

Cumplir nuestras metas y sueños

Empezar el año con las esencias florales como compañeras de nuestro renovado mapa emocional



Te propongo dejarte bañar en el verano con el aire refrescante del descanso, del silencio, y encender tu entusiasmo con el sol de los sueños y proyectos, el motor de tu evolución puesto en marcha.

Aprovechá las vacaciones y si en tu caso baja un poco la actividad febril del año para relajar la mente, renovar las energías y enfocar la mente para ver y evaluar oportunidades y recursos internos. Esa maravillosa máquina de pensar, cuando no es puesta al servicio del camino del alma, puede inhabilitar nuestros talentos y hacernos creer que nuestras metas y sueños son inalcanzables.

La pausa nos ayuda a salir del ciclo que se llama “la rueda del hámster”, en la que repetimos lo habitual sin llegar a ninguna parte. Abramos la puerta de la libertad interior con las llaves de las flores, colores y aromas.

Es momento de dibujar el plan y luego caminarlo. Cuando volvemos al cotidiano, es importante tener encendidas las luces de alerta que nos previenen de que se convierta en rutina, en regresar a la zona de acción cómoda y conocida para aventurarnos a descubrir ese potencial que intuimos o reconocemos en nuestro ser.

Pasos para caminar desde la idea a la realización:

En las metas que nos ponemos siempre hay etapas:

1. La meta

Adónde nos proponemos ir.

Esencias que pueden acompañarnos:

- Boronia (Flores de Bush): Claridad y despeje para acceder a nuestro interior
- Saros Period (Sonidos Planetarios): nos permite vernos como somos y ver lo que necesitamos
- Mente Clara (Combinadas Londner's): Librarnos de ideas rígidas y clarificar el pensamiento.

2. La auto –motivación

Energía que surge de nuestro interior como un volcán que quiere erupcionar, la descubrimos en nuestros deseos y valores

Esencias que pueden acompañarnos:

- Nota Mi (Homeofónicas): Estimula la confianza y autorrealización, brinda paz interior
- Mar Mediterráneo (A.M.O.R.): Acción equilibrada, intercambiando vitalidad, creatividad, curiosidad, y seguridad.
- Wild Rose (Flores de Bach): Para despertar el entusiasmo.
- Introspección (Combinadas Londner's): Explorar el universo interno para liberar el potencial oculto.

3. Recursos

Descubrir y evaluar con qué recursos internos y externos contamos.

Esencias que pueden acompañarnos:

- Madia (Nueva Generación): Ver con claridad entre múltiples estímulos.
- Larch (Flores de Bach): Ganar confianza para encontrar la fuerza interna de animarnos.
- Creatividad (Combinadas Londner's): Descubrir y conectar posibilidades.

4. Dificultades

¿Qué se interpone entre nosotros y nuestros sueños? ¿Podemos convertir esos obstáculos en escalones?

Esencias que pueden acompañarnos:

- Orientación (Combinadas Londner's): Ayuda a ubicar la mente en transiciones y momentos de tribulación.
- Chestnut Bud (Flores de Bach): Aprender para no repetir errores.
- Paraná Iguazú (A.M.O.R.): Asertividad para prevenir el autoengaño. Autoconfianza y valor frente a las dificultades.

5. Compromiso

Un acuerdo o contrato con los hábitos y conductas que necesitamos implementar para el logro.

Esencias que pueden acompañarnos:

- Wolf (Esencias Chamánicas): Nos alienta a la acción, haciendo sentir la conexión con la tierra y con los demás. Límites saludables.
- Jacarandá (Flores de Bush): Estabilidad en nuestra dirección elegida.
- Flujo Natural (Combinadas Londner's): Claridad del camino del alma que nos permite elegir siempre la acción más adecuada.
- Walnut (Flores de Bach): Inmunidad frente a las influencias externas.

6. Adaptación y flexibilidad

El camino es un proceso dinámico y es importante saber cuándo hacer ajustes y adaptaciones para acercarnos si las cosas no salen como esperamos.

Esencias que pueden acompañarnos:

- Delfín (Esencias Chamánicas): Disfrutar y compartir nuestros procesos, a través de la risa y el juego.
- Melissa (Flores de Saint Germain): Alegría, felicidad y voluntad de vencer nuestros propios obstáculos, los miedos de comenzar a concretar nuestros sueños
- Rubí (Elixires de Gemas): No ser apagados por la rutina, organizarnos pero danzar con la vida, con el poder inagotable de la fuerza del amor.

7. Autoconocimiento

Nuestras emociones nos dan pistas para descubrirnos y saber cómo se siente cada paso. Escucharnos nos ayuda a lograr sin rompernos. Es importante observar y expresar nuestras emociones, porque aunque solemos definirnos como seres pensantes somos igualmente seres sintientes.

Esencias que pueden acompañarnos:

- Turtle (Esencias Chamánicas): Transitar la conexión del aquí y ahora con el futuro bajo la protección de nuestra alma.
- Verde (Elixires de luces cromáticas): Estimula el equilibrio de nuestras emociones, y nos permite atravesarlas, nos libera de estados de rigidez, intolerancia y aislamiento.
- Sabiduría (Combinadas Londner's): Nos ayuda a reconocer e incorporar nuestro conocimiento ancestral.

8. Organización

Orden, tiempo y pasos que nos permiten diseñar un plan de acción.

Esencias que pueden acompañarnos:

- Atenea (Elixires de las Diosas): Para elegir prioridades que nos acercan a la meta con claridad mental y serenidad. Ayuda a despejar conflictos.
- Sirio (Elixires de Estrellas): Esta estrella nos guiará en la concreción de los pasos, iluminándonos con la paz interior

Y vos, ¿con qué esencias sentís que resonás para acercar tus sueños al mundo de lo tangible? No olvides nunca que entre todas las voces que suenan en tu interior y en tu exterior hay una que es la más importante y que merece siempre ser escuchada en primer plano en la sinfonía de tu alma: es la voz de tu corazón.

Claudia Miranda

Directora Académica de FULTENA

miranda@londner.com.ar



* Nota: Los productos mencionados aquí no intentan prescribir, diagnosticar, tratar ni curar patologías físicas ni mentales. Sus propiedades no han sido comprobadas con los métodos de la ciencia convencional. Ante cualquier duda referida a su salud, consulte con un profesional calificado.