

Where Intentions Begin

Eluña Noelle

- 00:00:00 Cántame siempre, oh gran espíritu, canta a través de mí, canta a través de mí. Oh gran madre, canta a través de mí, canta a través de mí. Santo.
- 00:00:22 Espíritu, canta a través de mí. Espíritu, canta a través del espíritu. Canta a través de mí. Tu espíritu. Canta a través de mí. Canta rociándome a través de mí. Espíritu Santo, canta a través de mí. Espíritu, canta a través del espíritu.
- 00:00:44 Canta a través de mí siempre. Espíritu, canta a través de mí. Espíritu, canta a través del espíritu. Canta a través de mí. Todo yo.
- 00:01:05 Hola a todos. Feliz año nuevo. Muchas gracias por estar aquí. Es realmente un regalo compartir este día contigo en cualquier lugar del mundo en el que estés, ya sea en la mañana o quizás en la tarde o la noche. Muchas gracias por estar aquí. Para aquellos de ustedes en YouTube que están transmitiendo conmigo, desearía que pudieran estar aquí en este hermoso chat en la sala de zoom, pero es hermoso poder unirme a todos ustedes hoy.
- 00:01:33 Muchas gracias por apoyar a esta comunidad, porque todos los que están aquí son miembros del círculo, y lo es. Y sigue siéndolo. Ha sido y sigue siendo un regalo delicioso y muy sorprendente ser parte de esta comunidad con todos ustedes y conmigo, siento que no puedo expresar mi gratitud lo suficiente por poder reunirnos de esta manera gracias a la tecnología, y también gracias a cada uno de ustedes por querer estar aquí y querer contribuir a su propia evolución, pero también a la evolución de nuestro hermoso planeta y nuestra hermosa familia humana.
- 00:02:17 Así que muchas gracias por unirme. Este es nuestro primer evento en vivo de 2026 y parece tan hermoso que comenzaríamos con una meditación. Esa es sin duda la forma en la que comienzo todos los días con una meditación, y es una manera hermosa de comenzar este año.
- 00:02:37 Y me dije que no iba a hacer esto, pero allá voy. Quiero decir algo sobre. Intención. Porque como estamos empezando este año. Para muchas personas es muy natural y también bastante poderoso comenzar el año con intenciones.
- 00:03:06 Es una forma sólida de comenzar el día con intenciones. Y ciertamente, cuando comenzamos un nuevo año calendario con intenciones, nos permitimos entrar en un espacio donde decimos que estamos dejando ir algunas cosas y avanzamos de otras maneras y, por supuesto, una intención.
- 00:03:29 Sólo puede avanzar con la cantidad de pasión que le pones. En otras palabras, para decir esto de una manera más complicada, en realidad, porque quiero explicar lo que eso significa a nivel cuántico, la cantidad de energía que pones en una decisión, un pensamiento no intencional es equivalente a la cantidad de energía que recibirás de esa decisión, acción o pensamiento.
- 00:04:06 Y así, la no intención precede a cualquier acción, decisión o pensamiento. Siempre hay una inintencionalidad que precede a una de esas tres cosas. Si eres consciente de ello o no, es otra cuestión. Pero esa es parte de la razón por la que meditamos: para volvernos conscientes del inconsciente.
- 00:04:32 Y eso es realmente lo que ha sucedido hoy, y tengo mucha curiosidad por saber cómo será. Así se verá esta meditación. Pero lo que se ha demostrado es que es muy

importante tomar conciencia de nuestras intenciones, porque hay muchas ocasiones en las que actuamos inconscientemente.

- 00:04:52 Y, por supuesto, no somos conscientes de que actuamos inconscientemente porque somos inconscientes. Y hasta que no seamos conscientes, seguiremos tomando las mismas decisiones. Y esas no son necesariamente las decisiones que son para nuestro mayor bien, o que nos llevan hacia el lugar al que pretendemos ir, porque existe esta intención inconsciente que en realidad es más fuerte que la intención consciente que nos hemos fijado.
- 00:05:19 Así que me encantaría hablar de eso contigo en este día. Y estamos justo al otro lado de una superluna, una superluna llena en cáncer.
- 00:05:41 Así que hay muchas emociones, tal vez, que están fluyendo y refluyendo. Y esa es la otra parte que quiero tocar es la marea, el flujo y reflujo de la vida, el flujo y reflujo del equilibrio natural de las cosas.
- 00:06:04 Entonces la expansión y la evolución vienen en mareas. Hay marea baja y marea alta para nuestra expansión, para nuestra evolución. Hay una marea baja y una marea alta en nuestro día de cuánta energía tenemos. Hay marea baja y marea alta en diferentes estaciones de nuestra vida.
- 00:06:27 Es un recuerdo muy importante, y diré delicado, en torno a la evolución, de que hay una marea alta y una marea baja. No queremos estar constantemente en un espacio de marea alta donde siempre hay mucha agua y muchas olas, olas fuertes que vienen y golpean contra nuestra costa.
- 00:06:54 Eso es parte de nuestra evolución. Entonces, eso ciertamente es parte de nuestro proceso, puede ser parte de nuestro proceso en esos momentos en que hay una marea muy alta y olas continuas, es decir, cuando es nuestro trabajo permanecer en el centro, convertirnos en la piedra sobre la cual golpean las olas, encontrar esa quietud y, de alguna manera, encontrar la paz que proviene de ser golpeado con agua del océano.
- 00:07:32 Hay una paz en el centro que de alguna manera puede ser tu experiencia y tu esencia en esos momentos, si eliges encontrar ese lugar. Y luego, cuando hay marea baja, es el momento en que, por supuesto, salen todas las hermosas criaturas marinas.
- 00:07:57 Los que estaban acurrucados debajo de las rocas esperando que las olas del océano calmaran un poco. Entonces es cuando salen todos. Y las cosas en el fondo del océano que normalmente no se pueden ver debido a la cantidad de agua que hay allí, se vuelven visibles. Ésa es una metáfora, un reflejo para ti de tu propio trabajo interior, de tu propia experiencia.
- 00:08:21 Cuando hay marea baja en tus propias experiencias, quizás con experiencias místicas. Sólo una marea baja de evolución. Quizás sea más lento. Lo que sea que la marea baja signifique para ti. Podría ser un momento más lento. Podría parecer muy mundano. Podría parecer que no hay muchas novedades. Ese es un momento para visitar.
- 00:08:42 ¿Qué hay ya en ese lugar en el que puedes encontrar belleza? En lugar de mantener la cabeza sobre el suelo y mirar a tu alrededor para ver dónde están las olas, ¿dónde está la emoción? En lugar de buscar eso, mirar justo debajo de ustedes, a sus pies, mirar los tesoros que han estado debajo de esa agua que simplemente no pudieron ver con toda esa energía presente de antemano.
- 00:09:17 Así es como excavamos y comprendemos nuestro mundo interior de la manera más profunda, para experimentarlo como una quietud y una paz estacionarias. Cultivar eso cuando hay mucha energía. Y luego, en cambio, cuando hay muy poca energía para estar buscando y descubriendo lo que hay dentro.

