

fran méndez



KIT 3

RECORRE EL CAMINO CREATIVO JUNTO A LOS "MENSAJEROS SILVESTRES"

gato y lirio de la costa

MENSAJEROS DE LA APERTURA
Y LA FLUIDEZ



QUERIDA ALMA SILVESTRE:

ESTOY MUY FELIZ DE DARTE LA BIENVENIDA A ESTE
TERCER REGALO DEL RECORRIDO QUE YA COMENZAMOS
JUNTAS, POR DIFERENTES ASPECTOS DEL PROCESO
CREATIVO, GUIADO POR ANIMALES Y PLANTAS
SIMBÓLICAS, QUE A TRAVÉS DE SU ENERGÍA, BELLEZA Y
DIFERENTES MENSAJES, NOS LLEVARÁN A CONECTAR
CON NUESTRA VOZ CREATIVA ÚNICA Y VOLVER A
NUESTRA ESENCIA. MUCHAS GRACIAS POR ABRIRLE TU
CORAZÓN A ESTE PROYECTO QUE ESTÁ NACIENDO Y POR
QUERER SER PARTE DE ÉL, MIENTRAS LO CONSTRUYO
DESDE MI ALMA.

ESPERO LO DISFRUTES
Y LO EXPERIMENTES
CON TANTO DISFRUTE
COMO YO

UN ABRAZO

fran



este kit creativo incluye:

1 SERIE DE MANTRAS PARA ACTIVAR LA ENERGÍA
DE LOS MENSAJEROS SILVESTRES

2 RITUAL CREATIVO PARA PREPARAR TU ENERGÍA
Y ASÍ RECIBIR LOS MENSAJES Y LA EXPERIENCIA
COMO UN ACTO SAGRADO Y VALIOSO

3 LÁMINA PARA COLOREAR, QUE PUEDES IMPRIMIR
Y PINTAR DIRECTAMENTE O USARLA COMO MODELO
PARA GUIARTE Y CREAR DESDE ELLA LO QUE TU
ALMA CREATIVA TE PIDA



mantras para activar la energía de los mensajeros

PUEDES REPETIR ESTAS FRASES LAS VECES QUE LO NECESITES EN LOS MOMENTOS QUE LO NECESITES. PUEDES HACERLO ANTES DE CREAR, MIENTRAS PINTAS O EN MOMENTOS DONDE SIENTAS BLOQUEOS CREATIVOS. Y TAMBIÉN PUEDES INCORPORARLOS EN TUS PRÁCTICAS DE MEDITACIÓN, SI ES QUE ES ALGO QUE SUELES HACER. OTRA IDEA ES ESCRIBIRLAS O IMPRIMIR ESTA PÁGINA Y PONERLA EN TU ESPACIO CREATIVO O DONDE LA PUEDAS VER SIEMPRE PARA INSPIRARTE.

