

*¡¡Activa tu varita mágica!!*



Reconoce tu poder interno

Descubre cómo creas tu realidad,  
y asume tu capacidad plenamente



Un nuevo modo de vincularte contigo y con la vida



**El único modo de lograr mejores vínculos con los demás es comenzar por tener un buen vínculo con nosotros mismos, de modo que nos traiga dicha y logremos crear bienestar en nuestra propia vida**



**Si alguien es infeliz y no sabe cómo lograr la dicha en su vida, lógicamente buscará externamente que otro se la dé (codependencia), y aprenderá a condicionarse a sí mismo/a para obtenerlo de eso externo (sea persona, situación, o evasión).**



Y si aun asi no lo lograrse, se frustrará con todo lo que esto conlleva como resultado, porque la mayoría de las personas no saben gestionar efectivamente la frustración y el fracaso...  
y así estamos socialmente.



**Por esto propongo un cambio de paradigma,  
una transformación de raíz que comienza por  
cambiar el vínculo con nosotros mismos, y  
reconocer nuestra capacidad creadora.**



**Tenemos herramientas internas para lograrlo,  
solo es cuestión de conocerlas y aplicarlas...**

Y de esto te hablaré aquí...

TU PROPIA “VARITA MÁGICA”

*Si tuvieras una varita mágica...*

¿Cuál sería la realidad que elegirías  
crear para tu vida?



Si te dijera que esa **varita mágica**  
está dentro tuyo...

¿Cómo te sentirías?



Hoy la conocerás y  
aprenderás a utilizarla

Así que comienza a **pensar y elegir**  
lo que **realmente quieres para tu vida..**



**comenzamos...**

**NUESTRA VARITA MÁGICA**



# Nuestra Energía Femenina

Todos tenemos internamente  
ambas energías  
Femenina y Masculina  
más allá de nuestro género

El sentir, deseo, anhelo,  
necesidad a resolver

Energía de atracción (-)

Motiva y propulsa  
a nuestra energía masculina  
invitándole a co crear

Nutre lo creado

---

# Nuestra Energía Masculina

Todos tenemos internamente  
ambas energías  
Femenina y Masculina  
más allá de nuestro género

Acciona, provee, construye  
enfoca, protege lo gestado

Energía de emisión (+)

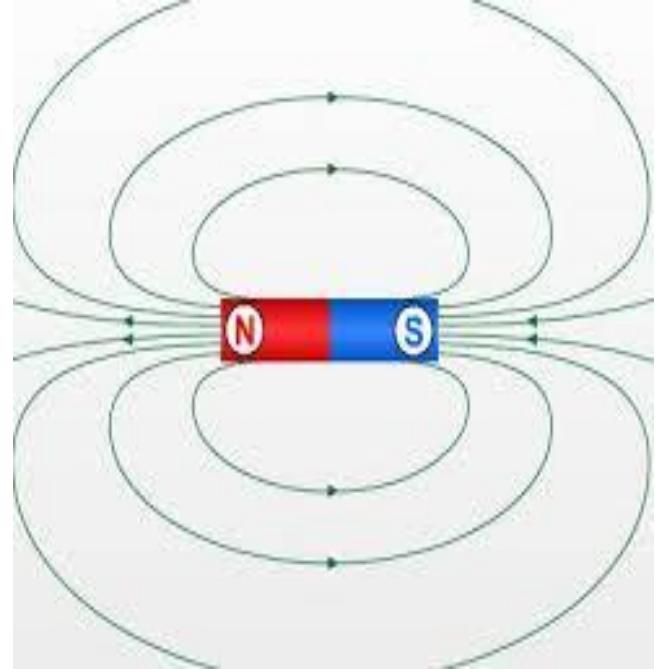
Acciona, resuelve, concreta  
lo que nuestra energía femenina  
le motiva a co crear

Protege y cuida lo creado

---

# Nuestra pareja interna cocreadora

son energías complementarias  
que como los polos de un imán  
buscarán unirse siempre  
por atracción natural magnética



---

Siempre buscarán complementarse, aunque...  
al **CREAR** con nuestra energía femenina y masculina propia,  
pueden presentarse interferencias y obstáculos de diversa índole  
(la fuerza de oposición)

Por esta razón debemos **observarnos en el proceso**, y prestar  
atención, para **depurar y transformar** lo que se interponga  
en la complementariedad entre ambos polos energéticos.



