

# Cómo Hacer que tu Naturaleza Esencial fluya

Guía para comenzar a conectar con tu Ser Auténtico y  
manifestar tu vida plenamente

© 2025 Margarita Álvarez Mota. Todos los derechos reservados.

Esta guía está basada en los contenidos del vídeo titulado "Cómo dejar fluir tu naturaleza esencial", creado y distribuido por Aldea de Luz. El material contenido en esta guía, así como su diseño, está protegido por derechos de autor y no puede ser reproducido, distribuido ni utilizado sin el permiso expreso de su autora.

Para más información sobre nuestros programas y recursos, visita [aldeadeluz.com](https://aldeadeluz.com)

# Introducción

Tu naturaleza esencial es la vibración más pura y auténtica de quien eres. Es tu mayor fuente de energía, abundancia, y propósito en la vida. Sin embargo, muchas veces, por condicionamientos externos e internos, actuamos en contra de esta esencia, bloqueando su flujo natural.

En este proceso de manifestación, aprenderás a reconocer y permitir que tu naturaleza fluya, tomando conciencia de cómo puedes estar bloqueando su expresión y cómo puedes empezar a alinearte con ella para crear una vida más plena.

## 1. La naturaleza esencial está siempre fluyendo

La esencia de cada ser humano está constantemente emitiendo una vibración única, que se manifiesta a través de nuestras características, talentos y la energía que proyectamos.

No necesitamos hacer nada específico para que esta energía fluya; lo único que necesitamos es dejar de actuar en contra de ella.

En muchas ocasiones, hemos sido condicionados a inhibir nuestra verdadera esencia, ya sea por expectativas sociales, familiares, o nuestras propias inseguridades. Pero al tener conciencia de nuestra naturaleza, podemos empezar a reorganizar nuestra energía para que fluya de manera armoniosa.

## 2. Reorganizar nuestra energía

Un buen primer paso para dejar fluir nuestra naturaleza esencial es ser conscientes de cómo está organizada nuestra energía.

¿Estás actuando de acuerdo a lo que realmente deseas? ¿O estás gestionando tu vida con base en miedos, inseguridades o expectativas ajenas?

Al reorganizar nuestra energía, creamos un espacio donde nuestra verdadera esencia puede manifestarse libremente.

Esto es lo que llamamos el trabajo con Huella Vibratoria®. Cuando alineamos nuestra energía con nuestra naturaleza esencial, las oportunidades fluyen hacia nosotros sin esfuerzo.

### ¿Qué puedes hacer para alinearte?

Dedica unos minutos cada día a hacer un inventario emocional y energético.

#### **Pregúntate:**

- ¿Estoy actuando en alineación con mi verdadera esencia?
- ¿Estoy permitiendo que mi energía fluya de manera libre y espontánea?
- ¿En qué áreas de mi vida podría ser más yo mismo/a?

## 3. La importancia de la autovalidación y autovaloración

Uno de los mayores bloqueos para que nuestra naturaleza esencial fluya es la falta de validación interna.

Muchas veces invalidamos nuestra esencia por no cumplir con estándares o expectativas externas. Sin embargo, al dejar de invalidar quién somos, comenzamos a permitir que nuestra esencia se exprese con más facilidad.

La autovalidación y la autovaloración son claves para dejar fluir tu naturaleza.

Cuando te aceptas y te reconoces como un ser completo y perfecto tal y como eres, dejas espacio para que tu energía se despliegue de forma auténtica.

#### **Práctica:**

- Comienza a tratarte de forma distinta, con amabilidad y autovalidación, como: "Yo soy suficiente tal como soy, y mi naturaleza es perfecta para mí."
- Cada vez que sientas dudas sobre ti mismo/a, recuerda que lo que eres es exactamente lo que necesitas para cumplir tu propósito y misión en este mundo.

## 4. Conocer tu propósito

El propósito no es algo que tengas que cumplir como una obligación externa, sino algo que surge de tu propia esencia, una expresión de tu ser más profundo.

Este propósito está relacionado con la alegría de expresarte tal como eres. Cuando te alineas con tu naturaleza esencial, te permites vivir desde un lugar de plenitud y disfrute.

Tu propósito se manifiesta de manera natural cuando actúas desde el ser, sin forzar nada, solo permitiendo que fluya.

### Práctica:

- Reflexiona sobre lo que te hace sentir más vivo/a. ¿Cuándo sientes que tu energía fluye más libremente?
- Pregúntate: "¿Qué me trae alegría al expresarlo, independientemente de las expectativas ajenas?"
- Anota tus pensamientos sobre lo que sientes que es tu mayor aportación al mundo, sin juicios ni limitaciones.

## 5. Sanar y permitir que lo nuevo llegue

Para que tu naturaleza esencial fluya libremente, a veces es necesario sanar bloqueos, traumas o creencias limitantes que hemos adquirido a lo largo de nuestra vida.

Es un proceso de limpieza energética y emocional. Al sanar estos bloqueos, permitimos que lo nuevo llegue a nosotros de manera más fácil, pues nuestra energía se vuelve más limpia, más poderosa y más receptiva.

Este proceso puede implicar dejar ir viejas ideas, patrones de pensamiento o relaciones que ya no están alineadas con nuestro ser auténtico.

La forma más directa que he experimentado para hacer esto es la Sanación, que nosotros realizamos con las sesiones de Sintonización Personal.

Otras formas que puedes usar:

- Identifica qué creencias limitantes o experiencias del pasado te están frenando. Esto te sirve a nivel psicológico y consciente. Es un proceso para hacer a tu ritmo y con mucho amor y amabilidad hacia ti,
- Realiza prácticas de sanación emocional y energética para liberar esos bloqueos.
- Asegúrate de rodearte de personas y ambientes que apoyen tu crecimiento y expansión personal.

## 6. Aportar a los demás desde tu naturaleza esencial

Cuando dejas fluir tu naturaleza esencial, no solo beneficias tu vida, sino que también comienzas a aportar de manera genuina a los demás.

El mundo necesita tu esencia única, y al expresarla, contribuyes al bienestar y la evolución de todos.

Muchas veces, la clave para manifestar lo que deseas está en cómo te entregas y compartes tu energía con los demás de forma desinteresada y auténtica.

### **Práctica:**

- Reconoce cómo tu ser auténtico contribuye a las relaciones que tienes. ¿Qué aportas a los demás cuando eres tú mismo/a?
- Practica el acto de compartir sin expectativas, simplemente ofreciendo tu ser y lo que tienes para dar.

## Ten en cuenta que

Tu Ser Auténtico es lo que fluye de manera más natural en ti y de forma más única, así que también será lo que te diferencia más de los demás y en lo que más puedes contribuir porque tienes más de ello.

Tu Huella Vibratoria® contiene tus mayores dones.

## Conclusión

Dejar fluir tu naturaleza esencial es el proceso de permitir que tu verdadero ser se exprese de manera natural y sin barreras.

Es un acto de confianza, de soltar el control y permitirte vivir desde tu esencia más pura.

La manifestación fluye con mayor facilidad cuando dejas que tu energía se alinee con lo que eres en el fondo, sin imponer limitaciones.

A medida que te conoces más profundamente y sanas lo que no está alineado con tu ser, te conviertes en el/la receptor/a para que todo lo bueno que el universo tiene para ofrecerte fluya hacia ti.