

## La Primavera del 2012 - Un Comienzo Nuevo

Por Susana Sorí - Profesora Certificada del *Instituto para la Medicina Energética, Miami, FL*

Hemos estado escuchando que el 2012 sería desafiante y difícil - y aquí estamos en medio de él. Continuamos experimentando profundas transformaciones internas, provocadas por estos cambios externos.

Sin embargo, al mismo tiempo, podemos sintonizarnos a esos cambios que nos rodean, los cuales soportan nuestras transformaciones positivas, ya que 2012 realmente contiene la culminación de todas nuestras posibilidades y de nuestra grandeza.

En 2012, tome el camino de la gratitud (y así sintonícese con su Yo Interior).

Déle gracias a su propio Ser, por haber llegado a esta etapa en su vida. Dese gracias a si mismo por ser exactamente quien es hoy día.

### **En estos tiempos, hay cosas muy simples que pueden hacer una diferencia en su vida:**



Trátese a si mismo con amabilidad.

Siéntese afuera a respirar aire fresco, unos minutos cada día.

Mire el sol, esa bola increíble de fuego, teniendo conciencia de su poder.

Pase tiempo en su propia compañía, aunque sólo sea por unos minutos cada día.

Tome su tiempo con otros, en vez de solamente decir 'hola' y 'adiós'.

Aprenda a aceptar la totalidad de su ser, lo perfecto y lo imperfecto.

Tome una ducha y deje que las cosas que le molestan se desaparezcan por el drenaje.

Revise los contenidos de sus armarios - suelte el pasado que está contenido energéticamente en los objetos que ya no se necesitan.

Bailen solos y ríanse a carcajadas.

Haga pequeñas cosas, que haga que su corazón sonría.

Guíñele el ojo y sonríale a la luna. ;-)

Image © 2011, Roman O. Yaworsky

### **Estos son momentos de la vida en que conectarse con su centro interior trae grandes resultados.**

Lo invito a probar una de mis prácticas favoritas para regresar a su centro, para volver a su núcleo interior. Esta simple práctica ofrece un paréntesis energético de toda la aparente abundancia de desafíos que nos rodean: Enfóquese en el movimiento de su propia respiración, mientras camina, se sienta, trabaja y escucha a los demás... e incluso, cuando está mirando la televisión.

### **Como llegar a su centro de profunda paz y energía ilimitada:**

Observe como su propia respiración entra automáticamente por la nariz, desciende por la garganta, y continúa hacia muy profundo dentro de su cuerpo. Observe como esa respiración da la vuelta y pasa por la garganta para

salir hacia fuera de su cuerpo hacia el espacio, solamente para volver en el próximo momento - y al próximo momento - y al próximo momento consecutivamente. Manténgase presente con cada respiración. Respire con gratitud. Exhale con gratitud. Permítase conectarse con el momento presente y por lo tanto conectarse a su fuente inagotable de renovación y de profunda tranquilidad.

**Y, si usted desea ir más allá y continuar su sanación:**

- *Hágase un chequeo físico. Asegúrese de que su cuerpo tiene todos los elementos necesarios para que funcione correctamente.*

<http://unikeyhealth.com?a=1029>

Yo le recomiendo que tome la responsabilidad de su propia salud, junto con su médico, mediante el control de sus vitaminas, minerales y los niveles hormonales a través de un análisis del cabello.

- *Acuda a un profesional que le ayude a sanar lo que le impide vivir feliz:*

[www.hrshaman.com](http://www.hrshaman.com)

Nuestro cuerpo energético absorbe las consecuencias de situaciones discordantes y de las experiencias difíciles de nuestro pasado. Como resultado, podemos no sentirnos bien en nuestra piel, sentir que algo nos falta ó sujeta. Para liberar las viejas cicatrices emocionales ó para volver a equilibrar nuestro estado energético, le ofrecemos una serie de modalidades y servicios curativos.

- *A través de la ciencia astrológica, obtenga una visión clara de su vida y cómo hacer frente a las relaciones, al trabajo, y a los problemas ó preguntas del crecimiento espiritual:*

[www.powerfullight.com](http://www.powerfullight.com)

La astrología de *Powerfullight.com* muestra el camino de regreso a su integridad espiritual y le ofrece un profundo entendimiento sobre su potencial en esta vida. Le aclara su vida revelando todas las oportunidades y los regalos que están detrás de sus experiencias y desafíos. Más importante aún, una consulta astrológica de *Powerfullight.com*, revela los pasos prácticos y accesibles que usted puede tomar en su camino personal para recuperar su poder, felicidad y su destino.

- *Pida una limpieza energética de su hogar u oficina de trabajo, y comience un nuevo ciclo en su vida:*

[www.hrshaman.com](http://www.hrshaman.com)

Una vez que empiece a dar pasos hacia su transformación y bienestar, las energías y patrones no coherentes alojados en los lugares que habitamos tanto como en los objetos que nos rodean, pueden detener nuestro adelanto. Una limpieza profunda energética de esas toxinas sutiles apoyará y ayudará a consolidar los cambios positivos que ocurren ó le ayudaran a comenzar a hacer esos cambios.

- *Edúquese. Tome un curso que apoye su crecimiento:*

[www.spiritunleashed.com](http://www.spiritunleashed.com)

El verdadero sentido de quien somos, nuestra espontaneidad, la vitalidad, el valor y la libertad, viene de nuestra conexión a nuestra pura esencia y a nuestro espíritu. Nuestra misión en *SpiritUnleashed.com* es crear y ofrecer cursos, talleres, libros, sesiones de transformación y productos en apoyo a esa grandiosa posibilidad.

- *Compre un libro bien útil as su crecimiento:*

[www.spiritunleashed.com](http://www.spiritunleashed.com)

El libro en Inglés, *Being Centered*, escrito por Roman Oleh Yaworsky, nos ayuda a entender claramente las formas en que interactuamos, tanto interior como exteriormente, las formas en que podemos estancarnos, y los medios para poder regresar a nuestra verdadera naturaleza de felicidad y poder - a eso que realmente somos. En realidad, debemos de vivir en la alegría y desde nuestros corazones. En realidad, debemos compartir esa alegría y nuestro corazón con los demás, y cuando estamos en libertad de hacerlo, esa alegría es contagiosa!

*Texto tiene © 2012 por Susana Sori.*

*Image © 2011, Roman O. Yaworsky*

*Todos los derechos están reservados.*