

ARMONIZA-TE

CURSO VIRTUAL POR SONIMA
DÍA # 3



SONIMA

SOBRE SONIMA

Conferencista · TedX Speaker · Autora
Spiritual & Energy Trainer
Mis títulos son: madre, esposa, hija, hermana, amiga, mentora y aprendiz del cosmos. Mi título de más orgullo es ser mamá y además lo amo y lo volvería a hacer. Yo Soy maestra de sabiduría ancestral y trabajo para guiarte a descubrir la magia de tu espíritu, para recordar-te y transformar-te en un ser integral, consciente y en bienestar. Trabajo a nivel personal, grupal y corporativo.

COMO TE AYUDO

Sabiduría Ancestral · Educación Consciente
Angelología · Mindfulness
Medicina Energética
Mentoría Espiritual

CONTACT

Cel +507 6379-7864
E: infosonima@gmail.com
W: www.sonimaferufino.com

SOCIAL



fb.me/sonimaferufino



[@sonimaferufino](https://www.instagram.com/sonimaferufino)



[@sonimaferufino](https://twitter.com/sonimaferufino)

CÓMO LIMPIAR TU ENERGÍA PARA ATRAER COSAS BUENAS EN RESONANCIA

Existen muchos métodos, formas y filosofías holísticas que nos dan herramientas y nos dicen como armonizar o limpiar nuestra energía. Lo cierto es que se requieren varias cosas antes de armonizar-te energéticamente:

- 1- Entender y en consciencia saber que lo necesitas.
- 2- Que tu libre albedrío tome la decisión (nadie más).
- 3- Definir y saber cuál método utilizar y hacer tu misma.
- 4- Tomar acción, si necesitas ingredientes comprarlos, definir el día o momento y no postergarlo.

Sin embargo no podemos olvidar que este Fitness Espiritual y Energético y que es mejor si es de ti, para ti y contigo, y será con la energía. La energía de tus chakras, la energía de las capas de tu aura, la energía que te rodea en tus campos y la que está en todo lo que nos rodea. Recuerda que en los audios dijimos que tenemos una mente espiritual y una mente material. Enfócate en la espiritual. Y recuerda que cualquier problema se resuelve más fácilmente desde el plano energético.

ARMONIZARTE ENERGÉTICAMENTE

- 1- Fija tu intención y ubícate en el tiempo y espacio
- 2- Respira, hazte presente y encuentra calma y claridad
- 3- Escucha tu intuición interna y descubre eso que temes
- 4- Crea o imagina la esfera de energía frente a ti y lleva a esa esfera ese miedo, dolor, bloqueo, duda, etc con respiración y con tu intención y visualización. En la medicina energética nada es complicado.
- 5- Agradece eso que ya no te pertenece y transmútaló visualizándolo en la esfera y desapareciendo en más luz.

ARMONIZA-TE

CURSO VIRTUAL POR SONIMA
DÍA # 3



SONIMA

SOBRE SONIMA

Conferencista · TedX Speaker · Autora
Spiritual & Energy Trainer
Mis títulos son: madre, esposa, hija, hermana, amiga, mentora y aprendiz del cosmos. Mi título de más orgullo es ser mamá y además lo amo y lo volvería a hacer. Yo Soy maestra de sabiduría ancestral y trabajo para guiarte a descubrir la magia de tu espíritu, para recordar-te y transformar-te en un ser integral, consciente y en bienestar. Trabajo a nivel personal, grupal y corporativo.

COMO TE AYUDO

Sabiduría Ancestral · Educación Consciente
Angelología · Mindfulness
Medicina Energética
Mentoría Espiritual


CONTACT

Cel +507 6379-7864
E: infosonima@gmail.com
W: www.sonimaferufino.com

SOCIAL

 fb.me/sonimaferufino

 [@sonimaferufino](https://www.instagram.com/sonimaferufino)

 [@sonimaferufino](https://twitter.com/sonimaferufino)

EJERCICIO PARA ACTIVAR LA ENERGÍA DE CREACIÓN E INTUICIÓN

Vas a tomar una hoja de papel y una pluma o lápiz. Fijas tu intención para escuchar a tu alma y tu intuición y fluir con un ejercicio de creación energética para tu mayor bien. Puedes fijar tu intención con una velita blanca en señal de luz que te acompaña siempre y llamando a los seres de luz y ángeles.

Harás una carta para ti pero tu no sabes jaja ahora tu eres y estas conectado con la mejor versión de ti, eso que siempre has soñado ser y hacer, tu sabia interna. Bueno esa versión de ti (energéticamente manifestada en tu mente y en tu futuro) llega para escribirte esta carta con todo el amor.

Tomas unas respiraciones, te centras y pones cómoda e inicias. En ese papel colocas la pluma en la clave es no levantarla ni parar de escribir. Y empieza así:

Para: (tu nombre) Motivo: Los sueños desde 2020

Mi querida xxx tu nombre xxx, hoy vengo a recordarte y decirte desde tu bello futuro:

y aquí escribes sin parar, sin pensar, sin juzgar ni cuestionar, hasta que sientas que ya.

La carta la firmas y luego la lees y seguro te sorprenderás de los mensajes, auto guía y resultados que puedes llegar a tener, ser y hacer, pero sobre todo a disfrutar.

Apagas la vela, guardas tu carta de tu intuición superior y tu mejor versión de ti misma para que no olvides los consejos o la historia de hasta donde puedes llenar.