



LOUISE HAY

*Pensamientos
del
Corazón*

CARTAS

64 AFIRMACIONES

Querid@s amig@s:

Este pequeño juego de cartas contiene afirmaciones y meditaciones espirituales muy poderosas, que os ayudarán a afrontar vuestras experiencias cotidianas con amor y paz.

Coloca estas cartas por todo tu hogar, en tu coche, en tu lugar de trabajo o en cualquier otro sitio donde puedas verlas a menudo. Divulga la alegría ofreciéndoselas a amigos y familiares. Medita cada mañana en las distintas cartas e introduce su energía positiva en tu día.

LOUISE HAY



LOUISE HAY

Fue una maestra inspiradora que impartió sus enseñanzas a millones de personas desde que, en 1984, se publicó su superventas *Usted puede sanar su vida*, del cual se han vendido más de 50 millones de copias impresas en todo el mundo. Louise, conocida por demostrar el poder de las afirmaciones para conseguir cambios positivos, escribió más de 30 libros para niños y adultos, incluidos superventas como *El poder está dentro de ti* y *Sana tu cuerpo*. Además de sus libros, también produjo muchos programas de audio y vídeos, juegos de cartas, cursos por Internet y otros recursos para vivir de una manera saludable, con alegría y plenitud.

Páginas web: www.LouiseHay.com® y www.HealYourLife.com®
y www.facebook.com/louiselhay

© 2018 by Hay House, Inc. • Los textos de estas cartas se basan en el contenido del libro *Heart Thoughts* © 2012 Louise Hay, publicado por Hay House, Inc.
www.hayhouse.com® • 800-654-5126

Pensamientos del corazón

© 2018 de la traducción by Alicia Sánchez Millet

© 2018 by Ediciones Urano, S.A.U.

Plaza de los Reyes Magos 8, piso 1.º C y D – 28007 Madrid
www.edicionesurano.com

The background is a soft, pink and teal marbled pattern. White, elegant swirls and flourishes are scattered across the top and left sides. In the bottom right corner, there is a green, feathery plant, possibly a fern, partially visible.

Soy

PERFECTA

exactamente tal como soy



SOY PERFECTA
—TAL COMO SOY,

aquí y ahora.

Soy suficiente.

*Soy una con todos
los aspectos de la Vida.*

Creo

NUEVAS CREENCIAS

MARAVILLOSAS

PARA mí





Ahora mi conciencia
está llena de
PATRONES DE PENSAMIENTO
POSITIVOS
que fomentan mi
SALUD, RIQUEZA Y RELACIONES
AFFECTIVAS.



Todos los cambios
ME RESULTAN FÁCILES





En el mismo momento en que

ME DISPONGO A CAMBIAR,

El Universo

empieza a ayudarme

Me aporta

TODO LO QUE NECESITO.

ESTOY DISPUESTA A
CAMBIAR



Cuando una puerta se cierra,
otra se abre.

SÓLO ES CAMBIO.

Estoy a salvo, segura

y soy amada

Acepto todo lo que he
CREADO PARA MÍ





SOY UNA
MANIFESTACIÓN
ESPLÉNDIDA Y DIVINA
DE LA VIDA,

y me merezco lo mejor.

Acepto los milagros.

Acepto la sanación. Acepto la compleción.

Y, lo más importante,

ME ACEPTO
A MÍ MISMA.

Este mundo es nuestro
CIELO EN LA TIERRA





**SOMOS EL PODER QUE
ESTAMOS BUSCANDO.**

Cada uno de nosotros está
conectado con el Universo

y con la Vida.

HAGO CASO A
MI SABIDURÍA INTERIOR



Estoy en paz
con mi propio ser.

