



PRÁCTICA DE PODER “SINTIENDO LOS PROFUNDOS DESEOS DE MI ALMA”

Enfrente de ti, visualizas tu círculo de poder. Respiras todo el oxígeno del universo y permites que tu energía te habite por completo. El universo entero fluye a tu favor y - desde ahora mismo - eres ya una mujer COMPLETA, ENTERA Y VALIENTE.

Observas ese espacio sagrado que tienes enfrente, ese círculo de poder que con amor has creado, que es un lugar de abundancia, de apertura, de curiosidad. Ese espacio hoy va a contener el más precioso regalo para ti. Visualizas tu color favorito, llenas por completo ese tubo de luz con ella, incluyes un sonido que te encante y cuando esté preparado, das un paso y entras en él.

Estás por completo llena de energía, de esas infinitas posibilidades que tiene esta vida para ti. En este círculo, todo es posibilidad. Es como si fuera el jardín perfecto para florecer. Y tienes el agua, el sol, los nutrientes... todo cuanto necesitas para entregar tu luz.

Respiras por completo y activas ese centro de poder nº 1 que hemos localizado en el centro del estómago. Comienzas a sentirte por completo como la mujer que eres: una mujer brillante, descubridora, intuitiva, curiosa. Y desde ese centro comienzas a extender tu energía y te permites hacerte una pregunta.

Pones tu nombre y te preguntas a ti misma:

¿QUÉ ES AQUELLO QUE MÁS PROFUNDAMENTE DESEO EXPERIMENTAR EN ESTA VIDA?



Sigue la emoción, no pienses una respuesta. Escucha lo que tu alma lleva gritando qué es aquello que deseas experimentar.

¿Cómo te quieres sentir?:

¿Totalmente tú?

¿Sensual, divinamente radiante?

¿Apreciada, aceptada, maravillosamente agradecida?

Escucha mientras inhalas y exhalas.

Estos profundos deseos están en el centro de tu alma y comienzan a vibrar por todo tu cuerpo. Con cada respiración, estás llamándoles, estás atrayéndoles, estás permitiendo que tus más profundos deseos puedan encontrarte.

¿Qué es aquello que más profundamente deseo experimentar en mi vida?

Y con cada una de las preguntas, tus deseos comienzan a vibrar por cada célula de tu cuerpo. Y permite que tu boca exprese qué es aquello que más deseas experimentar en tu vida.

Inhala y exhala.

Y experimenta esta sensación de placer que el deseo tiene para ti. Pon tu nombre y pregúntate una vez más:

¿QUÉ ES AQUELLO QUE MÁS DESEO EXPERIMENTAR EN MI VIDA?

Y Busca el sentimiento: **¿qué es aquello que más deseo experimentar en mi vida?**



¿Deseas sentirte expresando tu verdad?

¿Generosa, auténtica, valorada, alegre, en comunidad?

Toma una respiración y siente como cada una de las partes de tu cuerpo se nutre y vas escuchando todas las respuestas que van viniendo a ti desde lo más profundo de tu cuerpo, porque tu cuerpo ya ha entendido que estás preparada, abierta, que deseas profundamente, que estás diciendo **SÍ** a tú nueva yo, sin filtro, sin censura, sin juicio.

¿Qué es aquello que más deseo experimentar en mi vida? Y repite tu nombre.

Y ahora, poniendo tus manos en ese centro donde te conectas con el alma, pregúntate **¿cómo deseo sentir mi vida?**

Y **escucha** cómo esos profundos mensajes vienen a tu encuentro, deja que vibren, deja que sus impulsos llenen por completo el cuerpo, que te sientas viva en cada parte, en cada poro. Que esta vibración sea tu alma que te está diciendo **SÍ**.

Siéntete inmersa en ese disfrute de conectar con toda esa fuerza maravillosa, con todos esos potenciales que están a punto de surgir dentro de ti.

Y permítete que en cada parte de tu cuerpo esté esa voz que habla. **No es momento de preguntarte cómo lo vas a conseguir o qué vas a hacer para llegar allí.** *Estamos en el instante poderoso en el que el alma que habla de lo que necesita, de lo que deseas, de lo que sientes, se está expresando.* **Disfruta esta sensación de gozo, de conexión.**

Permítete dar la bienvenida a todos esos deseos que están uno detrás del otro, habitando tu cuerpo por completo como burbujas refrescantes.

Y activada como estás dentro de tu círculo, vas a decirte:

SÍ, repite tu nombre.



Estoy preparada para escuchar.

Para sentir.

Para habitar, los más profundos deseos de mi alma.

Estoy aquí para mí.

Estoy comprometida.

Estoy determinada a escuchar esta energía y todas las formas que tiene esta grandeza dentro de tí.

Estoy en contacto con mi ser.

En comunión con la vida.

Estoy contribuyendo al mundo, dando y encontrando lo mejor que hay en mí.

Y siente como toda esa energía empieza a circular como ríos de dicha por tu cuerpo.

Siente confianza en tu habilidad para crear la vida que has venido a crear.

En este momento no importa que sepas cómo lo vas a hacer, no es necesario.

Lo que es importante es conectar con la vida que hay dentro de ti y que hoy se manifiesta en estos deseos que por fin hoy estás escuchando.

Ese poder que está dentro de ti y tú, curiosamente, te estás permitiendo abrir tus oídos a tu interior, tus ojos a tu interior, tus sentidos a tu interior.

Permítete sentirte extraordinaria, osada, enraizada, maravillosa, centrada, en florecimiento, asertiva, espontánea.

Busca en el corazón de cada uno de estos deseos



¿Cómo te quieres sentir?

¿Qué es aquello que quieres experimentar en tu vida?

¿Qué es aquello que quieres manifestar?

Escucha por completo todo lo que está pasando dentro de ti. Permítete por completo.

Repite tu nombre y di:

Sí, acepto vivir mi más alta posibilidad, la mayor de mis realizaciones, habitando por completo el poder de mi verdadera identidad.

Acepto vivir la consciencia de saber que soy una poderosa creadora.

La felicidad de sentir que soy el tesoro que siempre soñé.

La claridad que estoy emergiendo a la luz como la mujer radiante que he venido a ser.

La fuerza de saber que yo soy una mujer amada por el universo, por la vida, por la divina inteligencia y que tengo la habilidad de hacer mi vida maravillosa.

Lleva las manos a tu corazón y con ese poder que tienes de escuchar de manera curiosa, siente todo lo que está pasando dentro de ti. Permítete integrar esta experiencia dentro de ti, dentro de tu Nueva Yo.