



**Creo en los abrazos porque nos
envuelven y nos contienen, porque nos
disuelven el límite de la piel y nos llevan
a territorio de corazones,**

**porque son instantáneamente
recíprocos : los das y los estás
recibiendo ,**

**porque son cálidos cuando fuera hace
frío y exultantes cuando dentro hay
alegría.**

Palabras a la Vida.



**¿Nos
abrazamos?**

¡Hola!

**Este e-book de Palabras a la Vida
pretenda empujarnos
irremediablemente al abrazo. Porque,
¿quién no necesita uno? o, si no lo
necesitas, ¿a quién no le agrada un
abrazo más?**

**Vamos a repasar, si te parece, los
múltiples tipos de abrazos. ¿Sabes que
cada vez que abrazas puedes estar
descubriendo un tipo nuevo de abrazo?
Y a cada tipo, le corresponden unas
emociones, que tienen que ver con cómo
tengas el corazón en ese instante.
Abrázate porque esto no ha hecho más
que empezar.**

Palabras a la Vida

**Este e-book es un regalo gratuito de
Palabras a la Vida para sus suscriptores
y seguidores.**

**Palabras a la Vida, 2015
www.palabrasalavida.com**



_ ¿Para qué quieres tener los brazos tan largos? – le preguntó el hada a la niña –.

_ Para que mis abrazos – respondió ella – sean más y más grandes.

Palabras a la Vida



**Piel con piel y dentro de un abrazo.
¡Vaya paraíso!**

Palabras a la Vida

Y ES QUE CADA ABRAZO,
NOS ACOMODA EL ALMA.



Llevaban tanto tiempo en aquel abrazo
que les anidaban las aves y ella pudo
descubrir de dónde nacía aquella
profundidad.

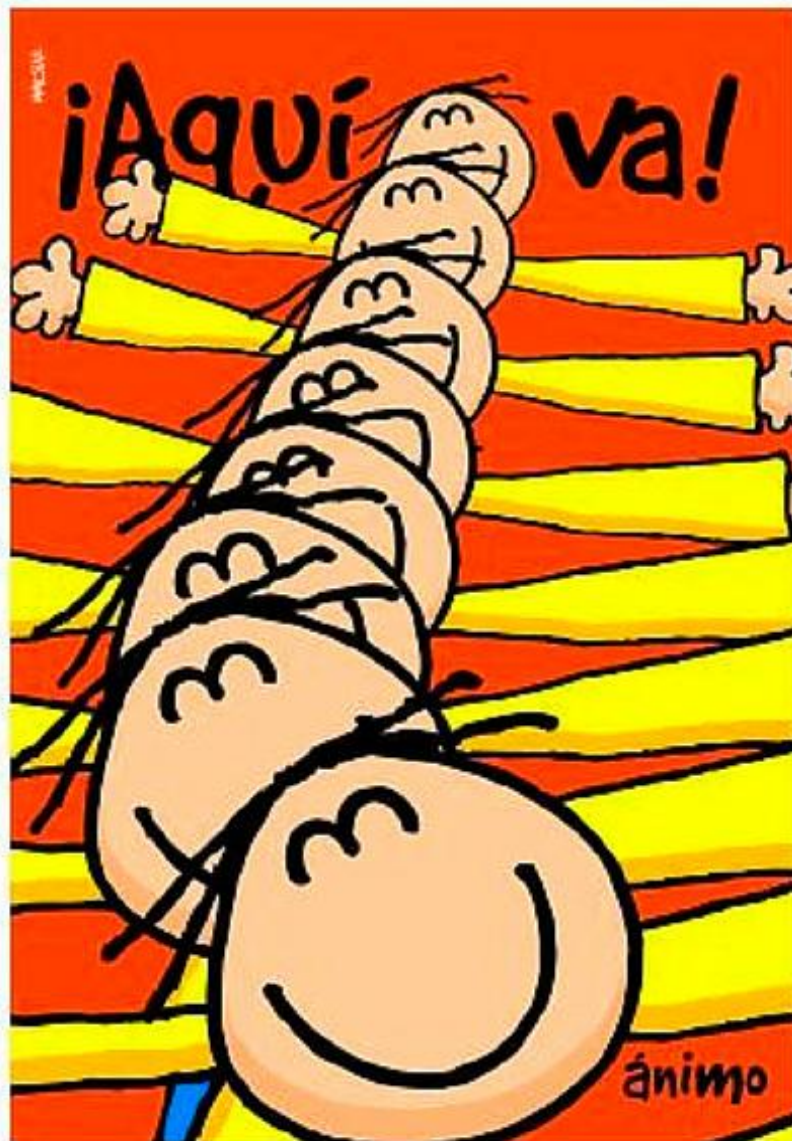
Palabras a la Vida



Un abrazo sirve para cuando hace frío en el corazón,

para cuando buscamos un lugar del que nunca irnos,

para cuando nos gustaría regalar un hermoso amanecer.



