrally above the page number.

Libera a tu espíritu y hazle caso, dedícale tiempo. No te satures con tantas actividades irrelevantes y sólo importantes para la parte material y terrenal, estas sólo te distraen de escuchar los mensajes de tu espíritu que te podrían hacer crecer mucho. Hubo un momento en mi vida en que me sentía perdido y hundido en un pozo oscuro, ni toda la psicología ni la neurociencia que había estudiado me podían salvar, a mi vida le faltaba un gran toque de espiritualidad y eso fue lo que me liberó.

“Cuando nos llenamos de actividades irrelevantes para el espíritu, como estar trabajando todo el día, pasar las horas en hobbies, frente a la televisión o en actividades que solamente tienen que ver con nuestra parte material y terrenal, evitamos ponerle atención a la parte espiritual. El espíritu quisiera tener más contacto contigo, pero tú no lo tomas en cuenta porque estás muy lleno de cosas. A veces nos creemos tan importantes y creemos que sólo nosotros podemos resolver temas en la oficina o en la familia, nos enfrascamos en actividades que seguramente otros podrían haber resuelto mejor, y así se nos va la vida olvidando un aspecto súper importante para crecer que es nuestra espiritualidad”.

Extracto del video en YouTube:
CÁRCELES DEL ESPÍRITU
Disfrútalo en youtu.be/zFr7dmQsUnE

Día 344



Reconoce que eres un hijo o una hija de Dios, eres único y extraordinario. Dios ya confía en ti, ahora sólo te falta a ti confiar en ti mismo (a). Dios depositó varios poderes increíbles en ti, entre más pronto los descubras y los aprendas a aprovechar más pronto vivirás en plenitud terrenal tu realidad espiritual.

“Eres más fuerte de lo que crees, eres más capaz de lo que crees, eres puro amor, eres una gran luz, sólo hay que quitarle el lodo y las hojas secas a ese gran faro de luz que vive en tu interior.

Muchas personas se han convencido a sí mismas de que sufrir está bien, que vivir en dolor es lo normal, se han vuelto ciegas a toda posibilidad de sanar, amar y ser amadas.

Atrévete a platicar más con Dios, es tu Padre, siempre está esperando a que lo busques”.

Extracto del libro NEW ME

Página 88

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/newme

Día 345



El orgullo es bueno cuando nos ayuda a superarnos o cuando sentimos satisfacción por algún mérito nuestro o de otros. Mientras que cuando nos impide vivir auténticamente, aprender de la vida y seguir creciendo, el orgullo se vuelve hermano de la arrogancia. Hoy, suelta la máscara del orgullo.

“A muchas personas las detiene el ORGULLO, el hecho de que se sienten ofendidas por algo que los suegros, o sus mismos padres les hicieron. Pero nada más tonto que el orgullo, ya que este sentimiento es hermano de la ARROGANCIA, y te impide aprender de la vida y seguir creciendo. El ORGULLO conlleva el deseo consciente de cerrar tus canales emocionales hasta no ver que el otro los haya abierto primero, pero esto te hace sufrir a ti y te hace vivir dependiendo de lo que el otro haga: -Yo no amo hasta que el otro ame-, -yo no perdono hasta que el otro perdone-. Es una forma muy mediocre y codependiente de vivir, ¿no crees?”.

Extracto del libro EL PODER DE LA GRATITUD

Página 40

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/gratitud

Día 346



Celebra la creatividad de Dios en cada movimiento de tu cuerpo. Cuando expresas tus sentimientos y autenticidad a partir de ejercicios de respiración y movimiento corporal logras revitalizarte internamente. Aprende de expertos pero crea tus propias rutinas, las que más se adapten a tu cuerpo; recuerda que cada hábito es un acto de amor para ti y tu cuerpo.

“En el cómo empiezas cada uno de tus días, decretas o anticipas el cómo te irá a lo largo del resto del día. Uno de los 10 hábitos más poderosos para iniciar tu día con toda plenitud emocional y con salud física es el movimiento corporal. Haz movimientos de estiramiento para lograr que el oxígeno circule por todo tu cuerpo, y que tus músculos y tu sistema linfático se activen. Pueden ser movimientos de yoga, de qi gong o simplemente estiramientos que tú inventes, date esa libertad y ese permiso”.

