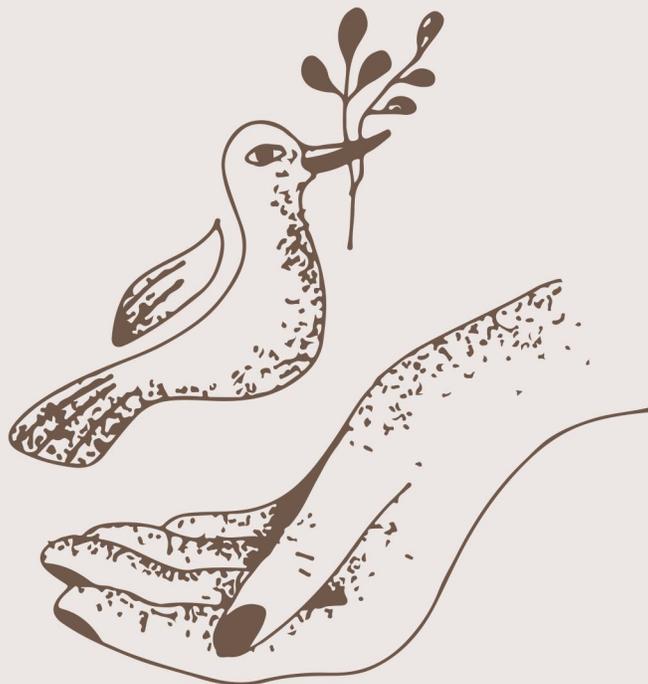


# Co-crea lo que creas

Guía de acción inspirada

por *Andrea de la Mora*



# Namasté, bienvenida(o)

...al principio de tu transformación interna. Me siento increíblemente honrada por contar con tu atención.

El propósito de esta guía es asistirte en tu proceso de conexión contigo misma, con el Universo -o con cualquier concepto que tengas de la energía divina creadora-.

Al ir hacia tu interior puedes encontrar claridad sobre quién eres, cuáles son tus

prioridades y cómo experimentar tu vida desde un lugar de empoderamiento y abundancia integral.

En una era digital que nos invita al auto rechazo, la evasión de quiénes somos y la intensa búsqueda de felicidad al exterior de nosotros mismos, Eleva tu vida te ayudará a recordar que eres un ser de luz, merecedor de prosperar ilimitadamente y que estás sostenida por el Universo en todo momento.

Mi intención es acompañarte a través de un viaje de introspección que te permita recordar quién eres, ejercer tu poder personal y vibrar en plenitud y dicha, para que desde ese lugar de amor propio, manifiestes lo que desees.



# Sobre mí

Namasté querida(o) mía(o).

Tanto en mi vida, como en mi práctica como coach, he descubierto que los bloqueos más frecuentes en el proceso de prosperidad en una persona están siempre el rechazo de quiénes somos, el no sentirnos merecedoras y la evasión emocional de lo que vivimos al resistir nuestras experiencias y querer controlarlo todo.

Conozco estos patrones muy bien. De hecho, me mantuvieron estancada durante años.

En mi experiencia, amarte tal cual eres es la varita mágica que te permite crear en conciencia y volver de tu vida una milagrosa expresión de presencia, paz interior y magia cósmica.

De eso se trata Lo que creas, creas; de que te vuelvas la experta de ti misma y despiertes a tu Verdadero yo, magnifiques tu potencial y vivas plenamente tu vida. Que conectes con tus ángeles, aprendas prácticas de mindfulness y sueltes la búsqueda de la perfección para enfocarte en el progreso de conocerte, aceptarte y amarte tal cual eres.

Y querida, si yo pude, ¡tú también!

*Saprema,*  
Andrea de la Mora



## ESTA ES MI INVITACIÓN PARA TI:

**La transformación que  
lleves a cabo depende  
de ti y tu compromiso  
contigo, hazte la promesa  
de ser constante con  
tu práctica espiritual.**

Esta guía acompaña los primeros episodios de mi podcast: Lo que creas, creas. Te invito a que si no los has escuchado, lo hagas para que tengas un panorama más completo de lo que aquí te propongo y comparto.

**¡COMENCEMOS!**

# Divinidad

La energía creadora está en todas partes, incluyéndote, por tanto, cuentas con sus atributos y características. Co-creas cuando deliberadamente elevas tu conciencia hacia La Conciencia.

**¿Cómo concibes a tu Divinidad?**  
**¿Cuál es tu relación con Ella?**  
**¿Qué experiencias tienes donde has sentido su presencia?**

Contesta:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

# Vibración

Creamos a través de nuestra frecuencia vibratoria y vibramos lo que sentimos, decimos, pensamos.

Elevamos nuestra vibración con amor, compasión y perdón.

**¿Qué tanto cargo con heridas del pasado?**

**¿Qué tan abierta(o) estoy para perdonar?**

**¿Cómo puedes integrar más compasión y gentileza a tu vida?**

Contesta:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

# Práctica diaria

La práctica diaria es un elemento fundamental en la co-creación porque es lo que te permite elevar tu conciencia. Algunos ejemplos son: meditación, gratitud, llevar un diario, contacto con la Naturaleza, canalizar a tus ángeles, hacer lo que te da dicha...

- ¿Qué práctica diaria elijo hacer?**
- ¿Qué tanto conectas contigo?**
- ¿Cómo puedes inyectar más gratitud a tu vida?**

Contesta:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---