8ª CASILLA LA RUEDA DEL ALMA

CICLO DE LA TRANSFORMACIÓN - Punta Azul: DONES Y TALENTOS

Introducción

- Todo es **cíclico**; la vida y todo lo que nos rodea, es cíclico.
- Para llevar a cabo la **transformación** es necesaria trabajar con la **Alquimia del Corazón**;
- **No creencias, no fe**, si dejar ir dolor, tristeza, soltar, permitirte→ **rendirte**.
- **La Alquimia del Corazón** te permite **abrir las puertas**. Buda "las ochenta mil cuatro puertas"
- La **Transformación** llega, como la **muerte**, en su momento, al igual que ella **te lleva de una dimensión a otra.**
- Este ciclo te **va renovando cada vez más**. Una nueva transformación. **Paso que das** (actuar) paso que debes **rendirte.**

Para ello es necesario dejar ir…

Esto implica la liberación de tu pasado con todas sus ataduras, decirle adiós a los viejo y hola a lo nuevo.

Debes ocuparte de ti misma. Ser autodependiente.

"Puedo pedirte ayuda, pero dependo de mí misma".

Dependes de tus partes más adultas para encargarte de la niña que sigues siendo.

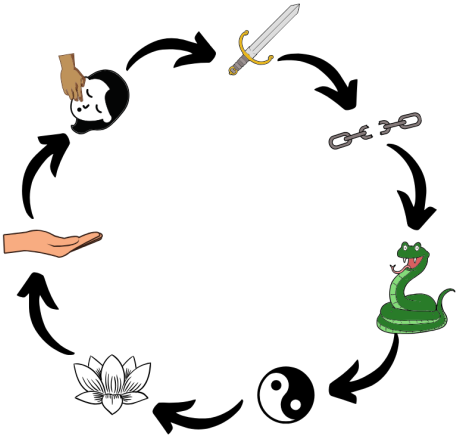
La gente sufre por el abandono de sí misma.

Después de depender de ti y de hacerte cargo de tus aspectos dependientes, entonces buscas al otro y lo incluyes a tu vida.

Para ofrecer lo mejor, ayudar, para dar lo que tienes que dar, primero tienes que conquistar este lugar, **el de la autodependencia.**

¿Crees que eres autodependiente? ¿Dependes de los demás para cubrir tus necesidades? Si tu respuesta implica a otras personas para cubrir tus necesidades adultas, di a quien elegiste para que te ayudara y por qué. Tiene relevancia ya que esa dependencia o bien es pactada antes de nacer por algún motivo o bien estás creando responsabilidad en los demás para evadirte de tus responsabilidades.

Vamos a ver como romper con esos lazos de dependencia...



Cortar con las lealtades sobre todo las familiares no es fácil. Se crea un vínculo muy fuerte y cuestan mucho de romper. Son lazos y patrones muy arraigados.

Esto tiene que ver con;

- **Sanación ancestral de la línea materna:** Mamá y todo su linaje de mujeres crearon un "miedo" que maldice a todas ellas. Líneas ascendentes y descendentes. Esto infringe la ley de libertad o libre albedrío por eso hay que romper con esa maldición, con ese miedo raíz.
  Mamá, abuela, bisabuela o muchas generaciones anteriores crearon un miedo para defenderse. Esto lo vamos cargando aunque la necesidad de defendernos ya no exista, ya no tenga sentido.

  TU LABOR→ Hacer desaparecer ese miedo raíz. Busca cuál es el tuyo y rómpelo. Pistas: eneatipo.
  Cuando lo descubras **VÍVELO, siéntelo y ahora a toca romperlo…**

¿CÓMO?

Muy fácil….Haciéndote **cargo de ti misma**. Es decir, tu miedo hace que tu niña interior que está en ti, quede desatendida y no madure. Si te haces dependiente de los demás, no te haces cargo de ti, tienes que ser autodependiente, autosuficiente.

Eres adulta y tienes que hacerte cargo de tus necesidades. Y si tienes hijos, ojo debes hacer lo mismo, enséñales a ellos empiecen a hacerse cargo de ellos mismos, sobretodo si son mujeres, podrías estar pasándole la maldición sin querer.

ROMPO ESTE PATRÓN FAMILIAR ANCESTRAL DE LA LÍNEA MATERNA, DEJANDO DE SER LEAL A UN MIEDO, HONRANDO A TODAS LAS MUJERES DE MI LINAJE. QUEDA ROTO, YA NO ES ÚTIL, YO LO ROMPO Y ME LIBERO DE ESTA CARGA TAN PESADA. QUE ASÍ SEA. GRACIAS GRACIAS GRACIAS.

¿Cuál es el miedo raíz que en tu linaje materno se creó?

¿Qué sentido tiene para ti mantener ese miedo raíz? ¿Te ayuda en algo?

¿Lo has podido romper?

Si no has podido romperlo ¿cómo crees que podrías romperlo? ¿Alguna acción en concreto?

CADENA ROTA: Desata las deudas kármicas, las limitaciones

Romper deudas y ataduras kármicas también es complicado aunque no imposible. Estas deudas las contraes tu, pero es causada por un sentimiento de ausencia;

- **La herida del padre:** desprotección y desamparo. Es quizás la parte más material; la económica. Papá siempre nos da amparo. Si sufres carencia económica revisa la relación con papá. El papá ausente, distante, frío, sin cariño. Murió joven, te abandonó o abusó física o emocionalmente.. Revisa también tu entorno; pareja, amistades o personas más allegadas.
- **La no conexión del padre:** La fe y el no creer en Dios o Universo. El padre ausente, la herida del padre. Es sin sentido. Hay una creencia en la no creencia. En la lógica hay investigación y eso es creer en algo. Cuando pierdes a alguien tienes la necesidad de revisar tus creencias. Cambiar tu espíritu, cambiar "tu corazón de piedra por uno de carne".

¿CÓMO?