ME ABRO A CREAR SIN
FORZAR, DEJO QUE LA INSPIRACIÓN
ME ENCUENTRE

SUELTO Y CONFÍO EN LO QUE
SURGE NATURALMENTE

ritual simbólico creativo

1 PREPARA TU ESPACIO ANTES DE PINTAR. BUSCA UNA IMAGEN DE UN GATO Y DEL LIRIO DE LA COSTA (IRIS DOUGLASIANA).

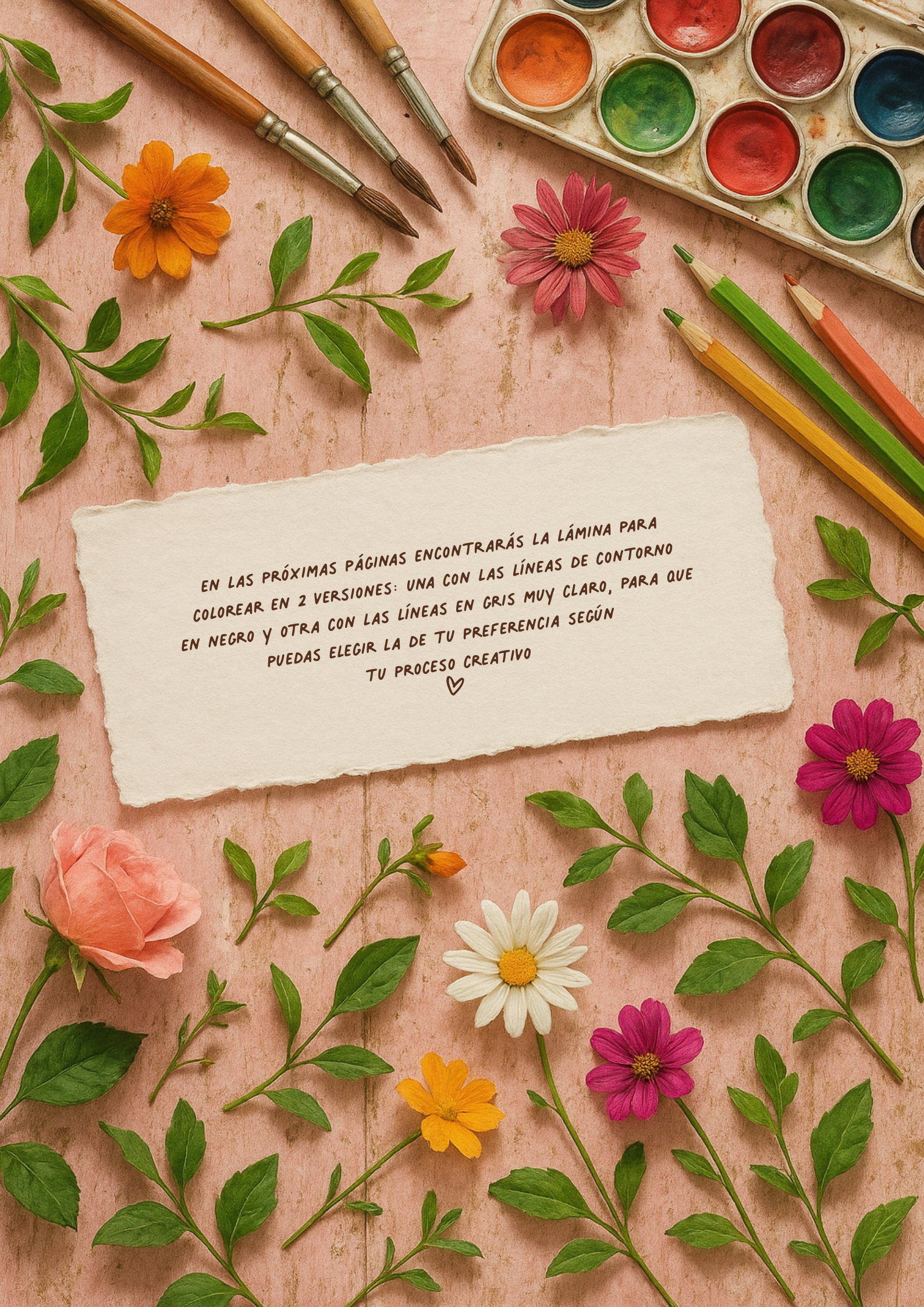
2 PON MÚSICA SUAVE, UN AROMA QUE TE GUSTE Y PRENDE UNA VELA.

3 CIERRA LOS OJOS Y RESPIRA PROFUNDAMENTE, IMAGINANDO QUE ERES UN GATO QUE SE ESTIRA AL SOL. INHALA SUAVIDAD, EXHALA TENSIÓN.

4 IMAGINA QUE ESTÁS RODEADA DE LIRIOS DE LA COSTA Y REPITE EL MANTRA QUE MÁS TE HAGA SENTIDO HOY.

5 ABRE LOS OJOS Y ESTIRA TU CUERPO COMO SIENTAS QUE LO NECESITE.

6 Y PINTA CON MOVIMIENTOS SUAVES SIGUIENDO EL RITMO DE TU RESPIRACIÓN.



EN LAS PRÓXIMAS PÁGINAS ENCONTRARÁS LA LÁMINA PARA
COLOREAR EN 2 VERSIONES: UNA CON LAS LÍNEAS DE CONTORNO
EN NEGRO Y OTRA CON LAS LÍNEAS EN GRIS MUY CLARO, PARA QUE
PUEDAS ELEGIR LA DE TU PREFERENCIA SEGÚN
TU PROCESO CREATIVO
♡





ESTE DOCUMENTO Y TODO LO QUE HAY EN ÉL, LO HE CREADO DESDE MI MÁS SINCERO DESEO DE COMPARTIR COMO UN REGALO, PARTE DE MI PROCESO. LO HE CREADO PARA ACOMPAÑARTE Y ACOMPAÑARME EN UNA ETAPA NUEVA DE MI ARTE Y MI NEGOCIO, QUE SIENTO MÁS FIEL A MI ESENCIA Y A MI PROPÓSITO.

TE PIDO POR FAVOR QUE SI LO EXPERIMENTAS Y TE HACE SENTIDO, ME LO HAGAS SABER, YA QUE ESO ME MOTIVA A SEGUIR TRABAJANDO EN ESTO Y SEGUIR CREANDO RECURSOS GRATUITOS COMO ESTE.

TAMBIÉN TE PIDO, QUE SI SUBES ALGUNA IMAGEN O VIDEO A TUS REDES, ME PUEDES ETIQUETAR, YA QUE CON ESO ME AYUDAS MUCHO A DIFUNDIR Y CREAR COMUNIDAD.

TODO EL CONTENIDO DE ESTE DOCUMENTO ESTÁ CREADO PARA SER COMPARTIDO DE MANERA GRATUITA, Y ESTÁ PROHIBIDA LA VENTA O APROPIACIÓN DE ÉL.



fran méndez



@FRANMENDEZ.CL