

E X P R E S A R P A R A S A N A R

MERECESBRILLAR  
BY INES WILLIS

no te quedes dormido en el umbral de tus posibilidades  
esperando que las cosas ocurran  
*cuando tú puedes ser lo que ocurra*

rupi kaur

# bienvenid@

Respondiste a tu llamada.

Escuchaste "esa" voz.

Ya estás aquí.

Bienvenido, bienvenida a ti

a tu poder personal

a tu medicina

a tu altar.

Este es un espacio para recordar.

Para reconectar y sanar.

Un espacio para contener y ser contenido,

para amarse y amar.

Bienvenido, bienvenida.

MERECESBRILLAR  
BY INES WILLIS



# los verbos curan, los sustantivos no

Hazlo porque eso es lo que deseas.

Hazlo porque te da placer.

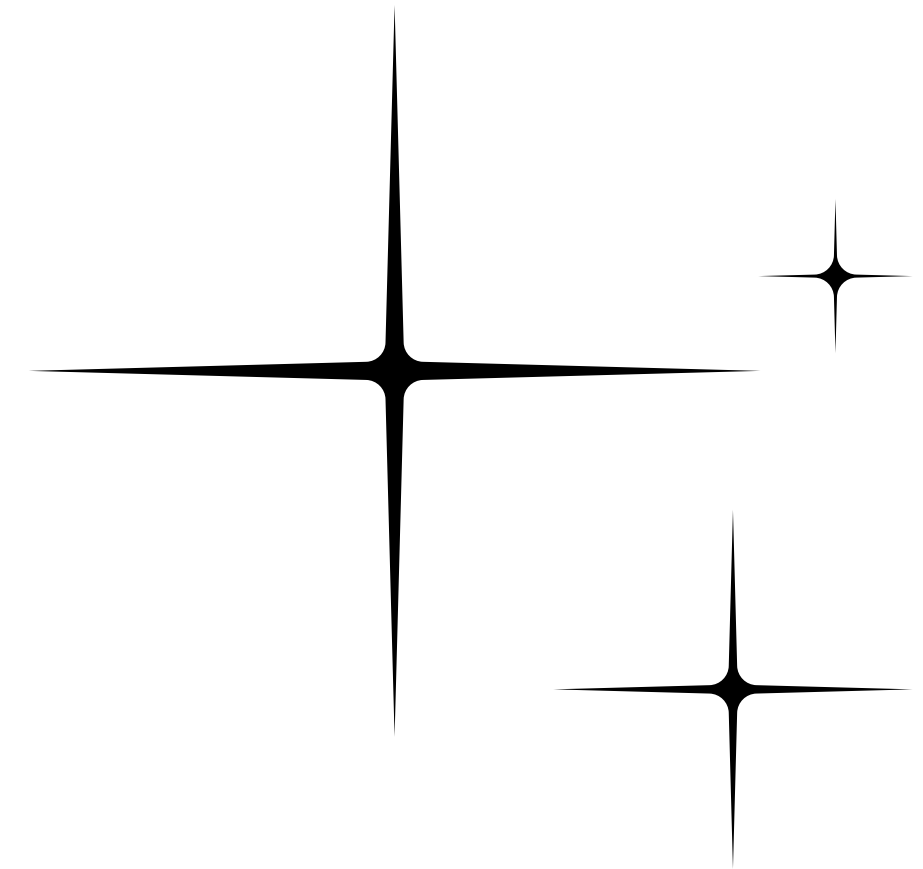
Hazlo porque hace que te sientas vivo.

Hazlo porque te ilumina.

Hazlo porque tu intuición te ha dicho que lo hagas.

Hazlo porque enciende una chispa en tu corazón.

*Hazlo porque eso es lo que has venido a hacer.*



llegó la hora de *expresar para sanar*



## me inspira *tu humanidad*

*Tu humanidad es lo que me inspira:* tu capacidad de elegir levantarte después de sufrir una caída tras otra.

*Tu humanidad es lo que me inspira:* el momento en el que eliges la luz cuando estaba más oscuro que nunca.

*Tu humanidad es lo que me inspira:* cómo encontraste el valor de dejar que la vida que habías creado de forma tan consciente se resquebrajara y se viniera abajo.

*Tu humanidad es lo que me inspira:* cuando compartes tu corazón, con grietas y todo.



## me inspira *tu humanidad*

*Tu humanidad es lo que me inspira:* que digas la verdad acerca de lo dura que se ha vuelto la vida y cómo eres distinta que antes.

*Tu humanidad es lo que me inspira:* el día que dejaste morir a tu viejo yo para que naciera aquello en lo que te estabas convirtiendo.

*Tu humanidad es lo que me inspira:* por muchas veces que hubieras dudado, jamás dejaste de responder a la llamada.

