reto

BE MAGIC

Alma

Bienvenidos a BE MAGIC

Durante los próximos **11 días**, nos embarcaremos en un viaje para conectar con la magia que vive en cada uno de nosotros. Cada día descubrirás una práctica nueva que te ayudará a elevar tu energía, abrir tu corazón y recordar que eres el creador de tu realidad. Este es un espacio de magia, creación y expansión. ¡Prepárate para redescubrir la magia que eres y ver cómo tu vida se transforma!

Lista de Materiales Mágicos ✨

Para que puedas vivir al máximo cada día del reto BE MAGIC, aquí tienes una lista de los materiales que necesitarás:

- Imprime esta guia
- Día 4: Notas adhesivas, post-its o un tablero donde escribir
- Día 6: Un espacio tranquilo para conectar con tu equipo de contribución.
- Día 8: Vela (que usarás también el día 11), tierra, agua, incienso o cualquier símbolo que te conecte con los elementos.
- Día 10: Una amatista
- Día 11: Un objeto significativo que te gustaría transformar en tu amuleto personal.

Recuerda mantener estos materiales cerca, y a lo largo del reto, documenta tu proceso y comparte tu magia con el mundo.



Alma ¡QUEREMOS VERTE BRILLAR!

Día 1: RECONOCE LOS MILAGROS DIARIOS

Objetivo: Entra en contacto con la magia que ocurre a tu alrededor y cultiva la gratitud por los milagros que llegan a tu vida cada día.

Instrucciones:
A lo largo del día, mantén tus sentidos abiertos a los milagros. Son esas pequeñas cosas que normalmente pasarían desapercibidas: una sonrisa, una coincidencia, un acto de bondad.

Al final del día, escribe tres milagros que hayas presenciado. Deja que cada palabra resuene en tu corazón y celebra estos momentos.

Milagro 1 _____

_____

_____

Milagro 2 _____

_____

_____

Milagro 3 _____

_____

_____

_____

Esto lo haremos durante los 11 días.



Publica tu magia: *Comparte tu experiencia en tus historias de Instagram y etiqueta* ***@membresiaalma y @anabanda_cf*** *para que celebremos contigo.*

Día 2: SÉ CONSCIENTE DE TUS PALABRAS

Objetivo: Descubre el poder de tus palabras, porque son encantamientos que le dicen al universo quién eres y lo que deseas crear.

Instrucciones:

1. Presta atención a las palabras que usas, especialmente en momentos de desafío. ¿Qué palabras expresan limitación y cuáles traen expansión?
2. Cuando encuentres palabras limitantes, cámbialas por opciones más mágicas y llenas de posibilidades.

Así, en lugar de "*no puedo*", prueba decir "me estoy abriendo a...".
En lugar de decir “Yo quiero” puedes decir “yo elijo / yo decido”
En lugar de decir “Necesito” puedes decir “actualizo”
En lugar de decir “Ayuda” puedes decir “Contribución”
En lugar de decir “Pero” puedes remplazarlo por “Sin embargo”.



Publica tu magia: *Captura algún ejemplo de tu lenguaje transformado y comparte tu historia en Instagram etiquetando* ***@membresiaalma y @anabanda_cf.***

Alma

Día 3: CREA TUS DECRETOS MÁGICOS

Objetivo: Los decretos son encantamientos que te permiten alinear tu energía con tus deseos. Hoy crearás tus propios mantras mágicos, afirmando lo que deseas ver en tu vida.

Instrucciones:

1. Escribe tres decretos en primera persona que empiecen con "Yo Soy" y reflejen la esencia de tus deseos.
   - Ejemplo: “Yo Soy la energía de la abundancia manifestada”, “Yo Soy la paz que ilumina mi camino”.
2. Repite estos decretos varias veces al día, sintiendo que cada palabra vibra en ti y comienza a tomar forma en tu realidad.



Publica tu magia: *Comparte tu decreto o tu experiencia en tus historias de Instagram y etiqueta* ***@membresiaalma y @anabanda_cf.***

Día 4: SÉ CONSCIENTE DE TUS PALABRAS

Objetivo: Transforma tu hogar en un altar de energía donde tus afirmaciones estén presentes y se vuelvan parte de tu realidad.

Instrucciones:

1. Escribe tus decretos en post-its o en papelitos y colócalos en lugares donde puedas verlos a lo largo del día: el espejo, el refrigerador, tu mesa de noche.
2. Cada vez que los veas, repítelos en voz alta y siente que estás activando la magia de cada afirmación.



Publica tu magia: *Comparte una foto de tus post-its mágicos en tu historia de Instagram y etiqueta* ***@membresiaalma y @anabanda_cf.***

Alma

Día 5: ÁBRETE A LOS MISTERIOS DEL UNIVERSO

Objetivo: Suelta la necesidad de controlar y abre tu corazón a los misterios. Hoy, permite que el universo te sorprenda.

