

15ª CASILLA DICO

DINÁMICAS

- Punta Roja: DESEO

Protección y Anclaje

Sirve para protegerte durante el día y para conectarte con Cielo y Tierra

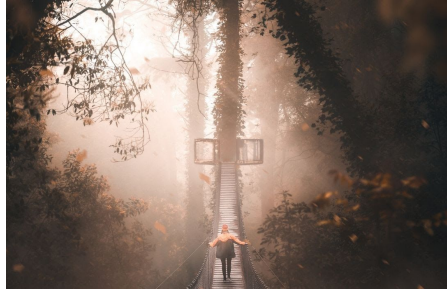
- Sentada con los pies descalzos en el suelo y espalda recta, cierras los ojos.
- Visualiza como una luz brillante y potente que proviene del Universo entra por tu chakra coronilla. Va descendiendo hasta llegar a tu chakra corazón.
- Visualiza como desde la Tierra salen unas raíces fuertes y valientes que se enraízan a tus pies. Van subiendo por tus piernas enraizándose con ellas también. Hasta llegar a tu chakra corazón.
- Allí las dos fuerzas, cielo y tierra, se unen, se enlazan.
- Después, coge una espada de luz y corta todos los vínculos energéticos negativos que tengas en tu cuerpo.
- Cuando ya no queden, visualízate dentro de una burbuja de luz clara o un manto claro de luz, en donde nada ni nadie puede interferir ni hacerte daño.
- Pide a tus guías que te anclen y protejan durante las siguientes 24 horas del día.
- **YA ESTÁS LISTA!**



Visión al Futuro

- ❑ **Ponte de pie y vete al final del recorrido. Irás dando pasos hacia atrás. Sigue este proceso:**
 - Estás en un puente que te lleva al Futuro. Consiste el ir al final de ese puente con tu proyecto logrado. ¿Qué ves?
 - Se trata de verte en un tiempo con tu proyecto. Con tus metas y objetivos logrados. ¿Cómo te sientes?
 - Ahora tienes que dar pasos atrás; uno por uno, teniendo en cuenta que es lo que has tenido que pasar o hacer para llegar a ese Futuro.
 - Irás dando pasos y en cada uno de ellos te detienes a observar. ¿Qué ves? ¿Qué estás haciendo o aprendiendo? Hasta que llegues al momento presente.
- ❑ **Ahora vuelves al Futuro pero dando pasos hacia adelante hasta que llegues a él.**

ANOTA TODO LO QUE HAS VISTO EN LA IDA Y LA VUELTA Y EN CADA PASO.



¿Qué has visto en los pasos marcha atrás?

A large, empty rectangular box with a black border, intended for a student to write their observations from the video.

¿Qué has sentido cuando has vuelto hacia el futuro hacia adelante?



Ya lo tienes, actúa

- Con los ojos cerrados vuelves a ver ese escenario donde ya lo has logrado, es decir, lo que has visto en el puente hacia el futuro.
- Sigues con los ojos cerrados; expón en voz alta lo que ves, con todo lujo de detalle.
- Escucha mi voz...“lo tienes está aquí, es tuyo, ahora tan solo tienes que dar un paso”.
- Da el paso hacia adelante! Ahora!
- ¿Qué sientes? ¿Se ha movido tu cuerpo?
- GRITAAAAAAA.....
- Abre los ojos y comenta tu experiencia.

RECUERDA QUE TAL SOLO TU PUEDES HACER QUE SEA HAGA REALIDAD, TIENES LAS RIENDAS DE TU VIDA. ¡ERES UNA ESTRELLA VALIENTE!



¿Qué has visto? ¿Cuál es ese escenario que viste en el futuro y que ahora vuelves a recrear? Pon todos los detalles posibles

¿Qué has sentido después de dar el paso?

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



¿Qué has sentido con la dinámica de visión al futuro?

Escribe qué has sentido al ver el objetivo realizado, al ver su proyecto en marcha y con éxito.. Anota también si te ha costado hacerlo y por qué.

¿Qué has sentido con la dinámica de ya lo tienes, actúa?

De toda la dinámica de ver tu resultado final y exitoso, escribe todas tus sensaciones cuando has dado el paso hacia adelante. Anota también si has notado algo en tu cuerpo.

A large, empty rectangular box with a thin black border, intended for the user to write their reflections and sensations.

CORRECCIONES

Se trata de activar, constatar que estás en casilla correcta o si debes corregir algo y hacer aclaraciones sobre un tema concreto.

Repaso, corrección y volver a alguna casilla.

- **¿Qué casilla te ha costado más hacer? ¿Por qué?**
- **¿Qué te queda pendiente hacer de las anteriores casillas?**

No te guardes nada. Continúa trabajando en ti.



Anota qué debes corregir o ponerte al día.