

Autoanálisis emocional

La manera mas fácil de darnos cuenta de si vamos avanzando en nuestra mejora emocional es escribiéndolo. De esta forma vamos llevando un registro diario que nos permita autoanalizar nuestro sentir.

Lo único que voy a pedirte es que comiences a escribir brevemente cada noche como te sentiste durante ese día la mayor parte del tiempo. No olvides anotar si esto puede ser parte de tu ciclo menstrual o si tuviste alguna situación **referente a nuestro ritual** que haya alborotado tu sentir. Ya sea una propuesta laboral que te causo gran emoción o la llamada de la persona que amas.

Día 1. _____

Día 2. _____

Día 3. _____

Día 4. _____

Día 5. _____

Día 6. _____

Día 7. _____

Día 8. _____

Día 9. _____

Día 10. _____

Día 11. _____

Día 12. _____

Día 13. _____

Día 14. _____

Día 15. _____

Día 16. _____

Día 17. _____

Día 18. _____

Día 19. _____

Día 20. _____

Día 21. _____

Día 22. _____

Día 23. _____

Día 24. _____

Día 25. _____

Día 26. _____

Día 27. _____

Día 28. _____

Día 29. _____

Día 30. _____

¿Por qué es tan importante conocer nuestras emociones?

Porque consciente o inconscientemente tus emociones manejan tu vida, siendo las principales líderes de tu energía y vibración. La manera mas rápida para que un ritual nos brinde resultados rápidos y solidos es precisamente conociendo nuestras emociones para trabajar con ellas y transformarlas en amor.

¿Te sientes triste? Escríbelo.

¿Sientes paz? Escríbelo

¿Sientes miedo? Escríbelo

¿Estas ansioso? Escríbelo

Al final de cada semana te darás cuenta de como es que tu vida cambia conforme tus emociones mejoren y sean estables. Sí eres mas observador te darás cuenta de que conforme tus emociones GENUINAMENTE permanezcan sintiéndote en paz y dicha, los resultados de tu ritual se acercaran mas y mas a tí. Esto gracias a la vibración que emites, que permite que el portal de la atracción se abra atrayendo a tu vida solo lo mejor.

PD: recomiendo llevar un registro al menos durante un año en la medida de lo posible, para que puedas conocer tus emociones y manejarlas aun después de que obtengas el resultado para así mismo hagas los ajustes necesarios en caso de requerirlo.

