



EL CAMINO CONTINÚA



Una guía para acompañarte
después de tu lectura de
Registros Akáshicos



YO SOY ALQUIMIA





Bienvenida

Antes que cualquier otra cosa, quiero darte las gracias por permitirme acompañarte en este momento de tu vida.

Si tienes este cuaderno en tus manos, es porque hace poco vivimos una sesión de Registros Akáshicos. Tal vez saliste con mucha claridad, o quizá con más preguntas de las que esperabas. Ambas posibilidades son completamente válidas.

Quiero que sepas algo desde el principio:

No necesitas comprenderlo todo hoy.

Hay mensajes que llegan durante la sesión y otros que encuentran su lugar días o incluso semanas después. A veces basta una conversación, una experiencia cotidiana o un momento de silencio para que algo cobre un significado completamente diferente.

Por eso preparé este cuaderno. No para darte más información, sino para ofrecerte un espacio donde puedas detenerte, respirar y seguir escuchándote.

No hay respuestas correctas.
No hay un ritmo que debas seguir.
No hay ejercicios obligatorios.

Solo una invitación:

**Acompañarte con un poco más de calma
y un poco menos de exigencia.**

Bienvenido.

Bienvenida.

Este espacio también es para ti.





¿Qué puede pasar después de una lectura?

Cada persona vive este proceso de manera diferente.

Hay quienes sienten mucha tranquilidad.

Hay quienes necesitan guardar silencio durante unos días.

Algunas personas recuerdan situaciones que parecían olvidadas.

Otras comienzan a comprender por qué ciertos patrones se repetían en su vida.

También puede suceder que, al principio, sientas que nada cambió.

Y eso no significa que la sesión no haya sido importante.

Muchas veces la integración ocurre de una forma muy sutil.

No busques acelerar el proceso.

Permítete vivirlo.



Quiero dejarte una idea

“

*No todo lo importante sucede en el momento
en que lo comprendemos.*

*Muchas veces, lo verdaderamente valioso ocurre
cuando comenzamos a vivir aquello que comprendimos.*

”





Una pausa



Antes de continuar...

Respira profundo.

Inhala lentamente.

Exhala con calma.

Y pregúntate:

¿Cómo me siento hoy, después de mi sesión?



No analices.

Solo escucha.



✿ Escribe

Hoy me siento...

✿ Lo que más permanece en mi corazón de la sesión es...



YO SOY ALQUIMIA



Dando espacio a lo que soy



INTEGRAR NO ES ENTENDER TODO,
ES PERMITIRME SENTIR TODO.

A veces creemos que después de una lectura necesitamos tener claridad inmediata sobre todo.

Pero la integración no funciona así.
Hay partes de la información que aún no comprendes... y está bien.

Lo importante no es forzar respuestas, sino permitir que las piezas se acomoden cuando llegue el momento adecuado.

Confía en tu proceso.
Lo que necesitas comprender, se revelará en el tiempo perfecto para ti.



No busques tener todas las respuestas hoy.
Tu alma ya sabe el camino.
Solo necesita que le des espacio.

✿ Escribe

¿Qué información de mi sesión me llegó con más fuerza?

¿Qué parte aún no comprendo del todo?

¿Qué me gustaría recordar cuando me sienta confundida o con dudas?



YO SOY ALQUIMIA





Integrando el mensaje



LA VERDADERA TRANSFORMACIÓN
COMIENZA CUANDO DECIDIMOS APLICAR LO RECIBIDO.

Tu lectura te trajo información valiosa.
Ahora, el siguiente paso es llevarla a tu vida cotidiana
de una manera amorosa y consciente.

No se trata de cambiar de un día para otro,
sino de elegir pequeñas acciones que te acerquen
a tu bienestar.

Aquí puedes escribir una intención o un compromiso
que nazca de tu sesión.
Algo que quieras honrar y cultivar en las próximas semanas.



Mi intención es... ✨



Pequeños pasos que puedo dar... ✨

- 1

- 2

- 3

- 4

- 5



Recordatorio para mí ✨





Pequeños recordatorios para el camino



ESTAS VERDADES PUEDEN ACOMPAÑARTE
EN TU DÍA A DÍA.



- ✦ No necesitas hacerlo perfecto. Necesitas hacerlo desde lo real.
- ✦ Tu proceso es único. No se compara, no se apura, no se fuerza.
- ✦ Cada paso que des cuenta, por pequeño que sea, tiene un gran valor.
- ✦ La información recibida es semilla. Tú decides cómo y cuándo cultivarla.
- ✦ Confía en tu intuición. Es tu brújula más sabia.
- ✦ Permítete pedir ayuda y acompañamiento cuando lo necesites.
- ✦ Lo que hoy parece confuso, mañana puede tener sentido.



