

SESIÓN 6 - Abundancia espiritual

Actividad 1

Posición de poder

Al comenzar tu día, busca un espacio donde estés solo.

Separa las piernas ligeramente a la distancia de los hombros, pon las manos en la cintura, pon las espalda recta y levanta la barbilla ligeramente, tu espalda debe estar lo más recta posible pero sin que te incomode. Pon un cronómetro en tu celular o cuenta mentalmente 2 minutos (120 segundos) y adopta la posición de poder durante este tiempo.

Cuando adoptamos poses de alto poder segregamos más testosterona y disminuimos los niveles de cortisol (hormona del estrés). El lenguaje corporal nos influye de manera inconsciente. Nuestros movimientos corporales tienen un gran poder en nuestra propia percepción y pueden ayudarnos a ganar autoestima y mejorar nuestro rendimiento mental.

Actividad 2

Renuncia a tu apego a lo conocido, entra a lo desconocido y entrarás al campo de todas las posibilidades.

Escribe 7 cosas por las que agradezcas haber tomado este seminario:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____

Actividad 3

Elige 8 afirmaciones con las que más resuenes de la lista de "Afirmaciones Espirituales" y repítelas durante el día.



Sesión 6 - Hojas de Trabajo

Seminario de Abundancia de Martha Sánchez Navarro

- Las condiciones son las mejores para que se exprese la acción divina en mi vida.
- La prosperidad infinita me llega por caminos infinitos.
- Agradezco a Dios por mi éxito arrasador.
- Trabajo con el espíritu y sigo el Plan Divino de mi vida.
- Sólo camino por senderos luminosos y libres de obstáculos.
- Tengo la inteligencia para resolver cada situación que se me presente.
- Recibo la cosecha del trabajo espiritual que realizo todos los días.
- Estoy en armonía y equilibrio.
- Soy un ser magnético.
- Aquí y ahora atraigo hacia mí mi propio bienestar.
- Mi poder es el poder de Dios.
- El Orden Divino habita ahora en mi mente, en mi cuerpo y en mis asuntos.
- Veo con claridad y actúo con astucia.
- Lo que por derecho es mío, me es dado por la gracia de Dios.
- El flujo de la abundancia ha tomado por rumbo el camino hasta mi hogar. Trae consigo paz, amor y bienestar para mí y los míos.
- Tengo un trabajo mágico y doy un servicio mágico para un tratamiento mágico.
- Cada obstáculo que está frente a mí se convierte en una oportunidad.
- Siembro buenas acciones y cosecho los frutos con agradecimiento.
- El ritmo, la armonía y el equilibrio se establecen aquí y ahora en mi espíritu.
- La voluntad del hombre no puede interferir con la voluntad de Dios, la cual se efectúa ahora en mi mente, en mi cuerpo y en mi vida.
- Soy fiel a mi propósito de vida.
- Ahora extraigo de la Sustancia Universal, con un poder y una determinación irresistibles, lo que es mío por Derecho Divino.
- Pongo esta situación en manos del Amor y de la Sabiduría Infinita.
- Mi bienestar fluye hacia mí en una corriente de éxito, felicidad y abundancia.
- El flujo de mi dinero es constante, ininterrumpido y siempre creciente.
- La tierra en la que pongo mis pies es una tierra santa, es una tierra próspera.
- Nuevos campos de Actividad Divina se abren ahora ante mí.
- Puertas y canales están libres para que yo entre.
- El dar precede al recibir y mis regalos a otros preceden a los dones que Dios me destina.
- El Universo me sustenta.



Sesión 6 - Hojas de Trabajo

Seminario de Abundancia de Martha Sánchez Navarro

Actividad 4

Descarga el video de clase 6 y reproducélo antes de dormir y al recién despiertes

Marca con un tache o una palomita si viste el video durante esta semana.

Día 1	Día 2	Día 3	Día 4	Día 5	Día 6	Día 7
						
						

¡FELICIDADES!

Vuelve a la primera sesión y revisa todo lo que querías lograr cuando comenzaste este seminario

Escribe tus reflexiones:

