

Sesión 1 Nombre de tu vehículo

Antes de bajar al
cuerpo 1

Pon aquí tu nombre:_____

¡Bienvenida a la Tierra alma bella! ¡Bienvenida a tu cuerpo! Tu cuerpo es la Tierra, es el universo que vas a habitar en esta experiencia terrenal que comenzó en el momento en que elegiste bajar a este vehículo humano que habitas. Cuando en el plano del cual procedes gritaron "¿quién quiere bajar al planeta Tierra justo en este momento de su historia de la humanidad para liarla parda de Amuj y crear el Nuevo Mundo?", ¿sabes quién levantó la mano con todas sus ganas e ilusión? Tú, el alma que habita tu cuerpo.

Respiración Consciente: la base de esta experiencia

Si creías que no te iba a repetir una y otra vez en este segundo viaje, la importancia de la respiración consciente, la importancia de vivir en presencia desde el centro de tu corazón, es que no has captado aún para qué has venido a vivir esta experiencia.

Y como el ser humano que habitas tira siempre de lo antiguo, de lo automático, aquí estoy yo para recordarte, de nuevo, que respire en tu pechote, cada segundo que te acuerdes. Ya sabes que los segundos que se acumulan no se pierden, y tú ya llevas unos cuantos. Así que continuamos con ello. A respirar se ha dicho, para que sigan PASANDO COSAS.

En tu día a día, de por vida

- Respira conscientemente: acumula segundos de presencia
- FRASE ACTIVADORA DE LA PRESENCIA a repetir cada vez que lo recuerdes durante el día o la noche:

Elijo estar aquí y ahora

Hablo con mis células: buenos días, buenas noches...

Cada noche habla con tu cuerpo antes de irte a la cama, como si se lo direjas a otra persona: "Vamos a la cama, vamos a descansar". Recuerda que eres un alma y habitas un cuerpo y tú como alma le hablas a tu cuerpo.

Aprovecha hasta dormirte observando el movimiento de tu pecho al respirar. No te reproches si te vas con tus pensamientos, y si lo haces, observa eso como otro pensamiento más y vuelve a tu respiración.

Al despertar y antes de levantarte de la cama observa tu respiración de manera consciente como ya sabes y dile a tu cuerpo: "Respira la luz que soy"

Sesión 1

Antes de bajar al
cuerpo 2

Aquí encontrarás cuatro mensajes de mi guía molón canalizados por mí especialmente para este programa. Lee y escucha uno cada semana del mes con mucha presencia y realiza el ejercicio de integración.

Mensaje 1 - Eres creador de tu realidad

Buenos días pequeño sol

Recuerda la simplicidad de tu existencia

Respirar conscientemente es tu único objetivo si realmente deseas vivir en el Nuevo Mundo. Un mundo regido por el amor, la compasión, la creación y la paz.

Eres creador de tu realidad

Con cada segundo de presencia estás eligiendo transformarte, dejar atrás aquello que ya no te sirve
Es aquello que llamamos el Viejo Mundo.

Aún no puedes recordar qué elegiste antes de bajar a la Tierra, porque es uno de los requisitos de la experiencia terrenal, olvidar.

Recordar será tu propósito mayor, recordar que eres luz, que eres sonido, que eres vibración.

Este cuerpo que habitas te ha separado temporalmente de lo que realmente eres, pero te puedo asegurar que tu cuerpo está preparado para elevar su frecuencia y así alinearse con la verdadera maestría que habita su interior: tú en esencia

Cada segundo que respiras conscientemente te estarás dando la oportunidad de recordar. Y cada vez que recuerdas estás accediendo a una fuente de sabiduría y amor inagotable.

Has elegido esta experiencia, sí la has elegido

Has elegido el cuerpo que habitas, sí lo has elegido

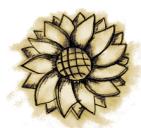
Ahora que has elegido despertar, porque recuerda que es una elección, podrás acumular segundos de presencia hasta encarnar en cada una de las células de tu cuerpo, el amor que eres.

El ser humano que has elegido puede vivir sin ti. De hecho lo ha logrado durante un tiempo. Te ha estado llamando a través de mensajes, susurros, incluso gritos porque anhelaba tu calor, tu luz.

Y ahora que has despertado, tu presencia ya no puede faltarle, porque tu cuerpo sabe que este amor que tú le otorgas puede cambiar su realidad.

Es hora de tomar la responsabilidad, de recordar lo que verdaderamente eres, y de valorar tus esfuerzos de presencia que transforman tu mundo interior, pero también a toda la humanidad.

Ahora respira conscientemente.