# FUERZAS DE OPOSICIÓN

Al querer manifestar algo que creamos, tendremos algunas fuerzas de resistencias **internas y externas**, que son inherentes al avance dentro de una realidad gravitatoria regida por diversas leyes físicas (que no desplegaré).

*Las interferencias o resistencias pueden ser de dos índoles:*

**internas**

*(creencias, mandatos, resistencias inconscientes, hábitos, etc.)*

**externas**

*(darle cabida a interferencias ajenas a lo que queremos o somos, obstáculos y desafíos varios que pueden presentarse, etc.)*



# PROCESO CREADOR INTERNO

# Fase 1

## Autoconocimiento de mi potencial

...

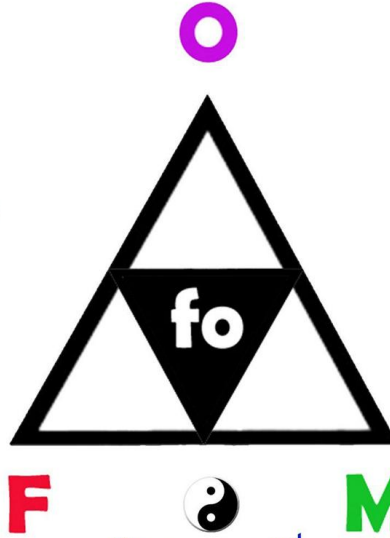
definir objetivos e identificar resistencias  
aplicar la índole de cada polo energético



## nuestros Objetivos

(con vías a un plan de vida sostenible,  
que me otorga bienestar, y autorealización)

**La Fuerza de Oposición**  
(interferencias internas y externas a eliminar porque se interponen en la cocreación)



**FO “La Suegra entrometida”**  
creencias limitantes  
diálogo interno negativo  
falta de confianza  
mandatos, “que dirán”  
opiniones ajenas  
duda de si mismx

**nuestra energia Femenina**  
(intención, deseo, sentimiento, propone, motiva, insentiva a mi masculino a cocrear, autovaloracion, sosten emocional, nutre y materna lo gestado)

**nuestra energia Masculina**  
(accionar, resolver, proveer, concretar lo que pulsa mi femenino, proteger la complementariedad y lo gestado entre ambos)

**EJERCICIO 1: ¿Qué quieres para tu vida?**

*objetivos de vida*

*definir Dote (recursos internos y externos)*

*revisar si mi sentir y hábitos son acordes*

*plan de acción*

*identificar y resolver FO*



## ¿Cuáles son tus objetivos?

define los que sean propios, es decir para ti mismx y para tu propio bienestar

es importante que te lleven a sentirte bien contigo y  
que logres sentir realización personal



¿Qué tipo de vida quieres para ti?

¿Qué objetivos precisas cumplir para lograrlo?

Definamos tu “DOTE” personal...



**¿Qué recursos ya tienes y cuáles precisas procurarte?**

**¿Qué acciones y pasos darás para obtenerlos?**



## AUTOPERCEPCIÓN

Revisa si tu sentir, creencias y hábitos son acordes al plan de vida que quieres, sino reformula lo necesario para que sea acorde



## VISUALIZACIÓN CREATIVA

¿Puedes visualizarte a ti misma/o con el logro de el/los objetivo/s que te propones? Anímate!



## AUTOPERCEPCIÓN

¿Cómo te sientes? te es fácil imaginarte en esa situación? o surgen resistencias, dudas o pensamientos negativos?



## SI SURGEN NEGATIVIDADES...

¿Qué decides hacer con esas resistencias y creencias negativas que surgen?

¿Te propones hacer cambios? ¿Estas de tu parte?

¿Qué cambios deberías realizar?



**¿Qué resistencias internas y externas reconoces?  
¿Qué harás para transformarlas?**

**Recuerda que se presentarán obstáculos y resistencias, simplemente reconócelas y encara la solución, de modo que dejen de ser impedimento para lograr aquello que amas y te hace bien**

## EJERCICIO PARA REBATIR CREENCIAS LIMITANTES

1. Realiza una lista de tus creencias en dos columnas (Las a favor, y las en contra)
2. En una columna colocas el **sentir y creencias a favor** de lo que te propones lograr
3. Y en otra lo que sientes que surge y puede interferir en el logro
4. Ahora con la segunda columna irás preguntándote en cada una:

**ES VERDAD ESTO?** si la respuesta es **SÍ**, entonces proponte **opciones para resolverlo y elige cuál aplicarás**. Si la respuesta es **NO**, estarás comenzando a desarticular algo importante que te impedía desplegar tu potencial.

