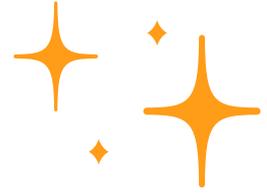




WORKBOOK

**Cuaderno de trabajo
para “Soy Guiada”**





BIENVENIDA



Soy Carolina, guía y canal en este camino que hoy decidiste recorrer.

Estaré acompañándote en cada paso de esta experiencia, sosteniendo este espacio desde el amor, la conciencia y la luz.

Confía en ti, confía en tu proceso.

Yo estoy aquí y tú estás guiada.

CUADERNO DE TRABAJO.



BIENVENIDA

Querida alma:

Bienvenida a Soy Guiada, un espacio sagrado creado para que reconectes con tu intuición, tu canal y tu sabiduría interna.

Aquí no vienes a aprender algo nuevo, vienes a recordar lo que siempre ha vivido dentro de ti. Este es tu primer paso hacia una conexión profunda y amorosa con tu Yo Superior.

No estás sola.

Nunca lo has estado.

Cada palabra, cada práctica, cada ejercicio que encontrarás aquí ha sido creado con intención y con luz.

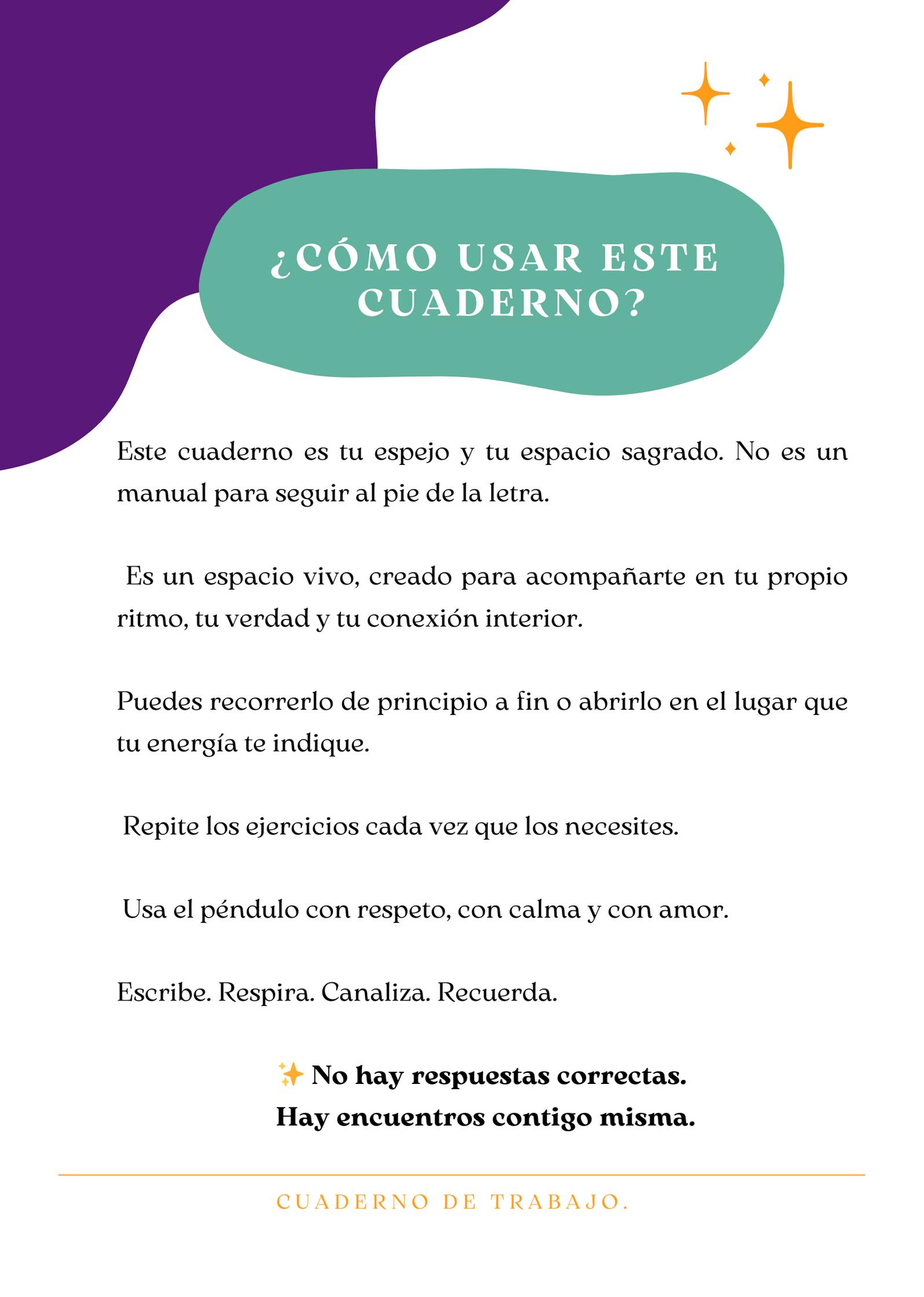
Tu única tarea es abrir el corazón... y confiar.

