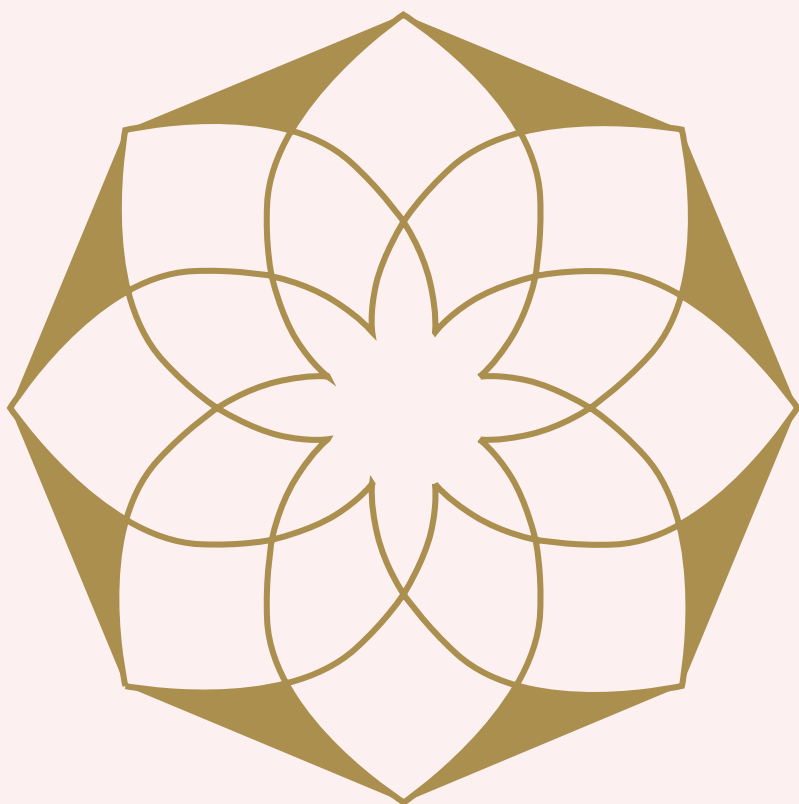




musas

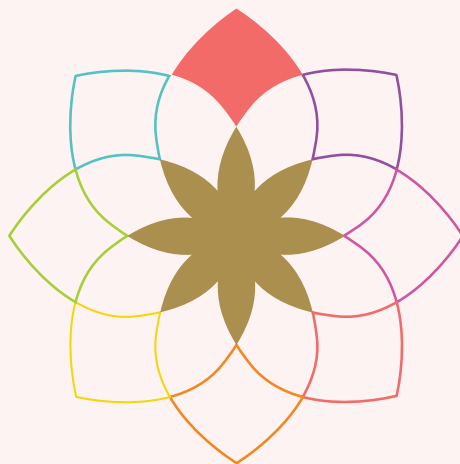


Mandala de la Musa

Inspiración para tu florecimiento

Contenidos de Academia Musas® Protegidos por Derechos de Autor.

Aspecto 4 Artistas del Amor



Hola Musa

Bienvenida al cuarto aspecto del Mandala de la Musa:
Artistas del Amor

En este aspecto, lo que ves y trabajas en ti es:

- ◆ Aprender cuál es el camino del amor incondicional y darnos cuenta que, a la larga, es una travesía hacia nuestro amor propio.
- ◆ Entender que cada relación es un espejo de nosotras mismas. Y cada persona con quien compartimos, un maestr@.
- ◆ Entender que las relaciones de pareja son un lugar para aprender la maestría en el amor: amar al otro tal como es, entregarte a tu amor y ser devota a ese amor. A través de la intimidad, la vulnerabilidad y la devoción, transformarás y sanarás.
- ◆ Expresarte en el amor desde tu libertad interior, y amarte lo suficiente para pedir lo que necesitas y hacer acuerdos que te cuiden y te nutran.
- ◆ Tejer relaciones con hijos, familia y amistades que te hagan sentir amada, reconocida y vista, con todas tus facetas.
- ◆ Aprender a bailar el amor, una danza entre energías masculinas y femeninas en ti, y luego bailar con otr@s.
- ◆ Abrirnos al gozo, a la entrega absoluta y a la plenitud en el amor y en las relaciones.



Meditación de conexión con este aspecto



Ver video y contestar respuestas al cuestionario



Reflexión sobre tu diagnóstico:

¿Cómo te sientes con esta cualidad? ¿Cómo la has vivido hasta ahora?

¿Cómo podrías cultivar esta cualidad en ti?

¿Cómo te sentirías contigo misma si pudieras fortalecer este aspecto?

Esta es una canción para ti...
Entrega (Live Sessions), de Alejandra Torres Totem

Spotify

Play



Entrega

Hoy veo mi oscuridad volverse luz
Siento tu amor y me entrego a ti
Y me entrego a ti.....
Y me entrego a ti

Esta conexión depende de mí
Esta relación es cuanto puedo abrir
Y me entrego a ti.....
Y me entrego a ti

A mi fuego, cadencia
A mi miedo, certeza
A mi duda, dulzura
y a mis caminos, tus ríos

Te doy un buen lugar en mi corazón
Vamos a soltar, sin condición
Y me entrego a ti..... A ti..... Y me entrego a ti

Tu me llevas más cerca a lo yo puedo ser
Tú me traes a mi esencia, a mi razón de ser
Y me entrego a ti..... A ti..... Y me entrego a ti

A mi fuego, cadencia
A mi miedo, certeza
A mi duda, dulzura
y a mis caminos, tus ríos

Y entrego a ti..... desde que te vi.....
y entrego a ti mi corazón



Tema de profundización: La Sexualidad Sagrada



Algunas prácticas sugeridas para cultivar tu Artista del Amor

- ◆ Trabaja en tu amor propio, todos los días. Consuéntete, siéntete linda, dite cosas bonitas, dedícate tiempo y espacio a la persona mas importante de tu vida: a ti.
- ◆ Expresa cada vez más quien eres. Siéntete merecedora del placer, del amor, del consentimiento, y empieza a pedir apoyo de los demás cuando sientas que estás asumiendo muchas cargas.
- ◆ Sana cualquier tema de relaciones, rupturas o abusos, es una buena inversión en ti y en tu capacidad de renacer después de una situación dolorosa.
- ◆ Revisa en qué quieres generar mejores acuerdos con tu pareja, y ten una conversación honesta con el o ella para generar mayor equilibrio en tu relación.
- ◆ Expresa tu vulnerabilidad, aunque te dé miedo. Di una cosa vulnerable y auténtica al día por un mes.
- ◆ Haz una práctica frecuente de sensualidad con tu cuerpo, donde te tocas, te conoces y te das placer.
- ◆ Con tu familia, empieza a expresarte más libremente. Entiende que estas relaciones pueden ser cercanas y profundas, y a la vez tranquilas y respetuosas para que te sientas libre de vivir tu vida.
- ◆ Si no tienes pareja y deseas atraer una, lee información sobre la ley de la atracción, y abre espacio para que esa persona pueda llegar. Haz un ritual en un lugar especial, donde pides al Universo o a tus seres mágicos que atraigan a la persona que es para ti, y haz una lista aclarando qué cualidades quieres que tenga tu futura pareja.



AMOR PROPIO Y TRANSFORMACIÓN



VITALES Y CÍCLICAS



LÍDERES Y AL SERVICIO



ARTISTAS DEL AMOR



INTUITIVAS Y CONECTADAS



CREATIVAS Y CREADORAS



AUTÉNTICAS Y EXPRESIVAS



SANAS Y LIBRES



GESTORAS ABUNDANTES

