



Unalome

inner balance · equilibrio completo

TEMA DE ENERO - Energía De Capricornio / Inicio De Año



CÍRCULOS CONCIENTES

Formato Online 1 hr – 7:00PM

① Cierre e Integración Del Año. ENERO 5

“Honrar lo vivido y transformar la experiencia en sabiduría”

Por qué es esencial:

Capricornio rige la madurez, el tiempo y la responsabilidad interna.

Antes de avanzar, el bienestar requiere pausar, revisar e integrar lo vivido sin juicio.

→ Cerrar ciclos reduce la carga emocional y fortalece la claridad interna.

② Volver Al Centro · Regulación Y Presencia. ENERO 12

“Habitar el cuerpo, calmar la mente y sostenerse con estabilidad”

Por qué es esencial:

Capricornio es tierra: estructura, sostén y enraizamiento.

El bienestar comienza cuando el sistema nervioso se regula y la persona vuelve a su eje.

→ Base para la estabilidad emocional y la constancia a largo plazo.

③ Identidad Y Dirección Consciente. ENERO 19

“Elegir quién soy y hacia dónde voy desde la coherencia”

Por qué es esencial:

Capricornio nos invita a **asumir nuestra identidad adulta y soberana**, alineando valores, decisiones y propósito.

→ Tener dirección clara reduce ansiedad, dispersión y agotamiento.

④ Soltar El Control Y Confiar En El Proceso. ENERO 26

“Sostener la estructura sin rigidez”

Por qué es esencial:

La sombra de Capricornio es el exceso de control y autoexigencia.

El bienestar aparece cuando aprendemos a **confiar, flexibilizar y descansar en lo construido**.

→ Equilibra disciplina con compasión y evita el burnout.



TALLER INTROSPECTIVO

Formato Online 4 hrs. 10:00 am

Reconociéndome - Reset consciente para iniciar un nuevo ciclo.

ENERO 17

“Mirar con honestidad quién soy hoy y desde dónde inicio este nuevo año”

Por qué es esencial:

La energía de Capricornio invita a detenernos,

asumir responsabilidad interna y reconocer nuestra identidad actual sin juicio.

Antes de proyectar metas, el bienestar requiere claridad, presencia y aceptación del momento presente.

→ Reconocerse fortalece la coherencia interna,

ordena la energía y permite iniciar el nuevo ciclo con estabilidad, dirección y conciencia.

INSCRIPCIONES ABIERTAS

Pide informes vía WhatsApp +52 322 111 9728 o en unalome-innerbalance.com