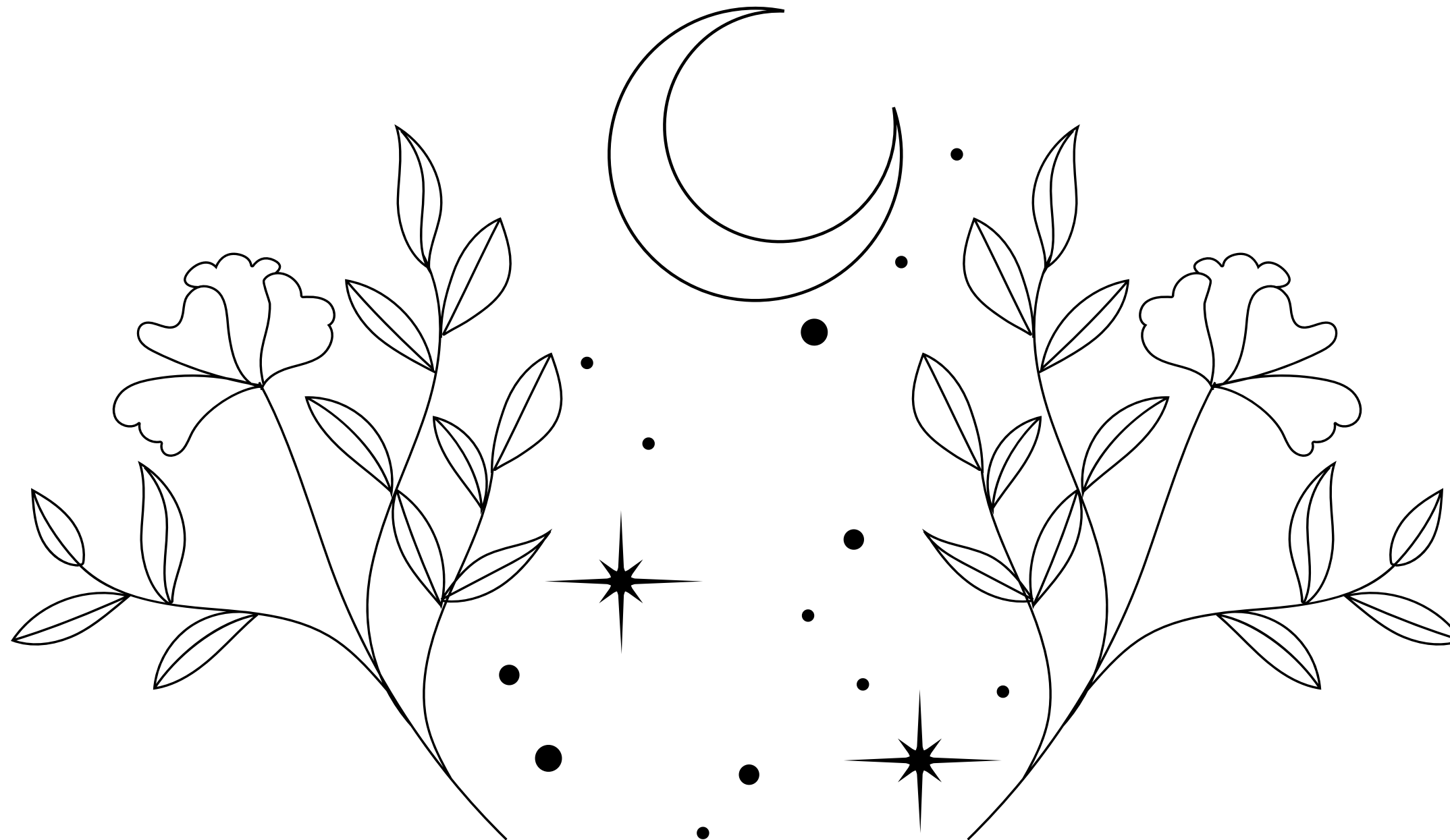
Rebecca Cambell

# ¿Para curar qué estás siendo llamado?

¿Qué has estado evitando sanar?

¿Cuál es primer paso que debes dar para sanar esto ahora?

MERECESBRILLAR  
BY INES WILLIS





qué alivio descubrir que el dolor *que*  
*pensaba que era sólo mio* es también el de muchos

rupi kaur

# cuando resonamos *sanamos*

Que suerte que te tengo  
para darme cuenta de que no estoy sola.  
Que cometemos los mismos errores  
que tenemos los mismos miedos.

Que suerte que **te tengo** de cuenco, de hogar, de  
espejo porque cuando te encuentro me  
encuentro y viceversa.  
Cuando te veo me veo  
*y sé que entregándote mi vulnerabilidad  
te permites la tuya.*

Que suerte que te tengo para resonar  
reposar  
rezongar  
remolonear  
remodelar  
y claro,  
sanar.

Gracias por estar en mí.  
*Ines.*