



La ruta
mamá esencial

Cuota
en la Ruta

Cicialli
EMPOWERING FAMILIES

Cuota en la Ruta

Parada 1

En la Ruta hay algunos precios que pagar, lo harás con entusiasmo y amor, de esa manera encontrarás la inspiración para tu trabajo diario.

Esta semana trabaja en lo siguiente:

Crecimiento Constante

Toda la semana, al inicio de cada día, pregúntate :

- 1.** ¿Cómo puedo aplicar HOY lo que aprendí de mí ayer?
Quizá te diste cuenta que no te sientes bien con la cantidad de tiempo que pasaste en los electrónicos ayer. ¿Qué pequeñas ajustes puedes hacer este día para que hoy sea diferente?
- 2.** Decide hacer algo cada día esta semana que te estire espiritualmente (Entra de lleno a la Zona de oportunidad)
Toma pequeños riesgos, intenta cosas nuevas (una comida, una lectura, un deporte o una forma de ser), rompe uno de esos patrones conocidos en donde te sorprendes haciendo lo de siempre. Salte un poco de tu zona cómoda para que puedas ver cómo creces y floreces.
- 3.** Comprométete a compararte sólo con otras versiones de tí.
Compararte con otras personas es una práctica de tortura que no trae luz a tu vida. Tú sólo puedes ser tú en el justo punto de tu vida donde estás. Aprecia tu movimiento constante en espiral, que aunque a veces no te parece suficientemente espectacular, te tiene aquí justo en este momento. No tienes que convertirte en nadie diferente ni ser ninguna otra versión de tí misma. Tu camino es saber vivir en la energía del amor y aceptar que el la meta es el camino mismo. (Recuerda el video 4 cuando hablamos del poder las Mentoras y Maestras).

4. Para usar la fuerza de la inspiración de otras mujeres asegúrate de hacer lo siguiente esta semana:

- Nombra a mujeres que te inspiren.
- Escribe las cualidades que ves en ellas.
- Escribe lo que ves que hacen (acciones).
- Toma toda esa inspiración y emocionate por ser valiente en reconocer la grandeza en otra mujer.
- Ahora... lleva esa inspiración a tu semana y haz al menos una cosa de lo que necesitas hacer para conectar con esa cualidad que viste en tu Mentora.

DISFRUTA EL PROCESO DE RECONOCER TU PROPIA GRANDEZA

Para cerrar, lee este poderoso texto de una grandiosa escritora e investigadora. Dale espacio a la reflexión para que esta semana encuentres la fuerza para hacer tu trabajo de luz.

“He visto a mujeres insistir en limpiar todo en la casa antes de que pudieran sentarse a escribir ... y saben, que es algo curioso acerca de la limpieza de la casa ... nunca llega a su fin. Es la manera perfecta para detener a una mujer. Una mujer debe tener cuidado de no permitir que la responsabilidad excesiva le robe los descansos creativos, la inspiración y éxtasis necesarios. Simplemente debe poner el pie abajo y decir no a la mitad de lo que cree que "debería" estar haciendo. El arte no debe crearse solo en momentos robados a la vida"

Clarissa Pinkola Estés.