*Me amo y confío en que
estoy tomando las*

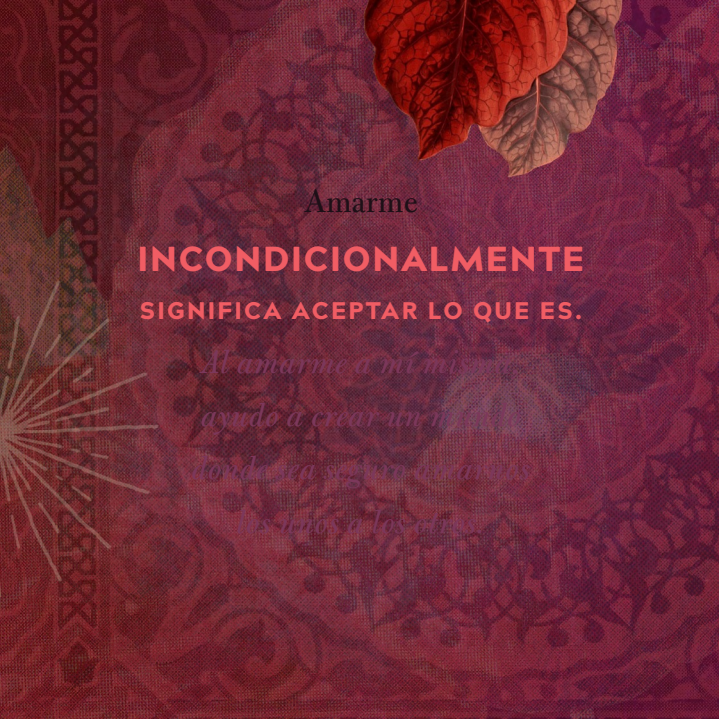
DECISIONES CORRECTAS.



*Estoy en el proceso de convertirme
en mi mejor amiga,*

**EN LA PERSONA
CON LA QUE MÁS
ME GUSTA ESTAR**





Amarme

INCONDICIONALMENTE

SIGNIFICA ACEPTAR LO QUE ES.

*Al amarme a mí mismo
ayudo a crear un mundo
donde sea seguro amarlos
los niños a los otros.*



Estoy conectada con un
PODER SUPERIOR

*La sabiduría y
la inteligencia del*

UNIVERSO

SON MÍAS Y ESTÁN A MI SERVICIO.

Confío en que la Vida
me apoye.



Estoy aquí

**EN EL MOMENTO
CORRECTO**

*El trabajo personal
que estoy haciendo*

ES UN PROYECTO PARA TODA LA VIDA.

*No importa cuánto tarde,
porque tengo*

**TODO EL TIEMPO
DEL MUNDO.**



Vivo con

**PENSAMIENTOS
POSITIVOS**





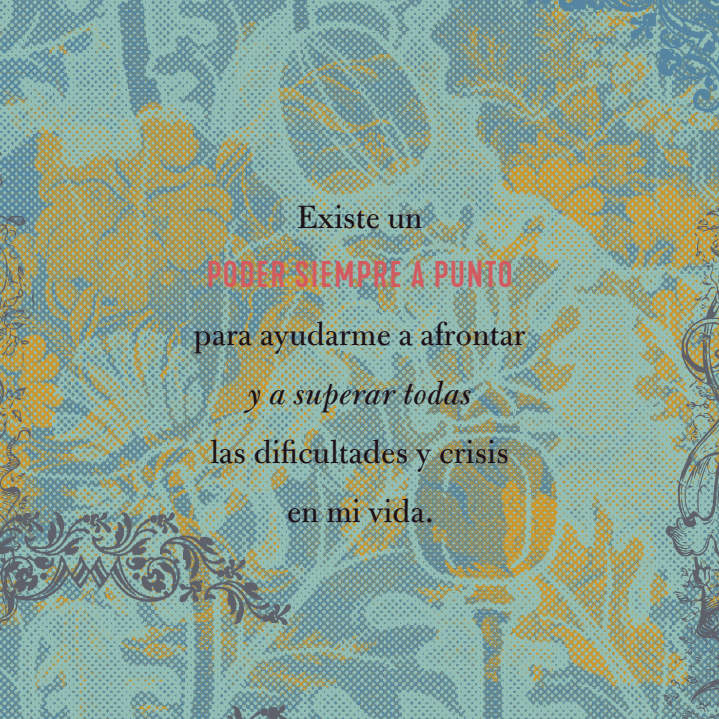
Cada pensamiento
que elijo es

COMO UNA GOTA DE AGUA.

