

Ritual de luna Nueva



Photo by: George Wolfe Plank

Elementos

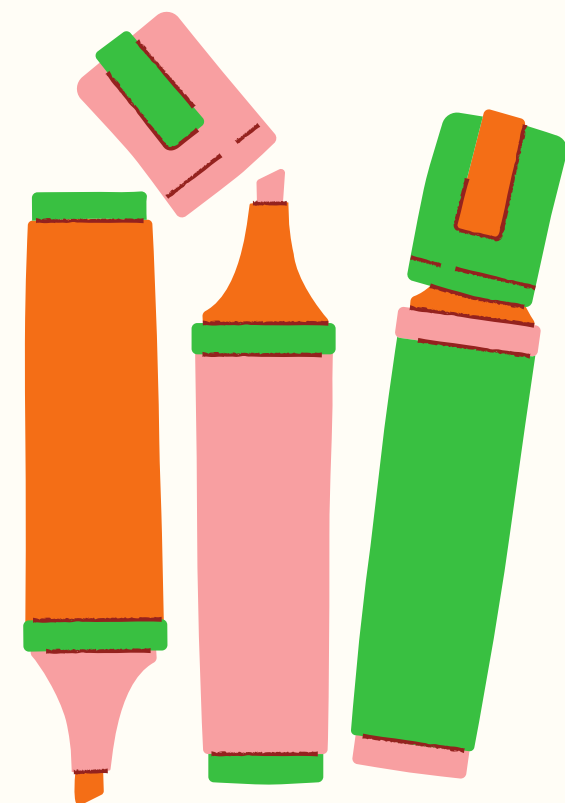
Estos son los elementos que necesitarás para el ritual:



5 sticky notes de colores



Vela



Marcadores

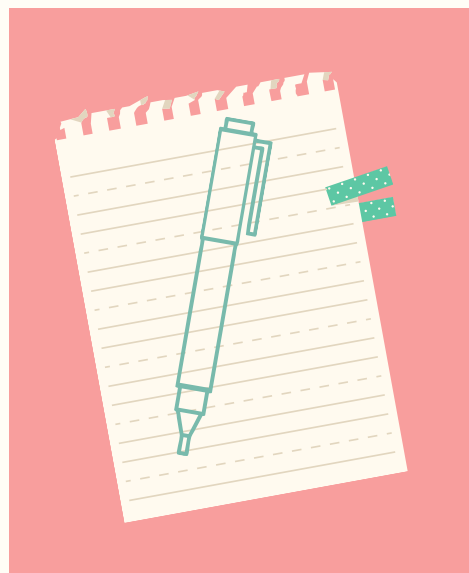


Stickers e imágenes

Instrucciones

Busca un lugar tranquilo.

Puedes prender una vela, poner música relajante y prender tu difusor de aceites esenciales. (Con el objetivo de estimular todos tus sentidos y entrar en conexión contigo mismo.)





En un papel responde las siguientes preguntas:

¿Qué fue lo más difícil del 2020 y qué recursos usé para enfrentarlo?

¿Cuáles fueron los aprendizajes que me dejaron las experiencias del 2020?

¿Qué deseo dejar hoy que ya no me es útil para mi vida?

Al finalizar puedes elegir una de estas tres opciones:

1. Quemar esta hoja 
2. Romperla en pequeños pedazos y lanzarlos por tu ventana 
3. Romperla en pequeños pedazos y lanzarlos en la taza de tu baño y soltar el agua.



Luego toma los 5 papeles de colores.



Escribe en cada uno, una meta, propósito o sueño que quieras realizar en el 2021.

Cuando los escribas, asegúrate de que sean en forma de afirmaciones. Es decir, en vez de que digas “yo quiero tener salud”, debes decir “yo tengo una buena salud”.

Una vez los vayas escribiendo y los vayas pegando junto a los stickers e imagenes; potencializa tus intenciones imaginándote cómo te vas a sentir cuando vivas o tengas lo que deseas.



