



8ª Edición Especial Abundancia.

“Reinvéntate desde tu Esencia”

Te acompaño a reconectar con tu esencia y emprender un nuevo camino cumpliendo con tu misión de vida.

¿Te gustaría equilibrar e integrar todas las áreas de tu vida?

“VIVE Y SIENTE TU MISIÓN ESENCIAL CON ILUSIÓN, CONFIANZA, ABUNDANCIA Y DISFRUTE”

www.misionesencial.com

Antes de nada, mi recomendación:

Ten un cuaderno o libreta para llegar a cabo los ejercicios de éste entrenamiento.

MÓDULO 3:

Como mejorar y empezar a sanar tu relación con el dinero.

Nuestra propuesta para el día de hoy:

1.- Hacer una lista con todas las creencias que tengáis en relación al dinero.

Y al lado de cada creencia negativa escribid 3 positivas. Identificad de dónde vienen las creencias en relación al dinero para poder limpiarlas.

2.- Ejercicio/meditación del billete:

Coger el billete de dinero que tengáis más grande y ponerle en vuestras manos o encima de la mesa.

Y durante 5-10 minutos el tiempo que tengáis, observar el dinero y la energía que desprende.

Visualizar como ese dinero por sí solo no hace nada, eres tú, la intención y significado que le pones al dinero.

En este sentido puedes hacer una meditación, observa fijamente el billete, míralo como algo neutro, quítale tu significado, y describe lo que ves: un trozo de papel rectangular con una foto, un número y colores, nada más.

Como el dinero es **energía**, ahora vas a sentir su energía (lo invisible), piensa que la energía del dinero vibra alto (no el trozo de papel, si no la energía), y empieza a amar esa energía, di:

“Yo amo el dinero, y el dinero me ama a mí” (le hablamos a la energía), dile cosas bonitas, y si necesitas pedirle perdón por todo lo que le has rechazado, o despreciado en el pasado, hazlo!!! Puede que te emociones y llores de liberación.

3.-Miedos de tener mucho dinero/abundancia/éxito o prosperidad. Y Miedos de no tenerlo.

Algo muy importante que me dí cuenta para sanar mi relación con el dinero fue el tema de los miedos a tener mucho dinero, y una creencia limitante que salió fue: el miedo a las críticas, juicios de los demás si yo manifestaba mucho dinero, éxito, o prosperidad, me dí cuenta del patrón de “niña buena” que quería no destacar por que otros no me envidiaran o criticaran. Fuerte!!!

Entonces, te propongo que respondas a estas dos preguntas:

¿Qué miedos salen si manifiestas mucho dinero, éxito, prosperidad y abundancia en tu vida?

¿Qué miedos salen si no manifiestas dinero, éxito, prosperidad o abundancia en tu vida?.

4. Matriz del dinero.

Escribe 8 cosas que quieres manifestar en relación al dinero, éxito, prosperidad... Ponlo en presente.

6 de esas cosas son para ti, y 2 son para otros. Ejemplo:

Me siento agradecida de haber manifestado dinero de manera fácil y sin esfuerzo.

Me siento agradecida por haber pagado mi formación de coaching (o lo que sea)

Para otros:

Me siento agradecida de ver a mi hermano feliz por haber recibido un aumento en su sueldo.

Me siento feliz y agradecida de ver a mis padres abundantes y con dinero extra por haber vendido su casa.

Una vez tengas las respuestas por escrito, compártelas con el grupo de whatApp, por escrito o, más retador todavía, si quieres puedes compartir contus compañeras/os con un vídeo o audio (lo dejo a tu elección).

www.misionesenencial.com

Te invito a seguirme en mis redes sociales:

YouTube: <https://www.youtube.com/user/bienvenidamorote>

Instagram: <https://www.instagram.com/misionesenencial/>

Facebook: <https://www.facebook.com/coachymentora/>

¡¡Gracias por tu compromiso y participación!!

¡Disfruta del Ahora!

