



Amparito, acabo de salir porque
se me ha puesto la Reimona enfema
y na quiera que se me muera
hoy no que me da algo

contigo

me siento muy de finca

un sonido dulce pasando

Interconectar nuestros deseos

el rojo, claro, el rojo

un poquito de atasco

la palabra no estaba aún en el vocabulario

Tumbó todo y dije ya está aquí la guerra



LA GENTE TIENE LA PIEL MUY FINA.



ESTÁ CIUDAD ES ASÍ, NO ENTIENDO POR QUÉ SE EMPEÑAN EN CAMBIARLA.

POR UN POQUITO DE ATASCO, NO TIENE POR QUÉ PASAR NADA.

JUECO

¿CÓMO QUIEREN QUE NOS MOVAMOS? ¿EN GLOBO?

- (Cinta grabada de autoayuda)
- 1 BEYONCÉ (All the single ladies)
 - 2 Ser de barro. Ser una misma.
 - 3 Nadie te va a quitar más q tú a ti misma.
 - 4 Tomar miseli todas las mañanas
 - 5 1, 2, 3 inspira 1, 2, 3 Expira 123 vaoo
 - 6 Yo puedo ser lo quiera

7

8

9

- 10 BEYONCÉ (All the single ladies)
- 11 El yoga es lo mejor
- 12 Conoce a alguien nuevo todos los días

13

14

- 15 BEYONCÉ (All the single ladies)

- 16 Siempre hay q sonar. Si eres positiva te volverá

17

- 18 BEYONCÉ (All the single ladies)

- 19 Ama la vida y ámate

- 20 BEYONCÉ (All the single ladies)