Gracias por responder al llamado.

Gracias por permitirte recordar.

✦ Hoy, tú también eres guía.

✦ Hoy, tú también eres canal.



¿CÓMO USAR ESTE CUADERNO?

Este cuaderno es tu espejo y tu espacio sagrado. No es un manual para seguir al pie de la letra.

Es un espacio vivo, creado para acompañarte en tu propio ritmo, tu verdad y tu conexión interior.

Puedes recorrerlo de principio a fin o abrirlo en el lugar que tu energía te indique.

Repite los ejercicios cada vez que los necesites.

Usa el péndulo con respeto, con calma y con amor.

Escribe. Respira. Canaliza. Recuerda.

✦ **No hay respuestas correctas.**
Hay encuentros contigo misma.

INTENCIÓN PERSONAL

Mi intención para este camino

Tómate un momento para cerrar los ojos, respirar profundo y preguntarle a tu corazón:

¿Qué deseo activar en mí al comenzar este camino?

Escribe aquí tu intención. Esta será tu ancla durante el proceso:



“Cuando me escucho con amor,
empiezo a recordar quién soy.”



PREPARANDOME PARA RECIBIR DESDE MI YO SUPERIOR

Antes de comenzar cualquier práctica, es importante crear un espacio seguro y amoroso para que tu canal se abra de forma limpia, clara y contenida.

Esta sección te acompañará a conectar con tu Yo Superior, la parte más sabia, luminosa y elevada de ti misma.

¿Qué es el Yo Superior?

Tu Yo Superior es tu conciencia más expandida.

No es un ser separado de ti, sino la versión más elevada de tu alma, conectada con la Fuente, con el Amor, con la Verdad.

Cuando canalizas desde tu Yo Superior, estás accediendo a la información más pura y alineada con tu camino.

Por eso, en Soy Guiada, todo parte desde esta conexión.

No canalizamos al azar.

Canalizamos desde la luz, con intención y protección.





INVOCACIÓN DE CONEXIÓN SUGERIDA

Puedes repetir esta invocación en voz alta o internamente antes de cada práctica con tu péndulo:

✨ **“Yo Superior, te invoco ahora en la luz, en el amor y en la verdad. Guíame en esta práctica para que toda percepción sea pura, amorosa y alineada al mayor bien.”**

👉 **Espacio para tu propia invocación**

Instrucción:

Si deseas personalizar tu forma de conexión, aquí puedes escribir tus propias palabras para invocar a tu Yo Superior:

👤♀ **Mini ritual de preparación sugerido**

Antes de comenzar, puedes seguir este pequeño ritual energético:

- ✓ Busca un lugar tranquilo
- ✓ Enciende una vela blanca o de color suave
- ✓ Respira profundamente tres veces
- ✓ Coloca tus manos en el corazón
- ✓ Repite tu invocación
- ✓ Toma tu péndulo y permítete estar presente.

EL PÉNDULO COMO EXTENSIÓN DE TU ENERGÍA



El péndulo no tiene poder propio.