✿ Reflexiona | *¿Qué de todo esto resuena más contigo hoy?*



✿ Escribe | *¿Qué me gustaría recordar en los próximos días?*



Integrando en mi vida

LA VERDADERA TRANSFORMACIÓN
SUCEDE CUANDO LLEVAS LO RECIBIDO A TU DÍA A DÍA.

Ahora que has recibido información valiosa,
te invito a traerla a tu realidad con amor y conciencia.
Pequeñas decisiones diarias crean grandes cambios.



¿Qué aprendizaje o mensaje de mi sesión quiero aplicar hoy?



¿Qué pequeña acción puedo tomar esta semana para honrar lo que descubrí?



¿Qué hábitos o pensamientos quiero cultivar para mi bienestar?



Confío en mí. Confío en mi proceso.
Camino a mi ritmo, pero camino.



YO SOY ALQUIMIA



Llevando a la práctica lo recibido



LA VERDADERA TRANSFORMACIÓN
SE VIVE EN LAS PEQUEÑAS ELECCIONES DE CADA DÍA.



Lo que has recibido en esta sesión tiene un propósito:
acompañarte a vivir con más conciencia, amor y libertad.
Tú eliges cómo y cuándo hacerlo tuyo.



¿Qué descubrí sobre mí en mi sesión?





¿Qué quiero transformar o sanar a partir de esto?





¿Qué pasos concretos puedo dar en mi vida diaria?



- 1

- 2

- 3

- 4

- 5



Confío en mi proceso, confío en mi timing.
Todo lo que necesito ya está en mí.



YO SOY ALQUIMIA





Comprometiéndome con mi evolución

TU TRANSFORMACIÓN NO ES UN DESTINO,
ES UN CAMINO QUE ELIGES RECORRER CADA DÍA.



Cada elección que haces desde el amor propio,
te acerca a la vida que deseas crear.
Hoy te comprometes contigo.



¿Qué me comprometo a elegir a partir de hoy? ✨



¿Qué límites sanos voy a establecer para mi bienestar? ✨



¿Qué acciones me acercarán a la vida que deseo crear? ✨

- 1

- 2

- 3

- 4

- 5



Confío en mi proceso, confío en mi timing.
Todo lo que necesito ya está en mí.



YO SOY ALQUIMIA





Carta para mi yo del futuro



Escribe estas palabras con amor, para ti.
Para la mujer que estás en camino de ser.
Para recordarle todo lo que hoy decides sembrar.



Guarda esta carta y léela cuando lo necesites.
Tu futuro yo te estará esperando.

Fecha:

Lugar:

Yo de hoy:

✦ Querida yo del futuro: ♥

Handwriting practice lines for the letter.



Hoy elijo creer que
en el futuro...

Handwriting practice lines for the affirmation.



Sueño con vivir
así...

Handwriting practice lines for the affirmation.



Me comprometo a...

Handwriting practice lines for the affirmation.



✦ Confío en el camino que estoy creando.
✦ Confío en mí, en mi proceso y en mi transformación. ✦

Con amor, _____ ♥





Gracias

por confiar y abrirte al universo

Gracias por permitirme acompañarte en este momento tan especial.

Por tu apertura, tu valentía y tu disposición para recibir
los mensajes que tu alma estaba lista para escuchar.



Cada lectura es única, porque tú eres única.

Confío en que esta información sea una semilla de luz
que te guía, te inspira y te impulsa a vivir con más conciencia,
amor y libertad.



Journaling opcional

Si sientes que te puede ser útil, encontrarás al final de esta
guía un journaling con preguntas para ayudarte a integrar
los mensajes recibidos.

*Es totalmente opcional. Confía en tu intuición
y en lo que tu alma necesite en este momento.*

Recuerda que el verdadero trabajo comienza en ti,
en tu día a día, en las pequeñas decisiones
que te acercan a la vida que deseas crear.



Confía en el proceso.
Confía en ti.
Confía en la magia de tu vida.

Con amor y luz



— YO SOY ALQUIMIA —

PROPÓSITO DE VIDA

Si durante tu lectura surgieron mensajes relacionados con
tu propósito, tu misión, tus talentos o el sentido de tu camino,
estas preguntas te acompañarán a recordar, alinear
y dar pasos conscientes hacia la vida que viniste a vivir.



