

Hola a todos los Valientes del programa DAR.

Hoy es 20 de Enero.

Llegamos al día 20!!!

Es un logro grandísimo haber llegado a 20 días de jugos naturales cargados de nutrientes y listos para sanar y regenerar nuestro cuerpo.

Únete a mi agradecimiento a Dios que nos da un día más para disfrutar de esta oportunidad. Empieza a enamorarte de tu rutina, limpia tu cocina pon la maquina de extraer jugos como adorno principal en tu mesada, alegra el lugar con flores y frutas. Que tu cocina sea un espacio de amor y compañerismo. Estamos sanando mental y físicamente en ese espacio de nuestro hogar.

Revisa tu refrigerador para asegurarte que no te faltan frutas y vegetales, y compra lo necesario para 2 días adelantado.

No dejes de hacer ejercicios, tomar mucha agua, y hacer jugos muy variados, prueba con frutas y vegetales que no haya usado todavía.

Los mediocres y los tibios nunca hicieron ni lograron cambios en la vida. Solo los extremistas lograron la atención y los cambios de los mediocres.

Todos tenemos un doctor.

Yeshúa nuestro Dios camina con nosotros.

Dios Padre y su Hijo les anime cada minuto.

Bendiciones

Leslie Silva

Tenemos un canal en You Tube llamado lvesaludyrecetas el link es el siguiente:

<http://www.youtube.com/user/LVESaludyRecetas?feature=mhee>

Y un grupo de apoyo en FaceBook llamado LVE Salud y Recetas el link es el siguiente:

<http://www.facebook.com/groups/162786283791317/>

Para aquellos que quieran recibir estás cartas de apoyo los incluiré en la lista si me escriben a: lvesaludyrecetas@gmail.com

Todo el programa DAR está en nuestra página, refiere a tus amigos e invítalos:

www.laverdadeterna.com