Sanando la herida-ausencia de papá. Perdónalo y no trates de llenar su vacío con cosas banales. Aumenta y trabaja tu campo **económico**, supérate y expande tu don. No necesitas que nadie te mantenga, **hay dinero para ti siempre**. No esperes que tu ex marido y papá de tus hijos te pase la pensión para sobrevivir. Tu puedes mantenerte a ti y a todas las personas que están a tu cargo.
Sana tu corazón roto por las heridas de papá y **conectate con Dios o el Universo**. Si te cuesta cree en algo no importa en qué sea, pero cree en **algo muy grande.** No es religión, **es fe.**

PERDONO Y LIBERO LA CARGA EMOCIONAL QUE IMPLICA EL SENTIMIENTO DE ABANDONO O ABUSO DE PAPÁ. LA HERIDA DE PAPÁ FORMA PARTE DEL PASADO Y SE RESTABLECE MI SITUACIÓN ECONÓMICA Y DE SUSTENTO. YA NO NECESITO A NADIE PARA MANTENERME. CONFÍO Y TENGO FE CIEGA EN QUE DIOS O UNIVERSO SIEMPRE ESTÁ DE MI LADO. QUE ASÍ SEA. GRACIAS GRACIAS GRACIAS.

¿Te ves afectada por el campo de la economía?

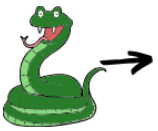
¿Crees que papá tuvo que ver? ¿Ha recaído sobre él tu carga económica?

¿Tuviste ausencia, abandono o abuso de papá?

¿Te sientes desconectada del Universo?

¿Has podido perdonar y liberar esa carga emocional por la ausencia, abuso o abandono de papá?

Si no has podido perdonarlo y liberarlo ¿cómo crees que podrías hacerlo? ¿Alguna acción en concreto?



SERPIENTE: Muda tu piel desde el interior, te rejuvenece.

Para mudar la piel como las serpientes, debe morir tu piel antigua. Esto quiere decir que para la transformación de nuestro ser, debemos desprendernos de lo viejo. Rejuvenecer.
El cuerpo nos habla y sabe qué es lo que no está bien en nuestro interior y que hay que mudar.

Cuando te cuerpo se queja hay que;

- **Prestarle atención a esa parte del cuerpo que nos duele:** dar amor a una parte olvidada de nuestro ser es un acto de amor y transformación. Es evolución.
- **Observar de dónde procede esa queja:** Cada parte del cuerpo tiene un significado, es decir, que en cada lugar remoto de nuestro ser tiene un lado emocional que nos avisa de lo que hay que sanar o restablecer.

¿CÓMO?

Observando la parte de nuestro cuerpo que nos duele o se queja. Kinesiología.
Puedes acudir a **diccionarios de biodescodificación** en el cual te muestra el significado emocional de cada dolencia.

- Si tienes lealtades familiares, es decir, algo relacionado con la sanación ancestral línea materna o bien por la herida del padre posiblemente tengas problemas de sobrepeso, dolores de espalda (sobretodo lumbares y cervicales), dolores estomacales o malas digestiones, incluso estreñimiento. Cuando se trabaja la **ESPADA y la CADENA ROTA estos síntomas desaparecen.**

http://www.dmdesign.com.ar/silencios/tantioferta/Ahorcado/guerrieri/Biodescodificacion.pdf

OBSERVO MI CUERPO, LO MIMO, LO CUIDO, LO AMO. LE PRESTO ATENCIÓN Y LE DOY EL CARIÑO QUE SE MERECE. ÉL ME AVISA DE LO QUE DEBO SANAR. LO SANO Y ÉL RECOBRA LA JUVENTUD. HE MUDADO DE DENTRO HACIA AFUERA. TENGO UNA SALUD FUERTE E INVENCIBLE. QUE ASÍ SEA. GRACIAS GRACIAS GRACIAS

¿Hay algo que quieras dejar atrás?

¿Qué parte de tu cuerpo se queja más?

Busca su significado en el enlace de biodescodificación y anota si coincide los síntomas con todo lo que has observado de los anteriores elementos, la espada y la cadena rota.

¿Lo ves con claridad?

Si no has visto la relación y aun no te queda claro, anota todas tus dudas.

YIN YANG: Acepta tu dualidad.
Dualidad trascendida

La dualidad es muy tajante cuando la llevas al extremo. No podemos separarnos de aquello que no nos gusta de nosotras mismas. Debemos aprender y reconocer que existen las dualidades en nuestro ser.
Cuando se trasciende, cuando mutamos la dualidad trasciende, evoluciona. Entonces ya no es tan dolorosa. No te resistas; acepta.

Tiene que ver;

- **Justicia Humana vs. la Justicia Divina:** Cuando crees que hay alguna injusticia está actuando la justicia humana. Condena a toda persona mala que ha hecho cosas malas. Es cierto que cuando actúas mal provocas un karma y posiblemente lo arrastres incluso a otras vidas. Pero si condenas también lo estás provocando en tu vida. Cuando dejas que el Universo sea el que se encargue, no po venganza, sino por sabiduría, crece en tu corazón un sentimiento de libertad y desapego. Puedes vivir en paz. Aunque cuando sientas que condenando se está haciendo justicia, en realidad no te sacia esa sed, te corrompe el corazón.
- **Los 7 demonios:** La dualidad es frágil y puedes estar más cerca de tus demonios que de las leyes universales.

¿CÓMO?

Trabaja el perdón y la gratitud. Toda experiencia dolorosa o no, tiene un plan divino detrás y si necesitas soltar la ira por una pérdida hazlo, pero después, trasciende ese dolor. Escribe todo lo que sientas frente a esa adversidad.

Revisa la sesión de los **siete demonios y** observa en cuál sigues dominada por él. Practica el opuesto y llévalo al **equilibrio**.

SUELTO, PERDONO Y LIBERO A TODO SER HUMANO QUE ME HA DAÑADO Y ENSUCIADO EL ALMA Y EL CORAZÓN. ACEPTO TODAS LAS PARTES DE MI SER, INCLUSO LAS QUE NO ME GUSTAN, SON PARTE DE MI Y LAS LLEVARÉ SIEMPRE CONMIGO. NO ME DUELE PORQUE SUELTO Y EQUILIBRO MI ALMA. QUE ASÍ SEA. GRACIAS GRACIAS GRACIAS

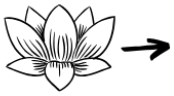
¿Cuál crees que es dualidad? ¿Por donde te pierdes?

¿Qué te molesta y ves algo injusto? ¿Tomarías represalias?

