

Certificación "Aumenta tu conexión angélica"



Paola Sosa | coach espiritual
Junio 05, 2018

CLASE #10: APRENDE A SEGUIR LA GUÍA DE TU CORAZÓN.

Dios tii que estás en mi corazón, ayúdame a conectarme con mi esencia amorosa y permite que mi luz brille para expandir claridad al universo.

--Mensaje del Espíritu Santo.

Te cuento que una vez más certifico el proceso de la vida y su perfección. Siempre estamos buscando tener todo OK para sentir tranquilidad y que aburrido sería una vida con todo OK, no crees? esto de seguir la guía de nuestro corazón es lo MEJOR QUE PODEMOS HACER! sabes por qué? porque estamos creados en una sociedad en la que pone condiciones y uno se las impone para "hacer parte de ella" y bueno, desde aquí viene el primer aprendizaje. No debo hacer otra cosa más que escuchar mi corazón y ser feliz... Los ángeles nos ayudan full para aclarar nuestros pensamientos y también a no sentir miedo de sentir. Por lo menos yo, lo primero que hago cuando estoy confundida es silenciar mi mente, coloco música de hadas (como la que te deje al inicio) y siento. Si, siento!

Siento que me dice mi cuerpo, estas son las mejores guías. Te pondré un ejemplo de mi vida real. Me encanta viajar, conocer culturas, lugares exóticos, conectarme con Dios, amar, comer delicioso y saludable para así compartir mis experiencias y poder abrir la mentalidad de muchas personas dejando los miedos mentales. Pues ahora que tengo mi familia, un esposo, un bebé, una perrita... Me preguntaba; y ahora? pues ahora no puedo perder mi estabilidad, mi familia no puede esperar por mis experiencias para ver que tal me va. Todas estas cosas que te acabo de mencionar, vienen de la mente, del ego. Y si me conecto con mi corazón me doy el permiso de sentir la emoción que me da viajar con mi familia a Bali (Indonesia), dejando el patrón social de vivir una vida con la guía correcta. Que Dante mi hijo entre a un lugar para estudiar, que nosotros construyamos un hogar propio, en fin! mi felicidad es que cada uno de ellos elijan ser felices, creando una consciencia divina, cumpliendo las leyes universales, aprendiendo desde varias partes del mundo y compartir nuestras experiencias. Ésta es mi felicidad, la que honro, la que siento, la que visualizo y le pido a Dios y a los ángeles que me den la sabiduría y el amor para fluir a diario. Gracias a ti porque hoy comparto mi guía del corazón, cumpliendo mi misión ayudándote a que sigas tu propia brújula.

Alguna vez te has dado el permiso de sentir? de escuchar el corazón? sabes cómo comenzar a hacer?

Esta clase será muy práctica, pues recuerda que la práctica hace al maestro, es tan cierto como que nos convertimos en los mejores con las cosas que más practicamos. Así que comencemos con la primera. Te dejaré una canción para que escuches y puedas estar en silencio rotundo; sintiendo, no deberás hacer más nada, solo sentir.

Darte el permiso de
decir; no sé qué hacer...
Aquí será perfecto para
que digas: VOY A
SENTIR EL APOYO DE
LOS ÁNGELES PARA
SEGUIR LO QUE DICE MI
CORAZÓN.

"Todas las emociones son importantes porque te guían. Las que te hacen sentir bien te dicen que sigas adelante y disfrutes. Las de tristeza o miedo te invitan a hacer un cambio o aprender algo. Así como los sentimientos deciden la intención o la semilla que siembras, también son la forma como te habla tu corazón. Cuando dudas acerca de alguien o algo que vas a hacer, siente, y pregúntate qué te dice tu corazón". Libro: Descubre a los ángeles en familia de María Elvira Pombo.

No importa cual sea tu sentimiento, sea de tristeza, de felicidad, recuerda que no debemos clasificar nuestras emociones en positivas o negativas, pues todas son guía. Lo que si debes tener claro es que aquellas emociones que nos causan dolor nos indican que debemos aprender algo y aquellas que nos generan felicidad es una alerta de que el camino es por ahí, que sigamos avanzando. También hay algo que debes tener en cuenta para identificar las decisiones del corazón y es cuando no sabes dar una explicación sino que sencillamente lo sientes en lo más profundo de tu ser, eeeeeeesa decisión viene de allí! del corazón. No hay explicación, la mente no sabe como explicar algo que te llena el corazón y que tu alma ya lo sabe, es decir; la felicidad es mejor sentirla que describirla. Si ves cómo te vas sintiendo identificado con esto que estas escuchando y leyendo? Esto es porque tu alma se siente identificada y emocionada y el corazón escuchado. vamos a volver a hacer una pausa, para sentir, descubrir las emociones que siguen presentes.

Ponte de nuevo la canción y entremos en silencio rotundo para responder las siguientes preguntas:

¿Qué estás disfrutando últimamente?

¿Qué te genera ansiedad o tristeza?

¿Has aprendido algo importante para la vida esta semana?

¿Qué te dice tu corazón?

¿Qué te han dicho los ángeles?

¿Has vivido señales?

El silencio es la voz de Dios.

Los ángeles me han enseñado que la soledad es un espacio para trabajar en mí. Para nutrir mi amor propio que se ve reflejado en la seguridad, en la confianza y claridad para establecer mis sueños. No le temas al silencio, pues la guía que ellos te dan es tener minutos de silencio a diario. ¿Cómo te fue con las preguntas? ellas son claves para que las respondas varias veces, en cualquier momento que desees para tener claridad. Recuerda que cuando implementas estas herramientas en tu vida y vives la experiencia, podrás hacerlo con alguien más.

Amé compartir contigo esta guía de mi corazón, espero sigas la tuya y me vayas contando cómo es vivir desde el corazón.

Namasté.