

E-BOOK

Mentoría 1:1

EMPRENDEDORA  RA
expansiva

por: @monicatorresabril



¡Bienvenida!

A este proceso mágico donde estarás conociéndote y transformándote a niveles muy profundos, para crear una realidad sostenida en el amor, la confianza, la fe, la creación y la manifestación.

Tienes el poder de crear y experimentar una nueva realidad, una realidad que esté en consonancia con el Ser Divino que Eres.

Y en esta mentoría encontrarás un camino para hacerlo.

Un camino al que siempre podrás volver.

Vamos juntas **a transformar la inseguridad, la duda, el miedo o la escasez.** Vamos a desanclar estas emociones de tu cuerpo, de tu mente y de tu entorno. **Para que puedas ver realmente manifestado el negocio de tus sueños.**



El Universo tiene mucho que brindarte, pero son los pensamientos y emociones limitantes, lo que te cierra a ello.

Abrirte a crear y a recibir desde el gozo, el placer y la suavidad.

Vas a encenderte por dentro, **vas a ser protagonista de tu vida**, vas a tomar acción, porque en la mente puedes crear muchos mundos, pero es materializándolos cómo te expandes y te experimentas en tu verdadero Ser.

Serás otra mujer después de estos 2 meses. ¿Estás lista? ¡Vamos allá!

Algunas indicaciones para avanzar

1 Haremos un trabajo específico cada semana. Por cada semana tendrás reflexiones y ejercicios que te ayudarán a integrar la información e irás percibiendo nuevos cambios en ti.

2 La primera semana tienes disponible dos audios para arrancar el proceso, un audio donde hacemos una alineación energética, y otro audio donde activamos el arquetipo de la reina en tu vida y en tu negocio. Podrás volver a estos audios las veces que lo necesites. La idea es que escuches estos dos audios antes de hacer los ejercicios para esa primera semana.

3 A partir de la segunda semana, y hasta la semana 8, sí es importante que reserves un espacio diario entre 10-20 minutos para realizar una meditación guiada. Es preferible que lo reserves en tus mañanas, ya que te permitirá arrancar el día con una frecuencia nueva. En esta ocasión, te pido que realices los ejercicios escritos al iniciar tu semana, antes de arrancar con las meditaciones guiadas diarias.

4

La meditación guiada y los ejercicios tienen el poder de ir transformándote a un nivel más sutil y energético. Las sesiones individuales tienen el poder de transformarte a niveles más psicológicos.

5

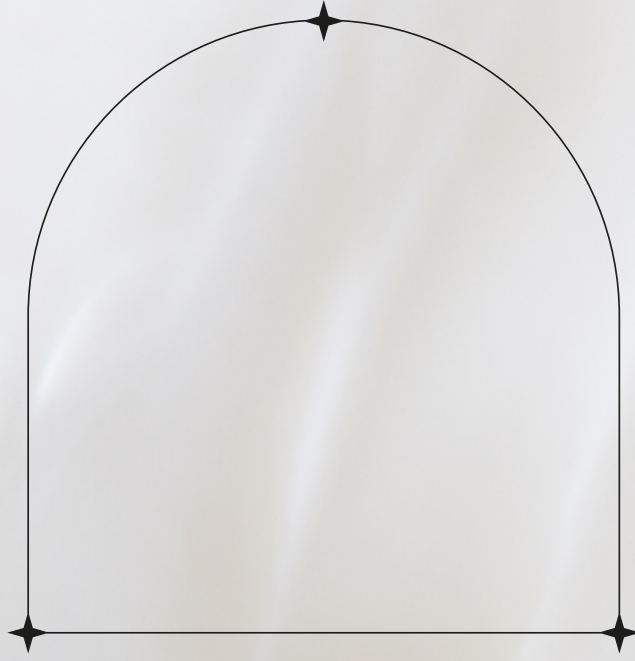
Tendrás una transmisión por audio semanal, sobre negocios. Y acompañamiento constante por Telegram.

Nota:

Este proceso tiene sus bases en las meditaciones y el método de Joe dispenza; el cuál he explorado de manera personal y he notado sus beneficios en mi vida y en mi cuerpo.

También, este proceso está nutrido de mi experiencia en distintos espacios terapéuticos, de un trabajo energético, y de mi práctica espiritual y personal.

Herramientas puestas al servicio de tu transformación y expansión.



