

# El sendero Hacia mi interior

Ada Nicholls Ciró

2020

## AGRADECIMIENTO

Agradezco muy sinceramente y de todo corazón a mi hijo Esteban, por su apoyo incondicional, por estar ahí y por hacer parte de mi mundo para ayudar a sanarlo, a mi hermana Dolly por orientarme hasta encontrar en los recovecos de mi mente subconsciente esas memorias que por años bloquearon mi vida, en las áreas de la prosperidad, relaciones y demás.

A la divinidad que hay en mí, por regalarme la inspiración, para tejer con amor, cada palabra plasmada en este libro.

A todos los maestros presentes en mi historia de vida, a través, de sus conocimientos, palabras, valiosos libros y áudios, los cuales han contribuído en mi crecimiento personal y espiritual; entre ellos un agradecimiento especial a la doctora Marisa Peer, la cual despejo mi mente y como un regalo mágico me permitió hallar el sendero hacia mi interior.

A mi niña interior Indira por regalarme su presencia en mi vida, por tomarme de la mano y realizar juntas este recorrido, por el Sendero hacia mi interior, mediante el cual encontramos los bloqueos que durante años gobernaron por completo mi vida, por la valentía para enfrentarlos y por el amor para sanarlos.

## **Tabla de contenido**

AGRADECIMIENTO

Tabla de contenido

Prefacio

Introducción

**PASOS PARA LA SANACIÓN**

**EL SENDERO HACIA MI**

**INTERIOR**

**¿Cómo reconocer la presencia de mi  
niña interior?**

**¿Cuáles son los pasos que debemos dar para  
conectarnos con nuestro niño interior?**

**¿Cómo hacer una hipnosis en casa?**

**¿Cómo conseguir un estado de  
hipnosis?**

**Pautas para reconocer la presencia de  
mi niño interior**

**Mi primer encuentro con mi niña  
interior Indira**

**Puntos clave para la sanación, primer  
encuentro**

**¿CUAL ES MI MISION EN ESTE  
PLANO**

Mi segundo encuentro sanador con  
mi niña interior Indira

“descubriendo mi Misión en este  
plano”

Puntos clave para la sanación  
segundo encuentro “cuál es mi  
misión en este plano”

**DESCUBRIENDO MI  
AUTOESTIMA**

Tercer encuentro con mi niña  
interior Indira recuperando mi  
Autoestima

Puntos clave para la sanación de la  
autoestima

## SANANDO LAS LIMITACIONES PARA DAR PASO AL MERECEMIENTO

Cuarto encuentro sanando las limitaciones para acceder al poder del merecimiento.

Puntos clave para la sanación del merecimiento

## AUTOCONFIANZA

Quinto encuentro con mi niña interior Indira recuperando la Autoconfianza

Puntos clave para la sanación de la autoconfianza.

## SANANDO MIS RELACIONES A TRAVÉS DE LA CONEXIÓN CON EL AMOR

Sexto encuentro con mi niña  
interior Indira sanando el amor

Puntos clave para la sanación

INTELIGENCIA

¿Qué es la inteligencia?

Séptimo encuentro con mi niña  
interior Indira

Puntos clave para la sanación

séptimo encuentro

DESCUBRIENDO EL REGALO

DE MIS TALENTOS

Octavo encuentro de sanación con  
mi niña interior Indira para liberar  
mis dones y talentos.

Puntos clave para la sanación

## CONECTANDO MI NIÑA INTERIOR CON LA PROSPERIDAD

Noveno encuentro con mi niña interior “sanando memorias erróneas que permitan liberar el flujo de la prosperidad en mi vida”

Puntos clave para la sanación.

## EL PODER SANADOR DEL PERDÓN

Decimo encuentro con mi niña interior “cicatrizando mis heridas a través del milagro del perdón”

Sanando memorias y creencias erróneas con mis padres.

Puntos clave para la sanación.

# LA MAGIA PERMANENTE DE LA GRATITUD.

Sanando el sentimiento de  
La gratitud con mi niña  
interior.

Décimo primer encuentro con mi  
niña Interior Indira la Magia de la  
gratitud

Puntos clave para la sanación de la  
gratitud

## EL MILAGRO DE LA SANACIÓN

Tiempo

Glosario

*Excelso, a: (del lat. excelsus.)*

## Prefacio

Observando hacia mi interior me di cuenta que, llevaba dentro de mí, una niña interior herida, carente de amor y temerosa; y aunque intententaba, crecer y evolucionar como personas para alcanzar una vida más plena y feliz, no podía desarrollar todo mi potencial, porque ni siquiera sabía qué dirección tomar, ni hacia dónde ir, esta sensación de incertidumbre invadía mi vida por completo; fue entonces, cuando adquirí consciencia de mis heridas emocionales y de la forma como estas, habían afectado mi vida, allí entendí que, el solo deseo de madurar no bastaba para transformar mi manera de pensar, sentir o actuar; que en últimas, era lo que afectaba mi vida.

Fue así, en esa búsqueda para encontrarme a mí misma como halle el sendero hacia mi interior, el cual cambio totalmente mi vida y el que, seguramente cambiará la suya, pues éste servirá de guía a las personas que quieran hacer este recorrido para reencontrarse con su niño interior y sanar las heridas del pasado, recuperar la autoestima y la confianza en sí mismo y con ello atraer a sus vidas más poder, más riqueza, más amor, más felicidad y más salud.

El sendero hacia mi interior, es un instrumento de auto-sanación, basado en el modelo propuesto por la psicología

transpersonal, las técnicas utilizadas, en el proceso de sanación del niño interior, son herramientas sencillas y fáciles de realizar, estas le permitan llegar hasta lo más intrínseco de su ser y conectar con su niño interior herido, sanarlo y encontrar respuestas a las preguntas ¿Quién soy? ¿Cuál es mi misión en esta vida? ¿Cómo descubrir todos mis talentos? ¿Cuáles son los pasos que debo dar, para elevar mi autoestima? ¿Cómo puedo, aceptar el merecimiento en mi vida? ¿Cómo conectarme con la prosperidad? ¿cual es la llave maestra, para obtener relaciones felices? Cada encuentro de sanación, está escrito como si fuera una sesión de autoterapia; siendo este el instrumento explícito que elegí, con la intención de proporcionar al lector, herramientas que le permitan realizar su proceso de autoayuda

En síntesis, cada capítulo termina narrando de manera descriptiva los encuentros terapéuticos, como una estrategia directa, para liberarlo de los bloqueos emocionales, en las diferentes dimensiones de su vida. Esta distribución corresponde exactamente a una sesión de autohipnosis; de esa manera, se llegará hasta lo más profundo de la mente subconsciente, donde subyacen esas memorias erróneas, que han causado el dolor emocional, por consiguiente, se podrá tener una percepción insight y profunda del "porqué" del comportamiento; y, por último, la sanación del niño interior herido.