No es un oráculo externo ni una herramienta mágica que “te da respuestas”.

✨ El péndulo es un puente:

una extensión de tu campo energético,

un reflejo físico de la información que ya vive dentro de ti.

Al trabajar con él, no estás consultando “algo afuera”.

Estás abriendo un canal de percepción consciente desde tu Yo Superior hacia ti misma.



¿Qué necesitas para comenzar?

Puedes usar un péndulo de cuarzo, metal, madera u otro material que te resuene.

Lo importante es que:

- ✓ Sea liviano y cómodo de sostener
- ✓ Tenga una cadena o cuerda fluida
- ✓ Lo dediques exclusivamente para tu práctica personal

Si no tienes péndulo aún, puedes conseguir uno sencillo y amoroso.

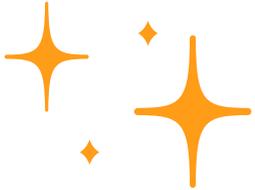
Lo más importante es tu intención, no el objeto.

Nota:

El protocolo de sintonización del péndulo que encontrarás a continuación está inspirado en el método de David Topí, autor y formador en desarrollo interior y conexión multidimensional.

Su enfoque, claro y amoroso, propone un marco seguro para trabajar con herramientas energéticas.

He integrado esta práctica en mi forma de canalizar porque resuena profundamente con la ética y el nivel vibracional desde el cual deseo que tú también te conectes.



CALIBRANDO MI PÉNDULO

Antes de comenzar cualquier práctica, debes establecer tu lenguaje energético con el péndulo.

Esto se llama calibración y te mostrará cómo se manifiesta el "Sí" y el "No" en tu campo.

✦ Instrucciones:

Invoca a tu Yo Superior con la frase que ya aprendiste.

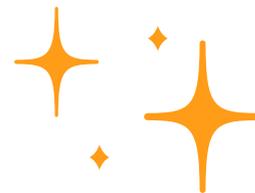
Lee el siguiente texto y sintoniza profundamente con cada palabra:

A mi Yo Superior, solicito lo siguiente, en todas las versiones y en todos los niveles dimensionales, en todos mis cuerpos energéticos, en todos los conceptos del tiempo, a todos los niveles del subconsciente, consciente y súper consciente. Crea un canal limpio de comunicación y manifestación entre mi subconsciente, mi mente consciente y mi Yo Superior. Asegúrate que el subconsciente, consciente e inconsciente están conectados y perfectamente alineados, trabajando juntos en total armonía en mi bien mayor, misión y propósito bajo cualquier condición. Para el Bien mayor de toda la Humanidad, en nuestra conexión con el Universo, encomiendo esta intención y petición para que sea ejecutada ahora, y en todos los planos de existencia, espacio y tiempo. Gracias.

Esta petición contiene la energía y la intención de que desde tu Yo Superior se refuerce ese canal de comunicación que existe con tu alma-subconscientemente racional para que la información pueda fluir con facilidad. Ahora que hemos reforzado este canal de conexión vamos a programar el péndulo. Sostenlo en tus manos y relájate.

A continuación, programa tu péndulo con la siguiente petición:

A través de mi Yo Superior, impongo la intención en este péndulo de que me transmita información exclusivamente de mi Yo Superior a menos que, específicamente, de permiso para que sea de otra forma. Permite que la información que fluya sea para mi bien mayor y el bien mayor de todos los seres. Gracias



MOVIMIENTOS DE RESPUESTA SI Y NO

1. Pregunta con claridad a tu YO superior:

“¿Muéstrame el movimiento de mi Sí?”

1. Observa el movimiento (puede ser vertical, circular, hacia un lado).

2. Luego pregunta:

3. “¿Muéstrame el movimiento de mi No?”