- 21 El mejor tesoro es la amistad

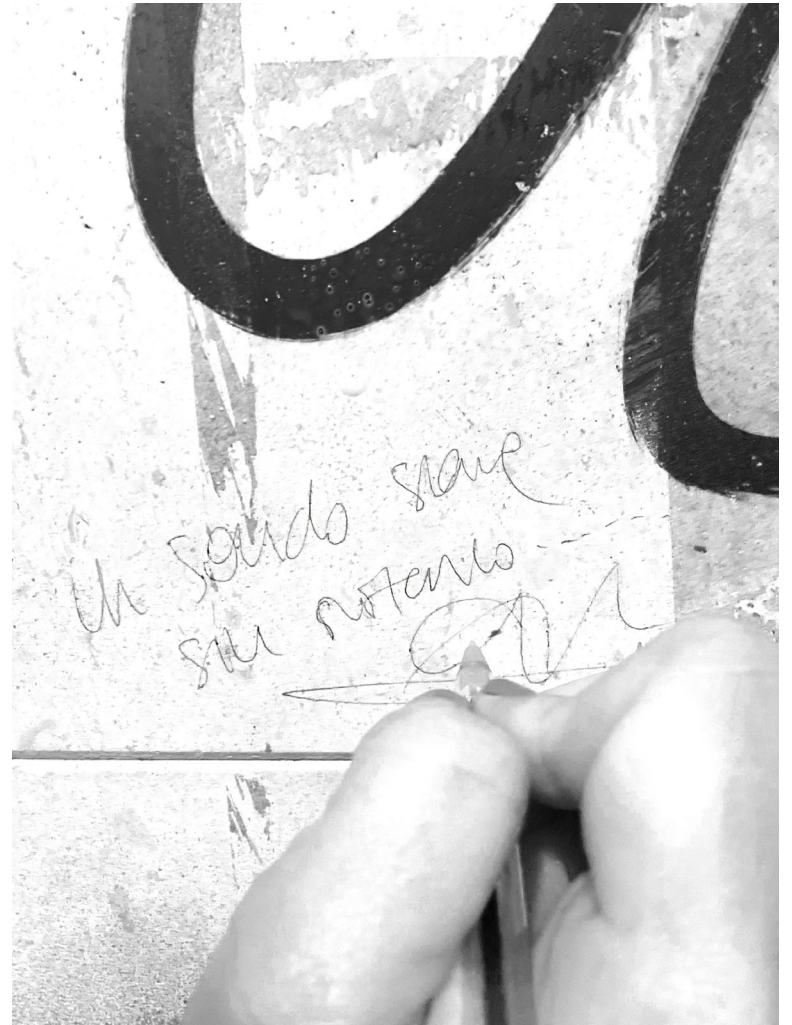


Coge aine. Estás aquí. Todo el universo sucede en ti
y sucede

AHORA

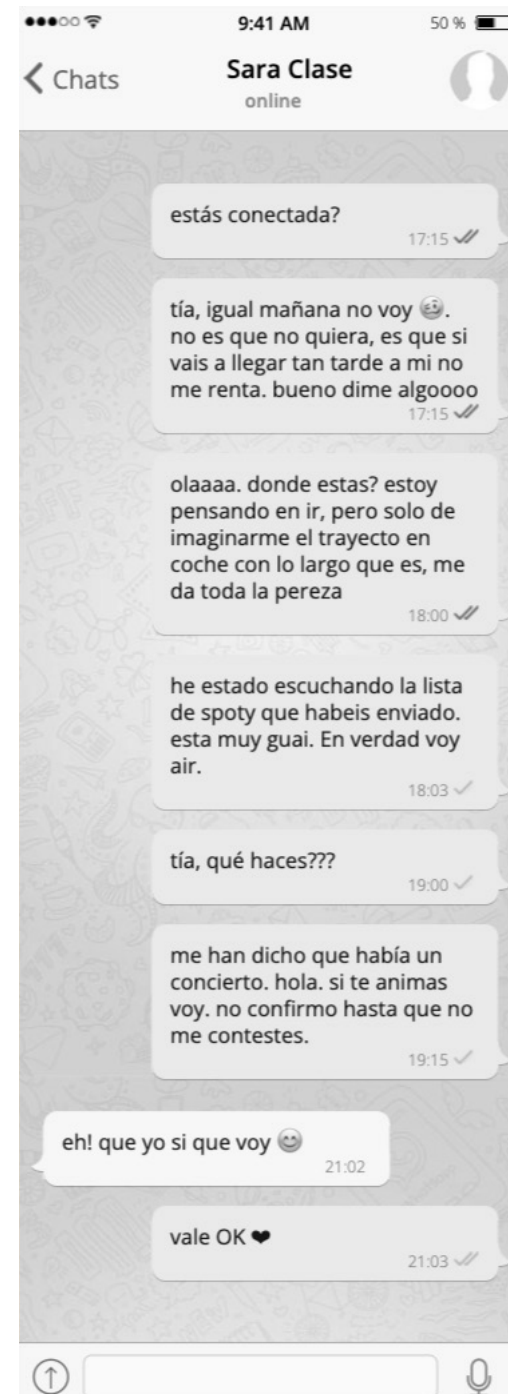
le presto el asiento?
no hace falta, gracias
no siéntese, insisto
que va, que va
imagino que viene del trabajo
en qué trabaja?
bueno ya se ha levantado
pues si quiere estar de pie...
claro, no me importa. me paso el día sentada en mi trabajo.
será por eso que estamos aquí
¿llevas viniendo mucho por aquí?
¿qué importará eso?
yo lo digo porque ahora el sillón se queda libre
¿nunca acepta la ayuda que le dan?
no he pedido ninguna ayuda
pero por alguna razón estoy aquí
siéntate!
bien. por mí que no quede. aunque siempre que ofrezco o
ofrecen ayuda sea quien sea... ambas personas nos senti-
mos mejor. nos podemos ayudar...
que no quiero ayuda! ayuda necesitas tú
veo que la necesitamos las dos, adiós muy buenas
pero ya no entra en la consulta?
sí, pero me acaban de llamar, adiós
pues me siento
bien

¡ Atreidense !
la palabra no
está entre y
Ella me pero
si me haber
que no se
pero aquella
de
ya no estaba
a pensar lo
escogido ese
por fue, acabamos
manera.
sabíamos
no
dicen
todas
el
vocabulario
mi que decir.
tendríamos
ese
allí.