Extracto del video en YouTube:
10 HÁBITOS PODEROSOS PARA INICIAR TU DÍA
Disfrútalo en youtu.be/vqwuXXVQhBk

Día 347

A decorative graphic consisting of two stylized, symmetrical wings with feathered details, positioned horizontally and centered above the page title.

El ser humano tiene tres relaciones sagradas: su relación con Dios, su relación con la Madre Tierra y su relación consigo mismo(a). Mientras mayor armonía exista entre las tres relaciones sagradas, mayor armonía habrá en tu relación con los demás.

“-La primera relación sagrada de todo ser humano es la relación con el Creador, con Dios, con el Gran Espíritu. La segunda relación sagrada es la relación de cada ser humano con la Madre Tierra, con la Naturaleza, la Tonantzin. La tercera relación sagrada de todo ser humano es consigo mismo, es uno mismo el laboratorio en donde probamos toda virtud, es nuestro cuerpo templo sagrado, nuestra mente altar de conciencia y nuestro Espíritu Fuego eterno-. Yo les pregunté: -¿Y dónde queda la relación de cada ser humano con los demás, con su pareja, sus hijos, sus padres, sus amigos?-. Mi madre ahora fue la que respondió muy segura de sí misma y orgullosa de haberme dado a luz: -La relación de nosotros con los demás es consecuencia de nuestra relación con Dios, con la Madre Tierra y con nosotros mismos. Si en estas tres primeras relaciones todo está bien, nuestra relación con los demás será impecable; pero si nuestra relación con Dios, o con la Naturaleza, o con nosotros mismos está dañada, nuestra relación con los demás será tóxica-”.

Extracto del libro DIARIO DE UN SANADOR

Página 176

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/diario

Día 348

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned symmetrically on either side of the text 'Día 348'.

La peor cárcel del espíritu es un cuerpo enfermo y pesado, y una mente viviendo en automático y sin libertad, programada por los medios y las instituciones, así como por el pasado doloroso. La peor cárcel no es aquella que le quita la libertad a un cuerpo, sino aquella que le arrebató la libertad a un espíritu.

“Un líder espiritualmente inteligente invierte mucho tiempo en mantener bien su cuerpo y su mente, permitiéndole a su espíritu manifestarse libremente, sin que cuerpo y mente sean cárceles para el alma. Una mente llena de pensamientos negativos, siguiendo en automático las instrucciones y reglas de un mundo corporativo o gubernamental, atacada por el juicio de otros y de sí misma, ensimismada en el ego, es una cárcel para el espíritu y lo mantiene atado”.

Extracto del libro INTELIGENCIA ESPIRITUAL PARA LÍDERES

Página 248

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/inteligenciaespiritual

Día 349



Protege a tu cuerpo de sustancias tóxicas. Estamos bombardeados por tóxicos en el aire, los alimentos y los productos de higiene y belleza personal. ¡Es hora de saber cuáles son y tomar medidas para protegernos y proteger a nuestras familias!

“Para tener un súper cerebro y vivir una vida más larga, feliz y saludable, evita o minimiza al máximo esta lista de neurotóxicos...”

- 1- Metales pesados: plomo, cadmio, mercurio, arsénico y níquel*
- 2- Ingredientes químicos en productos de belleza y cuidado personal: sulfatos, parabenos, ftalatos, flúor, colores sintéticos, triclosán, tolueno, benceno, formaldehído dietanolaminas o hidroquinonas*
- 3- Harinas de trigo, entre más blanca la harina es peor*
- 4- Azúcar refinada en galletas, pasteles, bebidas energizantes, dulces, chocolates*
- 5- Carnes procesadas o embutidos: pepperoni, salami, tocino, jamón, chorizo*
- 6- Productos fritos en aceites calentados*
- 7- Glutamato monosódico (GMS o E-621), sal usada en botanas y aderezos*
- 8- Grasas trans en margarinas, algunos helados, galletas, palomitas de microondas, pasteles industriales, pastas, pizzas comerciales*
- 9- Alcohol en exceso*
- 10- Cafeína en exceso”.*

