

CONECTANDO CON EL ALMA

¿Qué es el alma?

El Alma es la energía que viene a vivir con TODO, a sentirse viva, a crear, a ser feliz. La personalidad decora el Alma, pueden ir juntas en armonía perfecta.

Sólo que a veces la personalidad representa un bloqueo para que el Alma brille al 100%.
¿Cuáles son? :

Miedo

Depresión

Resentimiento

Desidia

- El Alma siempre va querer experiencias de luz, amor y paz porque esta es su esencia, es quien es.
- De tal manera que cuando te encuentras en un momento decisivo en tu vida la mejor dirección es donde tu Alma te lleve.



CONECTANDO CON EL ALMA

¿Cómo se comunica el alma?

El alma se comunica a través de los impulsos, lo cual para conectarnos con nuestra alma nos ayuda a empezar a desarrollar nuestra clarividencia o los sentidos extrasensoriales.



Para comunicarnos con claridad con nuestra alma, el primer paso es el silencio, o sea, la capacidad de escuchar el amor dentro de nosotros.

La comunicación no se da sólo con los demás, sino también con uno mismo, con Dios y hasta con la naturaleza.



CONECTANDO CON EL ALMA

CONÉCTATE CON TU ALMA USANDO ESTOS 8 CONSEJOS:

1- PRACTICA LA GRATITUD

Si quieres experimentar la pureza de tu alma, incorporar gratitud en tu vida cotidiana te ayudará a abrir tu corazón y conectarte con tu verdadera esencia: el amor.



2- COME ALIMENTOS MÁS LIGEROS

En general, las frutas y verduras frescas, cereales y otros productos orgánicos te darán la mayoría de los nutrientes que necesita y te permitirán experimentar una conexión conmovedora más profunda.



3- MEDITA A MENUDO

La mejor manera de conocer el interior de tu alma es quedarte quieto/a y abrazar el silencio. Tu viniste de un lugar libre de quietud y tranquilidad, por lo que la meditación te permite conectarte de nuevo a la fuente y permanecer en silencio en un planeta lleno de todo tipo de distracciones.



CONECTANDO CON EL ALMA

4- ACEPTA TU PASADO

Cuanto más tiempo luches contra tu pasado, más tiempo lo arrastrarás. No importa quién te lastimó o lo que pasó, acéptalo como parte de tu viaje, perdona y sigue adelante.



5- HAZ LAS COSAS QUE AMAS

¡Una de las mejores maneras de conectarte con tu alma es hacer lo que realmente te hace feliz! Llena tus días con actividades que te den vida, haz lo que necesites para que cuando tu paso por la tierra termine, estés satisfecho de todo lo que has vivido.



6- RECONOCE TU UNIDAD

Date cuenta de que todo se conecta con todo lo demás en un nivel divino y que tú eres parte de esta unidad. El universo no tiene límites, lo que significa que también tienes un potencial infinito.



CONECTANDO CON EL ALMA

7- ABRE TU CORAZÓN

No rehuir la vulnerabilidad; Una vez que reveles tu verdadero ser a los demás, te liberarás.



8- DESARROLLA TU CONEXIÓN ESPIRITUAL

La conexión espiritual es un nivel de conciencia elevado, que nos permite estar en un estado de conexión con las respuestas e información más adecuadas para nuestra vida.



El ego vive dentro de la mente, pero el alma vive dentro del corazón.

ESTE MATERIAL ES DE USO EXCLUSIVO
PARA TERAPEUTAS DEL “DIPLOMADO PEACE HEART”



TANIA GAYTÁN



55-1358-4574