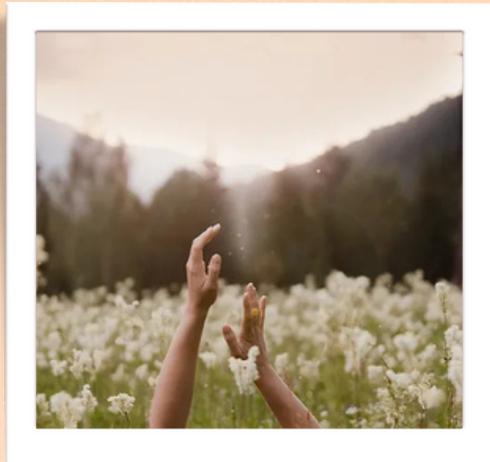


# ENTRAR EN EL FLUIR



## DESCRIPCIÓN

Entrar en el fluir significa, en pocas palabras, dos cosas: Por un lado, que las situaciones que vives, que hoy parecen difíciles, se solucionen o dejen de parecerte un problema, y por el otro, que lo que haces durante el día, se sienta coherente y alineado con quien eres en el sentido más honesto.

Cuando estos dos elementos se reúnen, tu vida se vuelve más sencilla y placentera y las cosas te empiezan a resultar mucho mejor, y no por arte de magia, sino solo porque orientas todo cuanto eres hacia las posibilidades que quieres crear y de un modo que se siente orgánico y no forzado.

De alguna manera, es lo mismo que ocurre cuando concentras los rayos del sol con una lupa en un solo punto. La energía que antes estaba dispersa se concentra y, sin esfuerzo, se produce un resultado esperado.

Lo mismo pasa con nosotros. Nuestra energía suele estar muy dispersa entre historias y miedos, pero cuando te alineas contigo, das pie a un camino que se siente muy liberador: sientes que disfrutas donde estás, que avanzas hacia donde quieres y que lo que antes parecía un obstáculo se desvanece.

Tu ser es realmente capaz de sentirse pleno y de crear realidades que parecen difíciles, pero para ello, tienes que alinearte contigo, con tu corazón y permitirte fluir de forma coherente hacia donde la vida te lo pide.

En otras palabras, fluir es ser capaz de escuchar qué necesitas realmente y entregarte, pese a las dudas, a ese camino. Lo mejor de todo es que, cuando te entregas, aunque haya que hacer algo difícil, todo se vuelve más sencillo.

## QUÉ HAREMOS

En estos dos días tendremos momentos de compartir y actividades prácticas. Vas a aprender, por un lado, los principios esenciales para entrar en estado de fluir, desde la perspectiva budista de la mente y del corazón, y por el otro, tendrás momentos de exploración sutil para que conectes con aquello que está trabado y puedas soltarlo.

De este modo podrás sentir qué es lo que no te está dejando avanzar como te gustaría y sabrás qué necesitas para continuar.

# PROGRAMA

Los temas que suelen aparecer en estas iniciaciones dependen del grupo, pero suelen ser sobre miedo, perdón, propósito, amor, emociones, ansiedad, desconfianza, muerte, servicio, abundancia, bloqueos, enfermedad, libertad, aceptación, amor propio, entre otros. También ideas como karma o liberación, las que traduzco como experiencias psicológicas.

# DETALLES

Para esta iniciación nos reuniremos dos días consecutivos, por zoom. Ambos días son igualmente importantes.

También recibirás una pequeña pauta para que te prepares la semana previa, la que integrará tres videos breves que estarán disponibles desde que te inscribes hasta una semana después de la iniciación.

Una iniciación es suficiente para redirigir tu energía y tu camino hacia donde lo necesitas, pero puedes repetirla cada vez que quieras volver a tu centro.

Las dos sesiones quedarán grabadas y las podrás hacer hasta una semana después, pero es mucho más potente y eficaz si lo haces en vivo.

# QUÉ NECESITAS

Un espacio silencioso y cómodo y una agenda para tomar apuntes. Puede que en algún momento te toque o quieras compartir algo, así que procura tener un espacio donde te sientas en tranquilidad.

También ten a mano un lugar para recostarte (mat de yoga o similar) para un ejercicio de profundización interna que realizaremos.

No necesitas ningún tipo de conocimiento ni experiencia previa.

# IMPORTANTE

Los cambios más duraderos y hacia el corazón siempre vienen de ti y eso es lo que buscamos, que te escuches y confíes en lo que sientes. Cuando lo haces te cambia la vida.

Nos vemos pronto y deseo que esta iniciación te muestre exactamente lo que necesitas, te ayude a sustentarte en el camino que ya iniciaste o te muestre hacia dónde tienes que ir.