Extracto del video en YouTube:
10 TÓXICOS PARA EL CEREBRO QUE DEBES EVITAR
Disfrútalo en youtu.be/jpT4GRbcUIE

Día 350



Ten una postura de abundancia. Cuando una persona vive encorvada está encerrando su corazón porque le da miedo amar y porque le da miedo las emociones de los demás. Gran parte de los dolores físicos en la pelvis, columna vertebral y hombros tienen que ver con esta parte emocional, pues cargamos emociones de otros que no te corresponden. Abre y expande el pecho, siéntete orgulloso y feliz de estar vivo o viva, permite que el oxígeno fluya a tus pulmones; así te sientes más libre y con confianza.

“Para conectar poderosamente con el público es importante que utilices una postura que transmita confianza y que le agregue emocionalidad a la clase, discurso o historia. Algunas personas encorvan el cuerpo, se empuñan frente al público y hablan con voz cansada, lo que debilita su discurso. Encorvar el cuerpo es esconder el corazón y poner en evidencia el miedo a sentir y a conectarte emocionalmente con los demás. También muchos desvían la mirada de su público, cuando entablar contacto visual con ellos es fundamental para que sepan que les estás hablando y que son importantes para ti. La postura correcta para hablar en público y dar clases, y ser un gran maestro, es erguir la columna, echar hacia atrás los hombros y sacar el pecho. ¡Esta postura, a la que denomino postura de la abundancia, transmite confianza a los demás y te infunde confianza a ti mismo!”.

Extracto del libro EL GRAN MAESTRO

Página 182

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/elgranmaestro

Día 351

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 351'.

Quien es rebelde desde el amor transforma el mundo en un lugar mejor para vivir, quien es rebelde desde el dolor arrastra cargas emocionales muy pesadas que no le permiten avanzar. Hoy, sé rebelde desde el amor para contagiar de fuerza y positivismo tus entornos.

“El rebelde desde el dolor rompe con agresividad con su entorno, ataca a aquellos que le han impuesto reglas y condiciones en el pasado, se autoflagela, se culpa y culpa a otros por lo ocurrido en su vida, diseña planes desde el egoísmo incluso llevándose entre las patas a otras personas, y acumulando cargas emocionales para sí mismo. La rebeldía desde el amor agradece y suelta desde la paz y el amor sus disfraces y máscaras del pasado, agradece a todos aquellos en su entorno y les comparte pacíficamente el proceso que habrá de arrancar, de reinvención y transformación. Honra las ideas distintas y es tolerante. Busca agregar valor con sus planes e ideas, busca avanzar cargando satisfacciones y no dolores, avanza orgulloso y no lleno de culpas”.

Extracto del libro NEW ME

Página 115

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/newme

Día 352



Haz las paces con la muerte. La muerte es una transición hermosa; es volver a la Luz, es volver al paraíso, es volver a donde lo hay todo y no necesitas nada. Deja de temerle a la muerte, la muerte es un paso necesario y nos va a llegar a todos.

“Muchos tienen el miedo a la muerte, tienen miedo a seguir cumpliendo años porque cada año que cumplen es un año más cerca a la muerte. Entonces no crees nada de lo que te han dicho en tu religión, ¿de qué te ha servido tantas veces que vas a misa, y la biblia y los libros sagrados que lees si le sigues teniendo miedo a la muerte? La muerte es un paso natural de la vida. Del otro lado es pura diversión, es bailar y cantar, es vivir espiritualmente al 100%. Si todavía lloras y te tiras al suelo porque alguien en tu familia muere no has entendido nada de la muerte. La muerte es una transición hermosa, es volver a la Luz, volver al paraíso, volver a donde lo hay todo y no necesitas nada. Olvídate del tema del infierno, te mueres y te vas directo al plano espiritual donde hay pura luz. Tus juicios los vives en la tierra con el karma, la culpa, la tristeza, el coraje; pero una vez que te pelas todos somos iguales. Hasta el asesino más grande se pela de aquí y vuelve a la Luz porque su espíritu es puro, su mente y su cuerpo eran los que estaban generando eso. Algunos dicen -hay que sanar el espíritu-. Pero ¿qué puedes hacerle a la pureza si es la gota de Dios en ti? Nada. Lo que tienes que hacer es liberar cuerpo y mente para que salga el espíritu”.