- 00:09:41 Entonces.es el comienzo de este nuevo año, y es posible que te encuentres en uno de esos dos lugares de marea baja o marea alta.Es posible que sientas que soy 2025, que acaba de sangrar en este año y realmente no puedo notar la diferencia.Quizás estés en el otro lado y digas, vaya, hay mucha más energía.
- 00:10:04 Así que estés donde estés.Es perfecto.Es perfecto.Y es cuestión de descubrir por qué estás ahí para simplemente experimentarlo.Y entonces el por qué queda claro.Estar plenamente presente.Y entonces toda la verdad se te revela.
- 00:10:28 Entonces.Con esta meditación en particular.Vamos a entrar en Tu mundo interior.Eso es lo que va a pasar.No sé del todo qué descubrirás, por supuesto, y no sé cómo serás guiado en ese mundo interior, pero ahí es donde vamos a ir.
- 00:10:58 He visto y experimentado que diferentes personas tienen una respuesta diferente a este tipo de trabajo interior.Algunas personas se sienten muy cómodas, muy familiares, profundizan mucho en su interior y conocen diferentes partes de sí mismas.Para otras personas, es una experiencia completamente nueva.
- 00:11:21 Es posible que nunca antes hayas hecho algo como esto.Y con solo saber eso, realmente te invito a ser tierno contigo mismo durante el resto del día o de la noche, sea lo que sea que tengas después de que termine esta meditación, simplemente sé tierno y realmente sensible y consciente de que acabas de descubrir algo, vas a haber descubierto algo dentro de ti.
- 00:11:48 Ya sea que puedas darle un nombre o explicar conscientemente qué es lo que descubres, hay algo que vas a tocar y que no has tocado durante mucho tiempo, o tal vez nunca de manera consciente.Así que ten en cuenta eso.Sepa que a medida que avanza el día, eso es algo con lo que estará sentado.
- 00:12:12 Ciertamente siempre os animo a que tengáis siempre una venda en los ojos o algún tipo de antifaz, porque os permite ir realmente muy, muy profundo.Cuando no hay luz externa entrando en tus ojos, tu, tu, tu mundo interior se vuelve muy real.Así que siempre te animo a que tengas eso para la meditación y también un diario y un bolígrafo, solo para que cuando salgas de la meditación, haya momentos en los que haya sucedido algo profundo que haya pasado a través de ti, es decir, quieras obtenerlo mientras todavía estás en ese lugar medio despierto, medio dormido, como si recordaras un sueño.
- 00:12:51 Pero es una experiencia de meditación, una experiencia meditativa o astral que estás teniendo.Entonces, si deseas reunir esas cosas, te invito a que lo hagas.
- 00:13:14 Y.La otra parte de esto.¿Esto va a ser un poco diferente? Pero tal vez todos sean un poco diferentes.Quizás sea evidente.
- 00:13:34 Esta será un poco diferente a algunas de las otras meditaciones, porque me gustaría tomarme un momento al final.Para expresar y compartir algunas oraciones, de verdad.
- 00:13:57 Y sólo por tomar un momento, será un individuo en cierto modo.Guau.Hay un poco de nerviosismo ahí.Interesante.Esto se me ocurrió anoche y, de hecho, comencé a llorar cuando pensé en hacer esto con todos ustedes.Entonces sé que hay algo de poder detrás de esto.
- 00:14:23 Y yo, creo que conozco a mi grupo, creo que conozco a mi comunidad, que puedo decir la palabra oración y nadie se ofenderá.Pero si la oración no funciona para usted, entonces está absolutamente bien.Cualquier palabra que desees utilizar.Por favor usa eso.Pero me gustaría compartir algunas oraciones con las que te pondrás en contacto durante esta meditación.
- 00:14:47 Vas a ponerte en contacto con tu yo interior y con estos que están debajo de esto, este yo que inconscientemente crea intenciones para ti.Nuevamente, no sé qué significa eso en su totalidad, pero eso es lo que vas a experimentar.Entonces, una vez que tienes una

relación con ese ser, ahora tienes la oportunidad de establecer intenciones muy conscientemente porque acabas de conocer a quien inconscientemente está estableciendo intenciones en tu vida.