Instrucciones:

1. A lo largo del día, abre tu mente y tu corazón a las sorpresas del universo. Libérate de expectativas y permite que la vida te muestre su magia.
2. Al final del día, anota dos cosas que el universo te mostró hoy y cómo te hicieron sentir.

Misterio 1 _____

_____

_____

Lo que sentí _____

_____

_____

Misterio 2 _____

_____

_____

Lo que sentí _____

_____

_____



Publica tu magia: *Comparte tu experiencia en tu historia de Instagram y etiqueta* ***@membresiaalma y @anabanda_cf.***

Día 6: CREA TU EQUIPO DE CONTRIBUCIÓN

Objetivo: Invoca a tu equipo de guías y seres de luz. No estás solo, ellos están esperando a contribuir a tu magia.

Instrucciones:

1. Siéntate en calma, cierra los ojos y visualiza que alrededor de ti se reúnen seres de luz, hadas, ángeles, todos aquellos que te puedan contribuir.
2. Invoca a tu equipo de contribución y pídeles que te apoyen en las áreas de tu vida donde sientas que necesitas ayuda.
3. Haz una lista de tareas y asígnale a cada uno de estos seres de luz, una tarea en la que te puedan contribuir, *como vender tu producto o servicio, ponerte en contacto con un distribuidor, lo que necesites.*
4. Y suelta el control, relájate y confia en tu equipo de contribución



Publica tu magia: *Comparte tu experiencia y la sensación de conectar con tu equipo en tu historia de Instagram y etiqueta* ***@membresiaalma y @anabanda_cf.***

Alma

Día 7: SIN CONTROL, FORMA Y ESTRUCTURA

Objetivo: Hoy es el día de soltar, confiar y permitir que el universo haga su magia. Relájate y abre espacio para lo inesperado.

Instrucciones:

1. Cuando sientas la necesidad de controlar algo, respira profundo y di "Libero y confío en la magia del universo".
2. Al final del día, anota cualquier sorpresa que surgió al soltar el control.



Publica tu magia: *Comparte tu experiencia en tu historia de Instagram y etiqueta* ***@membresiaalma y @anabanda_cf.***

Día 8: CONECTA CON LOS ELEMENTALES

Objetivo: Honra la magia de los elementos y conecta con la tierra, el aire, el agua y el fuego, recordando que forman parte de ti.

Instrucciones:

1. Tierra: Toca la tierra, abraza un árbol, admira una flor o conecta con una planta.
2. Aire: Respira profundamente, durante el día se consciente de tu respiración, y los aromas que percibes.
3. Agua: Bañate siendo consciente del contacto del agua y tu piel, hoy al tomar agua se consciente de la sensación en tu cuerpo.
4. Fuego: Enciende una vela y observa su llama, y se consciente de sus movimientos y la sensación que te genera; guarda esta vela para el ritual final.



Publica tu magia: *Comparte una foto de tu conexión con los elementos en tu historia y etiqueta* ***@membresiaalma y @anabanda_cf.***

Día 9: MOLDEA TU REALIDAD

Objetivo: Hoy practicarás la magia de moldear tu realidad enfocándose en algo y observando cómo toma forma según tu intención.

Instrucciones:

1. Mira al cielo y busca figuras en las nubes.
2. Reconoce como cada figura va tomando más y más forma al observarla.



Publica tu magia: *Comparte una foto de lo que lograste ver en tu historia y etiqueta* ***@membresiaalma y @anabanda_cf.***

Día 10: CONECTA CON TU HOGAR ESTELAR

Objetivo: Recuerda que eres un ser de las estrellas, y tu hogar está más allá de este mundo.

Instrucciones:

1. Durante el día recuerda que no eres del mundo, estás en el mundo, así que hoy ubicate en este punto de vista y recuerda no tomarte nada personal.
2. Por la noche, mira las estrellas y siente la conexión con el universo. Lleva contigo una amatista y, bajo la luz de la luna, visualiza cómo su energía se recarga con la magia de la luna.
3. Si no tienes la amatista, no te preocupes, recárgate tu de la energía del cielo, reconociendo que eres polvo de estrellas, viendo las estrellas



Publica tu magia: *Comparte tu experiencia en tu historia de Instagram y etiqueta @membresiaalma y @anabanda_cf.*

Día 11: CREA TU AMULETO

Objetivo: Celebra el final de este viaje creando un amuleto que te acompañe y te recuerde tu poder mágico.

Te espero en Zoom para que lo hagamos juntos.

TU ERES EL AMULETO, TU ERES EL RITUAL.



Publica tu magia: *Comparte una foto de tu amuleto en tu historia de Instagram y etiqueta* ***@membresiaalma y @anabanda_cf.***