4. Repite un par de veces hasta sentir que los movimientos son consistentes.

Registro de calibración

Utiliza este espacio para anotar cómo responde tu péndulo:

Pregunta	Movimiento observado	¿Cómo lo sentí?
¿Muéstrame mi Sí?	_____	_____
¿Muéstrame mi No?	_____	_____

Consejos:

- Haz la calibración cada vez que sientas que tu energía cambió o estás practicando en un lugar distinto.
- Si el péndulo no responde claramente, detente, respira, repite la invocación y vuelve a intentar.
- No insistas ni lo fuerces. Tu canal se abrirá con práctica, amor y respeto.

**“Mi energía se expresa a través del movimiento.
El péndulo solo refleja lo que ya vive en mí.”**

ESCUCHANDO MI ENERGIA A TRAVÉS DE PREGUNTAS SEGURAS

Ahora que has calibrado tu péndulo, puedes comenzar a hacerle preguntas simples y amorosas que te ayuden a conocerte mejor y afinar tu conexión.

Esta etapa es esencial: no estás buscando respuestas complejas, estás fortaleciendo tu canal y aprendiendo a leer la vibración de tu propio campo.



🧠 ¿Qué son preguntas seguras?

Son preguntas que puedes hacerte a ti misma, enfocadas en tu bienestar, en tu estado energético, y en tu disposición para recibir información.

No involucran a otras personas.

No buscan controlar nada.

Son puertas hacia tu interior.



✨ Preguntas sugeridas para comenzar

Puedes repetirlas con regularidad. Anótalas o adáptalas si lo deseas.

- ¿Mi campo energético está equilibrado en este momento?
- ¿Estoy conectada con mi Yo Superior en este instante?
- ¿Mi chakra corazón necesita armonización hoy?
- ¿Estoy lista para recibir mensajes claros ahora?
- ¿Necesito descansar antes de continuar con prácticas?
- ¿Me haría bien tomar agua antes de seguir?



REGISTRO PERSONAL DE PRÁCTICA

Fecha	Pregunta realizada	Respuesta	Sensación al recibirla

Al principio, si no obtienes respuestas claras, no te frustres. Estás aprendiendo un nuevo idioma: el idioma sutil de tu energía. Practica con amabilidad y constancia. Tú puedes confiar en ti.

TABLAS DE PRÁCTICA



En esta sección encontrarás tres tablas prácticas que te ayudarán a explorar tu energía con más profundidad y claridad.

Recuerda que estas tablas no te dan respuestas externas.

Son solo un mapa para que tu péndulo, en conexión con tu Yo Superior, refleje lo que tu campo necesita mostrarte.

✨ Siempre antes de usarlas:

- Invoca a tu Yo Superior
- Respira profundo
- Coloca tu péndulo en el centro de la tabla
- Haz la pregunta de forma clara y amorosa
- Observa hacia dónde se inclina

🎯 **Tabla 1: Estado energético general**

? Pregunta sugerida:

¿Cómo está mi energía en este momento?

📊 Opciones de respuesta en la tabla:

Equilibrada	Baja/necesito descanso	Alta, pero dispersa
Contaminada/ necesito limpieza	Expansiva lista para canalizar	Estancada/sin dirección clara.

TABLAS DE PRÁCTICA



☀️ **Tabla 2: Necesidad energética del día**

? **Pregunta sugerida:**

¿Qué necesita hoy mi energía para estar en su mejor estado?

📊 **Opciones de respuesta en la tabla:**

Dormir mejor	Meditar	Beber más agua
Recibir energía Sanadora/como Reiki	Estar en contacto con la naturaleza	Soltar pensamientos negativos.
Liberar emociones retenidas	Reconectar con mi propósito	Silencio/Pausa

🌬️ **Tabla 3: Elemento guía del día**

? **Pregunta sugerida:**

¿Qué elemento guía me acompaña hoy para equilibrarme?

🌍 Tierra (arraigo, presencia, estabilidad)	💧 Agua (fluidez, sensibilidad, emociones)	🔥 Fuego (transformación, impulso, claridad)
🌬️ Aire (mente clara, comunicación, visión)	🌌 Éter (conexión espiritual, expansión, propósito)	☀️ No requiero integrar un elemento hoy / Estoy equilibrada



✓ 2. Pregunta guía para reflexionar según el elemento recibido

Esto refuerza el autoconocimiento.

