

Ritual de cierre y bienvenida

# ¿Cómo despedir este año que termina?

Este **ritual** te ayudará a despedir lo que ya no te sirve y **dará la bienvenida a todo lo nuevo** que está por llegar a tu vida.



Cada año que termina es un ciclo que comienza y acaba, es necesario recibir el nuevo año limpio de las influencias que arrastres del anterior.

**Juana Ponce**  
*valiente*

PSICÓLOGA · SEXÓLOGA  
BIOREPROGRAMADORA

## Para tu mente

Haz un **repaso mental** del año vivido:

- Acopia los **recuerdos maravillosos** que quieres conservar.
- Toma **lo doloroso** como aprendizaje, dale las gracias y déjalo marchar sin rencores.

Cada una de esas experiencias te ha llevado a una **mayor sabiduría.**



*Para tu cuerpo*



**Baño relajante** para una limpieza energética.

Haz de tu baño un templo: *sales de baño, unas gotas de tu esencia preferida y unas velas.*

Conseguirás una **depuración física y eté-rica**, ya que limpiarás las toxinas de tu cuerpo y las energía negativas.

El aceite esencial es **aromaterapia** para calmar tu psique.

Una vez en el agua **realiza respiraciones profundas** imaginando que el agua es un manto de protección.

## *Para la abundancia*

### ***Limpia tus cuentas y carteras.***

Saca de tu monedero los tickets y papeles inútiles.

### ***Cierra asuntos y conversaciones***

que tengan que ver con dinero y que has estado aplazando.

Con estos actos estarás haciendo el espacio necesario para que la ***abundancia entre en tu vida.***



### ***Repite este mantra:***

***“Cambio con soltura y tranquilidad. La sabiduría universal guía mi vida y avanza siempre en la mejor dirección” Gracias, gracias, gracias.***



*A las 12, medianoche repite..*

**1**

*Me libero de todas las limitaciones del pasado. No me ata ningún miedo ni limitación de la sociedad en la que vivo. Ya no me identifico con ningún tipo de limitación. En mi mente tengo libertad absoluta.*

**2**

*Merezco la vida, una vida buena; el amor, abundante amor; la salud. Merezco vivir cómodamente y prosperar; la alegría y la felicidad; la libertad. Merezco muchas cosas más que todo eso: merezco todo lo bueno.*



**Juana Ponce**  
*valiente*

*Te auguro el mejor año que  
tú mismo vas a crear*

**¡feliz nuevo año!**