Este injusticia, ¿la relacionas con alguno de los 7 demonios que vimos en la casilla 1? Es decir, la injusticia te provoca una dualidad, un pensamiento o sentimiento y tiene que ver con los 7 demonios. ¿Sabrías decir cuál? Si te salió alguno debes ponerte manos a la obra para llevarlo al opuesto y equilibrarlo.

¿Pudiste liberarlo?

Si no pudiste liberarlo ¿cómo crees que podrías hacerlo? ¿Alguna acción concreta?



FLOR DE LOTO: Ábrete a dar, expandir

Abrirte a dar es expandir tu alma en forma de flor de loto. Y para expandirte necesitas liberarte de todas las cargas y lastres innecesarios que cargas día a día. Soltar lastres y cargas emocionales depende solo de ti.
Igual que mudar la piel, como vimos, a veces es necesario ir soltando capa a capa todo ese peso.

Esto es debido a;

- **Un sentimiento de culpa por haber fallado en algo:** intentas resolver o equilibrar dando a través de esa carga emocional. No puedes cargar con cosas que no son tuyas, pues se verá repercutido en todo. Entonces no podrás dar aquello que ya no vas a tener.
- **Por exceso de responsabilidad:** cuando generas culpa o bien porque crees que es tu deber, lo que sucede es que llevas al opuesto todo lo que realmente ejerces. Es una presión excesiva. El dar no es porque sea tu obligación, ni tan solo a tus hijos, sino por entregar lo mejor de ti. Por ley de causa y efecto.

¿CÓMO?

Perdónate a ti misma…realmente no hiciste nada para sentirte responsable y cargar con ese lastre toda tu vida.

Da sólo cuando cuando te apetezca dar. Nunca por obligación.

Si te sientes con la responsabilidad de dar, recuerda que así no vas a recibir nada a cambio. Entonces sientes que no estás en igualdad, te sientes inferior y acabas sin poder dar más. Te desgastas. Esto también ocurre porque tienes la expectativa de dar para recibir algo a cambio; esto es completamente negativo también, ya que cuando se da realmente se recibe cuando sueltas cualquier pensamiento de contrapartida. Cuando das por obligación creas esta expectativa sin querer, mentalmente.

ME PERDONO Y ME LIBERO DE LAS CARGAS IMPUESTAS POR MI O CUALQUIER OTRA PERSONA. DOY CUANDO REALMENTE QUIERO DAR Y PORQUE NACE DE MI CORAZÓN SIN ESPERAR NADA A CAMBIO. EL UNIVERSO YA SE ENCARGA DE MANDARME AQUELLO QUE NECESITO EN CADA MOMENTO. NO SOY RESPONSABLE DE DAR NADA A NADIE POR OBLIGACIÓN O PORQUE ME SIENTA RESPONSABLE, CADA CUAL TIENE LO QUE RECIBE. QUE ASÍ SEA. GRACIAS GRACIAS GRACIAS

¿Qué crees que necesitas para abrir tu alma y expandirla? ¿Qué lastres y cargas llevas?

¿Sientes culpa por algo? Escribe si te culpas de algo aunque sea de hace mucho tiempo.

¿Tienes exceso de responsabilidad? ¿Te cargas demasiado con cosas de los demás?

¿Has podido perdonarte y liberarte?

Si no has podido perdonarte y liberarte de cargas di qué crees que podrías hacer para conseguirlo.

MANO RECEPTIVA: En tu regazo abierta a recibir

Poner la mano y recibir no es tan fácil como parece. Tenemos en nuestra mente lo que nos inculcaron de que pedir está mal, así que no nos abrimos a la posibilidad de recibir. Por otro lado, pedir en exceso sin dar nada a cambio es perjudicial, dejarás de recibir por ley. El equilibrio está en estar dispuestas a recibir cuando hemos entregado, simplemente, rendirse a recibir.

Es posible que si no recibes sea debido a;

- **Que no te amas a ti misma:** esto no es nada más que ser egoísta. Aunque en esta palabra tenemos una connotación negativa, no lo es. Querer lo mejor para ti misma no te hace ser mala persona ni tampoco implica no dar. Al contrario, implica dar mucho y luego saber recibir mucho. No conformarte con menos.

- **Que no crees:** Esto es muy fácil de explicar: CREER + RECIBIR= CONVERTIRSE. Cuando crees y estás abierta a recibir, conviertes todo tu esfuerzo en resultados. Primero creer y luego amarte a ti misma para sentirte merecedora de todo lo que suelas o deseas. El resultado vendrá solo; se convertirá.

¿CÓMO?

Acepta todo aquello que te ofrecen de corazón. No rechaces por el simple hecho de que pienses que es demasiado grande para ti o que es un abuso. Si te lo ofrecen es por algo. Desaprovechar esa oportunidad significa decirle al Universo que no eres merecedora de tanto entonces él dice: "ok, te mando poco".

Cree merecer todo lo que viene a tu vida. Si algo viene a tu vida es porque lo has atraído de una forma u otra y además porque el Universo quiere dar las mismas oportunidades a todo el mundo. Él busca el equilibrio, solo que tu no lo ves. Cuanto más das más te manda, pero si no pones la mano por mucho que hagas no recibirás.

ACEPTO DE BUEN GUSTO TODO AQUELLO QUE ME OFRECEN DE CORAZÓN. ACEPTO Y AGRADEZCO TODO LO QUE LA VIDA ME TRAE, PUES SOY MERECEDORA DE TODO LO QUE DESEO Y SUEÑO. VIVO CON CONSONANCIA CON EL UNIVERSO Y SUS LEYES. ACEPTO DAR Y RECIBIR POR IGUAL. QUE ASÍ SEA. GRACIAS GRACIAS GRACIAS.

¿Te cuesta pedir o poner la mano para recibir?

¿Das más de lo que recibes?

¿Te amas lo suficiente como para saber que mereces recibir lo que la vida te trae?

¿Lo crees?

¿Has podido aceptar que eres merecedora de todo lo que te llega?

Si no has podido aceptarlo aún, di qué crees que deberías hacer para conseguirlo.

