



PRÁCTICA DE PODER “REPLAY”

Ahora estás lista para tu práctica de poder Replay.

Mujer radiante visualizas en frente de tí tu círculo de poder, ese lugar con una energía radiante, sagrada y única donde la diosa que existe en tí cubre todo su poder. Te permites llenarlo de amor, de todo el amor que tienes para dar, que tienes para darte a tí, a la vida, al universo; y cuando estés lista entras por completo en él, llevas tu atención a las sensaciones del cuerpo.

Con cada una de las respiraciones te das cuenta cómo comienzas a extender amor, apreciación, reconocimiento hacia ti misma. Te tomas un momento para darte las gracias por el maravilloso trabajo que has estado haciendo en la transformación de Tu Nueva Yo.

Por todos los permisos que te has estado dando, para crear esa nueva versión de tí misma y con cada respiración sientes cómo vas liberando cada vez más esa energía de gratitud, de amor, de libertad. Y vas llenando todos los lugares dentro de tí, creyendo que cada una de las células comience a vibrar con esa energía radiante y luminosa; te vas a permitir hacer una práctica para recrear recuerdos, de manera que estés en armonía con las nuevas oportunidades que el universo tiene para tí.

Vas a permitirte traer a tu memoria algún recuerdo sencillo, no vas a empezar por el más significativo; vas a ir construyendo músculo con esta técnica de manera que te permitas ir creando esa capacidad de volver a visualizar, de volver a crear, de volver a soñar; todos esos recuerdos que quieres armonizar de cara a preparar tu respuesta para más grandes y mejores oportunidades, porque la vida, el universo conspiran siempre a tu favor.



Traes ahora ese recuerdo a tu memoria y te vas a permitir por un momento recrear lo que sucedió allí, vas a identificar cuáles fueron los hechos, cuál era tu estado de ánimo, cuál era tu energía, qué fue lo que ocurrió.

Ahora haces pausa en esa imagen y devuelves hasta un inicio otra vez esta película en tu imaginación, esta vez te vas a permitir reimaginarla, revisualizarla, recrearla de una manera diferente; vas a tener una intención de armonizar con lo que realmente es tu esencia, este recuerdo, y te vas a permitir elegir cuál es el estado de ánimo en el que tú vas a vivir esta experiencia.

Vas a traer una emoción, una energía que vaya en armonía con el resultado que quieres de esta experiencia y vas a agregar detalles que hagan vívida esta visión: un sonido, una voz, la intensidad del sol que se cuele por la ventana, un teléfono, cualquier detalle que le dé todavía más sensación de realidad y vas a permitirte volver a visualizar esta situación manteniendo esa intención sanadora, esa intención renovadora, esa nueva energía con la que quieres realmente crear; cómo te gustaría que fuera esta situación si alguna vez volviera a presentarse en el futuro.

Estás desde tu futura yo en conspiración con el universo y con la vida, recreando un nuevo escenario, te estás dando la oportunidad de volver a crear y durante el próximo minuto te vas a permitir recrear en detalle, sintiendo la emoción, la temperatura, la realidad, los detalles, las voces, el tacto, el olor de lo que está pasando.

Ahora que has hecho esto, te vas a permitir darte las gracias y vas a registrar las sensaciones que esta experiencia te ha dejado; vas a respirar profundamente y vas a sentir esta nueva gran verdad “la vida siempre me dará nuevas y mejores oportunidades para ir a mi siguiente nivel, para hacer mi más grande contribución, para servir con lo mejor de mí al mundo”.

Te llevas las manos al corazón e integras esta experiencia y cuando esté bien para tí puedes abrir los ojos.