Semana 1:

Exploración y creación

Bienvenida a la semana 1.

Esta primera semana es una semana de exploración y creación. Voy a invitarte a que tomes más tiempo para ti, para hacer pausas, entrar en silencio, desconectar de redes, tv, y de todo aquello que te quita atención.

En ese silencio vas a comenzar a observarte, a observar tus pensamientos, tus actitudes y emociones, observa sin juicio.

La intención esta semana es que tomes un espacio en el que puedas estar cómoda y en silencio para realizar los ejercicios. **Crea tu lugar sagrado. Compra una libreta para este proceso y disponte a escribir sobre ti misma. Ve con calma y a tu ritmo para integrar la información.**

Como estamos iniciando, esta primera semana particularmente tendrás más ejercicios que en las siguientes semanas. Tómate tu tiempo para realizarlos e integrar la información que te están dando.

Ejercicios:

1. CREA TU NUEVA YO

Esta semana te invito a que crees tu nueva yo. Esa mujer que ya tiene eso que desea, que se siente como una mujer que ya vive la realidad que desea experimentar. La realidad que tienes hoy frente a ti la ha creado la mujer que eres hoy. Si deseas otra realidad, necesitas ser otra mujer. Tener nuevos hábitos que construyan una nueva identidad.

Esta realidad que observas es como un juego, y es maravilloso ver que puedes crear lo que quieras en él. Lo que hace tu mente con este ejercicio, es adelantarse al evento creado y ser esa persona que ya vive ese sueño. Así, tu mente y tu cuerpo aprenden a pensar y a sentir distinto. Comienzas a alinearte con tu verdadero Ser.

**Ayúdate de estas preguntas para crear a esa nueva Yo.*

¿Cómo es la mujer que ya vive la vida que deseas?

¿Cómo camina?

¿Cómo habla?

¿Cómo respira?

¿Cómo se relaciona con otros?

¿Cómo se alimenta?

¿Cómo se siente?

¿Cómo es su trabajo?

¿Qué hace en su tiempo libre?

¿Cómo se viste?

¿Cómo se peina?

¿Qué accesorios utiliza?

¿Qué hábitos tiene (ejercicio, un deporte específico, yoga) ?

Crea ese personaje y disponte a encarnarlo, a vivirlo en tu piel cada día durante estos 2 meses. Respecto a los hábitos, puedes ir incluyendo un nuevo hábito cada semana, no tienes que hacerlos todos desde el día 1. Pero sí cada semana ir incluyendo algo nuevo.

2. A continuación, realiza un listado de las acciones más importantes que te acercarán a tu sueño.

Ejemplo: Crear una nueva página de ventas. Hacer pauta. Programar lives, etc.

Sé muy específica, revisa el paso a paso que te llevará a eso que quieres. Porque sin acción no hay materialización. A esta lista volveremos durante todo el proceso.

3. Reconoce la emoción que deseas desmemorizar.

Partimos de la base, de que la persona que eres hoy es la persona que está manifestando su realidad actual. Si estás viviendo desde la escasez, la preocupación, el miedo o la inseguridad, es lo que probablemente estés manifestando a tu alrededor.

En estos meses estarás viviendo una transformación profunda a todos los niveles. Por eso quiero invitarte a que, en tu espacio íntimo respondas con total honestidad las siguientes preguntas:

1. ¿Cómo he estado siendo hasta ahora?
2. ¿Siento cada día alguna sensación con la que lucho a diario?
3. ¿Hay algo que oculte a los demás?
4. ¿Qué es lo que quiero cambiar de mí?

Cuando estás en proceso de manifestar una nueva realidad, lo más importante es que observes tu emoción, las emociones que nos acompañan a diario son producto de una o varias creencias limitantes. Estas creencias se han ido configurando a lo largo de tu vida, y puede que esa emoción con la que luchas a diario no sea nueva para ti. Por ejemplo, en mi vida he tenido que experimentar desde mi adolescencia la emoción de Inseguridad.

Cuando esta emoción es antigua, quiere decir que tu cuerpo la ha memorizado, y aunque quieras tener pensamientos distintos, vuelves una y otra vez a esa misma emoción. Por eso la clave está en observar constantemente ¿Cómo te estás sintiendo? Cuando experimentes contracción o incomodidad, para y observa tus pensamientos, date cuenta ¿Cómo te limitan?

