



# Ayuno y Reprogramación

RETIRO DE 7 DÍAS - ONLINE

 del 8 al 15 de noviembre

## BIENVENIDO A UN VIAJE TRANSFORMADOR

Te invito a embarcarte en una travesía emocionante hacia tu mejor versión. **Durante este retiro de 7 días, desbloquearás tu potencial y redescubrirás el propósito que impulsa tu vida, transformando creencias limitantes en poderosas convicciones que te guiarán hacia una vida plena de éxito y significado.**

¿Alguna vez te has preguntado cuál es el propósito que le da sentido y dirección a tu existencia? A lo largo de esta experiencia, juntos exploraremos ese "faro interior" que ilumina tu camino, brindándote claridad y enfoque.

**Te ayudaremos a identificar lo que realmente es importante para ti, y a alinear tus acciones con tus valores y principios fundamentales.**



**PROCESO**  
*de Luz*

## TRANSFORMACIÓN INTERIOR: DE CREENCIAS LIMITANTES A CREENCIAS EMPODERADORAS

Libérate de las creencias que te frenan y adopta convicciones que te impulsan hacia el éxito. **En este retiro aprenderás a reprogramar tu mente, convirtiendo pensamientos negativos en motores de empoderamiento.** Además:

- Descubrirás los ríos de valores que fluyen dentro de ti y guían tus decisiones diarias.
- Aprenderás a abrazar tu vulnerabilidad, utilizándola como una fuerza que te permita enfrentar desafíos con valentía y crecer a través de las adversidades.

### ¿TE IMAGINAS CÓMO SERÍA TU VIDA SI...?

- Descubrieras tu propósito y significado en la vida.
- Pudieras transformar tus creencias limitantes y despertar tu confianza interna.
- Alcanzaras mayor bienestar y equilibrio en todos los aspectos de tu vida.
- Te sintieras guiado por tus valores en cada decisión que tomas.
- Aprenderas a afrontar los desafíos con empatía, usando cada experiencia como oportunidad de crecimiento.



## EL PODER DEL AYUNO

**El ayuno será una herramienta clave para reconectar con tu cuerpo y responsabilizarte de tu salud física de manera inteligente.**

Utilizaremos el ayuno como medicina preventiva, ayudando a frenar el desarrollo de diversas enfermedades como hipertensión, gota, arteriosclerosis, psoriasis, alergias, problemas de circulación, bronquitis, migrañas, alteraciones nerviosas, e incluso cáncer.

El proceso de ayunar se puede comparar con restaurar una casa antigua: sacamos los muebles viejos, limpiamos el polvo, pintamos las paredes y reorganizamos todo para permitir que fluya una nueva energía, regenerando y equilibrando el ambiente. Además, **el ayuno te permitirá conectar con tu guía interior, agudizando tu intuición y despertando la sutileza de tu Ser.**

## ¿QUÉ PUEDES ESPERAR DE ESTE VIAJE?

**Este retiro es una oportunidad única para embarcarte en un proceso de crecimiento profundo:**

- Descubrirás fortalezas ocultas.
- Despertarás tu verdadero potencial.
- Te convertirás en el capitán de tu propio barco, dirigiendo tu vida hacia el destino que mereces.

No esperes más. ¡Prepárate para una experiencia transformadora, práctica y poderosa que cambiará tu vida para siempre!

**¿Estás listo para comenzar esta aventura?**



## MATERIALES NECESARIOS PARA EL RETIRO

- 20 paquetes de sulfato de magnesio
- 5 litros de agua de mar
- 1 paquete de arcilla en polvo
- 10 kg de sal marina económica
- Bañera o inflable para inmersión en agua caliente
- 3 cuadernos y lápices de colores
- Licuadora y filtros

## PROCESO DE PREPARACIÓN

**Sábado y lunes antes del retiro:** tomar 2 sobres de sulfato de magnesio disueltos en agua, una hora antes de dormir.

**Alimentación desde sábado hasta martes:** consumir solo frutas, verduras frescas, licuados y jugos. Incorporar un jugo verde diario, hecho de:

- 2 manzanas (verdes o rojas)
- 1 limón (sin cáscara)
- Un puñado de hojas verdes

Licúa, filtra y disfruta. Evita alimentos cocidos, deshidratados o con semillas. Puedes continuar tomando mate o café.


**Recuerda:** este retiro no es solo sobre el cuerpo, sino también sobre el alma. Vamos a limpiar nuestro canal interior de todo lo que ya no nos sirve, sintonizando con la frecuencia del amor para nutrirnos y manifestar nuestros sueños.



## FORMATO DEL RETIRO

**Retiro de 7 días**

 Modalidad: **online**

 Fecha: **8 al 15 de noviembre**

**Para hacer consultas o inscribirte haz click en el botón de aquí abajo y podrás contactarnos por Whatsapp:**

