

# Realiza la sesión de energía de forma remota

1

**Tómese un tiempo y un espacio de tranquilidad para recibir su sesión de forma remota.** Apaga todas las distracciones. Enciende una vela e incienso en la habitación si lo desea (opcional).

2

Ahora elige la **posición en la que se sientas cómodo**: acostado o sentado.

3

**Acepta recibir la energía de la sesión de espiritismo de Catalina pronunciando** esta frase e intención.

*"Ahora acepto y doy la bienvenida a la sesión de energía a distancia impartida por Catherine el día XX a la hora YY.  
Gracias. Gracias. Gracias"*

4

**Simplemente relájese** y escucha conscientemente lo que ocurre en su interior... sin juzgar y sin necesidad de analizar con la mente.

5

**Al final de la sesión:** Agradece a sus guías y a las energías. Muestra respeto y gratitud.

*"Agradezco a mis guías y la energía por esta sesión"*

6

**Después de cada sesión,** le invito a que escriba sus sentimientos personales. Además, mantente atento a lo que sucederá en usted y a su alrededor después.