El recorrido será desmemorizar esa emoción de tu cuerpo, de tu mente y de tu entorno. Si te sientes distinta, tu capacidad de magnetizar será distinta.

Te voy a invitar ahora, a que identifiques cuál de estas emociones está más presente en tu vida y no te está permitiendo avanzar hacia tu negocio. Con esta emoción estarás trabajando durante estos meses. Si aún no es claro, déjate sentir, tómate unos días para observarte y siente cuál de estas te hace decir: ¡Sí! ¡Es esta!

Inseguridad

Victimismo

Juicios

Preocupación

Culpabilidad

Vergüenza

Ansiedad

Sufrimiento

Frustración

Miedo

Tristeza

Envidia

Comparación

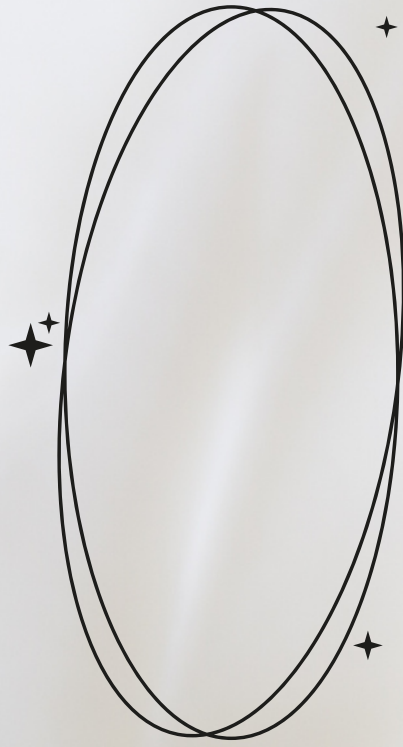
Ira

Resentimiento

Baja autoestima

Carencia

Puede que sientas, que es más de una con la que quieres trabajar. Enfócate en aquella que no te está permitiendo recibir y alcanzar eso que tanto quieres. Al final están conectadas unas a otras, y si desmemorizas una de ellas, las demás emociones también se van a transformar.



Semana 2:



Identifica las creencias que
sostienen tu emoción

Nota: Antes de escuchar la meditación, te invito a que realices los ejercicios de la semana.

Teniendo clara la emoción, el ejercicio de esta semana consiste en identificar las creencias que están sosteniendo tu emoción. ¿Qué pensamientos vienen a ti? Y por tanto ¿qué creencias están configuradas debajo de esos pensamientos?

Las vivencias particulares que has tenido han conformado parte de tu sistema de creencias, otra parte se adopta de la cultura. **La mayoría de este sistema es inconsciente y una parte mínima consciente.** Cuando no eres consciente de tu sistema de creencias, estas comienzan a dirigir la vida; por eso, es importante verlas y desanclar su peso emocional.

Las creencias se manifiestan de forma muy sutil, y nuestra actitud frente a estas es una **actitud de acecho.**

Voy a invitarte a que esta semana pongas especial énfasis en tu diálogo interno.

¿Qué pensamientos son **constantes** en tu día a día?

Una pista que puede ayudarte es: cada vez que te sientas insegura, con miedo, preocupada, o que sientas tu cuerpo contraído; respira un momento y observa los pensamientos que se están cruzando justo en ese momento.

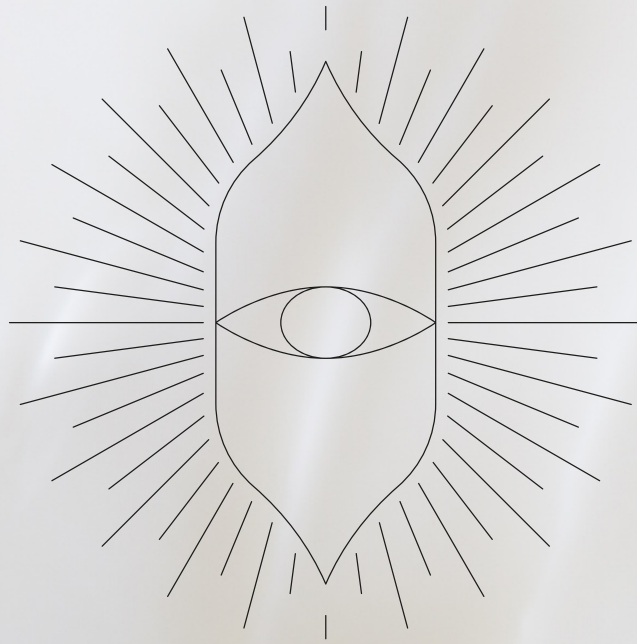
Además, para ayudarte en este proceso, te invito a responder las siguientes preguntas:

Preguntas

1. ¿Cómo **pienso** cuando me siento así? ¿**Qué palabras** y frases me digo a mí misma cuando me siento así?
2. ¿Cómo **actúo** cuando me siento así?
3. ¿Cuál es el **estado mental** que esta emoción fomenta? (revisa el listado abajo para ayudarte a responder. Puedes encerrar más de uno)
4. ¿Qué **creencia** está sosteniendo tu emoción actual?

- Competitiva
- Agobiada
- Quejicosa
- Reactiva
- Confundida
- Carencial
- Demasiado racional
- Tímida/cohibida/introvertida
- Controladora
- Presuntuosa
- Catastrofista
- Apresurada
- Distraída
- Autocompasiva
- Desesperada
- Necesidad de reconocimiento
- Poco segura
- Deshonesta
- Necesitada
- Egocéntrica
- Susceptible
- Insensible

Es importante que respondas a estas preguntas, y tengas esta información clara. Ya que la necesitarás para llevar a cabo la meditación de esta semana y de las siguientes.



Semana 3:

Admitiendo y liberando

Esta semana continúa observando tus pensamientos, las palabras, las frases y las críticas que te haces a ti misma.

Esta semana voy a proponerte dos ejercicios, el primero nos ayudará a trabajar con el personaje de tu Crítica interior. Este personaje encarna todas las voces internas que tenemos, que nos hacen sentir inseguras, que nos llevan a procrastinar o a sabotear lo que queremos. El segundo tiene que ver con liberar de tu mente y de tu campo energético la emoción puntual que estás desmemorizando.

Ejercicio 1: Recogiendo las voces de mi crítica interior

Voy a pedirte que hagas un listado de todas esas voces que llegan a ti, y se vinculan con la autocrítica. Por ejemplo: “no eres guapa” “quién te crees tú para hablar de eso” “no tienes la experiencia para hacerlo, mejor no te lances” “Tu producto no es bueno” “nadie va a invertir ese valor en tu servicio” etc. Sé muy observadora de cuáles son esas críticas que te haces a ti misma. Esto desde un lugar de observadora.

Ejercicio 2: Admitir y liberar tu emoción limitante

Estaremos trabajando con el proceso de admitir tu emoción limitante. ¿Esto qué quiere decir? Inconscientemente puede haber vergüenza de esa emoción que experimentamos, no queremos que los otros nos vean como una persona insegura, con miedo o dudosa. En ese camino, guardamos esa emoción para nosotras, y creamos una máscara de aquello que queremos que los demás vean en nosotras.

Muchas veces eso que mostramos a otros nos carga, nos frustra, o nos agota. Y en nuestro mundo interno luchamos con distintas emociones que no nos atrevemos a compartir, esto va creando un espacio o un vacío entre quién eres y quien aparentas ser. **La intención al admitir es disminuir ese vacío, y que esa emoción limitante te pese menos. También, que en tu mundo interno haya más espacio para tu nueva Yo. O tu Yo ideal.**

El proceso de esta semana consiste en que puedas admitir ante tu Divinidad, tu Ser Superior, aquella emoción que estás sintiendo. **Cuéntale a esa parte amorosa de ti quién has estado siendo. Recuerda que la Divinidad no juzga, solo te mira con ojos de amor.**

Para esto voy a invitarte a que respondas:

¿Cómo te perciben las personas a tu alrededor?
¿Cómo eres en realidad en tu mundo interno?
¿Qué has hecho y cómo has ocultado esa emoción?

Por ejemplo:

“Querido Dios, he estado siendo una mujer que hace demasiado y no se permite descansar, para que otros no se den cuenta que en mi mundo interior me siento insegura. Quiero cambiar de verdad este limitado estado del ser, no más”

“Amor divino, Inteligencia Divina, que estás en mí y a mi alrededor, he estado siendo una persona que persigue el éxito a toda costa, porque en mi interior experimento carencia y escasez. Quiero cambiar de verdad este limitado estado del ser”.