- Poco, dimes puedes alcanzar el cubo ese que va a distribuir la leche,
 que se me va a salir toda?
 - ¿Qué cubo? C'El roj?
 - ¡El roj, claro, el roj!

No me' sti domingo e la excursión
 me heuto muy de finca, hoy
 me pierdo en ~~la~~ la naturaleza
 sin mis cosas alrededor.
 Nos vemos en otro momento. Estare'
 en casa si quiere algo.



~ Cosas Pendientes ~

- Llamar a Mónica para devolverle la plancha del pelo.
- recoger analítica y pedir hora en el ambulatorio (pedir que me cambien de médica porque la del otro día es filipollas).
- Tomates, queso rallado, termómetro, lechuga, Muesli con chocolate y salmón.
↳ preguntar a Selva lo de la dieta Paleo
- Nacho no me ha llamado. ♡
Nacho no me ha llamado. ♡
Nacho no me ha llamado. ♡
Nacho no me ha llamado. ♡
Nacho no me ha llamado. ♡

Centro de estética 96 381 59 21

un chai latte con leche de avena.

siempre has sido tan sofisticada, tía, yo soy más de vaca de toda la vida.

la leche de vaca es malísima para la digestión. A mí me deja hinchadísima.

A ti también te vendría bien pasarte a la leche vegetal.

y que lo digas... hasta el horóscopo me lo dice: déjate los atracones

nocturnos. Es la leche con galletas de antes de dormir. Me sienta fatal.

normal. ¿Has probado a dejar el gluten? Yo probé una dieta ancestral de

una tribu peruana y eso sí que te hace renacer.

me encanta la comida mierder, pero la tengo q dejar. Tendría que hacerte más caso, porque tú estás monísima y yo no puedo mirarme al espejo.

Es que se te nota que la piel la tienes apagada. Que tú siempre estás

guapísima, eh. Tienes como una belleza natural. Pero si te cuidaras, por

dentro y por fuera, tu cuerpo lo agradecería. De hecho, en el centro tenemos

servicio de nutricionista. Puedo pasarte los precios si te interesa.

tengo la piel apagadísima, ¿verdad?

total, creo que tienes un subtono amarillento. Eso está conectado con el chacra base. Míratelo.

no me digas! y eso cómo se mira? Míramelo tú, por favor.

claro, titi. Pásate un día por casa y te hago un chequeo. Pero vamos, lo tienes bloqueadísimo, seguro. ¿Cómo llevas tu vida sexual?

mal.

pues ahí lo tienes. Es que el placer sexual es importantísimo para estar sana.

joder, me encanta esa manera que tienes de conectarlo todo. Me encanta

hablar contigo porque me haces entenderme. El chai ese, ¿está bueno?

sí! ¿Quieres probarlo? Si te gusta, en casa tengo un montón de bolsas.

sí, déjame probar... O mejor pídemelo uno

traenos otro, por fa. Gracias.

selva.

dime.

me encanta tu nombre: Selva. ¿De dónde te viene?

me vino de dentro. Un día meditando, lo escuché salir de dentro y decidí que ese sería mi nombre. Es que el nombre es tan importante.

¿qué te parece el mío? muy simple, ¿no?

La vida es una pasada, el que no disfruta es porque es un amargado y el que no tiene dinero es porque es un vago. Tú piensa algo y si te esfuerzas lo consigues. Yo me propuse montar piscinas prefabricadas y acabo de montar una a Santiago Segura en su ático de Gran Vía. Estoy cansado de la gente que se queja. España es la mejor tierra del mundo.

Lechugas rellenas

Una Lechuga romana
tres latas de atún
cebolla picada
maonesa

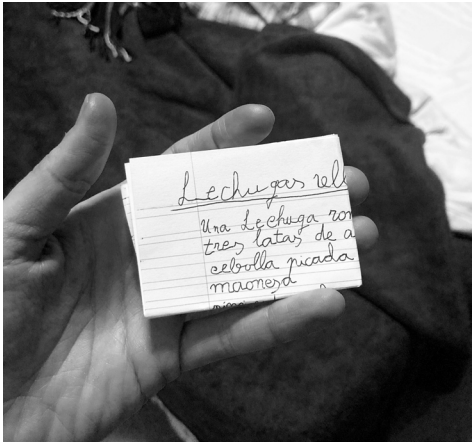
pimientos ahumados

harina i huevo batido para freir

Recortamos los hojas de la lechuga con forma de barco y disponer sobre ban deja. Se mezclan latas de atún con cebolla pica y maonesa y hacemos bolitas de la mezcla para la freidora. Colocamos las bolitas fritas dentro de las gas de la hoga y encima se disponen los pedazo de pimientos ahumados.

de mayores?