Cuando las termines, asegúrate de dejarlas en un lugar visible para que las puedas estar recordando en todo momento.

Mantras

Para darle más fuerza a lo que deseas: Imprime y repite estos mantras todos los días cuando pienses en los sueños que has manifestado.

YO SÍ PUEDO

YO TENGO UN
POTENCIAL INFINITO

**YO ME LO MEREZCO
TODO**

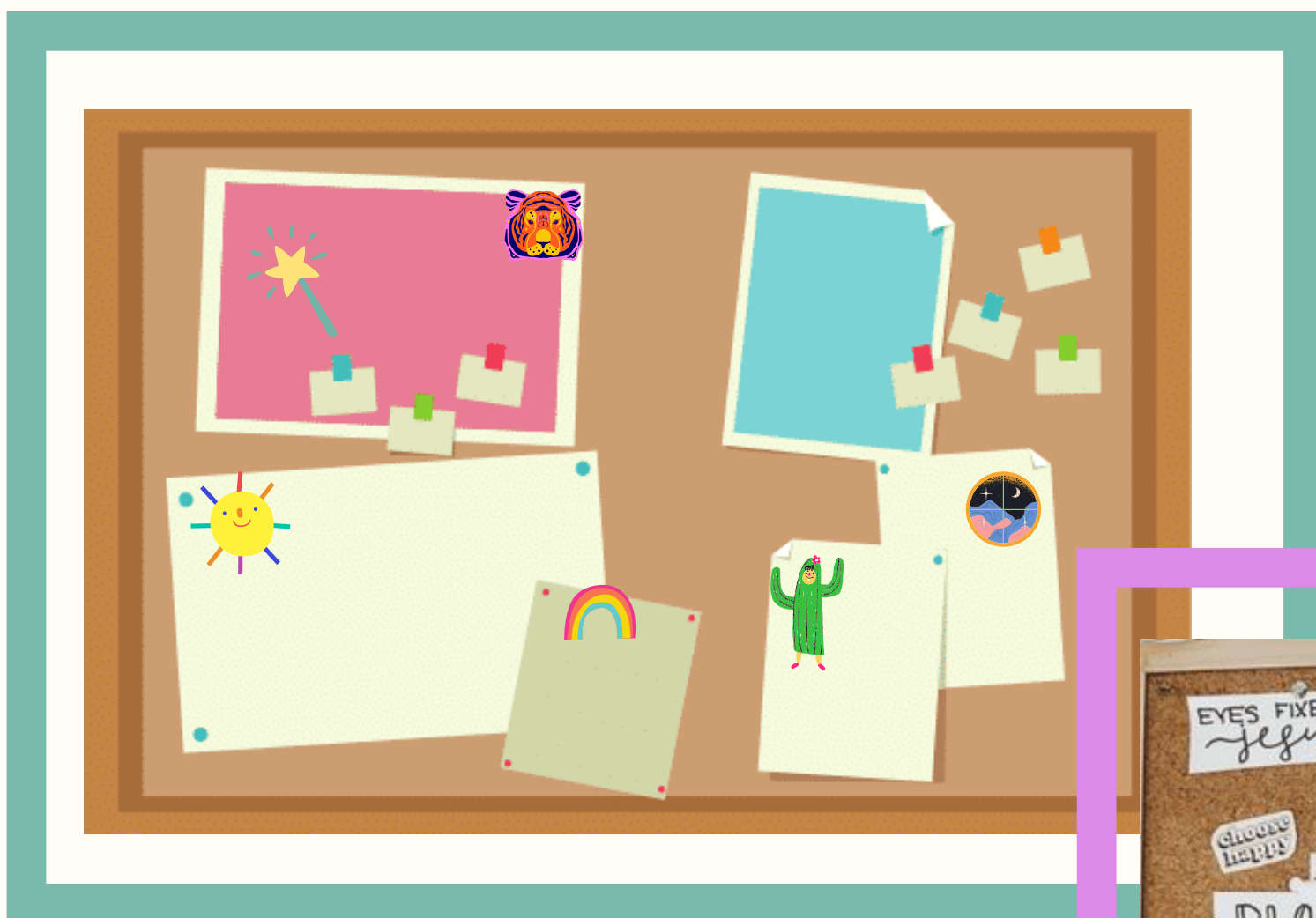
Soy una persona prospera

MEREZCO UNA VIDA
ABUNDANTE

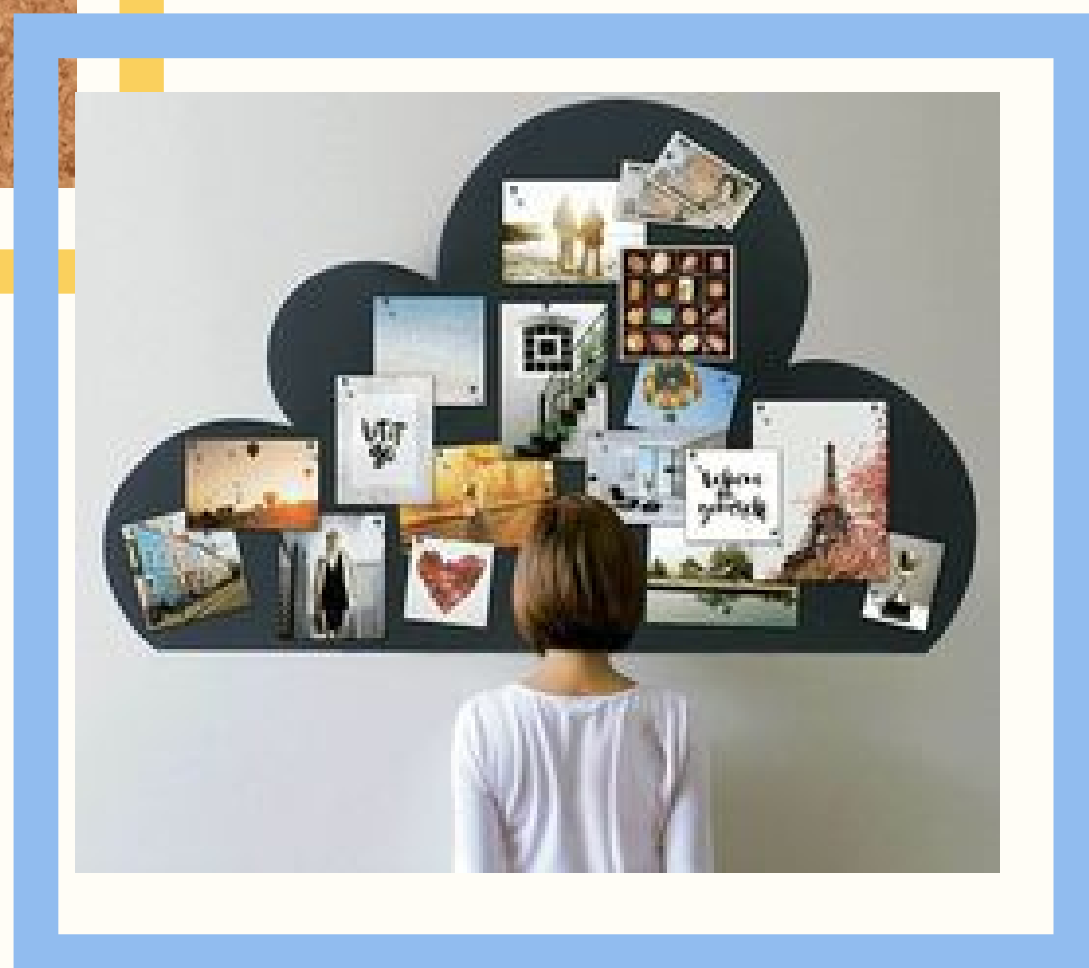
Ginger 
SADHANA

Ginger 
SADHANA

La Idea es que te quede algo parecido a esto:



Imágenes que te inspiren



Pegarlos en un lugar visible

GRACIAS

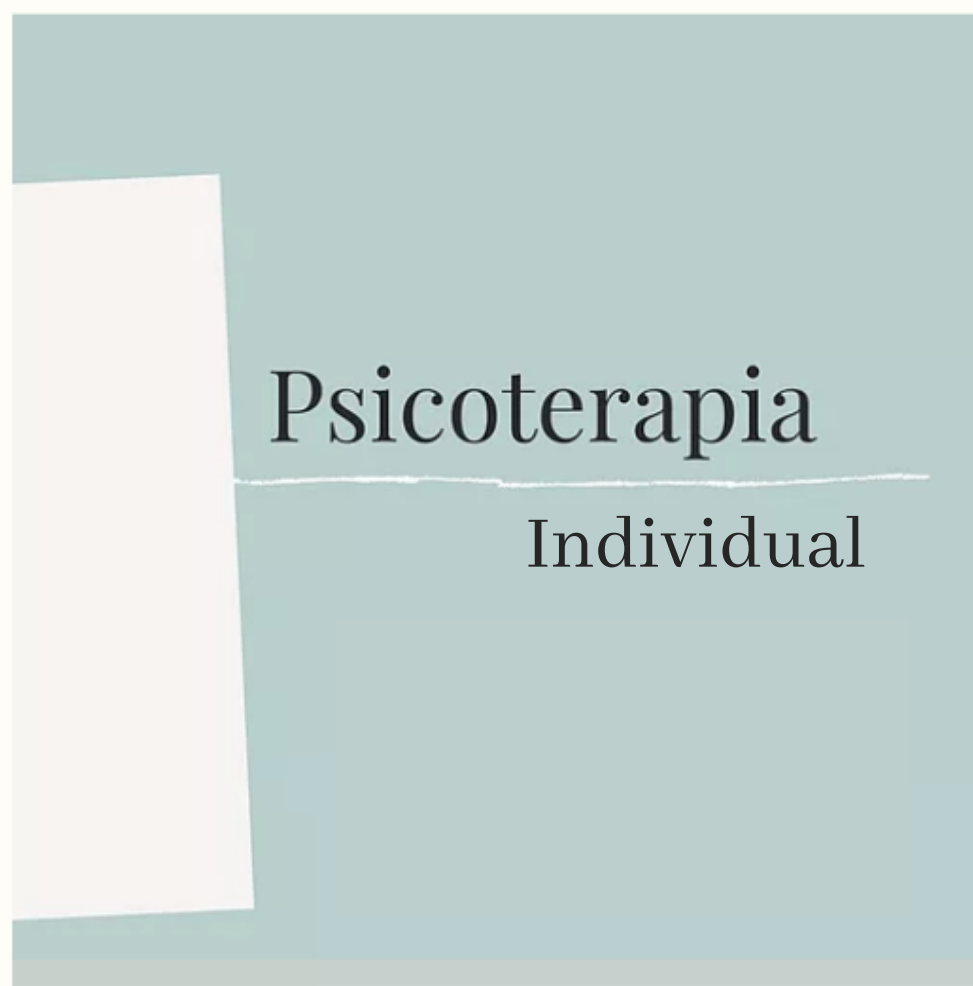
Por permitirme hacer parte de tu camino.

Ginger 
SADHANA



LINA MARÍA PIEDRAHÍTA ZULUAGA

Psicóloga & Life Coach



Psicoterapia
Individual





TALLER DE
PROPÓSITOS
PARA EL 2021


ACTIVA TU PODER DE MANIFESTACIÓN



Clases de Astrología

ASTRO
GINGER
SADHANA

 Whatsapp: +57 4428108
 gingersadhana@gmail.com

 @gingersadhana
 gingersadhana

 www.gingersadhana.com

Ginger 
SADHANA