- 00:15:17 Y quiero aprovechar esa oportunidad tan madura cuando acabas de recibir mucho poder y energía porque has conocido a este ser. Quiero aprovechar esa oportunidad para establecer algunas intenciones u oraciones para ti y luego para el colectivo.
- 00:15:42 Así que no hay necesidad de prepararse para eso en este momento. Yo, lo sé y confío mucho en tu corazón. Sé que ya sabes cuáles son tus oraciones. Tu alma ya lo sabe. Y es más, se da antes incluso de que se pida.
- 00:16:04 Es simplemente cuestión de ser muy consciente de cómo eres, de cómo y quién está fijando tu intención dentro de ti. Eso es lo que me gustaría hacer cuando cerremos esta meditación. Así que debes saber que siempre teniendo, debería decir, invitarte a recostarte al final de una meditación.
- 00:16:25 Entonces, si ustedes hacen esto, esta meditación, me están guiando para que sea útil. Permite que todo tu sistema nervioso se recalibre a lo que acaba de suceder, a los cambios que se acaban de realizar dentro de ti. Entonces, si tienes espacio para recostarte y luego recostarte boca arriba durante unos minutos al final, entonces te invitaré a que lo hagas cuando sea el momento adecuado.
- 00:16:53 Así que por ahora, busca un asiento cómodo para ti. Puedes cerrar los ojos. Dejando que tu cuerpo se relaje.
- 00:17:19 Disminuyendo y profundizando las inhalaciones. Disminuyendo la velocidad de tus exhalaciones. Suavizar el cuerpo.
- 00:17:45 Relajar el vientre. Suavizando el rostro. La mandíbula. Tu cuello.
- 00:18:13 Permitir que tu conciencia se mueva hacia adentro. Alejándose de la mente. Drenando lejos de la cabeza. Deja que tu conciencia caiga.
- 00:18:35 Muévete hacia tu corazón.
- 00:18:59 Sintiendo el centro de tu corazón. Deja que el cuerpo se relaje aún más.
- 00:19:26 Sintiendo la energía de tu corazón.
- 00:20:07 Sólo consciente. De tu corazón. El centro de tu pecho.
- 00:20:31 Siente esta energía.
- 00:20:53 Permita su conciencia. Para profundizar más en tu corazón.
- 00:21:34 Siente la energía. Dentro de tu corazón.
- 00:21:54 Siente el amor en tu corazón.
- 00:22:26 Siente más de este amor.
- 00:22:52 Y profundice en el espacio de su corazón.
- 00:23:29 Entra en el templo de tu corazón. Siente la energía en este lugar sagrado.
- 00:24:06 Siente el amor. La comodidad. El cuidado.
- 00:24:34 La amabilidad.
- 00:25:11 Siente la paz en este lugar. La suave quietud de la paz.

00:26:40 Recuerda este sentimiento.

00:27:01 La suave quietud de la paz.Está dentro de ti siempre.

00:27:54 Desde este lugar de paz.Invita a quien establece intenciones inconscientemente dentro de ti a que se presente.

00:28:20 Ahora.Invita a esta parte de ti.Estar presente.En tu templo de paz.

00:28:59 Aviso.Ambas energías están presentes al mismo tiempo.La energía de la paz.Y la energía que lleva esta parte de ti.

00:29:25 Note la energía de esta parte.¿Cuál es la energía?

00:29:46 Identifíquelo.

00:30:11 Mantén ambas energías en tu corazón.La energía de este yo inconsciente.Es información para que usted la entienda.

00:30:38 Un aspecto que inconscientemente está dirigiendo tu vida.

00:31:10 Esta parte inconsciente que está presente contigo.Se volverá más consciente a medida que interactúes con él.

00:31:33 Como llegas a entenderlo.A medida que lo acercas a ti.Y abraza todo lo que es.

00:31:57 La paz que llevas en tu corazón.El amor que tienes le permitirá transformarse.

00:32:24 Pregúntale a esta parte de ti.Lo que teme.¿A qué tiene miedo?

00:33:07 Recuerda la respuesta.Y pregunta esta parte.¿Qué necesita para sentirse seguro?

00:33:29 To feel loved.

00:34:05 Recuerda la respuesta.Preguntar.La parte de ti que es pacífica.

00:34:28 Pregúntale al centro de tu corazón qué puedes hacer para que esta otra parte de ti se sienta segura y amada.

00:35:23 Recuerda la respuesta.Y ofrécele esto a esa parte inconsciente de ti.Ahora.

00:36:08 Si eres capaz de ver el interior cómo se ve esta parte.¿Cuántos años tiene esta parte de ti?La ropa que lleva este ser.

00:36:29 Toma nota.Observa esta parte de ti en detalle.

00:36:52 Continúe percibiendo y sintiendo la energía de la paz.Y la energía de esta parte inconsciente.

00:37:35 Obtener información de usted mismo.

00:38:15 Invita a esta parte inconsciente a hablarle a tu corazón.Cuando sea necesario.

00:38:48 Oferta.La seguridad y el amor que requiere.En los momentos que invoca tu corazón.