Sesión 1 Mensaje 2 - Tu corazón es la puerta energética al Todo

Antes de bajar al
cuerpo 3

Buenos días alma bella

Baja a tu corazón

Siente cómo respira tu cuerpo físico a la altura de corazón

No se trata solo de un órgano vital que te mantiene vivo. Es una puerta energética a la otra dimensión, a la información veraz que te ayuda a recordar la verdad de lo que eres

Es la puerta energética que te conecta directamente con la Fuente creadora de lo que eres, de lo que somos

Cuando respiras conscientemente abres esa puerta, accedes sin limitaciones a la grandeza de la vida

El cuerpo físico de un ser humano está creado de manera tan perfecta que sus células son conexiones directas con aquello que no podemos ver con los sentidos

El corazón, como órgano vital late y bombea precisamente para hacer vibrar a todas las células de tu cuerpo con la intención de que viajen más allá de lo material

Todo está perfectamente diseñado por la matriz divina que nos ha gestado para que la experiencia de un alma en un cuerpo humano se convierta en la mayor historia de amor jamás contada

Respira pequeño sol, porque el corazón del cuerpo que habitas activa su inteligencia cósmica cuando impones tu presencia, tu luz a través de cada segundo de respiración consciente acumulado

Tu corazón energético, ese que envuelve tu materia a la altura de tu pecho, es la puerta a la mayor biblioteca de sabiduría y amor a la que puedas acceder Ahí está todo, absolutamente todo

Eres luz, eres vibración, eres sonido

Ya tienes la puerta a tu alcance

Te hemos dado la llave

¿A qué esperas para entrar y descubrir todo tu poder, y toda la alianza que está ahí para ayudarte y sostenerte en este camino?

Tu corazón es la puerta

Tu respiración es la llave

Tú eliges

Te amo. Te amamos.

Sesión 1 Mensaje 3 - Tus desafíos, tus retos como alma van tomando forma

Antes de bajar al cuerpo 4

Buenos días pequeño sol

Cuando eliges bajar a la Tierra eliges que deseas seguir evolucionando

Tus desafíos, tus retos van tomando forma según vas escuchando los mensajes y las señales que te invitan al despertar

Tu mayor reto es encarnar el amor que eres en cada una de las células que habitas.

La experiencia terrenal es una de las mayores aventuras que un alma como tú puede experimentar

*¿Por qué la Tierra y no otro planeta?
Tú lo has elegido*

En este inmenso escenario creado por infinitud de seres y habitado por la luz, el sonido y la vibración con diferentes formas, se da una gran escuela donde el alma que eres podrá sentir a través del cuerpo humano que habitas una experiencia imposible de vivenciar en el plano de donde procedes

Es literalmente un viaje donde conocerás los límites de la materia densa, las limitaciones del ser humano, los programas a los que está sometida la humanidad

Y tendrás la posibilidad de liberar a tu vehículo de todas sus creencias y de estos límites impuestos para que este ser vivo y perfectamente diseñado que habitas, pueda saborear tu luz, tu libertad, tu amor

Esto no será pan comido, pero será la mayor historia de amor que vivirás

Una unión cósmica en la que ambos seres os unís con vuestros propios desafíos con la intención de transformar la materia y crear una Nueva Humanidad.

Mantente centrada en tu corazón

Imponer tu presencia a la materia que habitas será clave para que esta experiencia de despertar se dé desde el amor más puro e incondicional

Respira y verás.

Sesión 1 Mensaje 4 - Tu guía: "¿Por qué yo y no otra alma?"

Antes de bajar al
cuerpo 5

Buenos días pequeño sol

Elegir a tu guía personal, a mí, es una tarea a realizar justo antes de bajar a la Tierra.

¿Por qué a mí y no a otra alma?

Por nuestra similitud en evolución, en carácter. Sí, las almas tenemos carácter y cualidades propias

Poder entender tu trayectoria en la experiencia que estás viviendo en el cuerpo que habitas es fundamental para poder acompañarte

Somos almas afines

En esta ocasión no encarno para poder estar a tu lado incondicionalmente sin los límites de la materia, para ayudarte a conectar con la fuente de donde provenimos.

Para ayudarte a caminar por el camino más corto

Elegir a tu guía es la prueba de que somos amor, de que no estamos solos en esta aventura terrestre

Brilla pequeño sol, cuando camines por la calle, observa a tus hermanos de luz, y pon conciencia en que cada uno de ellos va acompañado de su guía.

Esto te da una perspectiva muy amplia de que esta experiencia terrenal no va a ser coser y cantar. Necesitamos ayuda para recorrerla. Y para eso estamos aquí, nosotros, vuestros guías personales.