Mari Carmen me ha dicho q su nieto ase
ocultos en las pared que le llaman
gafiti, a mí me ha parecido mu bonito y
pueden hacer cursos en el centro de ma-



L4IK--

Plumas
Lunares
Brillantes
Guantes
Bordados
sombreros
Pintalabios
Lentiguellas

Plumas con sombrero - NO
Pintalabios con guantes - Sí
Pintalabios con guantes y
con Bordados - NO
Pintalabios con guantes y
con lunares - NO
Pintalabios con guantes con
sombrero - Sí.

y las plumas. Por si acaso.

SIN SER YO

YO NO SOY
YO TÚ SÍ
NO YO SOY
TÚ SÍ TÚ
NO ERES YO
SOMOS TÚ NO?
SÍ SOY YO
PERO TÚ ME
NO? NO MAS
SI TÚ ERES
YO DÓNDE SOY
YO MI ME
TE NOS NO!
SÍ SI NOS
ME A ME
SIN SER YO
TÚ PERO TÚ
SÍ SER YO
YO NO SOY
SIN TI NO
SOY YO NO?

-selva



selva_retiros • Follow
Levante, Mar Mediterráneo



Liked by [laura_malilla](#) and 1,562 others

selva_retiros Este retiro nos ayuda a conectarnos con la naturaleza, con el entorno y con el cuerpo. Durante la semana, focalizaremos la energía en interconectar nuestros deseos y sanar las frustraciones que hemos heredado de vidas pasadas. El precio del retiro es de 350 euros e incluye alojamiento y comidas. Si quieres más información, puedes contactar con nosotras por mensaje directo o por mail. Las plazas son limitadas. Reserva cuanto antes.

#retiro #mindfulness #yoga ...more

[View all 4 comments](#)

43 MINS

*

El ego es una barrera que nos separa de los demás.

*

Estamos todas conectadas. Solo tienes que aprender
a ESCUCHAR

*

Abraza a tu niña interior.

Perdónate

Para seguir avanzando 🔄



• ¿De dónde eres?

- De Pozuelo, pero mi familia es de la terruca.

- ¿de la terruca?

- De Santander

- Nunca he estado en Santander.

- Yo tampoco mucho, he vivido siempre en Pozuelo

- ¿Cuántos habitantes tiene Pozuelo?

- 86 422; ... has flipado verdad, jajaja, me lo pregunto ayer mi cuñada y lo miré.

- Ja Ja Ja

- "...

- Pues es más grande de lo que pensaba

- "...

- ¿Y cómo os llamáis los de allí?

¿Pozuelanos? ¿Pozuelinos?

- Pozuelero, Pozuelero

- ¿Formas?

- No, lo siento, ~~quiero que pueda fumar~~ no quiero que huela el coche mal. ¿Qué música te gusta? ¿pongo música?

- Me gusta el Flamenco. En mi casa se ponía todo el tiempo y ahora es casi lo único que escucho.

- Toma, busca lo que quieras

- ¿Fumas?