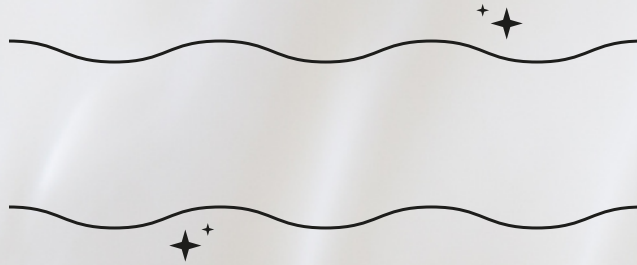
Escribe a continuación tu frase donde admites a un Poder superior quién has estado siendo.

Confía en que este poder es real.

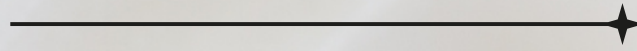
También, la invitación es a que puedas entregar tu emoción limitante a un poder superior. Que puedas realmente confiar en esta inteligencia Divina. No sabes cómo lo hará, solamente pídele en tu interior que se lleve esa limitación, y lo haga a su forma. No intentes controlar. Entrega.

Si en esta semana experimentas contracción, cierra tus ojos y di: **Divinidad, Amor Divino, Inteligencia Divina, cambia mis pensamientos pequeños por tus pensamientos grandes.** Y visualiza que le entregas esa emoción limitante. Visualiza que la Divinidad se la lleva. Entrega y suelta al Universo. Reconoce la inteligencia Divina que te sostiene.

También, otra táctica que puede funcionarte y que vamos a comenzar a implementar en tus ejercicios diarios es **pronunciar en voz alta la palabra “Cambia”**, esto cada vez que percibas que vuelven a ti los mismos pensamientos y las mismas actitudes.



Semana 4:



Una nueva identidad – Una
nueva realidad.

Durante esta semana voy a invitarte a que vivas tu negocio y tus acciones desde la sabiduría de la niña y la adolescente. Que traigas más las cualidades del juego, el asombro, el placer y la curiosidad cada día.

También, voy a invitarte a que repases tu nueva yo. Date cuenta si estás realmente encarnando a esa nueva mujer. Vamos a ir más profundo en su manera de pensar, actuar y comunicarse. Te invito a responder estas preguntas orientadoras:

¿Cómo quiero pensar?

¿Cómo pensaría esta nueva persona (mi nueva yo) en la que quiero convertirme?

¿En qué pensamientos quiero invertir mi energía?

¿Cuál es mi nueva actitud?

¿Cómo quiero que me vean?

¿Qué me diría a mí misma si fuera esta persona?

¿Cómo quiero actuar?

¿Qué es lo que ella haría?

¿Cómo me gustaría comportarme?

¿Cómo hablaría según esta nueva expresión del yo?

¿Cómo me quiero sentir?

¿Cómo quiero que sea esta nuevo yo?

¿Qué es lo que sentiría si lo fuera?

¿Cómo sería mi energía según esta nueva yo ideal?

Después de haber dado una vuelta más a tu yo ideal, observa si hay algo que es importante incluir en tus hábitos, o qué cambio es importante realizar para acercarte más a esta mujer.



Semana 5:

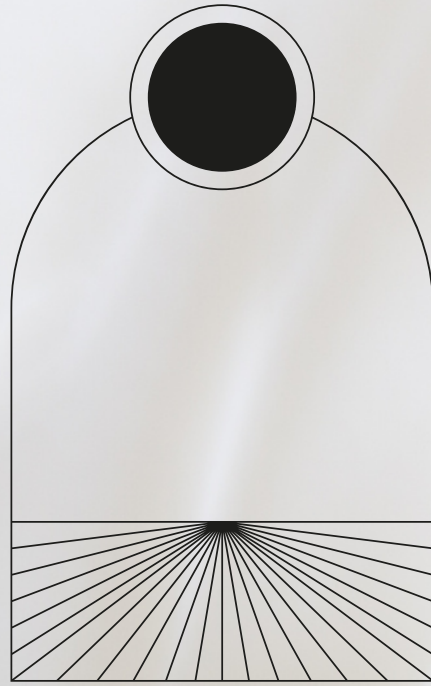
**Conectando con tu sabiduría
interior**

Esta semana procura tener espacios de mayor presencia en tu vida. Toma minutos diarios para respirar, sentarte en la naturaleza, puede ser un parque cerca de tu casa, y permanecer en silencio. Observando tus pensamientos y tu alrededor. Conectando con esa parte más íntima que está en ti.

