

IVÁN AC

GUÍA DE PROTECCIÓN ESPIRITUAL

DESCUBRE CÓMO PROTEGER TU
ENERGÍA, MANTENER TU LUZ
ENCENDIDA Y CAMINAR CON
FUERZA EN MEDIO DE
CUALQUIER OSCURIDAD.

WWW.CUIDATUESPIRITU.COM



INTRODUCCIÓN

VIVIMOS RODEADOS DE ENERGÍAS. ALGUNAS
NOS LEVANTAN, OTRAS NOS AGOTAN. LA
PROTECCIÓN ESPIRITUAL NO ES SUPERSTICIÓN:
ES UNA FORMA CONSCIENTE DE CUIDAR TU
BIENESTAR EMOCIONAL, MENTAL Y
ENERGÉTICO.

ESTA GUÍA ES PARA TI SI:

- Sientes que algo te drena.
- Te cuesta descansar o mantener la calma.
- Estás en proceso de despertar espiritual y deseas mantenerte fuerte.
- Eres una persona sensible o empática que absorbe mucho del entorno.

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE PROTEGERTE ESPIRITUALMENTE?

- Porque no todo lo que te rodea es tuyo.
A veces el malestar que sientes no proviene de ti, sino de lo que has absorbido.
- Porque tu energía es tu tesoro.
Lo que no proteges, se dispersa. Cuanto más conectes con tu espíritu, más claridad y fuerza tendrás.
- Porque mereces vivir en paz.
La protección espiritual es como cerrar la puerta de tu casa: no significa miedo, significa cuidado.

5 PRÁCTICAS SIMPLES DE PROTECCIÓN ESPIRITUAL

1. Limpieza energética diaria (1 minuto)

Visualiza una luz blanca que te envuelve mientras respiras profundo.

Al exhalar, suelta pensamientos, emociones y cargas ajenas.

"Nada que no sea mío tiene poder sobre mí."

2. Baño de descarga

Al ducharte, imagina que el agua no solo limpia tu cuerpo, sino también tu energía.

Puedes usar sal marina o una infusión de romero para potenciarlo.

3. Límite energético

Evita conversaciones o lugares que te desgastan.

Recuerda: decir "no" también es proteger tu espíritu.

4. Portales cerrados

Antes de dormir, di en voz alta o en el pensamiento:

“Cierro toda puerta energética que no provenga de la luz.”

Así evitas visitas energéticas no deseadas durante el sueño.

5. Tierra bajo tus pies

Caminar descalzo sobre tierra o césped te ayuda a descargar energía densa y volver al equilibrio.

Hazlo aunque sea unos minutos por semana.

FRASES DE PODER

Estas frases te anclan. Úsalas en momentos de duda o vulnerabilidad:

- ✨ “Estoy a salvo. Estoy en mí.”
- ✨ “Mi luz es más fuerte que cualquier sombra.”
- ✨ “Lo que no me pertenece, lo devuelvo con amor.”



OPCIONAL: APOYOS ENERGÉTICOS

- Amuletos como la turmalina negra o el ojo de tigre.
- Aromas protectores: incienso de ruda, sándalo o palo santo.
- Escuchar frecuencias de 432 Hz o mantras.



CIERRA CON INTENCIÓN

Cada día, dedica 30 segundos a conectar contigo.
Cierra los ojos, lleva la mano al corazón y repite:

“Estoy protegido. Estoy en paz. Estoy completo.”



✉️ ¿TE GUSTARÍA ESTAR PROTEGIDO? ESTAS HERRAMIENTAS LES PUEDE VENIR BIEN A TODA TU FAMILIA

Si quieres profundizar en tu alma, descubrir quién eres y lo que has venido a hacer, este es el comienzo.

Lo principal es adquirir el e-book LA VOZ DE TU ESPÍRITU, donde hablo sobre la importancia de saber quiénes somos y te reconectarás con la energía que llevas dentro.

Si prefieres también puedes conectar directamente conmigo a través de Whatsapps para una orientación más personal.

[Click aquí.](#)

Gracias por leer esta guía y espero que te haya ayudado.

Recuerda: tu energía es sagrada, asea tu cuerpo para sanar tu alma. Mantén energías positivas y si el ambiente se vuelve muy denso, haz limpias con sal o romero.

Si nada de eso da resultado, ponte en contacto conmigo. Pero estoy seguro de que si tu luz se mantiene en calma, ninguna entidad ni energía negativa podrá hacerte ningún mal.

Que tengas muchísima suerte ❤️

IVÁN AC

