

# RETO ACTIVACION DIAMANTINA



# Descubriendo Tu Diamante Interno

## DIA 1

**Dibuja una roca rompiéndose, explotando, y que dentro de ella se encuentre tu diamante interno. Puedes dibujarlo grande o pequeño, uno solo o muchos.**

**Deja que tu intuición te guíe. Este dibujo simboliza la ruptura de las capas externas que ocultan lo valioso y magnífico que hay dentro,**

**Observa tu dibujo y reflexiona sobre qué partes de ti han estado ocultas o bloqueadas. Escribe algo breve sobre cómo te sientes al ver tu diamante interno liberado.**

# **Liberación de Bloqueos**

## **DIA 2**

**Escribe una carta (que sea solo para vos), a alguien o algo que te ha limitado, expresando tus emociones y liberándote de esos bloqueos. Con honestidad y respeto.**

**Después de escribir la carta, vas a quemarla o romperla y tirarla visualizando cómo te liberas de esas limitaciones.**

# Reconociendo tu Valor

## DIA 3

**Haz una lista de 10 cualidades o logros que te hacen sentir orgulloso/a de ti mismo/a.**

**Léela en voz alta frente a un espejo, siente esas cualidades o logros y date las GRACIAS.**

**Escribe una afirmación positiva basada en la lista y que sea un mantra personal.**

# Transformando la Oscuridad en Luz

## DIA 4

**Crea un símbolo personal  
(puede ser un dibujo, un objeto, una  
frase) que represente tu crecimiento y la  
fortaleza que has descubierto en ti. Este  
símbolo sera un recordatorio visual de tu  
capacidad para transformarte y  
superarte a ti misma.**

**Adorna algún espacio con tu símbolo  
como un recordatorio constante de tu  
poder interior y tu capacidad de  
transformación.**

# Autoregalándote Amor

## DÍA 5

**Realiza una actividad que te haga sentir bien contigo mismo/a, como tomar un baño relajante, leer un libro o pasear en la naturaleza.**

**Hazlo de manera consciente, aquí y ahora.  
Observando cuanto lo disfrutas.**

**Antes de dormir, escribe que cosas te gustaron de este día y como te sientes.**

# Reinventando un Espacio

## DIA 6

**Elije un espacio o sector de tu hogar y reorganízalo de una forma que te inspire y te motive.**

**Este acto simboliza la creación de espacio para nuevas oportunidades en tu vida.**

**Al finalizar, dedica unos minutos a estar en tu nuevo espacio, visualizando cómo este cambio refleja la apertura para recibir nuevas energías y oportunidades.**

# Abrazo Diamantino

## DIA 7

**Date un abrazo a ti mismo, de esos que duran unos segundos más, sintiendo cómo te reconfortas y te llenas de amor propio.**

**Mientras te abrazas, visualiza que estás envuelta en una luz cálida y resplandeciente, ES TU DIAMANTE INTERIOR. Siente cómo esta luz ilumina cada célula de tu cuerpo, activando tu poder interno y llenándote de confianza y fortaleza.**

**Crea un “Amuleto Diamantino Puede ser un cristal, una hoja, un collar, algo que este cerca tuyo.**

**Vas a elegirlo e intencionarlo como tu Amuleto Diamantino. Lo usas cuando lo sientas.**



# Gracias

**Por ser parte de esta transformación  
diamantina.**

**Por caminar juntos en este viaje de  
descubrimiento.**

**Y por revelar la luz que llevamos dentro.**

**Que esta experiencia siga iluminando tu ser  
y expandiendo tu verdadero valor.**

***Camila Acevedo***



***mujer.diamantina***



***www.youtube.com/@MujerDiamantina***