



## PRÁCTICA DE PODER “EMPODERADA IRRADIO DESDE LA ABUNDANCIA”

Mujer radiante, vas a tener la oportunidad para experimentar este recibir en abundancia. Vas a observar, a deleitarte, a experimentar cómo de la misma manera si observas la gratitud, puedes irradiarla.

Te invito a que tomes una profunda respiración, llena por completo tu cuerpo de toda la energía, del oxígeno y la luz que necesitas; visualizas en frente de ti, ese espacio sagrado de tu círculo de poder y llénalos con tus manos de la energía del amor, de la gratitud y de la abundancia; visualizas el color de estas energías, délitate y cuando estés lista das un paso adelante y entras por completo allí.

Lleva tu atención hacia tu cuerpo y siente cómo todo este amor te rodea por completo, cómo esta gratitud se filtra por cada uno de los poros de tu piel y cómo esta abundancia comienza a fluir de arriba hacia abajo, de abajo hacia arriba y se extiende a cada una de las células de tu cuerpo.

En presencia de estas energías creativas de la vida, sientes cómo fluyes en el río de la abundancia; llevas las manos a tu centro de energía número 1 y experimentas esta sensación radical de estar viva y sientes gratitud por ti misma, por la relación que en este momento estás cultivando contigo, por la persona que sientas que eres, por la contribución que quieres hacer en el mundo, por el amor que tienes para dar , por la gratitud que tienes para contigo misma.

Te sientes llena, plena, te sientes totalmente colmada de esta energía de gratitud, eres una mujer bella, radiante, poderosa; te das permiso para sentir cada de estas palabras, te das permiso para dar gracias por tu cuerpo, por la energía que te habita, por la experiencia que estás viviendo como Tu Nueva Yo.



Con una nueva respiración, te permites moverte de una manera profunda hacia tu segundo centro de energía, el poder de tu corazón; llevas las manos y sientes cómo este corazón te pertenece, cómo tu sabiduría te habla, cómo su gratitud se extiende.

Habitas una energía radiante y una vez te das permiso de sentir de manera poderosa y completa la energía de tus emociones, la luz que ahora tienes dentro de ti porque sabes que puedes vivir, experimentar y elegir cada una de tus súper emociones. Con una nueva respiración, te permites llegar a tu centro de energía número 3, el lenguaje de tu mente y te das cuenta que nuevos pensamientos, nuevas verdades están floreciendo como semillas en un jardín en primavera.

Y sientes cómo todos tus centros de energía alineados, una vez más, te llenan de esa energía radiante, de gratitud; sientes ese campo energético que se extiende por todo tu cuerpo, sientes cómo esta luz llena por completo tu círculo de poder. Te pones de pie y te das cuenta cómo al estirar tus brazos puedes extender este círculo energético de gratitud y de abundancia; te imaginas que sales de este círculo de poder y comienzas a caminar por el mundo extendiendo esta energía de abundancia.

Todo cuanto ves y agradeces en gratitud, comienza a ser parte de esa riqueza de Tu Nueva Yo; esa energía interna comienza a extenderse a tu mundo externo y con cada uno de tus pasos estás expresando al mundo tu abundancia, tu gratitud. Te imaginas caminando por esos lugares favoritos; observas el mundo, ocupas tu lugar, extiendes tu energía, te haces visible con esta energía de gratitud y de abundancia.

Te permites sentir el placer de esa experiencia, te permites ver diferentes áreas de tu vida y cómo vas tú caminando, avistando por completo a Tu Nueva Yo; no necesitamos la aprobación de nadie, no necesitamos complacer a nadie, solamente extendiendo esta energía de abundancia y te vas a imaginar esta semana, este mes, caminando en diferentes lugares del mundo, en diferentes momentos de tu vida extendiendo esa energía esencial de tu ser, haciéndote visible, sintiéndote orgullosa de ti



misma y extendiendo tu energía de maneras profundas, sagradas y poderosas.

Con cada respiración, sientes cómo la energía que se pone en movimiento se extiende y vuelve a ti; estás en el espiral positivo de Tu Nueva Yo. Respiras profundamente, sintiéndote completamente energizada, visualizas momentos de tu vida ideal que estás habitando en tiempo presente con ojos de gratitud, observando y expresando esa energía de abundancia.

Con una nueva respiración, te permites volver a la habitación donde estás, a tu círculo de poder que ahora sabes que te va a llevar allí a donde tu quieres estar; sientes una vez más esta energía increíble que hace a tu cuerpo radiante, magnético e increíblemente hermoso. Esta es la energía que puedes crear cada vez que lo precises.

Respiras una vez más, sientes la alineación de tus centros de poder, llevas las manos a tu corazón, integras esta experiencia y cuando esté bien para tí abres los ojos.