Cuando mis pensamientos
son positivos,

*puedo flotar sobre
el océano de la vida.*

Hay una solución para
CADA PROBLEMA



Existe un
PODER SIEMPRE A PUNTO
para ayudarme a afrontar
y a superar todas
las dificultades y crisis
en mi vida.



ABANDONO MIS PROBLEMAS
y **DUERMO RELAJADAMENTE**



Dejo ir mis miedos y mis problemitas

SOLO SIENTO PAZ

*serenidad y firmemente a medida
que me voy quedando dormida*





Siempre
PUEDO ELEGIR

Elijo
creer que es fácil

CAMBIAR UN PENSAMIENTO

O UN PATRÓN.

Elijo hacerlo.

Soy una
PERSONA
SÍ

Elijo verme a mí misma
y a la **VIDA** de la forma
más positiva posible.

Por eso, digo sí a las
oportunidades y a la prosperidad,
digo sí a todo lo bueno.
Me alegro de que así sea.



Me
AMO
y me
ACEPTO
a mí misma



*Mírate
al espejo y di:*

**«ME AMO Y ME ACEPTO A MÍ MISMA
EXACTAMENTE TAL COMO SOY».**

Cuando me acepto en mi totalidad,
**ESTOY COMPLETA
Y CURADA.**



Estoy en

**EL SIGUIENTE PASO
HACIA MI SANACIÓN**



Escucho los mensajes
de mi cuerpo y me veo
completa y curada.

ME RESPONSABILIZO
SOY CONSCIENTE
DE QUE PUEDO HACER
ALGO PARA CAMBIAR.



Estoy abierta y

RECEPTIVA

**CREO EN
MÍ MISMA.**

Repito afirmaciones
que reflejan lo que
realmente me merezco.



Soy libre PARA SER YO





ME VEO A MÍ MISMA
COMO UN SER LIBRE.

Soy libre mentalmente.

Soy libre físicamente.

SOY LIBRE EN MI VIDA.

ME EXPRESO

de formas positivas



*Todo lo que
hago es
por propia elección.*

**PUEDO ELEGIR LO QUE DIGO,
HAGO Y PIENSO.**

Mi vida es **ALEGRÍA**

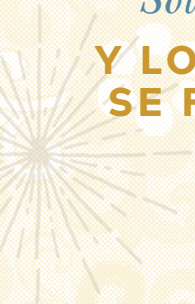




VOY A POR LA ALEGRÍA.

*La vida está aquí
para que yo
la disfrute hoy.*

Sólo es un pensamiento,
**Y LOS PENSAMIENTOS
SE PUEDEN CAMBIAR**



**MIS PENSAMIENTOS
Y MIS PALABRAS
CREARÁN MI FUTURO.**

*Mis pensamientos crean
las experiencias de mañana,
la semana siguiente,
el mes próximo y el año
que viene.*

Hoy es un día de
COMPLECIÓN

Sé y afirmo
que soy una con

EL PODER INFINITO.

*En mi vida
todo encaja*

FÁCILMENTE Y SIN ESFUERZO.



Soy
ESPÍRITU PURO



Reconozco
la verdadera belleza de mi ser.

SOY EL ESPÍRITU DEL
*Amor brillando
con fuerza.*



The encanta

SER YO



Me siento a gusto.

Cuando me despierto por la mañana,

SIENTO LA ALEGRÍA DE PASAR
UN DÍA MAS CONMIGO MISMA.



Me merezco
LO BUENO
en mi Vida

Estoy dispuesta a trascender
MIS PROPIAS LIMITACIONES.

Soy maravillosa,
y me merezco y acepto
todo lo bueno que puede
OFRECERME LA VIDA.



ME MEREZCO

Alegría





*Me merezco
prosperidad.*

*Me merezco amor
Me merezco alegría.*

Estoy en el
LUGAR ADECUADO



Dondequiera que voy
Y A QUIENQUIERA QUE VEA,
me encuentro con que
mi propio amor y mi bien
supremo me están esperando.