Extracto del video en YouTube:
SIN MIEDO A ENVEJECER
Disfrútalo en youtu.be/2irqORlqkto

Día 353

A pair of stylized, symmetrical wings with a scalloped edge, positioned behind the text 'Día 353'.

Una de los pensamientos más poderosos y amorosos que puede existir en la mente de un ser humano es ver la oportunidad de estar vivos como una bendición. Hoy, llena tu interior de paz y amor repitiendo esta afirmación al iniciar y terminar el día: “Estoy feliz de estar vivo, soy hijo único y extraordinario de Dios”.

“Amo la vida, soy hijo único y extraordinario de Dios son los pensamientos más sagrados, hermosos y automotivadores que existen. Si todos los días pensaras -amo la vida- todos los días te sentirías muy bien y te saldrían las cosas muy bien. Por otro lado, el pensamiento de -soy único y extraordinario- es brutalmente empoderador, que te mueve, que te impulsa a una vida excepcional”.

Extracto del Seminario Online:
SER MAESTRO DE TUS PENSAMIENTOS Y EMOCIONES
Vívelo en ricardoperret.com/maestro

Día 354



Dios puso en la naturaleza todas las posibilidades para que vivamos sanos y plenos, sólo tenemos que recordarlas y aprovecharlas más. Busca desarrollar un sistema inmunológico fuerte a través de alimentos naturales y nutritivos. En ocasiones, las medicinas más poderosas son las más sencillas y las más cercanas a nosotros, incluso las más abundantes.

“Incluso en temas de salud también han buscado programarnos para hacernos creer que necesitamos muchas vacunas, ¿en serio? Un grave error, en realidad NO las necesitamos. Con una buena alimentación y manejando adecuadamente nuestro sistema emocional no tenemos por qué enfermarnos, y si lo hacemos lo podemos contrarrestar a través de un sistema inmunológico fuerte desarrollado a partir de buenos hábitos alimenticios. La naturaleza es el mejor botiquín”.

Extracto del libro INTELIGENCIA ESPIRITUAL PARA LÍDERES

Página 25

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/inteligenciaespiritual

Día 355



Hoy nos vamos a centrar en la mujer por la mujer. Una mujer se convierte en una musa moderna, una mujer iluminada en su gran extensión de la palabra, cuando está en paz con su energía sexual y sabe aprovecharla.

“Entiende mujer que tu capacidad de crear vida es un don y una bendición que Dios te dio, eres bendita como mujer. Entiende mujer que tu energía sexual es infinitamente poderosa y debes de estar en paz con ella. Cuando elevas tu energía sexual eres capaz de sanarte y transformarte internamente, eres capaz de ayudarte a ser sumamente creativa y generar ideas brillantes.

Tristemente, una de las razones por las que las mujeres están peleadas o distanciadas con su sexualidad es porque han sido abusadas. Casi el 60% de las mujeres ha vivido algún tipo de abuso en temas sexuales, ya sea de nivel sencillo o de nivel fuerte en una o en muchas ocasiones. Estas mujeres no son capaces de tomar tantas decisiones de manera tan expedita y tan clara porque ese hombre que abusó de ellas les ha robado parte de su voluntad.

Que nadie te robe tu voluntad, nadie tiene el derecho de robarte energía y menos energía sexual. Recupérala. Toma un estambre rojo y haz un nudo por cada pareja sexual que hayas tenido en tu pasado, y quémalo al fuego diciéndole: “Fueguito, te entrego la energía sexual de otras personas que no me corresponde, incluso de las personas que abusaron de mí. Fueguito, regrésame la energía sexual que sí me corresponde”.

Extracto del video en YouTube:
MUSAS MODERNAS, MUJERES DE PODER
Disfrútalo en youtu.be/XmDBxM8YZtA

Día 356

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 356'.