1 ¿Qué mensaje sobre mi propósito
sigue resonando en mí?



2 ¿Qué dones o talentos
reconocí durante la lectura?



3 ¿Qué parte de mí he estado
minimizando por miedo
o inseguridad?



4 ¿Qué actividad me hace sentir
más viva o vivo?



5 ¿Qué pequeño paso puedo dar
esta semana para acercarme
a la vida que deseo construir?



6 ¿Qué decisiones estoy evitando
por miedo al cambio?



7 ¿Cómo puedo alinear mis acciones
diarias con el propósito de mi alma?



8 ¿Qué legado deseo dejar
en el mundo a través
de mi vida?



RECUERDA: ♥

Tu propósito no es algo que tienes
que buscar afuera, sino algo que
ya vive en ti.

Confía, escucha y actúa desde tu verdad.

“
Tu propósito no es solo lo que haces,
es lo que eres y lo que viniste a recordar
para compartir con el mundo.”

SALUD Y BIENESTAR

Si durante tu lectura surgieron mensajes relacionados con tu salud,
tu cuerpo, tus emociones o tu bienestar integral,
estas preguntas te acompañarán a integrar esos mensajes en tu vida.



- 1 ¿Qué me está pidiendo escuchar mi cuerpo en este momento?



- 5 ¿Qué parte de mi vida necesita más equilibrio?



- 2 ¿Qué emociones siento que he estado guardando?



- 6 ¿Qué puedo soltar hoy para sentirme más liviana o liviano?



- 3 ¿Qué hábito podría comenzar para cuidar de mí con mayor amor?



- 7 ¿Qué necesito perdonarme para permitir que mi cuerpo y mi mente descansen?



- 4 ¿Qué significa para mí sanar?



- 8 ¿Qué mensaje me da mi alma sobre cómo cuidar de mí?



RECUERDA:

Tu bienestar es un acto de amor
que se refleja en cada área de tu vida.

*Escucha, honra y cuida
el templo que eres.*



ABUNDANCIA Y PROSPERIDAD

Si durante tu lectura surgieron mensajes relacionados con la abundancia, el dinero, el recibir o tu prosperidad integral, estas preguntas te invitan a mirar y transformar tu relación con la energía de recibir y expandirte.



1 ¿Qué aprendí sobre mi relación con el recibir durante la lectura?



2 ¿Qué creencias o historias sobre el dinero o la abundancia reconozco hoy?



3 ¿Qué talentos, dones o recursos tengo que aún no he valorado lo suficiente?



4 ¿Qué oportunidades he dejado pasar por miedo, duda o sentirme “no suficiente”?



5 ¿Qué significa para mí vivir en abundancia?



6 ¿Qué acción pequeña puedo dar esta semana para abrirme a recibir más?



RECUERDA:

La abundancia no es solo tener más, es ser más tú, más libre y más plena o pleno.



Estoy abierta y abierto a recibir todo lo bueno que la vida tiene para mí.





RELACIONES Y CONEXIÓN



Si durante tu lectura surgieron mensajes relacionados con tus vínculos, tu forma de amar, los límites o las dinámicas que se repiten, estas preguntas te invitan a comprender, sanar y transformar tus relaciones desde el amor consciente.



1 ¿Qué dinámica en mis relaciones comprendí de una manera diferente durante la lectura?



2 ¿Qué límites necesito empezar a construir o fortalecer para sentirme en paz?



3 ¿Qué relación requiere hoy más compasión? ¿Hacia la otra persona o hacia mí?



4 ¿Qué forma de amar deseo dejar atrás?



5 ¿Qué tipo de relación deseo construir a partir de ahora?



6 ¿Qué estoy proyectando en los demás que necesito reconocer en mí?



7 ¿Qué aprendí sobre mi historia familiar que influye en mis relaciones actuales?



8 ¿Cómo puedo cultivar relaciones basadas en el respeto, la honestidad y el amor propio?



RECUERDA: ♥

Sanar tus relaciones comienza por la relación más importante: la que tienes contigo.

Cuando te eliges, te respetas y te amas, atraes y creas vínculos que te elevan, te nutren y te hacen crecer.





FAMILIA Y LINAJE



Si durante tu lectura surgieron mensajes relacionados con tu familia, tu historia, tu linaje o las lealtades inconscientes, estas preguntas te invitan a mirar con amor, comprensión y libertad tu árbol familiar.