Y mira si en ese silencio, y en esa escucha llegan a ti señales, palabras, o imágenes. En este silencio conectas con tu plenitud, esa plenitud es lo que buscas debajo de todo lo que aparentemente quieres.

Tráela más seguido en tu rutina. Activa tu intuición.

Inhala, exhala, observa y escucha.



Semana 6:



PODER PERSONAL -

Integrando la medicina del
fuego y la sabiduría del Jaguar

Esta semana quiero invitarte a que observes desde donde están naciendo tus creaciones, tus movimientos y tus acciones. Cuando estás en proceso de manifestar una nueva realidad en tu negocio, una de las cosas que más magnetiza y facilita la creación de lo nuevo, es el placer y la convicción . Es muy distinto cuando actuamos por placer, a cuando actuamos por un deber o un “es lo que hay que hacer”. **Observa si esa nueva Yo, incluye hábitos placenteros en su vida. Y además de los hábitos placenteros, observa si en tu trabajo te permites actuar desde el placer.** Procura que aquello que estás creando te encienda por dentro. Enamórate de tus creaciones.

También observa si en tus creaciones y servicios aparece la duda. Estaremos integrando la sabiduría del Jaguar. El jaguar es un animal que te conecta con tu poder y te lleva a accionar con determinación y seguridad. No hay duda.

Cuando vives desde el placer, lo que entregas al mundo es más auténtico, comienzas a abrir el canal que eres. Las ideas que vienen a ti te sorprenden, y sientes un gran impulso para hacerlas realidad.

Esta semana incluye más momentos de placer en tu rutina. ¿Qué te genera placer? Bailar, cocinar, comer, tomar el sol.

Te invito también crear una playlist que te conecte con tu fuego interior. Camina, trabaja y baila con esta playlist.

Ahora, desde este lugar, piensa en una imagen de algo que desees, algo que quieras alcanzar, realizar o materializar. Desde esta nueva yo, observa la vida materializándose. No hay que preguntarse o pre-ocuparse por cómo lo lograrás. Solamente confía, en que tu nueva vibración sostiene y materializa eso que sueñas.

Para acompañar estos pensamientos te invito a realizar tu mapa de sueños.

¿QUÉ ES UN MAPA DE SUEÑOS?:

El proceso de manifestación tiene varios pasos.

El primero de ellos es tener claridad respecto a lo que quieres. Permitirte soñar. Abrir la imaginación y saber que aquello que parece “imposible” no lo es.

El segundo paso es alinear lo que visualizas con tu emoción, que es lo que hemos estado trabajando semanas atrás. Tu emoción debe ser coherente con lo que deseas. Si deseas un nuevo trabajo, pero estás vibrando desde el miedo o la duda, esto va a retrasar el proceso. **Tus emociones tienen que estar alineadas con lo que deseas manifestar.**

Lo tercero es dar los pasos que te llevarán a conseguirlo, **ayudarte de tu energía masculina para crear la estructura de ese sueño.** Tus propósitos necesitan bases sólidas sobre las cuales moverse.

Y lo último, es apoyarte en la energía femenina, soltando el control, entregando y confiando. Activas lo femenino cuando te permites relajarte en lo creado, cuando te permites disfrutar la vida, celebrar los logros, hacer pausas y descansar.

El **Mapa de sueños** es una herramienta que te permite poner tus sueños en papel, crear eso que quieres en un espacio visible para ti todos los días. Es una herramienta que apoya el primer y último paso de la manifestación. El primer paso es abrir espacio energético a tus sueños. Muchas veces ni nos permitimos soñar. La intención al ponerlo en papel es dirigir tu atención hacia ello e ir habitando la certeza, **explorarte** en el deseo, en la confianza, en la fe. Y el último paso es abrirte a la **energía femenina**, que es lo que estamos explorando esta semana. Soltar el control y confiar. Sosteniendo tu vibración, y actuando desde el placer.