MANO ABAJO: Toca la boca de un rostro durmiendo. Silencio mientras dormimos

La magia surge cuando dormimos. ¿Parece increíble verdad? Pues es cierto. Cuando dormimos manifestamos, si manifestamos entramos en la transformación. Tus deseos y sueños se llevan a cabo, por tanto inicias un cambio en tu vida. El simbolismo de esta parte del ciclo es una mano que toca un rostro durmiendo; es la mano de Dios o Universo concediendo tu deseo sin hablar, en nuestro sueño profundo, cuando el silencio reina.
Pero es complicado irse a dormir sin ninguna preocupación. No tener el silencio de tu mente es preocupante y no se manifiesta lo que deseamos. Es complicado tener la mente callada.

Esto es debido a;

- **Quedarte con lo negativo del día:** Las preocupaciones y desilusiones, disgustos o peleas hacen que en tu subconsciente se queden y revivas la historia una y otra vez. No hay silencio para que los sueños broten y sean tocados por la mano.
- **No crees en la magia:** Cuando vas a dormir creyendo que esto no es real, ya está la parlanchina de tu mente haciendo de las suyas. En cambio cuando crees en esa magia que transforma el mundo entonces surge.

¿CÓMO?

Contacta con tu Yo superior cada noche. Antes de irte a dormir pide que todo lo negativo que hayas creado en el día se borre y que de todos los futuros potenciales positivos que hayan te llegue el mejor sea para ti y para toda persona implicada.

Pide que esa magia que hay en el Universo se vea manifestada en ti. Ser testigo directo de lo grande que es el Universo. Así tendrás apertura mágica en tu corazón.

Y Y MI YO SUPERIOR SOMOS UNO, IGUAL QUE CON EL UNIVERSO, TAMBIÉN SOMOS UNO. MANIFIESTO TODO AQUELLO QUE DESEO Y ESTÁ DENTRO DE TODOS MIS FUTUROS POTENCIALES POSITIVOS. ADEMÁS TAMBIÉN RECIBIRÁN TODAS LAS PERSONAS QUE ESTÉN IMPLICADAS, PARA MI BIEN Y EL DE ELLAS. QUE LA MAGIA QUE HAY EN MI DESPIERTE. QUE ASÍ SEA. GRACIAS GRACIAS GRACIAS.

¿Qué crees que estás manifestando mientras duermes?

¿Te vas a dormir con preocupaciones?¿Te quedas con las cosas negativas del día?

¿Crees en la magia que transforma todo?

¿Has podido contactar con tu Yo Superior?

Si no has podido contactar con tu Yo Superior di de qué manera crees que podrías hacerlo.

PARA, REFLEXIONA y ANOTA

No avances si no tienes las respuestas a estas preguntas

¿Cuál de los 7 elementos del ciclo de la transformación te ha impactado más?

Escribe cuál de los 7 elementos te ha resultado impactante o brutal. Di por qué y si crees que puede haber alguna resistencia.

¿Cuál de los 7 elementos del ciclo de la transformación te ha costado más practicar?

Di cuál de los 7 elementos te ha costado más y mira si coincide con el que te ha impactado más. Observa qué clase de resistencia puedes tener y en qué te afecta.

LECCIÓN DE VIDA

Las 12 Leyes del Karma

1. La gran ley:

"Como siembras, así cosecharás"

Esta ley consiste en que tus pensamientos y tus actos tienen consecuencias. Si deseas paz, amor, armonía, prosperidad o riqueza, debes estar dispuesta a actuar con base en este deseo. **Esto también se conoce como la Ley de causa y efecto.**

La energía que inviertes en lo que haces (bien sean acciones o pensamientos), tiene un efecto, inmediato o no. Si quieres una vida positiva, comienza con pensamientos positivos. Los que damos al Universo es lo que el Universo nos devuelve multiplicado.

Haz un listado de acciones y pensamientos diarios que haces y sus consecuencias

Acciones y Pensamientos	*Consecuencias*

2. La Ley de la creación:

"Lo que deseamos viene a través de la participación"

La misión de todo ser humano es ser partícipe de la vida, y eso implica creación. Somos parte inseparable del mundo y del Universo, y con ellos formamos una misma cosa. Nuestra es la responsabilidad de tomar lo bueno que encontremos en el lugar del mundo que habitemos, para construir nuestra propia vida. **Crea las opciones que desees para tu vida.**

Haz una lista de todas las creaciones que haces día a día y para qué

Creaciones	*Para qué*

3. La Ley de la humildad:

"Rehusarse a aceptar lo que no es, no hará que esto cambie"

La aceptación es una virtud casi universal de la mayoría de creencias. Dicho de una manera más simple, primero debes aceptar las circunstancias para poder cambiarlas.

Si decides enfocarte en lo negativo, en lugar de hacer cambios para enfrentarlo, nos estamos comprometiendo con un ejercicio cuyo resultado es de suma cero.

Todo aquello que negamos, acaba influyéndonos negativamente. Si sólo somos capaces de ver los aspectos negativos en los demás, nos estancaremos en un nivel de existencia inferior; por el contrario, si los aceptamos **con humildad, ascenderemos a un nivel superior.**

Haz una lista de las cosas que niegas y no aceptas y qué influencia tiene en tu vida.

Cosas que niegas	*Influencia*

4. La Ley del crecimiento:

"Nuestro propio crecimiento está por encima de cualquier circunstancia"

La única cosa sobre la cual tienes el control es tú misma. Así que piensa que la posterior acción, o inacción, darán lugar a circunstancias positivas o negativas en tu vida. El verdadero cambio sólo ocurre cuando te comprometes a cambiar lo que hay en tu corazón.

Estamos en constante cambio, es un permanente fluir. Cuando cambiamos nuestro interior, nuestra vida cambia.

Escribe cosas que cambias por ti misma y cómo te influye ese cambio.

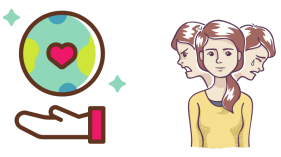
Cosas que cambias	*Influencia*

5. La Ley de la responsabilidad:

"Nuestras vidas son producto de nuestro propio hacer, nada más"

Cuando experimentas turbulencias en tu vida, suele haber turbulencias internas. Si deseas cambiar tu vida, primero debes cambiar el marco de tus pensamientos y de aquello que te rodeas. Este es el primer paso para aprender cómo ser mejor persona.

