

LA CONEXIÓN ESENCIAL
DESPIERTA Y CONÉCTATE
CON TU
VERDADERA ESENCIA

Esencia Mágica



LA CONEXIÓN ESENCIAL DESPIERTA Y CONÉCTATE CON TU VERDADERA ESENCIA

Esencia Mágica te invita a que accedas a tu Conexión Esencial.

La Conexión Esencial es la clave para que logres el equilibrio armónico que debe existir entre tu cuerpo biológico, tus pensamientos, tus sentimientos y tus experiencias vitales.

En el curso de la Conexión Esencial te proponemos un entrenamiento innovador para el desarrollo de tus **capacidades espirituales**. Las capacidades espirituales del ser humano son muchas, y muy diversas, y en este entrenamiento vamos a compartir aquellas que son necesarias para que obtengas bienestar en tu vida cotidiana y fortalezcas tu habilidad para **co-crear** una vida llena de posibilidades, sana, equilibrada y próspera.

Hoy, Esencia Mágica, a través de este PDF, te brinda información para que reconozcas en ti una de las principales cualidades que entrenaremos en el curso de Conexión Esencial: **La Presencia de Ser**.

La Presencia de Ser te ayudará a desarrollar tu **Inteligencia Espiritual** y de esta manera podrás acceder a tu fuente innata de sabiduría.

Para poder activar la Presencia de Ser aprenderás a conectarte conscientemente con tu Ser. Hay distintas maneras de llamar al Ser espiritual: mi yo profundo, mi ser superior, mi alma, mi espíritu, mi ser de luz, mi doble cuántico, mi esencia.

El propósito de este documento es que aprendas a reconocer las situaciones en las que pierdes o tienes más Presencia de Ser. Conquistar la Presencia de Ser es fundamental para que puedas avanzar en el desarrollo libre de tu inteligencia espiritual.

Agradecemos tu intención de vivir en la luz.

LA PRESENCIA DE SER COMO ELEMENTO CLAVE EN LA CONEXIÓN ESENCIAL

Cuando hablamos de la Conexión Esencial nos referimos a la conexión que tienes con tu **Ser Espiritual o Ser Superior**. Esa fuente de sabiduría interna es la que te guía desde siempre, la que te hace ser capaz de observar tus pensamientos y darte cuenta de que eres más que tus conductas. Pero, surge la pregunta ¿cómo puedes reconocer cuándo estás desconectado o conectado a tu Ser Espiritual?

La conexión al Ser es una experiencia analógica, es decir, nunca estás totalmente desconectado y siempre puedes estar más conectado. Según vayas avanzando en tu proceso de conexión, lograrás integrarte cada vez más hasta fusionarte totalmente con tu

cuerpo de energía espiritual.

La causa más común de pérdida de presencia o de desconexión del Ser, es cuando vives continuamente con miedo, estás sumamente estresado, cansado, enfermo, intoxicado, emocionalmente cabreado contigo mismo y con lo que te rodea. En estas circunstancias toma el mando el cerebro

visceral, se activa el tallo encefálico y piensas prioritariamente desde la programación antigua aprendida por el cuerpo, en vez de pensar con la corteza cerebral activa y en conexión con el Ser.

Normalmente pierdes Presencia de Ser cuando vives enganchado repitiendo en tu cabeza situaciones negativas que ya pasaron o cuando proyectas incertidumbre pensando en los problemas que te puede traer el futuro. Esta forma de pensamiento repetitiva es realmente nociva pues recreas continuamente situaciones que te mantienen atado a estos pensamientos y emociones que te generan depresión o ansiedad.

En nuestra sociedad muchos medios de comunicación alimentan continuamente estos pensamientos negativos activando el miedo en tu cerebro visceral como estrategia. Así



es como te tienen enganchado a sus noticias de baja vibración. Esos pensamientos inconscientes, sin darte cuenta, te agotan y te desconectan del Ser.

También te desconectas del Ser a nivel físico cuando, por ejemplo, te dejas etiquetar por una enfermedad y te carcome el miedo pensando en lo que te puede pasar. Culturalmente has aprendido que tu cuerpo está separado de ti, digamos que va por libre, y que no puedes hacer nada, mental o espiritualmente, para ayudar a tu biología a recuperar su salud. Sin saberlo, se te ha educado para no intentarlo, enseñándote que el cuerpo a veces se estropea y no obedece a tus intenciones.

Otros síntomas muy comunes de desconexión pueden ser: la necesidad imperativa de estar siempre con bullicio acompañado por otras personas, cuando te impacientas por querer controlarlo todo o tener todas las tareas perfectamente hechas, cuando vives continuamente sin propósito humano perdiendo el **sentido de ser**. Esta combinación de circunstancias te lleva a un vacío existencial y aunque logres mucho éxito social y profesional te deja con la sensación continua de que te falta algo importante en la vida. Como hemos podido observar, hay muchas formas de estar desconectado y por eso la clave es comprender que la Conexión Esencial se inicia en ti, la activas tú y es por ello por lo que te estamos brindando una metodología para que **generes, mantengas y aumentes esa conexión**.

Una manera sencilla de empezar a conectar con el Ser es cuando respiras con consciencia, sonríes sin razón aparente y dejas que fluya la alegría percibiendo la abundancia y las cosas positivas que también suceden a tu alrededor.

Otra forma de saber que estás conectado al Ser es cuando logras dejar que

tu **intuición** se exprese sin ser juzgada por tu cuerpo mental, o cuando tienes experiencias que aportan valor a tu vida, o cuando con tus acciones y pensamientos logras equilibrar el **Ser, el Estar y el Tener**.



El reconocer que existe esa Conexión Esencial es el primer paso que das en el camino para estar siempre conectado a tu Ser Espiritual.