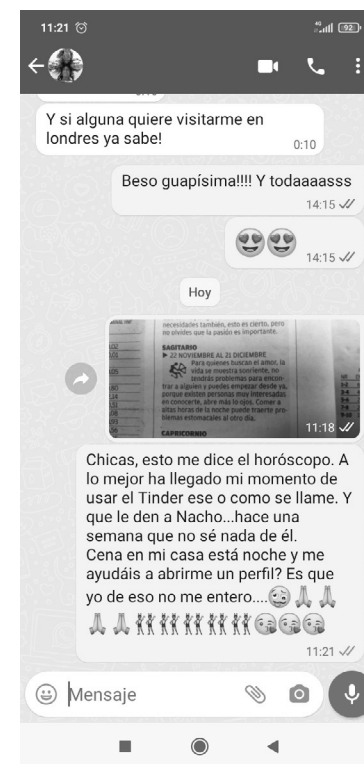
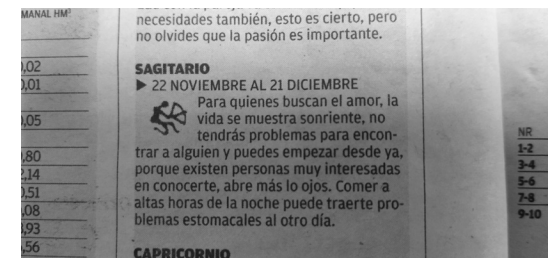
- No, lo siento, ~~aquí no se puede fumar~~
no quiero que huelan el
coche mal. ¿Qué música te gusta? ¿pongo
música?

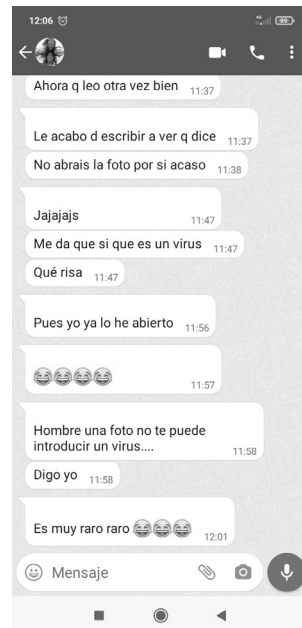
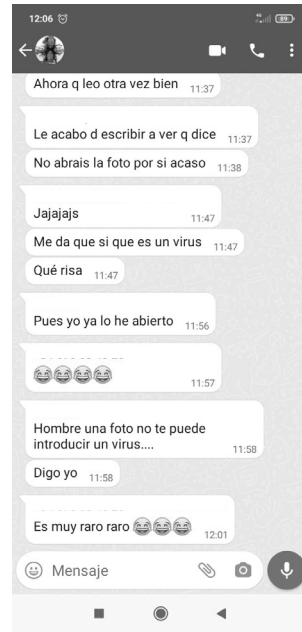
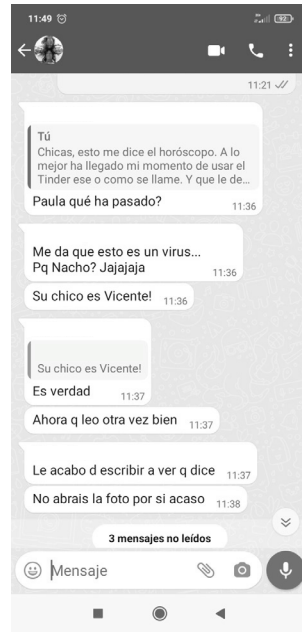
- Me gusta el Flamenco. Pienso mi casa se
ponía todo el tiempo y ahora es casi lo
único que escucho.

- Toma, busca lo que quieras

- Nada que ver, jaja

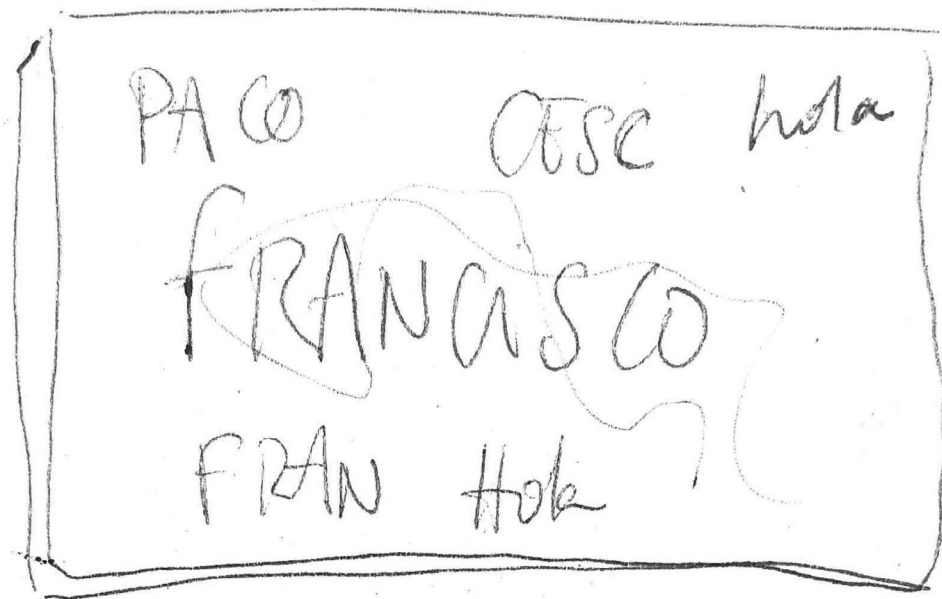
- No trabajo de guarda de seguridad.
En Hacienda.