Debemos aceptar la responsabilidad de las cosas que nos ocurren. Cuando algo negativo nos pasa es porque hay algo negativo en nosotras, somo reflejo de nuestro entorno. Por tanto, **debemos afrontar con responsabilidad las acciones en nuestra vida.**



Escribe las causas y consecuencias de tus turbulencias

Causas	*Consecuencias*

6. La Ley de la conexión:

"Todo en el Universo está conectado, tanto lo pequeño cómo lo grande"

Nuestro pasado, presente y futuro están conectados. Es por esto que debemos trabajar en cambiar estas conexiones si deseamos vivir algo diferente.

No existe un paso- ni el primero, el medio ni el último- que sea más importante al momento de realizar una actividad. Todos son necesarios.

Todo está conectado. Todo lo que hacemos, por insignificante que parezca, está en conexión con el Universo.

Escribe las conexiones que hay entre tu pasado, presente y futuro

Pasado	*Presente*	*Futuro*

7. La Ley del enfoque:

"No podemos dirigir nuestra acción más allá de una sola actividad"

En relación con tu crecimiento espiritual, no podemos tener pensamientos y actos negativos y esperar un crecimiento espiritual. Debemos dirigir toda nuestra atención para lograr nuestro objetivo.

Comienza por desarrollar tu disciplina mental y controla el tipo de pensamientos que albergas en tu mente.

No es posible pensar en dos cosas simultáneamente. Vamos aprendiendo cosas poco a poco, de forma sostenida. No somos capaces de acceder a niveles altos de sabiduría sin haber estado antes en estados intermedios. Debemos proseguir ciertos objetivos en nuestra vida, e ir avanzando poco a poco hacia ellos.

¿Cuál es tu foco principal?

¿Lo mantienes de forma sostenida?

8. La Ley de la hospitalidad y dar:

"Demostrar nuestro desinterés muestra nuestras verdaderas intenciones"

Visto de manera simple, aquello que decimos creer debe manifestarse con nuestras acciones. El desinterés solo es una virtud cuando estamos acomodando algo diferente a nosotros.

Es vital que actuemos con generosidad y amabilidad con otros seres humanos. Vivir en un estado mental de respeto y compasión hacia los demás nos hace estar más conectados con nuestra condición de seres que habitamos en un mismo planeta.

Debemos aprender a dar para poner en práctica lo aprendido.

Escribe todas muestras desinteresadas que das a los demás, es decir, cuando practicas la generosidad y la amabilidad con los seres humanos.

9. La Ley del aquí y el ahora:

"El presente es todo lo que tenemos"

Mirar hacia atrás con arrepentimiento y hacia adelante sin esperanza, nos quita las oportunidades del presente. Los pensamientos y comportamientos viejos nos privan de la oportunidad de avanzar en la vida.

¿Quieres vivir mejor y aprender cómo ser feliz en la vida? Enfócate en el presente, que es lo único que

tienes, y deja fluir con todo lo demás.

Todo aquello que nos ancla al pasado debe ser revisado: Permanecer aferrados a nuestro pasado, nos imposibilita para disfrutar del presente.

¿Qué es aquello que observas que tienes o que vives en tu estado presente? Ahora.

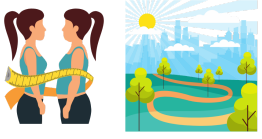
10. La Ley del cambio:

"La historia se repite a sí misma a no ser que sea cambiada"

Comprometerse conscientemente a cambiar es la única manera de influenciar nuestro pasado. La historia continuará su camino a menos que nuestra energía y mente positiva la dirija hacia otro lugar.

El infortunio tiende a repetirse hasta que encontremos el valor y los medios para poder cambiar nuestra vida. Esto se logra en base a los conocimientos y experiencias adquiridos, de los que aprendemos y mejoramos. Con ellos hemos de ser capaces de corregir nuestro rumbo y construir nuevos objetivos.

Hay que aprender a construir nuestro camino.



¿Qué se repite en tu vida?

Escribe cosas que has cambiado conscientemente y cómo lo has hecho.

Qué cosas	*Cómo lo has cambiado*

11. La Ley de la paciencia y recompensa:

"Nada de valor es creado sin una mentalidad paciente"

El trabajo duro no puede ser eludido por medio de la ilusión. Nuestra recompensa se reclama por medio de la paciencia y la persistencia, nada más.

Además, las recompensas no son el resultado final. La alegría verdadera y duradera viene de saber que se hizo lo necesario, en el camino correcto, para obtener los resultados.

Los frutos que recogemos tras mucho trabajar saben mejor.

A mayor dedicación, mayor esfuerzo y, por tanto, mayor gratificación.

Escribe en qué situación has cultivado paciencia y persistencia y cuál ha sido el resultado final.

Situación	*Resultado final*

12. La Ley de la importancia e inspiración:

"La mejor recompensa es la que contribuye al Todo"

El resultado final es de poco valor si deja poco o nada detrás.

Cuanto más esfuerzo, energía y valor dediquemos a nuestra vida diaria, mayor será el mérito de nuestros triunfos. ¡Ojo! Incluso de los errores se aprende, como hemos visto en las leyes anteriores. El valor de nuestros triunfos y errores **depende de la intención y la energía que desplegamos para tal fin.** Contribuimos individualmente a una totalidad, por tanto nuestras acciones no pueden ser mediocres: hay que poner todo nuestro corazón en cada aporte que hagamos.

Escribe que triunfos has tenido y qué esfuerzo, energía y valor le has puesto para lograrlo.

Triunfos	Esfuerzo, energía y valor

Así que, estas leyes del Karma, nos proponen a que llevemos una vida con significado, que nos comprometamos a vivir conscientemente, estableciendo un **PROPÓSITO DE VIDA** que sea más grande que nosotras, y que nos ayuden a hacer del mundo, un mejor lugar.

PARA, REFLEXIONA y ANOTA
No avances si no tienes las respuestas a estas preguntas

¿Cuál de las 12 leyes del Karma has practicado más?

Di cuál o cuáles de las 12 leyes del karma has puesto más en práctica, por qué crees que las dominas y qué resultados has tenido.

¿Por qué crees que las demás no las has practicado?

Di por qué crees que las demás leyes que no has nombrado no las has practicado o por lo menos no tanto como las que sí. Mira las resistencias.

¿A QUÉ ME DEDICO? - Punta Verde: ESTRATEGIA

¿A qué te dedicas?