Palabras a la Vida



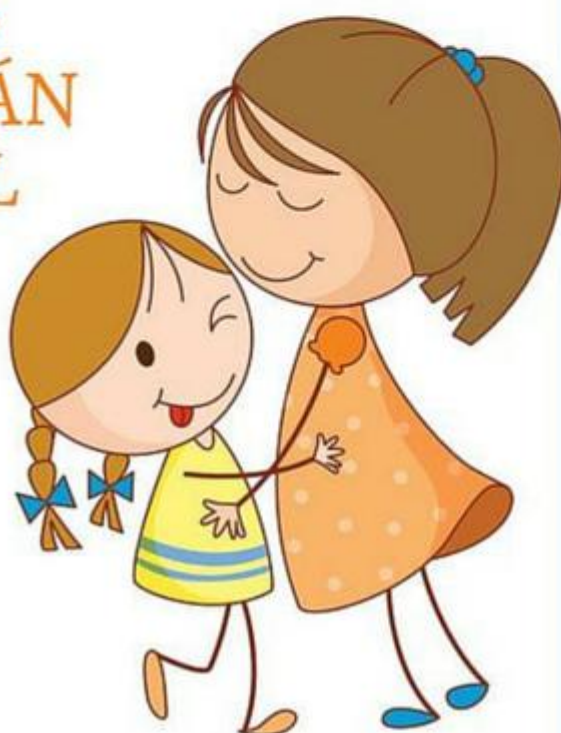
"Cuando abrazo a otras personas el cielo es claro; cuando te abrazo a ti, salen las estrellas".

La cita no es mía, pero yo también he sentido abrazos de "luz estrellada". Ya sé que tú también.

Palabras a la Vida

UNA AL LADO DE
LA OTRA O A
KILÓMETROS DE
DISTANCIA, LAS
hermanas
SIEMPRE ESTARÁN
UNIDAS POR EL
corazón

 familias.com

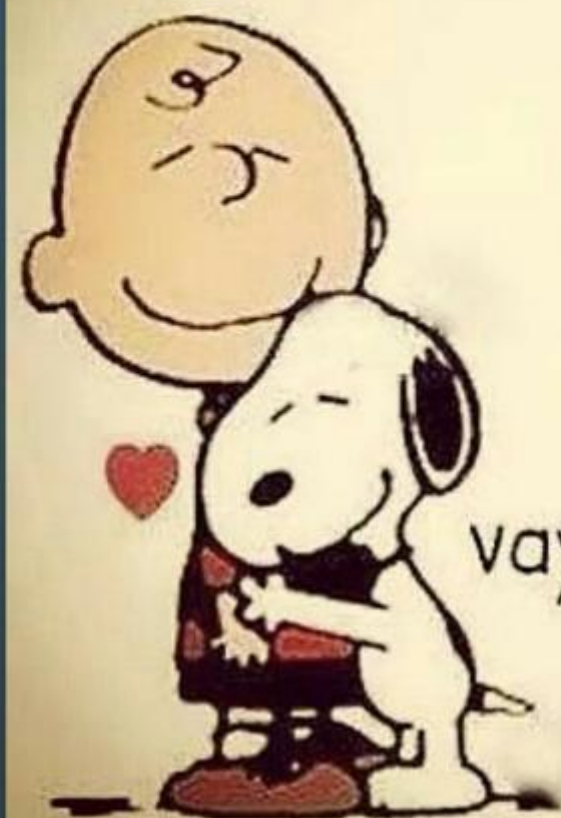


Da lo mismo que se acabe el mundo.

**Para mí, cuando te abraza una
hermana, empieza. Dedícale este
abrazo a una hermana.**

El mío es para mi hermana Neka.

Palabras a la Vida



Amo esos
abrazos, que
hacen que las
tristezas se
vayan del cuerpo

**_ Tómese lo siempre que lo necesite
-- le dijo con convicción --.**

**_ Entonces --preguntó la mujer-- ¿en
cualquier momento, da igual el lugar y
sin elegir demasiado?**

**_ Lo único que importa de un abrazo
-- concluyó él -- es que sea verdadero
y se curará.**

Palabras a la Vida

**YO SIEMPRE TE
ABRAZO A DISTANCIA,
¿NO LO SIENTES?.**



¿Te ha pasado alguna vez que, de pronto, sientes una calidez que te hace cerrar los ojos y sonreír y no sabes a cuenta de qué?

Palabras a la Vida



¡El autoabrazo es genial! Te carga las pilas para salir a abrazar a otros.

Palabras a la Vida



**Cuando alguien se va para siempre,
lo que más cuesta es renunciar a sus
abrazos. ¡Rescata a esa persona de
tus sueños y sigue abrazándola! Los
abrazos se devuelven desde el cielo.**

Palabras a la Vida



La lista de los beneficios de abrazar es interminable y abarca lo físico y lo emocional. Y todo porque nos resulta ¡tan placentero!. Ese bienestar reduce la presión arterial, alivia el estrés y la angustia, combate la depresión, nos da confianza y apoyo...Y podría seguir y seguir.

Palabras a la Vida



Al principio, si no eres muy de abrazar, cuesta un poco y da apuro el contacto corporal. Pero un abrazo ha de ser físico para ser de verdad. Y, como en todo, la práctica hará de nosotros sensacionales abrazadores.

Palabras a la Vida



Si ya soís "abrazoadictos", ¿conocéis la iniciativa "Abrazos Gratis"? Tienen una web para que te hagas abrazador y participes en sus convocatorias. Salen a la calle a repartir y recibir abrazos porque creen que es una manera de mejorar el mundo.

Palabras a la Vida



Y no puedo terminar sin hablar de los abrazos a los árboles. Yo soy una abraza-árboles de primera.

Un abrazo es algo energético y cuando te aferras a la corteza de un árbol -- que es su piel -- , recibes su energía , su generosidad y su sabiduría.



¿Te has parado a pensar alguna vez todo lo que recibimos de un árbol? ¡Venga! Vamos a agradecerérselo con un fuerte abrazo.

Bueno, después de tanto abrazo, ¿cómo tienes los brazos?. ¿Y el alma? (◡_◡🌸)

¡Un fuerte abrazo!

Palabras a la Vida by Garbi Albizua