1. Por último, para tenerlo a mano mientras creas tu nueva realidad, anotas aparte las **creencias y pensamientos positivos y a favor**, y ponles el título de **“PENSAMIENTOS DE PODER”**





## POSICIONAMIENTO INTERNO

¿Qué acciones, hábitos y creencias te ayudarían a alcanzar tus objetivos de realización personal y bienestar?

Anótalo junto a tus **PENSAMIENTOS DE PODER**  
con el nombre de **ACCIONES DE PODER**



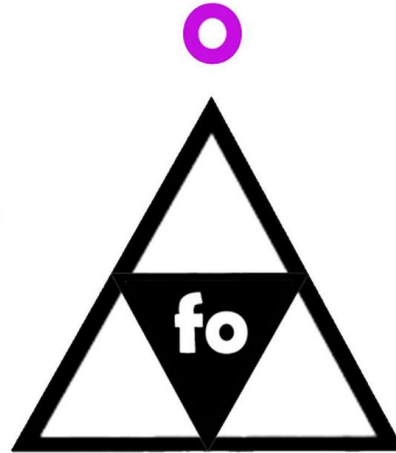
RECUERDA...

Ten a mano tu lista de  
**“PENSAMIENTOS y ACCIONES DE PODER”**

**ahora revisa nuevamente la dinámica del  
gráfico, y aplicalo a tí...**

**nuestros Objetivos**  
(con vías a un plan de vida sostenible,  
que me otorga bienestar, y autorealización)

**La Fuerza de  
Oposición**  
(interferencias internas  
y externas a eliminar  
porque se interponen  
en la cocreación)



**FO “La Suegra  
entrometida”**  
creencias limitantes  
diálogo interno negativo  
falta de confianza  
mandatos, “que dirán”  
opiniones ajenas  
duda de si mismx

**F**

complementariedad  
para el bien mutuo

**M**

**nuestra energía  
Femenina**  
(intención, deseo, sentimiento,  
propone, motiva, insentiva a mi  
masculino a cocrear, autovaloración,  
sosten emocional, nutre y  
materna lo gestado)

**nuestra energía  
Masculina**  
(accionar, resolver, proveer,  
concretar lo que pulsa  
mi femenino, proteger  
la complementariedad y  
lo gestado entre ambos)



aplicar lo que vimos hasta aquí, te ayudará a ordenar tus pensamientos, acciones y enfoque para comenzar a hacer cambios que te traigan bienestar, encaminándote al plan de vida que eliges, y creado por ti mismx...

**¡¡PRACTICA CON TU “VARITA MÁGICA”!!**



Repite este proceso las veces que haga falta,  
siempre buscando crear bienestar en tu vida.  
Incluso notarás que va cambiando cada tanto, no te  
preocupes, es parte de tu propia evolución...



**Cuando logramos bienestar en nuestra vida y sentirnos bien con nosotrxs mismxs, estamos disponibles para brindarnos a los demás, y compartir nuestra mejor versión!**

**Muchas Gracias**

# Amir Hernández Puente

## Psicología y Espiritualidad

*Facilitador de transformación personal*

Psicoterapeuta Gestáltico y Transpersonal  
Sanación transgeneracional  
· Médico de Almas

¡HOLA Δ TODOS!

## SOY AMIR

Psicólogo gestáltico y transpersonal,  
médico de almas, traductor de la vida  
invisible, narrador de verdades  
olvidadas, Guardián de memorias  
Ancestrales.

No vine a curar síntomas; vine a  
despertar almas.

Mi misión es simple y profunda:  
recordarte quién eres y devolverte el  
mapa de tu grandeza.

Encuentrame en [@amir.hernandez.puente](https://www.instagram.com/amir.hernandez.puente)

# Amir Hernández Puente

Psicología y Espiritualidad

web: [amirhernandezpuente.com](http://amirhernandezpuente.com)

[Liberateyrenace.com](http://Liberateyrenace.com)

instagram: [@amir.hernandez.puente](https://www.instagram.com/amir.hernandez.puente)

[amir.hernandez.puente@gmail.com](mailto:amir.hernandez.puente@gmail.com)