00:39:17 Cada vez que aparece.Te vuelves consciente de ello.Y lo abrazas y lo amas aún más.

00:39:51 Cada vez que aparece, aprendes el patrón que exhibe.Adquiriendo sabiduría.Aprendiendo por ti mismo.

00:40:14 Aprendiendo a deshacer el patrón.Mientras abrazas y amas el patrón hasta su totalidad.Abrazar y amar esta parte inconsciente.

00:40:38 Conscientemente.

00:41:09 Recuerda las respuestas que te dio a las preguntas que hiciste. Recuerda la respuesta que te dio tu corazón.

00:42:13 Devolviendo tu conciencia a la paz dentro de ti. Dando tu amor y gratitud a esta parte de ti que se presentó hoy.

00:42:45 Permítele estar a tu lado, para aprender de ti. En este momento. Cómo establecer intenciones conscientemente. Desde un lugar de paz y amor.

00:43:21 Permitan que la energía de la paz llene una vez más el espacio de su corazón. Tu templo interior.

00:43:50 La suave quietud que llena el centro de tu corazón.

00:44:29 Permitir que la energía de tu corazón crezca con tu conciencia. Trayendo más energía a tu corazón.

00:45:15 Aportando la energía de la gratitud. Agradecido. Por este momento de paz.

00:45:42 Agradecido por el aire que entra a tus pulmones. Agradecido. Para el cuerpo que te han regalado en esta vida.

00:46:20 Agradecido por esta conexión. Ahora mismo. En tu corazón. Agradecido por el regalo de un día más.

00:46:52 Grateful for this mysterious and miraculous life.

00:47:17 Desde este lugar de plenitud. Estado. Una intención para este año. Una oración por ti mismo. Sólo para ti.

00:47:47 ¿Qué declaras a tu vida para este año?

00:48:20 Sintiendo el agradecimiento de esta intención. Sabiendo que ya se ha dado antes. Lo has preguntado.

00:48:55 Y para tu cuerpo físico. ¿Cómo deseas bendecir tu cuerpo físico este año?

00:49:37 Sintiendo la gratitud de esta expresión. ¿Con qué bendices tu corazón este año?

00:50:20 Sintiendo la energía de la gratitud en tu corazón. Conocimiento. Que así se recibe.

00:50:59 ¿Y tú con qué bendices tu mente este año?

00:51:40 Sintiendo gratitud por esta bendición.

00:52:03 ¿Con qué bendices tu alma este año?

00:52:35 Sabiendo como bendices tu alma. Bendices toda la vida. Y todos ustedes.

00:53:00 Sintíéndome agradecido por esta bendición. Te permite recibir esta bendición.

00:53:37 Por nuestra familia humana. Cada corazón en todo el mundo. ¿Con qué bendices a cada ser este año?

00:54:17 Sintiendo la gratitud de esta bendición en tu corazón.

00:54:48 Y por nuestra amada tierra. Sintiendo el corazón de nuestro planeta en tu corazón. ¿Con qué bendices nuestra tierra este año?

00:55:36 Sintiendo el agradecimiento de esta bendición. Saber que se ha dado incluso antes de que se lo pidieran. Sentirse agradecido.