SIGO EL CAMINO DE LA

acción correcta





Elijo que mis
*pensamientos estén
en sintonía*
con todo lo que es por mi bien
supremo y para mi mayor alegría.

**TODO ESTÁ BIEN
EN MI MUNDO.**





Todo lo que necesito

**ME LLEGA EN LA SECUENCIA
CORRECTA DE TIEMPO Y ESPACIO**

Pido ayuda

DICIÉNDOLE A LA VIDA

lo que quiero y

*dejando que
suceda.*

Estoy en *armonía*
con la naturaleza

*Estoy en armonía
con todos los aspectos
de la **VIDA:***

el sol, la luna,
los vientos, la lluvia,

LA TIERRA.



Siempre estoy a
SALVO



**ME LIBERO DE MI APEGO
EMOCIONAL A MIS CREENCIAS
DEL PASADO**

*para que no me hieran
en el presente.*

ESTOY A SALVO.



Disfruto en
MI EMPLEO

Valoro la
oportunidad de ayudar,

**DE CONTRIBUIR EN ALGO
O DE SERVIR A LOS DEMÁS.**

Conecto con la
creatividad del universo

*y haciendo que fluya a través
de mí de maneras que me
resulten gratificantes.*



Estoy sana y
LLENA DE ENERGÍA

Tengo una energía maravillosa
**QUE ME SUSTENTA TODOS LOS DÍAS,
DE LA MAÑANA A LA NOCHE.**
**ESTOY RADIANTE, SOY VITAL
Y ME SIENTO VIVA.**



Estoy en un **VIAJE DE**
CAMBIO CONSTANTE



Fluyo con la

VIDA



EL ORDEN DIVINO

*siempre está presente en mi vida,
y tengo*

TIEMPO DE SOBRA

*para todo lo que
elijo hacer.*

Expreso mi
VERDADERO SER



The background is a vibrant pink with a dense, repeating pattern of stylized flowers and leaves. In the top left corner, there is a delicate, light pink branch with several small, teardrop-shaped leaves. In the bottom left corner, there is a dark, almost black, stylized floral arrangement with pointed leaves and small buds. In the bottom right corner, there is a single, large, bright orange flower with a dark center and a green stem. A thin, dark pink line with a series of small, pointed leaves curves across the bottom of the page.

*Mi sabiduría
y comprensión del*
ESPÍRITU AUMENTA,

*y cada día
expreso mejor la
belleza y fortaleza interior
de mi verdadero ser.*

Bendigo a mi familia con
AMOR



AMO Y ACEPTO

a cada miembro
de mi maravillosa familia.

*Ellos, a su vez,
me aman y me adoran.*

TODO ESTÁ BIEN

EN MI MUNDO.

Siempre estoy
**PERFECTAMENTE
PROTEGIDA**

Cuando aparece
ALGÚN
PENSAMIENTO
DE TEMOR,

*reconozco que está
intentando protegerme.*

LE DOY LAS GRACIAS
Y LO DEJO IR
CON AMOR.



EL PERDÓN
es un regalo para mí



**PERDONAR ME LIBERA
DEL PASADO,**

y me permite vivir
en el presente.

**CUANDO ME PERDONO
A MÍ MISMA Y A LOS DEMÁS,**

me libero.



PERMITO QUE

BRILLE

la luz de mi amor



Tengo una
RESERVA INFINITA
DE AMOR PARA DAR.