Tierra: ¿Estoy sintiéndome sostenida en lo material y lo emocional?

Agua: ¿Estoy permitiendo que mis emociones fluyan libremente?

Fuego: ¿Qué quiero transformar en mí o en mi vida ahora?

Aire: ¿Necesito aclarar algo o expresarme con más libertad?

Éter: ¿Me estoy dando espacio para conectar con algo más grande?

✓ 3. Palabra clave o afirmación

Tierra → “Estoy presente.”

Agua → “Fluyo con lo que siento.”

Fuego → “Actúo con claridad.”

Aire → “Me expreso con verdad.”

Éter → “Confío en mi guía interna.”

💡 Sugerencias para trabajar con las tablas:

Puedes usarlas una vez al día, por la mañana o antes de dormir.

Siempre mantén una actitud de curiosidad y no juicio.

Confía: tu energía sabe lo que necesita.

Si no obtienes una respuesta clara, repite la práctica más tarde o al día siguiente.

♥ **“Mi energía habla cuando estoy dispuesta a escuchar.
Hoy la honro, la escucho y la sigo.”**



VUELVO A MI, RECUPERO MI ENERGÍA. ME COMPLETO.

1. Introducción

A lo largo de la vida, dejamos partes de nuestra energía en situaciones, relaciones, lugares o momentos que nos marcaron emocional o mentalmente.

No siempre es por algo negativo:

puede ser una conversación intensa, una etapa muy demandante, una herida no cerrada o incluso algo hermoso que no supimos soltar.

Recuperar tu energía es un acto de amor propio.

Es decirle a tu alma:

“Estoy lista para volver a mí.”

2. Preparación para el Ejercicio

 Preparación para el ejercicio

- Busca un momento tranquilo y sin interrupciones.
- Puedes encender una velita o poner música suave si lo deseas.
- Ten tu péndulo a mano.
- Respira profundamente tres veces antes de comenzar.





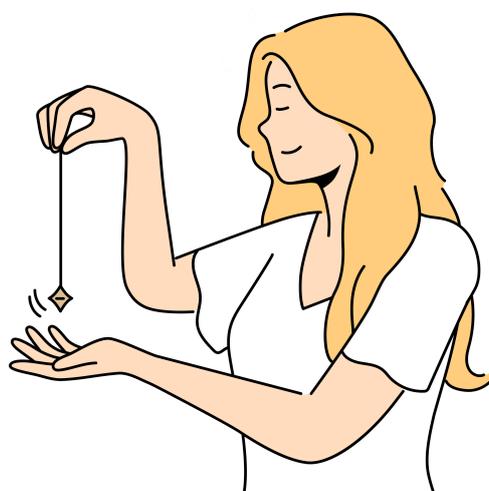
VUELVO A MI, RECUPERO MI ENERGÍA. ME COMPLETO

3. Invocación sugerida

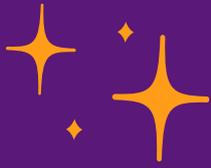
**"Yo Superior, te invoco ahora en la luz, en el amor y en la verdad.
Guíame para recuperar toda energía legítimamente mía
que haya quedado anclada en tiempos, lugares, personas o
situaciones pasadas,
de esta vida o de otras, de manera segura y amorosa."**

🕒 Paso a paso del ejercicio

- Haz la invocación anterior en voz alta o mentalmente.
- Toma el péndulo en tu mano y pregunta:
 - "¿Estoy lista para recuperar mi energía ahora?"
 - Si la respuesta es sí, cierra los ojos y visualiza:
 - Hilos de luz regresando desde todos los lugares donde hayas dejado tu energía.
 - Imagina cómo vuelven a tu corazón y te llenan de presencia, paz y fuerza.
 - Deja que el péndulo se mueva libremente mientras esto sucede.
 - Cuando el movimiento disminuya o se detenga, repite esta frase:



**"Yo integro con amor toda la energía que
legítimamente me pertenece.
Soy completa.
Soy guiada.
Yo regreso plenamente a mí."**



SELLO MI LUZ. ME PROTEJO EN AMOR. ME SOSTENGO EN ALTA FRECUENCIA.