La mayoría de personas hablan desde su herramienta y no desde la necesidad del cliente

MI SEGMENTO

Nos solemos presentar desde la solución, la herramienta

¿Solución?

- **Concentrar a un tipo de personas→ Específico**
- **¿Qué consigues con esto? → Segmentar; es acotar** (elegir a un grupo de personas)

PROPUESTA: lanzar el mensaje desde el bloque rosa o azul.

- La profesional cree que si dice la **herramienta** (bloque naranja) que sirve para todo tendrá más clientes ¿Qué ocurrirá? Que **no tendré ningún cliente o clientes no adecuados** porque no les llega el mensaje.

SOLUCIÓN→ Mirar qué conflictos y qué deseos tienen.

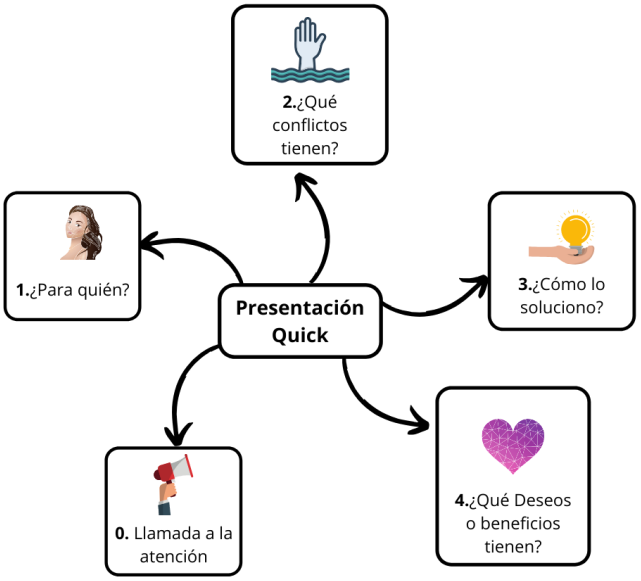
Escribe a qué te dedicas (si es que estás en tu propósito) o a qué te quieres dedicar (en el caso de que quieras emprender hacia tu propósito). ¿Cuál es tu lanzamiento?

Presentación rápida “Quick”

Elevator pitch→ en inglés

Es una **FRASE BREVE** para presentarte. (20-25 segundos)
Finalidad→ sintetizar el mensaje, recogiendo lo más importante.
Integra todo → Quién son, qué necesidades tienen, cómo lo soluciono y que desean.

¿Para qué?
Para bajar a la Tierra el barullo mental del contenido confuso. Si le preguntas a alguien a qué se dedica y te dice community manager puede que sepas de qué va pero no qué es lo que resuelve, quizás te quedas a cuadros “flipando”.
¿Qué aporto? ¿Qué necesidad cubro? ¿Cómo lo hago? ¿Para quién?
Ejemplo: “Ayudo a mujeres emprendedoras a resolver conflictos entre las relaciones familiares o personales y su propósito de vida.”



Escribe tu presentación rápida “Quick”. En base a tu experiencia, a lo que la vida te ha traído, a lo que crees que eres buena, por lo que las personas te buscan, etc…monta tu presentación rápida sobre a lo que te dedicas o quieres dedicarte. Recuerda que es una frase corta como la del ejemplo. Crea tu documento de word a parte de este dossier para tenerlo todo junto.

¿Quien es mi cliente?

- ➢ Todo lo que nos pasa en vida es por algo, no es porque sí. La vida nos lleva a ese lugar para entrenarnos.
- ➢ Todos los desafíos nos van ayudando para adquirir HABILIDADES.

TU DON + HABILIDADES Y CONOCIMIENTOS NUEVOS→ PROPÓSITO DE VIDA

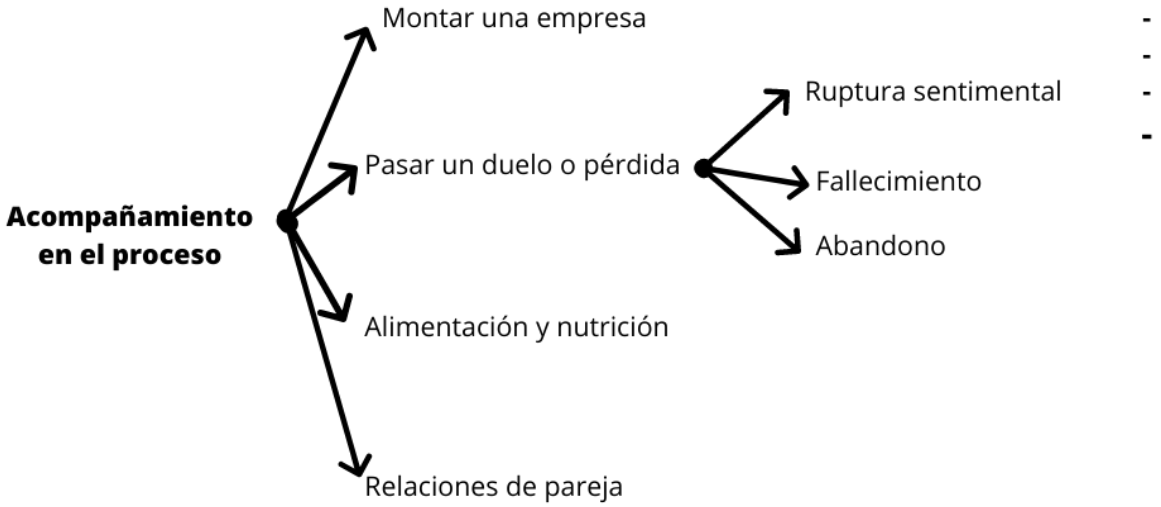
PREGUNTA: ¿Qué es aquello que he vivido y soy Maestra? ¿Qué es lo que la vida me ha enseñado y que sé que hay otras personas sufriendo en este punto?

- **Recupera los ejercicios de anteriores casillas y responde estas preguntas.**

NO ELIGES TU PROFESIÓN, TU PROFESIÓN TE ELIGE A TI

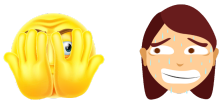
ELEGIR UN TIPO DE CLIENTE SE LLAMA SEGMENTAR. Es decir, elegir un tipo de cliente exclusivamente, y diremos que NO a aquellos segmentos que "nutren" nuestra especialización. Una empresa que no pierde clientes al segmentar no es una empresa que se diferencie, NO ES ESPECIALISTA EN NADA.