En otra ocasión lo fuiste tú y lo volverás a ser

Porque de esta manera ayudamos a evolucionar al conjunto de la alianza cósmica, tanto humanos como el resto de seres que caminan en este universo con un único objetivo: expandir el amor, la luz, la eternidad

Amaestrar a la materia es tu reto principal: liberarla, hacerle ver que existe otra forma de vivir

Y aquí estoy yo, para acompañarte en este gran propósito

Eres valiente por elegir liberar a la humanidad justo en este momento de la historia del Planeta Tierra

Y no estás sola. Aquí estoy contigo, siempre. A tu lado. Incondicionalmente

Somos muchos más

Somos luz. Somos amor.

Sesión 1 Ejercicios de integración

Antes de bajar al cuerpo 6

Te invito a anotar tus dudas y preguntas que surjan de estos ejercicios para compartirlas en el siguiente encuentro.

- ¿Qué me hace sentir embarcarme en esta nueva experiencia donde continuar comprendiendo qué soy, qué hago aquí, qué sentido tiene esto de vivir?

TE RECOMIENTO ESCUCHAR LOS AUDIOS DE LOS MENSAJES EN EL ESPACIO PRIVADO Y RELLENAR ONLINE LOS FORMULARIOS QUE LO ACOMPAÑAN. ADEMÁS DE HACER ESTOS EJERCICIOS A MODO DE REFLEXIÓN. RECUERDA QUE ESCRIBIR AYUDA A BAJAR AL CUERPO, A INTEGRAR.

- MENSAJE 1: Eres creador de tu realidad
 - Anota qué palabras o frases te han tocado de alguna manera y escribe qué has sentido al leerlas.
 - ¿Qué sientes al saber que tú elegiste bajar a la Tierra? ¿Qué entiendes por esto?
 - "El ser humano que has elegido puede vivir sin ti": ¿Qué sientes con este mensaje?
- MENSAJE 2: Tu corazón es la puerta energética al Todo
 - Anota qué palabras o frases te han tocado de alguna manera y escribe qué has sentido al leerlas.
 - "El corazón del cuerpo que habitas activa su inteligencia cósmica cuando impones tu presencia": ¿Qué sientes con estas palabras? ¿En qué te ayudan?
- MENSAJE 3: Tus desafíos, tus retos como alma van tomando forma
 - Anota qué palabras o frases te han tocado de alguna manera y escribe qué has sentido al leerlas.
 - "Tus desafíos, tus retos van tomando forma según vas escuchando los mensajes y las señales que te invitan al despertar": ¿Qué sientes al leer esto?
- MENSAJE 4: Tu guía: "¿Por qué yo y no otra alma?"
 - Anota qué palabras o frases te han tocado de alguna manera y escribe qué has sentido al leerlas.
 - "Sí, las almas tenemos carácter y cualidades propias": ¿Qué sientes con este mensaje?
 - "Eres valiente por elegir liberar a la humanidad justo en este momento de la historia del Planeta Tierra": ¿En qué te ayuda leer esto?

Sesión 1 Antes del bajar al cuerpo

Antes de bajar al
cuerpo 7

ELIGES BAJAR A LA TIERRA, A TU CUERPO:

- Tierra - Cuerpo: ¿Qué similitud sientes que hay entre estos dos conceptos?

FAMILIA DE ALMAS Y FAMILIA BIOLÓGICA: Tendrás un vídeo donde hablaré un poco más sobre esto. Recuerda que la información está al acceso de todas las almas que somos, y que parando a respirar puedes canalizar información sobre cualquier tema. No tengas miedo en escribir sobre estos conceptos.

- ¿Qué diferencia sientes que existe entre familia de almas y familia biológica?
- Nombra a alguien de tu familia biológica que no sientes como familia, y alguien que no pertenezca a tu familia biológica y sientas esa cercanía de "hogar"
- ¿Qué sientes al hacer este ejercicio?

ELECCIÓN DE FAMILIA BIOLÓGICA Y CÓDIGOS GENÉTICOS: Es el momento de que te hagas responsable de tu elección de bajar a la tierra. Juega, diviértete y comparte a través de estas cuestiones:

- ¿Qué códigos genéticos elegiste de tu familia biológica antes de nacer en este cuerpo que habitas?
- ¿Por qué sientes que elegiste a tu familia biológica actual?

ELECCIÓN DE TU GUÍA:

- ¿Qué cualidades afines sientes con tu guía?
- Si tuvieras que describir su "personalidad", ¿cómo sería?
- ¿En qué te ayuda en este viaje?

EL CORAZÓN ENERGÉTICO:

- ¿Qué diferencia sientes que hay entre el corazón que tú conoces y el corazón energético?
- ¿Cuál es la llave para acceder por esta puerta?
- ¿A dónde accedes?

NUESTRA LLAVE MAESTRA, LA BASE DEL DESPERTAR, LA BASE DE VIVIR CONSCIENTE

- Recuerda y anota:
 - ¿Qué es la presencia?
 - ¿Qué es la frecuencia?

Nos vemos en la próxima parada