Hoy, menos ego más GRATITUD. A nuestra esencia interna le encanta agradecer, pero nuestro ego a veces nos lo impide por soberbia o arrogancia, por vestir máscaras y pensar que somos distintos o superiores a los demás. Hoy, reconóctete igual a los demás, venimos del mismo origen y vamos al mismo destino; somos igual al otro sólo viviendo una experiencia distinta.

“El ego es un gran enemigo de la GRATITUD. El ego nos hace creer que somos más que los demás y que por ende no tenemos por qué mostrar GRATITUD profunda. El ego es egoísta y busca atraer toda la atención y energía de los demás, porque siente que la necesita para llenar sus vacíos internos. Y como la GRATITUD es un acto de dar amor, al ego le cuesta trabajo agradecer. El ego busca acumular, controlar, ser reconocido, mientras que el corazón busca compartir, liberar, admirar y AGRADECER”.

Extracto del libro EL PODER DE LA GRATITUD

Página 47

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/gratitud

Día 357



Busca especializarte. Ten la confianza, la paciencia y el compromiso para volverte el mejor en lo que más te apasiona y aquello que agrega valor a otros. Las personas exitosas se especializan en algo por muchos años, son conscientes de sus ventajas o habilidades y las aprovechan al máximo.

“Estamos en el fin de la era de los todólogos, hoy necesitamos especialistas. Ya no buscamos a un carpintero general, sino a un especialista en comedores contemporáneos; ya no contratamos a una agencia de investigación de mercados, sino a una especialista en el inconsciente del consumidor del género femenino; ya es irrelevante una empresa importadora de todo, preferimos una especializada en materiales o productos muy específicos. Un aspecto básico para la decisión de en qué especializarte es encontrar lo más pronto posible tus pasiones, ya que el escenario ideal es ser el mejor en lo que más te gusta o apasiona. Así que date prisa para encontrar tus pasiones, comienza a especializarte y nunca te detengas. Pronto verás que podrás definir tú mismo tus precios como lo hacen Clinton y miles más, y no dejar que otros lo decidan por ti como sucede con Salazar”.

Extracto del libro EL GEN EXITOSO

Página 126

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/gen

Día 358

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 358'.

Desarrolla tu capacidad para autoevaluarte apropiadamente. Desde la templanza y de una manera justa, evalúa las acciones que has estado tomando en cada aspecto de tu vida

“Una de las grandes formas o estrategias para que un ser humano se desarrolle es ser capaz y tener la conciencia para autoevaluarse. Tenemos que empezar a enseñar a los niños a que la mejor evaluación es la de ellos mismos, no la de la sociedad, no la de los maestros, no la de los amigos. Como empresarios tenemos que ser capaces de autoevaluarnos: ¿qué tan bien estoy tratando a mis colaboradores?, ¿qué tan bien estoy pagando mis impuestos?, ¿qué tan bien estoy desarrollando un producto y con qué tan buenos ingredientes? Yo creo que los gobernantes tienen que tener la capacidad de autoevaluarse, no esperar a que la sociedad los evalúe, sino ellos ser capaces de evaluarse, retroalimentarse y hacer los cambios necesarios”.

Extracto del video en YouTube:
JUSTICIA Y AUTOEVALUACIÓN
Disfrútalo en youtu.be/qsYkWJy_iF4

Día 359

A decorative graphic consisting of two stylized, symmetrical wings with feathered details, positioned horizontally and centered above the text.

Hoy dona algo, pero dona lo que aún sirva.

“Estamos mal acostumbrados a donar lo que ya no nos sirve, que probablemente a muchos tampoco les servirá. Dona lo que realmente sirve. Tu closet, tu alacena, tu casa, tu garaje, tu carro, tu oficina y tu bodega están llenas de cosas en muy buen estado que podrías donar y que le podrían agregar mucho valor a otros. No seas coleccionista de cosas para -ver si algún día las usas-. Coleccionar es producto de miedos en el inconsciente, las colecciones llenan huecos inconscientes. También puedes donar tiempo, conocimiento, esfuerzo, horas de tu trabajo. Dona, y cuando lo hagas hazlo desde el corazón, con una verdadera actitud de servicio. Está comprobado que cuando hacemos actos de bondad, como donar algo que sabemos le servirá a la persona que lo recibe, se estimula el sistema inmunológico, motivando tu cuerpo a sanar por dentro. También se segrega serotonina y oxitocina, lo que te permite generar una conexión emocional con el otro y saberte capaz de querer y ser querido”.