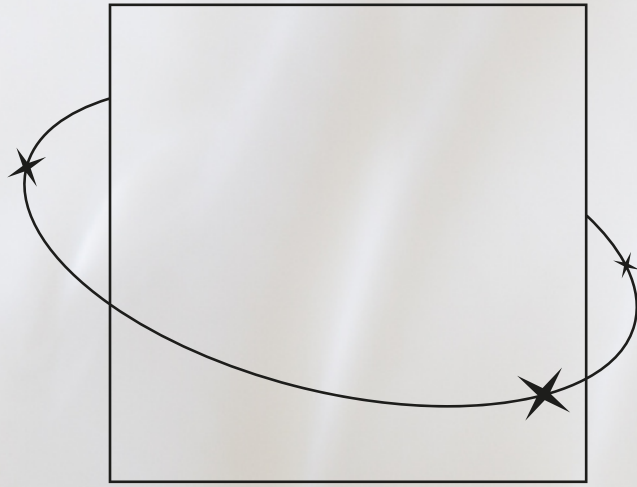
El proceso de manifestación muchas veces no funciona porque aún hay creencias y emociones limitantes que siguen operando tu vida. Por eso de nada sirve hacerlo si luchas a diario con tus emociones.

Pero como ya llevamos un proceso, en donde has alumbrado esas creencias y emociones limitantes, entonces el proceso de **realizar tu mapa es mucho más sencillo y puede tener efectos poderosos**.

¿Cómo hacerlo?

1. Coloca tu playlist de fuego interior.
2. Elige un papel blanco grueso o del color que tu prefieras, para ir colocando las imágenes que más te conecten con tus sueños.
3. Divide tu papel blanco en las áreas que quieras (salud, trabajo, relaciones, estilo de vida, autocuidado, viajes, etc.) elige las áreas que deseas, pero haz un espacio importante a tu emprendimiento y negocio.
4. Toma revistas o busca imágenes en Pinterest, imprímelas o recórtalas. Imágenes que representen aquello que quieres en cada área que has elegido.
5. Pega las imágenes en tu papel blanco.
6. Colócalo en una parte visible de tu hogar.

Nota: Mientras realizas el proceso, conecta con la imagen del jaguar. Observa qué mensajes trae para ti, invoca su energía de convicción. Eso que estás visualizando depende en un gran % de ti, de tus pasos y tu sostén energético. Siente como si lanzaras una flecha de seguridad hacia tus sueños. Esa convicción de que sí o sí se va a materializar. Busca esa sensación de certeza en tu interior. Integra estas imágenes a la meditación que estarás realizando estas semanas.



Semana 7:

**Integración de tu energía
femenina y masculina.**

Uno de los misterios espirituales tiene que ver con la unión de la polaridad, y la unión del femenino y el masculino. **Me refiero a misterios espirituales, porque es una maestría que caminamos, la exploramos en nosotras y podemos ver su reflejo en nuestras vidas.**

El proceso creativo inicia con una idea, una semilla que es puesta en ti, luego la nutres con tu sabiduría, tu experiencia, tus dones y herramientas; y después esa idea toma forma en el mundo físico. Para que ese proceso se desarrolle, se necesita una unión entre el femenino y el masculino. Es la unión que da vida a todo lo que existe en la naturaleza y en nuestras vidas.

Estas dos energías, necesitan estar en balance en tu interior para que la materialización pueda darse. Es importante saber lo que nos aporta cada energía, e integrarla en nuestra vida y en nuestro trabajo.



La energía masculina es una energía eléctrica, te aporta estructura, foco y estrategia. Es esa parte de ti que puede hacer, crear y estructurar. Esto te da seguridad y confianza.

La energía femenina es una energía magnética, es receptiva, disfruta, siente placer, y puede entregarse al masculino. Vive en confianza, no necesita controlar o manipular el resultado. Respira y se entrega. En esta presencia es que podemos magnetizar.

Las dos energías necesitan estar en balance para que puedas crear lo nuevo, para que puedas estructurarlo y luego recibirlo de vuelta materializado. Si no se materializa se rompe un ciclo. Es necesario así, activar el femenino para poder recibir todo lo que el Universo y la vida quieren entregarte.

Cuando estamos en un **masculino desbalanceado**, creemos que si no hacemos no tenemos resultados, y podemos caer en el agotamiento o el Burnout.

También, si estamos en un **femenino desbalanceado**, no podemos abrirnos a recibir, nuestro mundo interno nos limita, y queremos tener el control sobre los resultados.

El proceso de esta mentoría es un **proceso 100% creativo**. Inicias creando una nueva tú, para dar nacimiento a nuevas realidades, es decir nuevas creaciones. Integrar esta sabiduría en ti, te permitirá materializar lo que quieres de una forma más fácil y alineada con tu verdad.