Proteger tu energía no es poner barreras por miedo.

Es reconocer que tu campo energético es sagrado y que mereces sostenerlo en luz, en amor y en armonía.

La protección energética no se trata de aislarte.

Se trata de fortalecer tu vibración interna para que nada ajeno la altere.

En este ejercicio trabajarás en conexión con tu Yo Superior para crear un campo vibracional fuerte, amoroso y seguro.





EJERCICIO DE PROTECCIÓN

Preparación

- Busca un espacio tranquilo.
- Si lo deseas, enciende una vela o coloca un cristal a tu lado.
- Ten tu péndulo cerca.
- Haz tres respiraciones profundas antes de comenzar.

Invocación sugerida

"Yo Superior, te invoco en luz, amor y verdad.
Pido sellar mi campo energético en vibraciones de alta frecuencia,
para que toda percepción que reciba provenga solo de la luz
y sea guiada por el mayor bien de mi alma."

Paso a paso del ejercicio

1. Realiza la invocación.
2. Visualiza que desde tu corazón se expande una esfera de luz dorada o blanca, envolviéndote completamente con suavidad.
3. Pregunta:
4. "¿Mi campo está protegido en luz ahora?"
5. Observa el movimiento.
6. Si responde sí, permanece unos momentos respirando dentro de esa visualización.
7. Si responde no, repite la invocación con más presencia y vuelve a preguntar.



EJERCICIO DE PROTECCIÓN

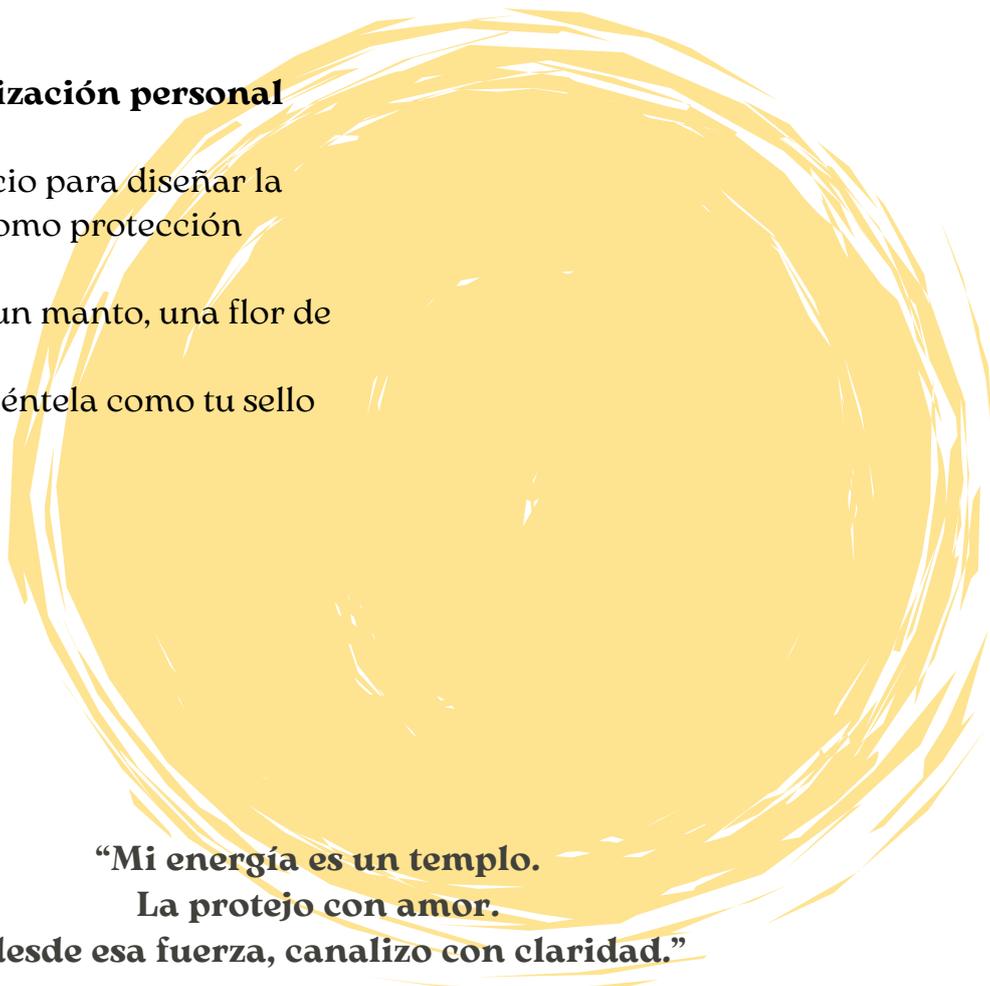
💡 ¿Cuándo puedo usar este ejercicio?

