

## Programa del Aire por *El Don de tu Aire*

**Programa que combina herramientas terapéuticas orientadas a tu autoconocimiento y a lograr la libertad de SER TÚ.**

**Cantidad sesiones:** mínimo 6.

**Frecuencia:** cada 3 semanas.

**Duración de cada sesión:** 60 a 90 minutos.

**Requisito previo:** si es del caso, contar con autorización del psicólogo o psiquiatra que te está tratando en la actualidad.



### Primera sesión del aire:

#### Finalidad:

Determinación del objetivo terapéutico: ¿para qué buscas ayuda?

Conocer cuál o cuáles son tus puntos de conflicto y/o dolor que te han impedido vivir una vida en coherencia con tu verdadera identidad. Luego de ello, diseñaremos una ruta terapéutica acorde a tus necesidades, lo que significará que priorizaremos el objetivo por el cual comenzarás a enfocar tu atención para resignificar patrones conductuales y emocionales que han ido “entrampado” tu camino evolutivo hacia la libertad de ser TÚ.

#### Herramientas:

Oráculo de gemas.  
Elixires minerales.

#### Tareas:

Abrir tu bitácora consciente en donde escribirás los cambios conductuales que vayas observando con la ingesta de los elixires minerales.

Escribir una carta a tus padres (vivos y/o muertos/presentes y/o ausentes) con todo lo que sientas respecto de ellos.



**Segunda sesión  
del aire:**

Relación con los padres: ¿cuánto influye en tus conductas?

**Finalidad:**

Detectar cómo lo escrito a tus padres ha influido, hasta ahora, en la forma que has tenido de comportarte ante situaciones experimentadas en tu vida. Esta dinámica, te permitirá darte cuenta (hacerte consciente) de lo que necesitas practicar para sentirte más liviano en tu día a día.

**Herramientas:**

Oráculo de gemas.  
Elixires minerales.

**Tareas:**

Escribir en tu bitácora consciente los cambios conductuales que vayas observando con la ingesta de los elixires minerales.  
Conexión con el niño o niña interior a través de una fotografía.

# EL DONDE



**Tercera sesión  
del aire:**

Niño o niña interior: ¿cuánto influye en tu vida de adulto o adulta?

**Finalidad:**

Adquirir la comprensión de que, especialmente, entre los 0 y 7 años de edad, fue una etapa en la que adquiriste y alojaste información clave que se transformó en tus actuales creencias, muchas de ellas limitantes, en base a las cuales hoy desarrollas tu vida de adulto o adulta.

**Herramientas:**

Oráculo de gemas.  
Elixires minerales.

**Tareas:**

Escribir en tu bitácora consciente los cambios conductuales que vayas observando con la ingesta de los elixires minerales.



**Cuarta sesión  
del aire:**

Ancestrología: mamá y papá.

**Finalidad:**

Resignificar las situaciones ocurridas con mamá y papá devolviendo a ellos, desde el amor compasivo, todo lo que no te corresponde. Este ejercicio cuántico hará que se reestablezca el orden ancestral en tu sistema familiar y traerá alivio a tu vida pudiendo experimentarla desde tu libre albedrío.

**Herramientas:**

Ancestrología  
Oráculo de gemas.  
Elixires minerales.

**Tareas:**

Guardar contigo lo vivido en la sesión ancestrológica para que su beneficio sea perdurable en el tiempo.  
Escribir en tu bitácora consciente los cambios conductuales que vayas observando con la ingesta de los elixires minerales.

EL DONDE



**Quinta sesión  
del aire:**

SPA: relajo y bienestar.

**Finalidad:**

Disfrutar de un momento agradable en la compañía de las milenarias gemas que expandirán su energía por todo tu cuerpo físico.

**Herramientas:**

Oráculo de gemas.  
Activación de la frecuencia de las gemas en tu cuerpo físico.  
Elixires minerales.

**Tareas:**

Escribir en tu bitácora consciente los cambios conductuales que vayas observando con la ingesta de los elixires minerales y sobre lo que has conseguido con tu trabajo de autoconocimiento y sanación realizado durante el programa.



**Sexta sesión  
del aire:**

Evaluación integral del programa.

**Finalidad:**

Retroalimentación sobre el proceso terapéutico por el cual se transitó durante las semanas que este duró.

**Herramientas:**

Lectura de oráculo a elección libre de la persona.

**Tareas:**

Mantener como hábito la escritura en tu bitácora consciente.



EL DONDE

tu Aire