*Cuanto más doy,
Más tengo para dar.*



ME TRATO CON
AMOR
INCONDICIONAL

*Soy un ser precioso,
el Universo me ama.*

**A MEDIDA QUE AUMENTA
MI AMOR HACIA MÍ MISMA,
TAMBIÉN AUMENTA
EL DEL UNIVERSO.**



Soy un
ser armonioso





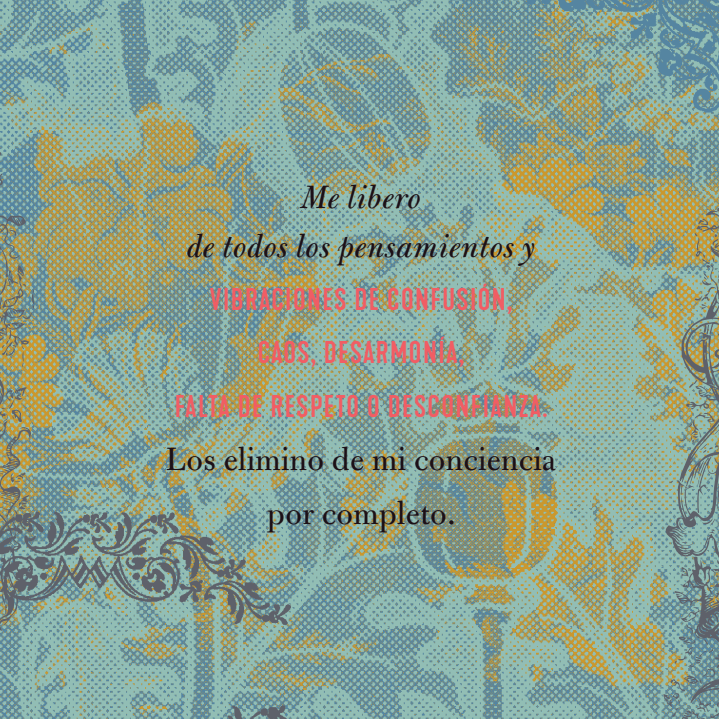
Todo lo que hago,
digo o pienso está en
armonía con la verdad.

EXISTE UNA ACCIÓN CORRECTA
PERFECTA Y ARMONIOSA
EN MI VIDA Y EN MIS ASUNTOS.

SOY UNA

PERSONA

AMOROSA Y ALEGRE



*Me libero
de todos los pensamientos y*

VIBRACIONES DE CONFUSIÓN,

CAOS, DESARMONÍA,

FALTA DE RESPETO O DESCONFIANZA.

Los elimino de mi conciencia
por completo.

Soy
RECIBIDA CON ALEGRÍA
dondequiera que voy



The background is a vibrant pink with a dense, repeating pattern of stylized flowers and leaves. Overlaid on this are several decorative elements: a dark pink branch with teardrop-shaped leaves on the left; a black and white botanical illustration of a plant with small buds in the bottom left corner; a single orange-red flower with a dark center in the bottom right; and a dark pink, swirling vine-like line that starts from the bottom left and curves towards the bottom right.

*A la gente le gusta
trabajar y estar conmigo.*

**CUANDO EXPRESO
MIS PENSAMIENTOS,
SENTIMIENTOS E IDEAS,
*son bien recibidos y
comprendidos fácilmente
por los demás.***

Soy un
IMÁN PARA LOS MILAGROS



Cuando cambio mi

CONCIENCIA

y perdono a quienes he de perdonar,

SE PRODUCEN

MILAGROS

CURATIVOS.

ME CURO A MÍ MISMA
en todos los niveles

Dondequiera que estoy
reina un

AMBIENTE CURATIVO.

*Es una bendición para mí
y me da paz a mí y a todas
las personas que me rodean.*



Dejo que
TOD MI SER
vibre con la luz



Sé que el
PODER UNIVERSAL
ESTÁ EN TODAS PARTES,
EN TODAS LAS PERSONAS,
LUGARES Y COSAS.



MI HOGAR ES UN

puerto tranquilo



*Mi hogar es un
reflejo de mí misma.*

**CUANDO LIMPIO LOS
ARMARIOS DE MI MENTE,
también convierto
mi hogar en**

**UN MARAVILLOSO LUGAR
DONDE VIVIR**



MIS INGRESOS
AUMENTAN
CONSTANTEMENTE

ME MEREZCO

prosperidad

y

abundancia.



Tengo un

**POTENCIAL
ILIMITADO**





CONFÍO EN

MÍ MISMA PARA

crear solo aquello que es
para mi bien supremo.

Y MI MAYOR FELICIDAD:

aquello que es perfecto.