Vamos a Segmentar….



Hacer siempre esta pregunta; " ¿CUÁNTA GENTE ENTRA EN ESTE SACO?"

- **Segmentación cuando tienes la sensación que pierdes clientes.**



Haz el desglose de tu segmento hasta que ya no quepan más personas diferentes en el mismo saco. Así como en el esquema anterior.

Acompaño
Ayudo → pasar duelo o pérdida → del fallecimiento de la pareja

¿Por qué segmentar?

- **SERÁS ESPECIALISTA. Referente en tu especialización. Vendrán a ti.**

- **OPTIMIZARÁS TU TIEMPO. No tendrás que aprender de todo para ayudar.**

- **CONFIARÁN MÁS EN TI. Al ser especialista y centrarte en tu especialización.**

- **TENDRÁS MENOS COMPETENCIA Y SERÁS MÁS VISIBLE. Habrá menos de lo que tu hagas.**

- **PODRÁS AUMENTAR TUS TARIFAS. Optimizas mejor, vas más al grano.**

- **TE SERÁ MÁS FÁCIL ENCONTRAR CLIENTES Y EL BOCA OREJA FUNCIONA MEJOR. Tienes claro en qué te enfocas y te vendrán por ese motivo. Te buscarán por ello corriendo la voz entre las personas interesadas.**

EJEMPLOS

- Marketing para terapeutas
- Metabolismo del dolor
- Mujeres con propósito
- Curar migrañas en mujeres
- Superar depresión postparto
- Mejorar rendimiento empresa
- Sacar partido a las redes sociales
- Superar ruptura sentimental
- Acompañar a enfermos de cáncer
- Empoderamiento de la mujer

Escribe el tuyo. Esta descripción es muy escueta y la vas a necesitar para pintar tu web, redes sociales, etc..

¿Cómo segmentar?

EXPERIENCIA VIVIDA (mi sabiduría)

LA VIDA ME TRAE (invitaciones de la vida)

Diferencia entre sabotajes y donde te lleva la vida→ Sabotajes son miedos y surgen imprevistos y lo logras. La vida te lleva te marca el camino y no salen las cosas, en este caso, no es el camino.

Define a tu cliente:

¿Cuál es su primer conflicto, problema, malestar?

¿Qué necesidades o deseos tiene?

Vamos a detallar el segmento

¿Cuál es su principal problema? *Dolores de espalda, no tienen clientes, no tienen motivación….*	
¿Edad? *Rango o etapas; 25-35, adolescencia*	
¿Sexo?	
¿Estado civil?	
¿Tiene hijos?	
¿Qué intereses tienen? *Viajar, meditación, espiritualidad…*	
¿Qué preocupaciones o inquietudes tienen? *Conocerse a sí misma, generar ingresos…*	
¿Estatus social/trabajo? *Amas de casa, emprendedores, científicos….*	

¿Cómo los quieres?

Edad, hobbies, mentalidad, inquietudes, libros leen, tipo de vida, estatus social, por donde se mueven, zonas o ciudades donde viven, tipo de conflicto….

Validar el segmento

1

¿Es esto lo que realmente quieres?
¿Te sientes a gusto?
¿conectas con esto?

2

1. ¿Cuanto les importa solucionar su problema?
2. ¿Es Urgente?
3. ¿Es complicado solucionarlo?
4. ¿Es viable y tangible?
5. ¿Qué tan grande es tu segmento?

La presentación rápida "Quick" y las palabras clave→ Lo pintan TODO. Blog, web, RRSS, imagen corporativa, etc.

Vamos a validar tu segmento

S. ¿Estás segura de que esto es lo que realmente quieres? ¿Te sientes a gusto y conectas con esto? ¿Qué tan segura estás de que te quieres dedicar a ello, con esas personas y con este propósito?
0 no tienes ni idea, estás confusa 10 esto es a lo que te quieres dedicar, lo tienes muy claro.

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

¿Cómo es de importante para tu segmento solucionar su conflicto?
0 poco importante o nada 10 super mega importante, es de vital importancia

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

¿Qué tan urgente es solucionar su conflicto? ¿Cuánto desean resolverlo?
0 no es urgente 10 es imprescindible hacerlo ya

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

¿Cómo es de complicado solucionar su conflicto?
0 nada o poco complicado 10 muy complejo de solucionar

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

¿Ves viable, fiable y tangible solucionar el conflicto de tu segmento?
0 poco viable 10 viable, fiable y tangible

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

¿Qué tan grande es tu segmento?
0 muy pocos clientes con esos conflictos 10 muy amplio con potenciales clientes

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Si la respuesta a la pregunta S está por debajo de 7 revisa tu segmento. Probablemente, no esté muy afinado o no sea el segmento que deseas. No pienses en qué si sabrás o no hacerlo, si lograrás poder ayudar. **Céntrate en lo que realmente quieres, siéntelo.**

Del resto de preguntas debes sumarlas todas juntas. Si el resultado está por debajo de 35 revisa el segmento. Si está por encima de 35 pero alguna respuesta está por debajo de 5 (sobretodo la primera y segunda), es posible que tengas que revisar tu segmento.

Lista conflictos

¿Cuáles son sus problemas? ¿Qué síntomas concretos tienen? ¿Qué les pasa?

- No es lo que tu crees que necesitan
- No es lo que tu puedes aportarles
- **Lo que realmente quieren (mirar desde la necesidad)**

2 LISTAS (Mínimo 25-30 elementos cada una):

CONFLICTOS (problemas)

FRUSTRACIONES (su problema se estanca)

OJO: Si eres terapeuta, coach etc, ojo con los diagnósticos: Ej: cliente tiene "creencias limitantes", "falta de autoestima", "inseguridad". Una necesidad sería "no para de llorar", "no llega a final de mes", etc

SELECCIONA 10 ELEMENTOS DE LA LISTA DE CONFLICTOS (más importante) Y ORDÉNALOS DE MÁS A MENOS.

Haz la lista de conflictos, problemas que tienen. Si puedes rellenar más de 30 mucho mejor. Crea tu documento de word a parte de este dossier para tenerlo todo junto con tu presentación rápida.