- 00:56:01 Para nuestro creador.Sentirse agradecido de saberlo.Eres una cara de lo divino.
- 00:56:28 Eres una expresión del infinito.Eres una forma de pensamiento amorosamente soñada en la mente de Dios.
- 00:56:59 ¿Puedes sentir gratitud?¿Para eso?Ser soñado con Amor en la mente de Dios.
- 00:57:26 Ser amado hasta la existencia.Del corazón y la mente del creador.
- 00:57:48 Siente este amor y esta gratitud.Recordando que tú también puedes amar cualquier cosa para que exista.
- 00:58:47 Continúe sintiendo su corazón.Lentamente, suavemente.Permítete recostarte con esta energía en tu corazón.
- 00:59:26 Permitiéndote relajarte y dejarte llevar.Para dejarlo ir.Y alejarse.
- 01:03:08 Recordar.Recuerda lo que experimentaste.Recordar.
- 01:03:35 Recuerda lo que sentiste.Lo que viste.Lo que aprendiste.
- 01:03:57 Recuerda cuando regreses a tu cuerpo.A tu aliento.Y a tiempo.Volviendo a este espacio compartido con todos nosotros.
- 01:04:25 Tómame un momento para escribir en un diario todo lo que desees escribir.Tomando un momento de silencio solo contigo mismo.
- 01:05:56 Tomar notas rápidas finales para que usted pueda volver a consultarlas.Trazos finales de tu bolígrafo o lápiz.Tomando un último respiro para ti mismo.
- 01:06:29 Antes de cerrar, quiero compartir algunas cosas.Esa experiencia de ir hacia adentro e invitar a una parte de ti que está inconsciente a acercarse y hacer las preguntas que hicimos es una habilidad para hacerlo solo.
- 01:06:55 Pero también es una herramienta que puede usarse para comprenderse a sí mismo, para comprender los patrones que se exhiben dentro de usted.Es una forma de pasar por alto la mente analítica y las historias de la mente, para llegar realmente al corazón de por qué algo aparece repetidamente en tu vida y por qué cierto patrón emocional aparece dentro de ti repetidamente.
- 01:07:31 Así que los animo a que utilicen esa herramienta y puede que llegue el momento de profundizar más en ella como práctica.Pero por ahora.Saber eso es algo a lo que puedes recurrir dentro de ti mismo.
- 01:07:53 Y los regalos que te has dado a ti mismo.De hecho, son regalos para toda la vida.Disculpe.
- 01:08:13 Hay una enseñanza y no quiero hablar mal del linaje de esta enseñanza.Entonces, si deseas consultar esto, te animo a que lo hagas, porque no puedo.No quiero hablar mal.Hay una enseñanza sobre vivir para ti y cómo lo hacemos, creo que es budismo, pero podría estar equivocado.
- 01:08:42 Vivimos para nosotros mismos y las cosas que hacemos son para nosotros.Pero cuando dedicamos esos actos a toda la vida.Vivimos para un propósito mayor, para algo más allá de nuestro yo, y eso permite que estas partes inconscientes de nosotros vuelvan a la plenitud, se incluyan nuevamente en nuestro corazón, para que aprendan lo que es ser desinteresado.
- 01:09:19 Cuando estamos muy estresados o vivimos estresados, lo único que nuestra mente es realmente capaz de hacer es centrarse en uno mismo.Debido a que el estrés es una indicación de que existe un peligro y, como forma de vida biológica, en cierto sentido,

esta forma de vida biológica cuidará de sí misma para asegurarse de poder continuar con vida.

- 01:09:45 Y eso significa que toda la atención y la energía se devuelven sólo a uno mismo y a cómo mantenerse a salvo.Entonces, cuando nos volvemos más pacíficos, cuando realizamos el sentimiento de paz en nuestros corazones y cuando dedicamos nuestras actividades diarias, cada tarea mundana cuando está dedicada a toda la vida, hay un sentido de reverencia que nos llena y comenzamos a aprender lo que realmente significa vivir desinteresadamente, como lo hace todo el resto de la vida mientras Dios vive.
- 01:10:29 Sin ego.Sencilla humildad.Entonces, estos regalos que te diste hoy provienen de un lugar de plenitud, de gratitud.Y debes saber que cuando te das a ti mismo desde ese lugar de plenitud, tu copa se desborda.
- 01:10:55 Y toda la vida se nutre de ello.Eso es todo lo que deseo recordarles.Muchas gracias por permitirme guiarte en eso.
- 01:11:17 Fue muy profundo.Mi corazón lo es.Muy completo.Lleno de sentimiento.Los veré a todos muy pronto en nuestro próximo evento en vivo.La fecha de esa lata está, por supuesto, en nuestro sitio web.Y en el círculo.
- 01:11:38 Te veré el próximo fin de semana y tengo muchas ganas de que llegue.Hasta entonces, por favor sé tierno contigo mismo y goza.Esa es mi oración para que toda la vida experimente paz y alegría este año.
- 01:12:03 Que tú también seas bendecido con eso.Y hasta que te vuelva a ver, que hoy recuerdes tu magia.Adiós por ahora a todos.