- 1 ¿Qué comprendí acerca de mi historia familiar durante la lectura?



- 2 ¿Qué lealtades familiares reconocí que tal vez me están limitando o condicionando?



- 3 ¿Qué quiero honrar de mi sistema familiar y qué elijo transformar?



- 4 ¿Qué patrón o historia estoy lista para soltar con amor y gratitud?



- 5 ¿Cómo puedo sanar mi relación con mis ancestros y con las generaciones que me preceden?



- 6 ¿Qué legado quiero dejar a las generaciones que vienen después de mí?



- 7 ¿Cómo puedo vivir mi vida desde mi propia verdad, sin cargar lo que no me pertenece?



RECUERDA: Tus raíces no te limitan, te nutren. Sanar tu linaje es bendecir tu presente y liberar tu futuro.



Honro a los que vinieron antes que mí, agradezco lo que me han dado y elijo escribir mi propia historia con amor, libertad y conciencia.





CREENCIAS Y PATRONES



Si durante tu lectura surgieron mensajes relacionados con tus creencias, patrones, pensamientos o historias que se repiten, estas preguntas te invitan a **cuestionar, comprender y reprogramar desde una nueva perspectiva.**



1 ¿Qué creencia limitante identifiqué durante la lectura?



2 ¿Cómo ha influido esa creencia en mis decisiones y acciones?



3 ¿Qué patrón se repite con frecuencia en mi vida?



4 ¿Qué beneficios ocultos he obtenido al mantener ese patrón?



5 ¿Qué nueva creencia necesito empezar a cultivar?



6 ¿Qué historia sobre mí o sobre mi vida ya no deseo seguir alimentando?



7 ¿Qué pensamientos me acercan a la vida que deseo crear?



8 ¿Qué acción puedo tomar hoy para alinear mis creencias con mi verdad?



RECUERDA:

Nuestras creencias crean nuestra realidad. Cuando transformas una creencia, transformas tu vida.



“

Tú tienes el poder de reescribir las historias que ya no te representan.





VIDAS PASADAS



◆ APRENDIZAJES QUE VIAJAN CONTIGO ◆

Durante tu lectura pudieron revelarse experiencias de otras vidas que siguen influyendo en tu presente. Estas preguntas te invitan a **comprender, sanar e integrar** esos aprendizajes para liberarte y evolucionar.



1 ¿Qué vida(s) pasada(s) se mostraron durante mi lectura y qué aprendizaje traen para mí hoy?



2 ¿Qué talentos, dones o fortalezas de otras vidas puedo reconocer y utilizar en esta vida?



3 ¿Qué heridas, miedos o cargas de otras vidas sigo llevando conmigo actualmente?



4 ¿Qué situaciones de mi vida actual están relacionadas con experiencias del pasado?



5 ¿Qué creencias o patrones repetitivos comprendo ahora desde otra perspectiva?



6 ¿Qué necesito perdonar, soltar o sanar de esas vidas para avanzar en libertad?



7 ¿Qué mensaje o guía recibí de esas experiencias para mi camino actual?



RECUERDA: ♥

No viniste a repetir tu historia, sino a transformarla. Cada vida es una oportunidad de aprender, evolucionar y regresar a tu esencia.



Tu alma ha vivido muchas historias, pero siempre ha elegido volver a ti para recordar quién eres realmente.



DONES Y TALENTOS

RECONOCE, VALORA Y COMPARTE
TUS REGALOS CON EL MUNDO

Cada alma trae consigo dones únicos que son semillas
de luz para sí misma y para el mundo.
Este espacio te invita a reconocer, valorar y activar
tus talentos para vivir con propósito y plenitud.



1 ¿Qué don o talento
fue revelado durante
mi lectura?



2 ¿Qué talento he minimizado
o puesto en segundo plano
por mucho tiempo?



3 ¿Cómo puedo usar ese don
para ayudarme a mí misma
y a otras personas?



4 ¿Qué me impide confiar
más en mis capacidades
y talentos?



5 ¿Qué actividades me hacen
sentir en flujo, viva
y en conexión conmigo?



6 ¿De qué manera mi don
puede ser un servicio
para el mundo?



7 ¿Qué paso concreto puedo
dar hoy para empezar a
honrar y compartir mis dones?

Recuerda



Tus dones no son solo para ti.
Cuando te atreves a usarlos,
inspiras, sanas y transformas vidas,
incluida la tuya.

*Tu don es tu regalo
al mundo.*

*Confía, honra y compártelo
sin miedo.*

