

DOSSIER



DESCUBRE TU LUZ

Creado por Victoria Chacón

@livefully_official

livefully
light & magic living

¿Qué descubrirás?

DESCUBRIRÁS QUÉ ES TU LUZ INTERIOR

DESCUBRIRÁS TU LADO INTERIOR A TRAVÉS DE PRÁCTICAS DE INTROSPECCIÓN

DESCUBRIRÁS TÉCNICAS QUE TE HARÁN CONECTAR CONTIGO MISMA

DESCUBRIRÁS RITUALES QUE TE HARÁN VOLVER A TU ESENCIA

¿Qué encontrarás?

Este viaje se divide en **6 capítulos** relacionados y que dan paso al siguiente.

Cada capítulo contiene lecturas, reflexiones, ejercicios, y prácticas que te ayudarán a comprender, profundizar y conectar con **tu esencia**, con tu lado interior.

Su estructura y contenido es el resultado de años de trabajo interior, que me han ayudado a comprender dónde radica la esencia de ese viaje hacia adentro, hacia nuestra luz.

Estás a punto de iniciar el viaje más importante y revelador de tu vida, el **viaje hacia tu luz**.

¿Qué haremos?

Nos espera un viaje hacia nuestro interior, en el que vamos a descubrir tu luz paso a paso. Aquí puedes ver el índice con el contenido que podrás encontrar al decir sí al e-book y workshop que haremos juntas.



1. BIENVENIDA A DESCUBRE TU LUZ
BIENVENIDA
QUÉ APRENDERÁS
QUÉ ENCONTRARÁS

2. DESCUBRIENDO TU LUZ
TU BRÚJULA INTERIOR: TUS VALORES
TUS LUCES & SOMBRAS: FORTALEZAS & DEBILIDADES
TU LUZ INTERIOR: MISIÓN Y VISIÓN

3. MANIFIESTO DE TU LUZ
TU MANIFIESTO, TU LUZ
PLANTILLA: TU MANIFIESTO

4. RITUAL SÍ A TU LUZ
PREPARACIÓN
PASO A PASO

5. HERRAMIENTA "SÍ A TU LUZ"
QUÉ ES Y CÓMO USAR LA HERRAMIENTA
PLANTILLA DIARIA
PLANTILLA SEMANAL

6. TU LUZ, PARA SIEMPRE
CARTA PARA TI, PARA TU LUZ

7. EXTRAS CON LUZ
LIBROS
PODCASTS
PELÍCULAS
INSTAGRAM



Prácticas con luz

Descubriremos tu luz con ejercicios llenos de magia, que han sido diseñados para conectar con nuestra esencia. Aquí comparto contigo algunas de las prácticas que podrás encontrar y que trabajaremos juntas.

Afirmación de mi luz

"Yo me comprometo a abrazar y aceptar mis fortalezas y debilidades, potenciando las primeras, y siendo paciente con las segundas. Sé que tengo luz en mi interior, conocerme y comprenderlas me ayudarán a sacar toda mi magia interior"

Con luz ✨

Mi misión, con luz



Tu misión es el punto de encuentro de las respuestas a estas tres preguntas.

Ritual sí a mi luz



UNA CITA CONTIGO

Agenda una cita contigo, no te va a llevar mucho tiempo, pero es importante que dediques el tiempo que se merece, sin prisas, con calma y dedicación. Regálate ese momento.



LUGAR

Elige el lugar de tu hogar que más resuena contigo. Siempre puedes crear tu propio rincón. Lo importante es que sea un lugar tranquilo, silencioso, en el que sientas paz.



ENTORNO

Puedes añadir elementos que resuenen contigo, como luces cálidas, poner esa playlist que te hace conectar, tener cerca tus cristales, o cualquier elemento que vibre contigo.

¿Qué necesitas?

- CLADERNO
- BOLÍGRAFO
- VELA

Manifiesto de mi luz

Mis valores	Mis fortalezas	Mis debilidades
Mi misión		
Mi visión		
Digo sí a mi luz, digo sí a mi magia, hoy y siempre.		

Mi luz cada día

Si a mi luz - Diario

Fecha: _____

¿Cómo siento hoy mi luz? 1 2 3 4 5

¿Cómo me siento?

¿Cómo voy a conectar hoy con mi luz?

Lee y escucha un versículo que te haga reflexionar

"Deseo mi, pero no me luz, y voy a acordar brillar con fuerza"

¿Por qué las practico por:

Reflexión de y acción:

¿Cómo siento ahora mi luz? 1 2 3 4 5

Fecha: _____

Mi luz cada semana

Si a mi luz - Semanal

Fecha: _____

¿Cómo he sido mi luz esta semana? 1 2 3 4 5

Como luzes de esta semana:

Qué he aprendido esta semana:

Qué me sorprende de esta semana:

Reflexión para tu luz

- ¿Cómo he sido esta semana? ¿Qué he aprendido? ¿Qué me sorprende?
- ¿Cómo he sido esta semana? ¿Qué he aprendido? ¿Qué me sorprende?
- ¿Cómo he sido esta semana? ¿Qué he aprendido? ¿Qué me sorprende?
- ¿Cómo he sido esta semana? ¿Qué he aprendido? ¿Qué me sorprende?
- ¿Cómo he sido esta semana? ¿Qué he aprendido? ¿Qué me sorprende?

Fecha: _____

A un paso de tu luz



Eres muy valiente y generosa, al dedicar tiempo a descubrir tu luz, al dedicarte tiempo a ti misma.

Estás a un paso de tomar conciencia de tu esencia, de tu luz interior.

Estás a un paso de comenzar este viaje lleno de luz & magia.

Recuerda que no ha existido, existe, ni existirá, alguien con una luz como la tuya en la historia del Mundo, del Universo. Eso, es un regalo que debemos apreciar, valorar y simplemente vivir la vida siendo nosotras mismas, diciendo sí a nuestra luz.

¿Damos juntas este paso?

Con luz, Victoria

DESCUBRE TU LUZ

¿Dices sí a tu luz?

¡SÍ A MI LUZ!

¡AÚN NO SÉ!



@livefully_official



victoria.livefully@gmail.com



www.livefully.es