Extracto de las tarjetas 52 HÁBITOS TRANSFORMADORES

Hábito 15

Descárgalo en play.google.com/store/apps/details?id=io.habitos.transdormadores

Día 360



No sólo en medio del sufrimiento y el dolor es posible renacer, también en medio de la felicidad y la abundancia del amor podemos renacer. Normalmente esperamos hasta que la vida nos de unos cocolazos y toquemos fondo para encontrar tanto espacio como ayuda para evolucionar, mejor encuéntrala ya para que desde hoy arranques tu proceso de renacimiento.

“Es posible aprender y seguir evolucionando incluso en medio de la felicidad. No se necesita tocar fondo para poder vivir un proceso de transformación y renacimiento. Nosotros, desde la conciencia, podemos generar rituales de evolución cuando lo deseemos. Muchas personas creen que sólo después de una gran crisis estarán en momento de transformación”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 2

Página 224

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

Día 361



La obesidad ha alcanzado niveles alarmantes en nuestras sociedades. Sin duda hay razones fisiológicas, sin embargo se cree que más del 70% de las razones no tienen que ver con condiciones particulares del cuerpo sino de la mente. Para comenzar a amar más tu cuerpo, tener buenos hábitos alimenticios y balancear mejor la ingesta de alimentos y bebidas es importante conocer los motivadores inconscientes que esconde la obesidad.

“MOTIVADORES INCONSCIENTES DETRÁS DE LA OBESIDAD...”

- 1- Percepción de escasez: si de niño (a) o adolescente no había alimento suficiente para ti, tus hermanos o tus papás, hoy comes mucho por el miedo de que no haya alimento más tarde o mañana*
- 2- Percepción de ausencia de mamá o papá proveedor: si de niño (a) o adolescente papá o mamá estuvieron ausentes por varios días, hoy compensas su ausencia con el exceso de alimentos*
- 3- Vivir en estrés: cuando vives en estrés permanente tu cuerpo demanda más recursos de lo necesario y como no puede evaluar la calidad de los alimentos comes lo primero que se te atraviesa*
- 4- Percepción de no ser exitoso: comes en abundancia para demostrarle a otros que eres exitoso, rico y poderoso*
- 5- Percepción de no merecer: si en tu mente inconsciente existe la creencia de que no mereces en abundancia, hoy tratas de llenar el vacío con alimentos abundantes*
- 6- Vivir un abuso sexual: comes para defenderte de otros abusos sexuales en el futuro porque crees que entre más obeso estés menos te van a desear*
- 7- Percepción de no ser aceptado: comes para que otros te acepten, comes lo que otros comen, la cantidad que ellos comen, incluso en el lugar donde ellos comen”.*

Extracto del video en YouTube:

OBESIDAD

Disfrútalo en youtu.be/SlLd3e7cZdQ

Día 362



El ser humano más feliz no es el que lo tiene todo, sino el que necesita menos. Vivir conectados a la fuente máxima de poder, Dios, nuestro Yo Espiritual, nos mantiene fuertes y libres de tentaciones del consumismo y la manipulación del marketing. La industria se aprovecha y explota nuestras vulnerabilidades, cuando sentimos vacíos por dentro buscamos cómo llenarlos. Llénate de amor y vivirás libre de tentaciones y de caer en antojos que sólo te endeudarán o te distraerán.

“Es increíble que hoy en día muchas personas recurren al shopping para bajar su estrés cuando en realidad el consumismo es una de las mayores fuentes de estrés. El marketing nos hace creer que tenemos muchas necesidades insatisfechas, nos programa para desear productos y servicios que supuestamente nos las satisfacen, hace que nos endeudemos para obtenerlos y finalmente caemos en el workaholism para poder pagar nuestras deudas. No hay estrategia más poderosa para manipular a un ser humano que hacerle creer que necesita muchas cosas para ser feliz y sobrevivir... y que sus productos te ayudarán. La estrategia más poderosa para vivir libre y en abundancia es saber que no necesitar de mucho para sobrevivir y ser feliz”.

