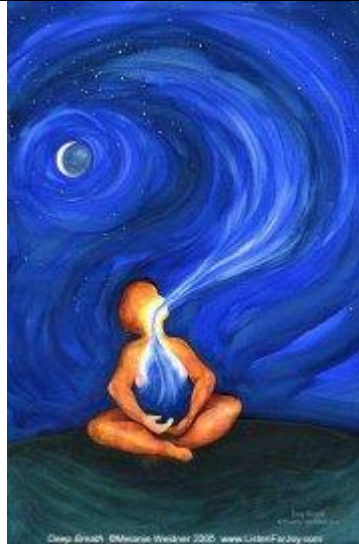


**Breathe Peace
12-12-12 Project**

YOU are invited to participate in a peace project!

We are going to start a ripple of change --one breath at a time... 12:00 noon will never be the same again!

Are you ready?



**Proyecto Respira Paz
12-12-12**

¡ESTÁS invitado/a a participar en un proyecto de paz!

Vamos a iniciar una ola de cambio—una respiración a la vez... ¡Las 12:00 del mediodía ya nunca serán igual!

¿Estás preparado/a?

Launched last November 11, 2011 (11-11-11) the project aims to

engage a target number of 121,212 people by 12-12-12 (December 12, 2012) to COMMIT and REGISTER to a DAILY TASK that is so simple (yet effective), so easy (just keep your heart to it), and quite subtle (but powerful).

The task: Pause to offer Three (3) Breaths for Peace every noon each day.

Here's how:

1)Set your cellphone/watch/clock/any gadget to ring at exactly 12:00 noon (your local time) each day

2) Whenever you hear it, wherever you are, whatever you are doing-- PAUSE.

3) Slowly INHALE, and gently HOLD the breath

4) Silently PRAY with all your heart:

El proyecto, lanzado el pasado 11 de noviembre de 2011 (11/11/11), tiene como objetivo

involucrar a un total de 121.212 personas para el 12/12/12 (12 de diciembre de 2012) que se COMPROMETAN y REGISTREN en una TAREA DIARIA que es así de simple (pero efectiva), así de fácil (solo tienes que poner tu corazón), y muy sutil (pero poderosa).

La tarea: Haz una Pausa para ofrecer tres (3) Respiraciones de Paz cada mediodía de cada día.

He aquí cómo:

1)Pon tu teléfono móvil / reloj / cualquier aparato para que suene exactamente a las 12:00 del mediodía (hora local) cada día

2) Cada vez que lo escuchas, estés donde estés, haz lo que hazas – HAZ UNA PAUSA.

3) INHALA despacio, y CONTÉN la respiración suavemente

4) En silencio, DECLARA con todo tu corazón:

"May Peace WITHIN ME Prevail"

5) Softly EXHALE as long as you can (as if spreading the peace all around you)

6) Do it 3 times, **with the second round instead saying:**

"May Peace AROUND ME Prevail"

and the third round saying:

"May Peace IN THE WHOLE WORLD Prevail"

That's easy enough, isn't it? That's **even LESS THAN A MINUTE** of your time!

7) So sign up now and be counted!

Can you IMAGINE how this can CHANGE You... and the World?

Your 12 noon will never be the same again...

PLEASE READ CAREFULLY AND DECIDE BEFORE CLICKING "LIKE" (= SIGNING UP)!

"La Paz reina EN MI INTERIOR".

5) Suavemente EXHALA el mayor tiempo posible (como si estuvieras extendiendo la paz a tu alrededor)

6) Hazlo 3 veces, **la segunda vez di:**

" La Paz reina A MI ALREDEDOR"

y la tercera, di:

"La Paz reina EN TODO EL MUNDO"

Eso es bastante fácil, ¿no? ¡**MENOS QUE UN MINUTO** de tu tiempo!

7) Así que ¡regístrate ahora para contar!

¿Puedes **IMAGINAR** lo que esto puede **CAMBIARTE...** a ti y al mundo?

Tus 12 del mediodía ya nunca serán igual...

¡**POR FAVOR LEELO DETENIDAMENTE ANTES DE HACER CLIC Y DECIDIR "ME GUSTA"** (= para registrarte)!



Breathe Peace 12-12-12 Project -- Proyecto Respira Paz 12-12-12
MAY PEACE PREVAIL ON EARTH --- LA PAZ PREVALECE EN LA TIERRA