PRESENCIA DE SER

Si actualmente vives desconectado de tus capacidades espirituales puede ser que culturalmente, por un lado, asocies lo espiritual a prácticas religiosas que por lo regular se basan en normas rígidas y, por el otro, busques comprobaciones científicas de los experiencias espirituales; ambas tendencias te han alejado de abrir tu mente consciente a una espiritualidad libre.

Desde el principio del entrenamiento vamos a aportarte técnicas para que aprendas a conectarte de nuevo con tu ser y activar tu presencia de manera automática en tu vida diaria.



Ten en cuenta que la Presencia de Ser reconecta de manera natural tu campo energético espiritual con tu cuerpo físico. Como una especie de abrigo o manto de energía que te aporta conexión mental, equilibrio emocional y coherencia física.

Esto te va a permitir acallar tus diálogos y lograr una calidad de pensamiento en donde focalices tu atención y tu intención con plenitud en todas tus acciones. Esto hará que aumente tu eficacia tanto en el plano profesional como en el personal, estando más centrado, más feliz y coherente. Una vez que te acostumbres a vivir en sincronismo

con tu ser, te darás cuenta de que estar plenamente conectado es importante para ti. Por eso mucha gente que no ha oído hablar de la Presencia de Ser, de la conexión con su esencia, busca remedios para solucionar sus males y rebajar su estrés y ansiedad. Muchas veces recurre a comidas copiosas, a beber alcohol, a tomar ansiolíticos, a hacer deporte compulsivamente... Estas soluciones brindan respuestas a corto plazo, pero no te alivian lo suficiente y las emociones negativas siguen amenazando tu día a día.

Otras opciones más avanzadas como el mindfulness, el yoga, la meditación, entre otros, te ofrece un acceso directo a la desaceleración del pensamiento y te ayudan a



recuperar tu confort interno para facilitar tu atención plena y centrarte en el "aquí y el ahora".

También hay técnicas de meditación que a través de la respiración regulan tus ondas cerebrales y te dan un cierto nivel de comodidad que te permite volver a tomar el mando sobre tu cerebro.

Sin embargo, aunque medites y practiques alguna de estas alternativas habitualmente, lo cual es fabuloso, toda esa paz que vives

en ese instante o en esos minutos de introspección o incluso en horas de meditación, a veces, se ven amenazados por tu encuentro con lo cotidiano, con lo mundano.

El mensaje que te queremos transmitir es que cuando tu cuerpo está relajado, tus emociones están serenas y tu mente está centrada es cuando estás conectado con tu Ser. Aprender a integrar tu presencia en tu cerebro visceral marcará la diferencia. Dado que la clave para que esa presencia no se pierda en ningún momento está en integrarla a nivel de carácter.

En el curso de la Conexión Esencial te entrenaremos a aumentar constantemente tu presencia de Ser, te enseñaremos técnicas sencillas de fácil aplicación en situaciones

cotidianas, conduciendo, en el trabajo, en la calle.. Queremos que vivir continuamente en Presencia de Ser se convierta para ti en un hábito, para que poco a poco se vaya quedando grabado en tu mente, en tu corazón, e incluso en tu cuerpo.

La Presencia de Ser se fortalece cuando activas tu cuerpo espiritual de luz y te permite fusionar tu ser a través de tu anatomía energética nutriendo con tu esencia tu campo de energía mental, emocional y biológica. Esta fusión te va a hacer disfrutar más de tu vida.

El campo energético manifestado conscientemente desde tu esencia es asimilado por tu cuerpo generando un gran bienestar, incluso, a nivel celular.

Algunos de los beneficios que te aporta estar en Presencia de Ser son:

- Tendrás **claridad de pensamiento**, focalización de la atención, logrando silenciar tus pensamientos limitantes.
- Podrás tener la capacidad de **reconocer y sentir tus emociones** equilibrándolas para recuperar tu **motivación existencial**.
- Examinarás tus hábitos y comportamientos sabiendo que puedes **cambiar patrones** profundos, incluso presentes, en tu memoria celular.
- Sincronizarás cuerpo, emoción, mente y espíritu y lograrás un alto rendimiento como persona y como profesional lo cual aporta más **eficacia y capacidad** para manifestar el éxito deseado en todas las áreas de tu vida.
- Obtendrás más **paz interior y bienestar físico**.
- Facilitarás el desarrollo de múltiples inteligencias que tienes como ser humano: la **inteligencia mental, emocional y biológica**.
- Podrás **manifestar la energía de Luz Pura** de manera constante en tu vida.
- Volverás a integrarte paulatinamente a tu esencia de luz para **fusionar cuerpo-mente y espíritu**.

Como puedes ver, activar la Presencia de Ser te permite vivir como un observador de ti

mismo, darte cuenta en qué aspectos puedes mejorar y ser más eficaz a la hora de definir tus metas. Esto, sin duda, te hará disfrutar más de la vida. Esa consciencia externa proviene de lo que muchas personas llaman su Ser Superior. Esta conexión te aportará intuitivamente más capacidades derivadas de tu inteligencia espiritual.

Por eso si vives con un alto nivel de estrés, si sientes vacío existencial, si te parece que te falta algo, o que hay muchas piezas que no encajan en tu vida, te invitamos a que actives tu Presencia de Ser a través del entrenamiento de la Conexión Esencial.

Recuerda que tu cuerpo es sumamente inteligente y desde la Presencia de Ser aprende que sabe pensar, sabe emocionarse y es espiritual.

Es hora de despertar y manifestar la Luz Pura en tu vida para que se abran las puertas a un sin fin de **nuevas posibilidades**.

Ábrete a descubrir tu Conexión Esencial, la disfrutarás.