Con esta información voy a invitarte a que esta semana agendes tus actividades desde esta conciencia. La energía masculina te regala foco y estrategia. La energía femenina te permite abrirte a recibir eso que has creado, a deleitarte con tu vida, a conectar con el placer y a crear desde el fuego.

Estas preguntas que te dejo a continuación pueden orientarte:

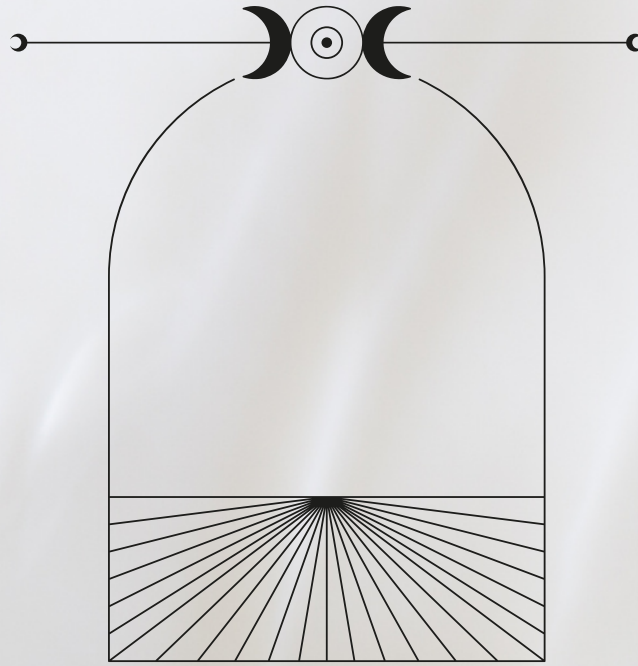
¿En tu día a día tienes **momentos programados** en los que te enfocas, y generas una estrategia + acciones concretas para alcanzar tus **metas**?

¿Te **permities** momentos de descanso y placer en tu rutina?

¿La mayoría de tus acciones y hábitos diarios vienen del **deseo**, o vienen del deber hacer y el deber ser?

¿Cómo es ese **día ideal** que vive tu nueva Yo?

Esta semana te invito a que tomes acción y vivas ese día ideal. Integra en tu rutina momentos de foco, y momentos de placer sin culpa.



Semana 8:
—————◆
Cierre y renacimiento

En este punto seguramente has visto muchos cambios internos y externos. Es la última semana de este proceso. Y voy a invitarte a que la vivas como la **REINA QUE ERES**. No un día o dos. Si no todos los días de esta semana y de los días venideros.

Toma todas las herramientas que has adquirido en este proceso, y sostenlas cada día de tu vida.

Muchos de estos procesos se caen, o no se logran porque no podemos sostenerlos en el tiempo. Lo intentamos 1 o 2 días, o 1 semana y luego dejamos de sostenerlos.

Esta semana te invito a que des la Bienvenida a esta nueva mujer. Que ya has venido encarnando en estas semanas, pero hoy le dices : Elijo que te quedes. No uno o varios días. Sino el tiempo que yo necesite para terminar de explorarme en una nueva identidad.

¿Puedes ver el juego?

Esta nueva identidad es capaz de materializar lo que sueña. Porque esta nueva identidad está en sintonía con la Divinidad que eres. Expándete, entrega, sé la protagonista de tu vida. Y cuando vuelva el miedo, respíralo y dile: “¡Cambia! Ya sé que puedo vivir de otra manera” y luego baila.

Esta semana encarnarás todo lo aprendido.

Resultado: Una Luz caminando, bailando, accionando, y transformando el mundo.

También **te invito** a cerrar tus ojos y a agradecer este camino, este proceso.

Toma tu cuaderno de notas y reflexiona:

¿Qué ha significado este proceso para mí?
¿Cómo llegué y cómo me voy después de estos 2 meses?
¿Cuáles han sido mis tres mayores aprendizajes?
¿Cómo viviré mi vida a partir de hoy?
¿Qué diría a otras mujeres sobre este proceso y por qué lo recomendaría?

Te agradecería mucho si puedes compartir conmigo la respuesta a estas preguntas. Tu testimonio es muy importante para mí y para otras mujeres. Puedes entregármelo en formato escrito o vídeo.

“Y recuerda que es posible para ti vivir esta vida como la reina que eres”