- Este ejercicio de protección energética es simple, poderoso y muy efectivo.
- Puedes realizarlo en cualquier momento, pero aquí te dejo algunas ideas para integrarlo en tu día a día:

1. Cada mañana antes de salir a tu trabajo o comenzar tu jornada
2. Antes de entrar a lugares con mucha carga emocional o energética
3. Antes de una reunión importante o una conversación delicada
4. Después de atender a otras personas (si acompañas o cuidas)
5. Antes de canalizar, meditar o hacer una práctica energética
6. 🌿 Incluso puedes hacerlo como ritual diario al despertar, sellando tu campo con luz y comenzando el día en alta vibración.

1. 🎨 Crea tu visualización personal

Puedes usar este espacio para diseñar la forma que imaginas como protección energética:
puede ser una esfera, un manto, una flor de luz...
Dibújala, descríbela, siéntela como tu sello vibracional personal.



**“Mi energía es un templo.
La protejo con amor.
Y desde esa fuerza, canalizo con claridad.”**



La conexión ya está viva en mi



Querida alma:

Hoy no solo has completado un curso.

Hoy has abierto una puerta interna que siempre ha estado esperando por ti.

Has recordado que tu guía no está afuera.

Está en tu propio corazón, en tu propia luz, en tu propia sabiduría.

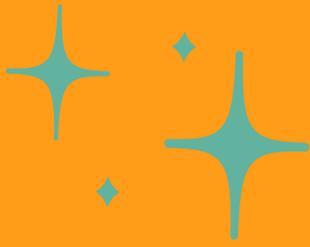
Cada respiración, cada movimiento del péndulo, cada respuesta recibida desde tu Yo Superior, son testigos de que tu canal interior está vivo y activo.

✦ Hoy eres más consciente.

✦ Hoy eres más completa.

✦ Hoy caminas más ligera hacia tu verdad.





Preguntas de integración personal

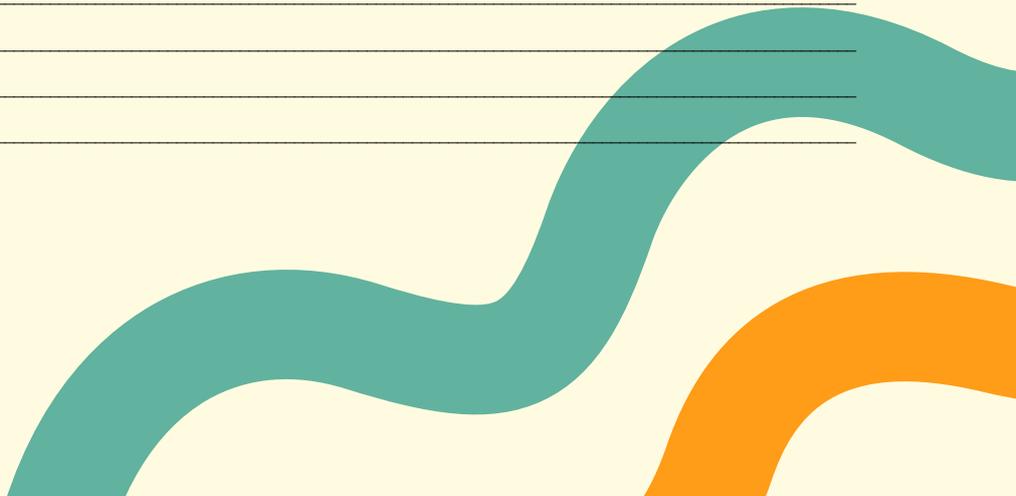
Tómate un momento para reflexionar y escribir con el corazón:

¿Qué descubrí de mí misma durante este camino?