**PARA MI CRECIMIENTO Y
EVOLUCIÓN ESPIRITUAL.**

TODOS LOS DÍAS

aprendo algo

NUEVO

La vida es una serie de
puertas que se abren y se cierran a

NUEVAS EXPERIENCIAS,

unas veces son experiencias
de aprendizaje y otras son
experiencias de felicidad.

Todo ello forma parte de la Vida,
y **ESTOY A SALVO.**

Solo es cambio.

Mi amor es

ILIMITADO





CUANTO MÁS
AMOR PERMITO
que fluya de mí,
más amor hay en mi interior
... Y MÁS RECIBO.

ME MEREZCO

ser amada



UNA AFIRMACIÓN PODEROSA

es colocarte con los brazos
abiertos de par en par y decir:
*«Estoy dispuesta a aceptar el amor.
Estoy a salvo*

**CUANDO PERMITO LA
LLEGADA DEL AMOR.»**

Estoy dispuesta a ver
SOLO GRANDIOSIDAD



PIENSO Y DIGO
SOLO LO QUE QUIERO

crear en mi vida.

Soy más que apta

para todo lo que he de hacer.



ESTOY CONECTADA A
todos los aspectos
de la Vida



*SOY ESPÍRITU, LUZ,
ENERGÍA, VIBRACIÓN,
COLOR Y AMOR.*

Estoy conectada con todas
las personas del planeta
y con todos los

ASPECTOS DE LA VIDA.



ABRO

*nuevas puertas
a la Vida*

*Trabaja para
que Dios te ayude
a vivir y a crecer
de la mejor manera
posible para ti.*

**Mi crecimiento espiritual
es un proceso en constante
desarrollo.**



Confío en que el proceso
*de la **VIDA** cuidará de mí*

HOY ES UN NUEVO DÍA.

*Tendré muchas experiencias
nuevas y maravillosas.*

SOY AMADA.

ESTOY A SALVO.

Y QUE ASÍ SEA.



Permito a los demás que sean
ELLOS MISMOS





Amo a los demás
**PERMITIÉNDOLES QUE
SEAN ELLOS MISMOS.**

*Al aprender a aceptarme
a mí misma, también aprendo
a aceptar a los demás.*

Estoy a salvo recurriendo
a mi *interior*

PARA HALLAR PAZ MENTAL



HAGO TODO LO
necesario para que mi mundo
interior esté en calma.

Mi paz interior
es esencial para mí

SALUD Y
MI BIENESTAR.

Soy el
EJE DE LA PAZ





VIVO, ME MUEVO
Y EXPERIMENTO LA VIDA
EN PAZ.

*Puesto que estoy
centrada en mi paz interior,*

**TENGO PAZ EN
MI MUNDO EXTERIOR.**

TODAS MIS RELACIONES
ESTÁN ENVUELTAS EN UN

círculo de amor



**TENGO RELACIONES
MARAVILLOSAS
Y ARMONIOSAS**

con todo el mundo,
*en las que reina
el respeto y la
preocupación mutua.*

SOY LIBRE PARA DECIR NO SI
ALGO NO ES LO MEJOR PARA MÍ



Uso el

PODER DE MI MENTE

y mi libre albedrío

para hacer lo que sé que es correcto.

CONFÍO EN MÍ MISMA.



Estoy dispuesta a

**APRENDER
COSAS
NUEVAS**



ME ENCANTA APRENDER

y estoy dispuesta a
abandonar los viejos conceptos

*cuando estos ya no
son útiles para mí.*

**CRECER Y CAMBIAR
ES APASIONANTE.**



Esto es un juego de 64 CARTAS CON AFIRMACIONES que han sido diseñadas para que te ayuden a interiorizarte y a descubrir esa parte de ti que es espíritu puro. Luz pura. Energía pura. Visualiza que todas tus limitaciones van desapareciendo una a una, hasta que te sientas a salvo, curada y completa. Ten la certeza de que pase lo que pase en tu vida, por difíciles que sean las cosas, en el centro de tu ser estás a salvo y eres una persona completa. Siempre lo serás.

— LOUISE HAY

ISBN: 978-84-16720-30-9



IMPRESO EN CHINA

URANO