

DETOX *de tu* *Energía Sexual*

Libérate de los Bloqueos Sexuales

Emposex - E-book



Tu energía sexual es la chispa que crea vida, la fuente de tu creatividad y el núcleo de tu poder como mujer. Cuando está bloqueada o contaminada por experiencias pasadas, relaciones desequilibradas o desconexión femenina, puede sentirse pesada o apagada.

**ESTE DETOX TE AYUDARÁ
APRENDER MÁS SOBRE COMO
LIBERAR, SANAR Y RENACER DESDE
TU CENTRO CREADOR FEMENINO**

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE REALIZAR UN DETOX SEXUAL?

A lo largo de la vida, las experiencias sexuales y emocionales dejan huellas energéticas que, si no se integran y depuran conscientemente, pueden generar patrones repetitivos de dolor, dependencia o desconexión con el placer y el amor propio. Un detox integral no solo implica la limpieza física del cuerpo, sino también la liberación de ataduras kármicas, creencias limitantes y heridas emocionales almacenadas en el útero y en el corazón. Al hacerlo, la mujer puede recuperar su autenticidad, mejorar su relación con su sensualidad y abrirse a experiencias más alineadas con su verdadera esencia, permitiendo que su energía fluya con libertad, gozo y plenitud.

Causas comunes de bloqueos energéticos

- ♥ Relaciones tóxicas o desconectadas.
- ♥ Experiencias traumáticas o dolorosas.
- ♥ Creencias limitantes sobre tu sexualidad y tu cuerpo.
- ♥ Falta de conexión contigo misma.

Señales de un Bloqueo en Tu Energía Sexual

- ♡ Sensación de cansancio o apatía.
- ♡ Dificultad para experimentar placer o conectar emocionalmente.
- ♡ Sentimientos de vergüenza, culpa o desconexión hacia tu cuerpo.
- ♡ Ansiedad o miedos relacionados con la intimidad.
- ♡ Baja autoestima o inseguridad con tu sexualidad.

Reconocer y Aceptar

Reflexiona sobre las relaciones o experiencias que han dejado una carga emocional o energética.

Ejercicios de Journaling

¿Qué relaciones o situaciones siento que aún cargan mi energía?

¿Qué emociones deseo soltar relacionadas con mi energía sexual?

Limpiar y Soltar

Técnicas de limpieza energética



Baños de sal marina y hierbas: Agrega romero, lavanda o pétalos de rosa para purificar y sanar.



Ritual de fuego: Escribe en un papel lo que deseas soltar y quémalo mientras repites afirmaciones de liberación.



Meditación guiada para cortar lazos energéticos: Visualiza la liberación de energías que ya no te pertenecen.

Renovar y nutrir tu energía

♡ Practica respiraciones profundas enfocadas en tu útero o área pélvica.

♡ Conecta con tu cuerpo a través de movimientos suaves, como danza libre o yoga de la pelvis.

Incluye cristales para la energía sexual

♡ Cuarzo rosa (amor propio), granate (sensualidad), obsidiana (protección).

Afirmaciones para un Detox Sexual Consciente

Recitalas durante tu proceso de liberación

♡ *Me libero de toda energía que no me pertenece.*

♡ *Honro mi cuerpo como un templo sagrado de amor y placer.*

♡ *Reclamo mi poder y mi conexión divina con la energía creativa.*

Ritual de Cierre

Reconecta con tu Poder

- ♥ Encuentra un espacio tranquilo y crea un altar con elementos simbólicos (velas, flores, cristales).
- ♥ Haz una meditación visualizando una luz dorada que limpia tu energía sexual.
- ♥ Escribe una carta de amor a tu cuerpo, agradeciéndole por sostener tu energía vital y sexual.

Tips para Mantener tu Energía Sexual Limpia

- ♥ Límites energéticos: Aprende a decir "no" desde el amor y la firmeza.
- ♥ Autocuidado: Conecta contigo misma antes de conectarte con otros.
- ♥ Intención en las relaciones: Cultiva relaciones que eleven tu energía, no que la drenen.
- ♥ Prácticas de placer consciente: Auto toque amoroso o tantra para nutrir tu energía creativa.

En este detox te hemos compartido algunas prácticas que te llevarán a iniciar tu liberación y purificación de tu energía sexual.



Si te gustaría realizar un proceso 100% terapéutico, en mi curso de **Sexualidad Consciente**, aprenderás a reprogramar tus creencias limitantes, a sanar heridas, transmutar lazos kármicos y liberarte de la energía que ya no te pertenece. Lo mejor de todo, es que nunca estarás sola.

Permítete vivir una sexualidad plena, libre y sagrada.

ADQUIERELO AHORA





EMPOSEX

By: *Lina Mae*

E-book

