

A wooden surface with various items: a bundle of lavender on the left, several clear crystals scattered across the top and middle, a feather on the right, and two small glass jars filled with dried flowers and crystals in the center. Two large purple amethyst crystals are at the bottom.

LA HERRAMIENTA de la Intención



el código
del Amor

LA HERRAMIENTA de la Intención

¡La intención funciona! Funciona si de verdad pones de tu parte. Necesitas poner de tu parte y para empezar necesitas claridad. Tu claridad.

La herramienta de la Intención te ayudará a hacerte consciente, permitiéndote ver y tener claridad sobre tu ser creativo, maravilloso y también confundido.

Al poner el foco en el aquí y ahora, pensando en lo que quieres y no quieres, puede que te paralicen tus miedos, tu ego y tus pensamientos negativos. Estás comenzando un proceso creativo muy poderoso.

Honra tus sueños y toma el tiempo para tomar los siguientes 10 pasos:

Paso 1. Describe tu sueño o intención. ¿Qué es? ¿Cómo es? ¿Cómo siente tu sueño o intención?

LA HERRAMIENTA de la Intención

Paso 2. Nombra 5 cosas que no quieres, situaciones de las que quieres despedirte. ¿De qué necesitas deshacerte o cambiar?

1

2

3

4

5

LA HERRAMIENTA de la Intención

Paso 3. Nombra 5 razones por las que deseas cumplir tu sueño o intención.

1

2

3

4

5

LA HERRAMIENTA de la Intención

Paso 4. Numera 5 cambios que debes hacer para conseguir esa transformación que anhelas. ¿Qué necesitas? ¿Qué debes cambiar en tu interior para manifestar tu sueño o intención? ¿Y qué debes cambiar en el exterior?

1

2

3

4

5

LA HERRAMIENTA de la Intención

Paso 5. Comprométete y escribe 5 veces: "Estoy preparada para esta transformación. Me comprometo 100%. Comprometo darlo todo hasta conseguir mi propósito que es cumplir mi sueño/intención: "escribe tu intención".

1

2

3

4

5

LA HERRAMIENTA de la Intención

Paso 6. Siente tu intención. Cierra los ojos. Toma 3 respiraciones profundas. Ahora vete a ese momento en el que hayas cumplido con tu sueño o intención. ¿Cómo te sientes? ¿Dónde estás? ¿Con quién estás? ¿Qué hueles? ¿Qué oyes?

1

2

3

4

5

LA HERRAMIENTA de la Intención

Paso 7. Imprime esta herramienta y ten tus respuestas en la mesita de noche donde puedas leerlas cada mañana al despertar y cada noche antes de acostarte.

**Lo más complicado ya está hecho.
Que es tomar la decisión.
¡Mucho ánimo!**

LA HERRAMIENTA de la Intención



el código
del Amor