Extracto del libro INTELIGENCIA ESPIRITUAL PARA LÍDERES

Página 76

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/inteligenciaespiritual

Día 363



El pasado es referencia para nuestro presente. Para vivir con plenitud e intensidad nuestro presente necesitamos estar en paz con el pasado. De lo contrario nuestro pasado no resuelto buscará llamar nuestra atención de una manera u otra. Hoy, descubre algún momento de tu pasado no sanado o resuelto, encuéntrale algo positivo y AGRADÉCELO, eso te permitirá poco a poco ir acomodando mejor tu pasado.

“Siempre que vivimos algo en el presente nuestra mente, que funciona como una gran correlacionadora de eventos presentes con eventos pasados, con la finalidad de derivar inferencias y anticiparse sobre lo que podría ocurrir, jala hacia el presente momentos del pasado similares. Si no hemos sanado eventos de nuestra infancia, adolescencia o juventud, seguramente nuestra mente nos presentará estos eventos, que aún duelen dentro, para que al vivir alguno similar en el presente los sanemos todos de jalón. Por eso es tan importante sanar nuestro pasado, reprogramando con conciencia y GRATITUD, para que lo que jale nuestra mente del pasado sean referencias positivas y de aprendizajes”.

Extracto del libro EL GEN EXITOSO

Página 92

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/gen

Día 364



Hombres y mujeres seamos grandes aliados. Dios nos creó, venimos de la misma Fuente y vamos hacia la misma Fuente. Ya dejemos de juzgarnos tanto y comencemos a admirarnos, empecemos a aceptarnos, y sobre todo a agradecernos mutuamente.

“Mujeres de la tierra, ustedes tienen dos grandes roles espirituales: ser las mejores hijas de Dios y ser las mejores madres de la humanidad. No solamente de sus hijos, sino también del vecino, de sus esposos, de sus padres incluso. Sólo ustedes tienen el poder y la capacidad de hacerlo, si no lo son están desperdiciando esas cualidades, dones y habilidades que Dios les dio a ustedes y no a los hombres. Los hombres solo tenemos un rol en el mundo: ser los mejores protectores de las mujeres. Claro que nos necesitamos, hombres y mujeres somos aliados. No le tengamos miedo a decir: -Amor mío, te necesito-. Las mujeres necesitaron a un hombre para engendrar, las mujeres necesitaron a un padre y a una madre para tener vida. Hagamos alianza, seamos interdependientes. No se vale la codependencia, no se vale la independencia, lo que se vale es la interdependencia. Hombres, celebren a las mujeres, admírenles sus cualidades y habilidades únicas y extraordinarias. Mujeres, celebren a los hombres, admírenles sus cualidades y habilidades únicas y extraordinarias”.

Extracto del video en YouTube:
REFLEXIÓN POR LAS MUJERES Y LA PAZ
Disfrútalo en youtu.be/GHmjIpVVTvY

Día 365

A decorative graphic of a pair of white wings with black outlines, positioned behind the text 'Día 365'.

El verdadero enemigo de un hombre reside en su interior, la mejor arma contra ese enemigo reside en su propio amor. Por eso es fundamental que te echés una clavado hacia tu interior para redescubrir tanto el amor que es la medicina, como tus enemigos que son tu obstáculo.

“La clave para vencer al enemigo sin dañarlo físicamente es quitarle el velo de sus ojos para hacerle descubrir sus propios enemigos internos. Los hombres hacen la guerra porque no comprenden que los miedos y corajes son contra ellos mismos y no contra otros. Cuando descubren que el odio real reside en su interior, detienen la batalla contra el exterior y comienzan una reflexión interior. No hay hombre que continúe una batalla con el exterior si descubre que el verdadero enemigo está en su interior. No hay hombre o mujer que sufra por descubrir al enemigo en su interior, si al mismo tiempo sabe que la mejor arma contra ese enemigo interno reside ahí mismo, en su propio amor”.

Extracto del libro LA MONTAÑA Vol. 1

Página 279

Descárgalo en ricardoperret.com/libros/la-montana

