



Alineados con el presente

1. Revisa tu toma de tierra, si no estamos bien enraizados un porcentaje alto de nuestra energía no se encuentra conectados con el cuerpo y por tanto no se encuentra en el cuerpo y nos costará mucho materializar.
2. Comprueba que tus pensamientos, emociones, palabras y acciones están alineados, pues sólo si todas nuestras partes reman en la misma dirección podremos movernos.
3. Observa tu cuerpo y las zonas reflejas de tus chakras (Si no tienes la lámina explicativa suscríbete a nuestra newsletter y te la mandamos de regalo), comprueba las zonas dónde fluya menos la energía y ponlas atención para conseguir el equilibrio.
4. Practica la coherencia, observa si vives en resonancia con tus valores o te has olvidado de alguno en la practica que te está reclamando atención de una manera o de otra.
5. Recupera el poder, nada fuera de ti puede dañarte, ni nada fuera de ti puede sanarte porque no existe nada fuera de ti, así que asegurate, de no culpar a nadie de nada de lo que te pasa ni dar el poder de tomar decisiones por ti a nadie por muy maravilloso que sea.
6. El presente es un regalo, asegurate de disfrutarlo sin permitir que el veneno de lo que te ha ocurrido en el pasado, se inyecte en tu presente, ni la ansiedad por el futuro te impida disfrutarlo.
7. Toma conciencia de que te estás nutriendo no olvides nunca que dónde está nuestra atención está nuestra energía.