Conflictos, problemas	

Haz la lista de frustraciones, problemas que tienen y se estancan y les cuesta mucho resolver.

Frustraciones	

Pon los 10 primeros y más importantes conflictos ordenados del 1 al 10 según orden de importancia. Siendo el 1 más importante y 10 menos importante.

	Conflictos, problemas
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	

Lista Deseos

¿Cuál es su deseo? ¿Qué necesitan? ¿ Qué buscan? ¿Qué obtienen de vuestra servicio o ayuda?

- ➢ Material
- ➢ Servicio, acompañamiento
- ➢ Beneficios

1 LISTAS (Mínimo 25-30 elementos):

NECESIDADES, BENEFICIOS, DESEOS, SOLUCIONES

SELECCIONA 10 ELEMENTOS DE LA LISTA (más importante) Y ORDÉNALOS DE MÁS A MENOS.

Haz la lista de necesidades, beneficios, deseos o soluciones que necesitan. Si puedes rellenar más de 30 mucho mejor. Crea tu documento de word a parte de este dossier para tenerlo todo junto con tu presentación rápida y las demás listas.

Necesidades, beneficios, deseos, soluciones	

Pon los 10 primeros y más importantes deseos, beneficios y ordenados del 1 al 10 según orden de importancia. Siendo el 1 más importante y 10 menos importante.

	Necesidades, beneficios, deseos, soluciones
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	

3 Fases

0. Llamada a la atención:

"Me dedico a crear estelares de mujeres valientes"

1. Presentación rápida "Quick":

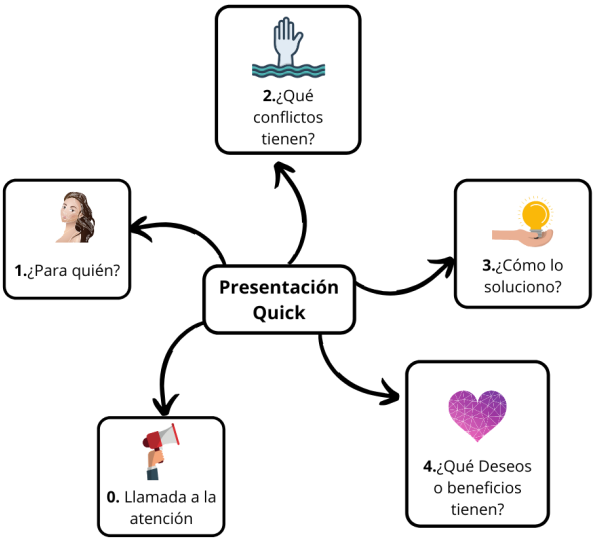
" Ayudo a mujeres emprendedoras a resolver conflictos entre las relaciones familiares o personales y su propósito de vida".

2. Descripción combinada de los 5 elementos primeros de las listas de conflictos y de las de deseos:

"A través de un proceso divertido y terapéutico vas a ir descubriendo qué te impide encontrar tu propósito de vida, qué miedos tienes a la hora de emprender un proyecto como por ejemplo: a cómo pensará tu familia/pareja si decides emprender tu proyecto, a dejar un trabajo con sueldo fijo para emprender tu proyecto nuevo, a no ser capaz de independizarte y depender de los demás, la inseguridad de lograr tu proyecto/sueño, que la familia/pareja te frene para avanzar en tu proyecto, no saber transmitir el mensaje de tu proyecto, no tener tiempo para disfrutar de la familia/pareja. Una metodología con sesiones potentes sobre canalización de los guías espirituales, Metodología sistémica familiar y de creencias, técnicas y estrategias para expandir tu don, administración de tiempo, sanación, planificación y dinámicas. La misión principal del curso es que halles la manera de encontrar tu propósito de vida, sentirte realizada con tu proyecto, sentirte apoyada y comprendida por tu familia/pareja, tener claras tus metas, tener más abundancia económica, independizarte sin depender de nadie y obtener un crecimiento personal avanzado eliminando bloqueos internos, sentirte segura a la hora de emprender, disfrutar mientras trabajas o emprendes, tener claro el mensaje de tu proyecto, tener tiempo para dedicarle a tu familia/pareja."

Bloque de Conflictos (problemas) **+** *Bloque de Soluciones (herramientas)* **+** *Bloque de Deseos (beneficios)*

El orden no importa. En este caso está hecho por bloques pero también lo puedes hacer de forma trenzada. Lo importante es que estés los 3 bloques.



De las 3 Fases para describir a lo que te dedicas, según todo lo que has ido recopilando en los anteriores ejercicios, ahora haz las Fases de tu segmento.

0. Llamada a la atención:
"Me dedico a crear estelares de mujeres valientes"

1. Presentación rápida "Quick":
" Ayudo a mujeres emprendedoras a resolver conflictos entre las relaciones familiares o personales y su propósito de vida".

2. Descripción combinada de los 5 elementos primeros de las listas de conflictos y de las de deseos:

"A través de un proceso divertido y terapéutico vas a ir descubriendo qué te impide encontrar tu propósito de vida, qué miedos tienes a la hora de emprender un proyecto como por ejemplo: a cómo pensará tu familia/pareja si decides emprender tu proyecto, a dejar un trabajo con sueldo fijo para emprender tu proyecto nuevo, a no ser capaz de independizarte y depender de los demás, la inseguridad de lograr tu proyecto/sueño, que la familia/pareja te frene para avanzar en tu proyecto, no saber transmitir el mensaje de tu proyecto, no tener tiempo para disfrutar de la familia/pareja. Una metodología con sesiones potentes sobre canalización de los guías espirituales, Metodología sistémica familiar y de creencias, técnicas y estrategias para expandir tu don, administración de tiempo, sanación, planificación y dinámicas. La misión principal del curso es que halles la manera de encontrar tu propósito de vida, sentirte realizada con tu proyecto, sentirte apoyada y comprendida por tu familia/pareja, tener claras tus metas, tener más abundancia económica, independizarte sin depender de nadie y obtener un crecimiento personal avanzado eliminando bloqueos internos, sentirte segura a la hora de emprender, disfrutar mientras trabajas o emprendes, tener claro el mensaje de tu proyecto, tener tiempo para dedicarle a tu familia/pareja."