

UNLOCK YOUR POTENTIAL



BECOMING
Her

A PROVEN METHOD BY SANDRA TORRES

LA GUÍA DEFINITIVA PARA UNA TRANSFORMACIÓN ESPECTACULAR

Conviértete en la mujer que enaltece todo lo que toca.

ESTE ES UN RECORDATORIO: NO NECESITAS CONVERTIRTE EN OTRA PERSONA. NECESITAS CONVERTIRTE EN QUIEN SIEMPRE DEBISTE SER. TU TRANSFORMACIÓN NO ES SOLO FÍSICA. ES MENTAL, EMOCIONAL Y ENERGÉTICA. NO ATRAES LO MEJOR HASTA QUE TÚ MISMO TE CONViertes EN MEJOR.

IDENTIDAD

Decide en quién te estás convirtiendo y empieza a alinear tu vida con esa visión.

Eleva tus estándares, deja de aceptar lo que te agota y elige lo que refleje tu valía.

Me estoy convirtiendo en una mujer que _____

HÁBITOS

Tu vida se construye a través de lo que haces a diario. Muévete, cuida tu apariencia, protege tu energía y cumple las promesas que te haces a ti mismo.

La disciplina genera la confianza que buscas.

TRABAJO INTERIOR Presta atención a tus patrones en lugar de reaccionar automáticamente.

Libérate de la necesidad de validación y empieza a elegir desde el respeto a ti mismo.

La consciencia es donde comienza tu poder.

ESTÁNDARES

Deja de perseguir, deja de dar explicaciones excesivas y deja de aceptar la inconsistencia.

Si algo te quita la tranquilidad, es demasiado caro.

Enseñas a la gente cómo tratarte con lo que permites.

ENERGÍA

Tu presencia habla antes que tú. Baja el ritmo, habla con intención y aduéñate de tu espacio.

No necesitas hablar más alto, necesitas estar seguro.

RUTINA DE RESTABLECIMIENTO

Muévete con intención por la mañana, protege tu energía durante el día y reflexiona por la noche.

Pregúntate a diario: ¿Actué como la mujer en la que me estoy convirtiendo?

MENSAJE FINAL

Deja de intentar ser elegido y empieza a elegirte a ti mismo.

Todo cambia cuando lo haces.

Este es tu momento. Decide quién eres.