Fran
 @ Fran
 Francisco
 Franco
 Pao
 Cesc
 Cesc
 fucking Fran

Frank
 Big Frank
 Curro
 Pauxo
 Pagnico



Te tenías que convertir
en un perro.

Lo dejaste todo atrás.
¿Y ahora qué?

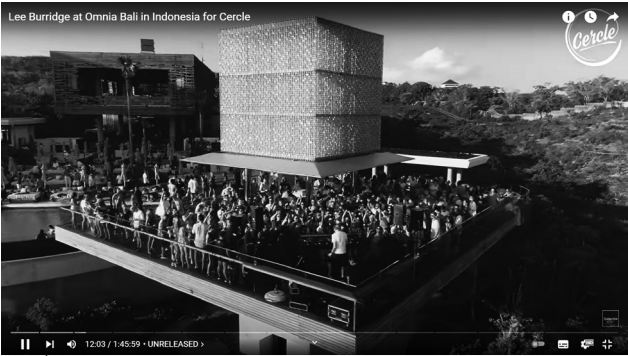


22 MINS

Conecta con tu FUEGO interno



Yo me quedo contigo,
voy contigo, estoy contigo,
vivo contigo y sueño contigo
duermo contigo, pienso contigo,
nuevo contigo, me como contigo,
bailo contigo y me río contigo,
me pierdo contigo, me meo contigo,
~~me~~ enamoro contigo, enfermo contigo,
me drogo contigo, me escapo contigo,
me ilumino contigo, exploro contigo,
me entusiasmo contigo, me alimento contigo,
me deterioro contigo, me vacuno contigo,
me encapsulo contigo, me ahogo contigo,
me potencio contigo, me saturó contigo,
me desfondo contigo, me entiendo contigo,
me catapulto contigo y me vacío contigo,
me silencio contigo, en enfío contigo,
desaparezo contigo, me esfumo contigo.



Felipe Marx hace 1 año
Vamooooo Brasil! Que sonzeraaaaa
👍 267 🗨 RESPONDER
▼ Ver 26 respuestas



Daniel Bustos hace 5 meses
- Vale la pena estar vivo! Lo lindo del lugar, paisaje y la magia de Lee!
No importa que idiomas se hablen y de que países sean, todos bailan ! La Música une! CERCLE♥️🎵
👍 9 🗨 RESPONDER
▲ Ocultar respuesta



Professor Nelson Diaz hace 7 días
Así es Gran Maestro
👍 1 🗨 RESPONDER



Jean-Luc Pallarés hace 0 segundos
Qué razón tienes, máquina! La unión del fuego del sol, del agua del mar, de la tierra - los paisajes flipantes de Bali y esa música en el viento nos da plenitud como seres. Disuelve las fronteras y las diferencias. Materia y espíritu. En unas semanas iré a Bali. Podré vivir esa experiencia pronto. Saludos plenos, bro
👍 🗨 RESPONDER



Stevin Lee hace 1 año
Уже в который раз возвращаюсь переслушать этот сэт!
Это лучше что я слышал на данный момент, БРАВО! 🎧
👍 35 🗨 RESPONDER
▼ Ver 7 respuestas

de

ent