

## *CARTA PARA SANAR CON MAMÁ*

*Madre,*

*Necesito sanar contigo para poder vivir mi propia vida en armonía.*

*Eres el canal que elegí para vivir esta experiencia física. Te escogí porque eras perfecta para mí. Gracias mamá, lo hiciste estupendo.*

*Mi niña herida ha estado muy resentida contigo durante todos estos años. Te cerré mi corazón desde hace mucho. Pero eso me ha mantenido atada al dolor, a un dolor que ya no quiero en mi corazón*

*No soy tu víctima por que sé que hiciste lo mejor que podías con lo que tenías y sabías. Ahora estoy libre para crecer, evolucionar y reconciliarme contigo.*

*Reconozco a la niña herida que hay en mí y aprendo a darle todo el amor y aceptación que no recibí de la forma que ella esperaba.*

*Me alejé de tí creyendo que con eso iba a evitar el dolor, pero el dolor de no sentirme amada tal y como soy, de no sentirme suficiente; me ha hecho ir por el mundo buscando un amor y aprobación que nadie podrá nunca darme y ello me ha hecho sufrir mucho.*

*He vivido demandando amor constantemente a través de “ser buena”, “ser perfecta” “ponerme hasta el final”, “dar de más”, buscar aprobación, permitir abusos, querer permanecer, lograr reconocimiento profesional, sufrir por lo que los demás digan o piensen de mí , etc, etc...*

*Hoy estoy decidida a consolar y sanar a mi niña herida.*

*Necesito reconectarme contigo porque a través de tí es que me reconecto con la vida y con toda mi fuerza interior*

*Pido al gran espíritu poder ver a la mujer que eres sin juicios, poder ver todas tus decisiones sin juicios y poder aceptarte tal y como eres sin que me duela*

*En la medida que te acepto, me reconcilio conmigo misma, porque tú eres la semilla de donde parto y*

*la que me permite desplegar todo mi potencial.*

*“Mamá tu y yo somos una” “Mamá tu y yo somos una” “Mamá tu y yo somos una”*

*Yo no soy más grande que tú, no debo sentenciarte. Tú eres el mar y yo el río que nace de ti.*

*La vida y la madre son más grande que uno y ante ello sólo queda aceptar y rendirse con la mejor disposición. Y así lo hago ahora.*

*Esto es un trabajo interno en el cual cada día te acepto en mi corazón con todos tus defectos y virtudes. Sin expectativas. Sin esperar que tú cambies, ni que lo veas, ni me lo reconozcas. Lo hago por mí y por toda mi descendencia.*

*Te honro y te respeto tal y como eres. Gracias por darme la vida. Honro tu vida tal y como ha sido. Honro mi vida tal y como es.*

*No me quedo atascada en resolver tus problemas, te dejo con tu propias cargas porque sé que tú puedes con todas las circunstancias que has elegido en tu vida.*

*Me libero de todas las cargas tuyas que no me corresponden y quedo liberada para enfocarme en mi vida, en mis proyectos, en mis anhelos. Veo más allá, mi niña interior empieza a calmarse, ya no estoy sedienta de amor, cariño, reconocimiento, aprobación y atención.*

*Desarrollo mi amor propio y mi corazón se llena de júbilo.*

*Sano cuando dejo de querer cambiarte. Mi energía ya no está en eso, estoy enfocada en vivir mi vida. La vida que me pertenece.*

*Puedo alejarte de mi vida, pero no de mi corazón. La madre y la vida van unidas, no existen la una sin la otra, tomar a la madre es tomar a la vida sin juicios y sin tapujos, es un Sí a la vida, es un Sí al cuidado, a la nutrición, ternura, amabilidad; es un Sí hacia un amor más grande por mí misma.*

*Te prometo que voy a ser una persona feliz; que voy a amarme más que a nada en este mundo y voy a disfrutar mi vida al máximo. Que siempre voy a rodearme de personas que me amen, me respeten, me valoren y me den mi lugar. Que creeré en mí y seré consciente de lo hermosa, talentosa y*

*maravillosa que soy. Que voy a hacer mis sueños realidad desde mi más grande gozo, libertad , pasión y aprecio. Que viviré en abundancia, conectada con mi guía interior, tomando las mejores decisiones para mí.*

*Tomo la Vida. Te honro y te bendigo madre. Tú eres la grande y y soy la pequeña. Te pido permiso para hacerlo diferente. Estoy lista para cambiar la historia de todo nuestro linaje y descendencia.*

*Madre me siento feliz de ser quien soy, me amo con todo mi corazón y disfruto inmensamente estar viva.*

*Gracias por traerme a este mundo ð*

*Gracias, Gracias, Gracias,*

*Tu hija.*