¿Qué cambios he sentido en mi energía desde que inicié Soy Guiada?

¿Cómo puedo seguir cultivando la escucha amorosa de mi Yo Superior?

¿Qué deseo anclar en mi vida de ahora en adelante?





Cielo Sagrado

Academia.

Si este primer paso ha resonado en ti, si sientes que algo dentro de ti pide expandirse aún más, entonces el siguiente nivel de tu viaje te está esperando.

✨ **Soy Canal** es el espacio donde profundizamos esta conexión:

Donde aprendes a abrir tu canal de manera consciente, a recibir mensajes claros para ti y para otros.

Conviértete en Canalizadora, Lectora y Sanadora Akáshica, accediendo de manera segura y responsable a un universo de sabiduría y entendimiento.

CANALIZACIÓN,
LECTURA Y SANACIÓN
AKÁSHICA NIVEL1

Tu alma ya sabe si es su momento de continuar.

- 🌿 Confía en tu guía.
- 🌿 Confía en tu luz.
- 🌿 Confía en tu expansión.

“Yo soy la guía que buscaba.
Yo soy canal de luz, de amor y de verdad.
Y el camino apenas comienza.”



Cielo Sagrado

Academia.

- Libro uno
- Libro dos
- Libro tres

SOY CANAL

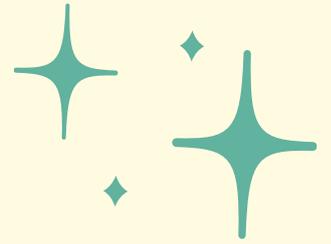
- Link de video uno
- Link de video dos
- Link de video tres
- Link de video cuatro

CANALIZACIÓN,
LECTURA Y SANACIÓN
AKÁSHICA NIVEL1

Revisa toda la información
de Soy Canal aquí



🧡 **Bonus: 30 Afirmaciones para leer,
repetir, sentir y vibrar:**



1. Confío en mi guía interior.
2. Todo lo que necesito ya vive dentro de mí.
3. Soy un canal de luz, verdad y amor.
4. Mi intuición es clara, segura y amorosa.
5. Estoy protegida, guiada y acompañada.
6. Regreso a mí con cada respiración.
7. Soy energía en equilibrio y expansión.
8. Me permito fluir con lo que la vida me muestra.
9. Escucho la sabiduría de mi cuerpo y mi campo.
10. Recibo la información que estoy lista para sostener.
11. Siento mi conexión con la Tierra y el Cielo.
12. Me rodeo de vibraciones altas y conscientes.
13. Cada día me acerco más a mi verdad.
14. Canalizo desde la luz y para la luz.
15. Me libero de lo que ya no necesito sostener.
16. Honro el silencio como parte de mi guía.
17. Me habito con amor y con presencia.
18. Puedo confiar en lo que siento, aunque no lo entienda aún.
19. Estoy segura en mi sensibilidad.
20. La claridad llega cuando suelto el control.
21. Soy el canal, no el origen.
22. Todo llega en el tiempo perfecto.
23. Estoy lista para recibir.
24. Honro cada parte de mi proceso.
25. Me permito preguntar y también esperar.
26. Canalizar es recordar mi lenguaje original.
27. El péndulo es solo un puente: la guía soy yo.
28. Vibro en coherencia con mi alma.
29. Me acompaño con ternura en mi despertar.
30. Estoy guiada. Estoy lista. Estoy aquí.



GRACIAS

@cielosagrado.terapias
www.cielosagrado.com

