

## CARTA DE DUELO

### **CARTA DE LIBERACIÓN DEL CLAN FAMILIAR**



Con esta carta liberas, de todo aquello que puedas estar heredando de tus ancestros, familia y personas que te rodean y que te estén afectando hoy en tu presente.

#### **Redactarla de puño y letra.**

Tienes varios días para terminar de escribirla o si necesitas más tiempo, está bien. No se trata de escribirla rápido, porque deberás ir recordando eventos, detalles y eso te llevará varios días.

#### **CARTA**

“Yo \_\_\_\_\_ (Escribe tu nombre y Apellidos) hijo de \_\_\_\_\_ y de \_\_\_\_\_ en este acto de **mi puño y letra**, redacto hoy esta carta como regalo a la familia a la cual pertenezco.

Con la ayuda, el amor y la presencia de la Divinidad, yo bendigo a mi familia y los perdono.  
Yo libero a mi familia y me libero de ella.

Me libero y libero a mis tatarabuelos, a mis tíos tatarabuelos, a mis bisabuelos, a mis tíos bisabuelos, a mis abuelos, a mis tíos abuelos, a mis padres, a mis primos, a mis hermanos, a mis hijos (aunque no los tengas), a los amigos o enemigos de la familia, a mis amigos o enemigos, a toda persona a mi alrededor y a toda persona que en algún momento haya estado conmigo, de todos los programas inconscientes que me han heredado.

Los libero y me libero también, de cualquier ofensa que otra familia u otra persona haya recibido de mi familia o de mi persona, y me perdono porque soy y fui inocente y les pido a ellos que también se perdonen porque ellos también fueron inocentes, en nombre de aquellos que haya ofendido por parte de mi familia.

Hoy me libero, libero a toda mi familia y conocidos, de memorias de pérdida económica, conflictos por herencias, derroches, asesinatos, muertes repentinas o violentas, suicidios, enfermedades mentales, enfermedades físicas, accidentes, violaciones, tocamientos, adulterios, abortos, hijos no deseados, hijos no nacido, hijos no reconocidos, hijos abandonados, incestos, abandonos, crueldades, golpes, violencia física, violencia emocional, infidelidades, engaños, traiciones, mala suerte en el amor, maldiciones, desarraigos, desamor, trabajos forzados, esclavitud, guerras, secretos no revelados, memorias de dolor, tristeza y llanto, y de todo aquello que sea una vergüenza o una limitación.

Hoy yo me libero y libero a toda mi familia y conocidos, de todo aquello que haya afectado a: **aquí, comienzas a redactar una hoja por cada familiar a liberar y sus dramas.** Utiliza todas las hojas necesarias para todos los familiares necesarios.

**A MIS ANCESTROS:** Gracias por todo, gracias por todos los programas, conflictos e historias que he heredado de ti hasta ahora, pero no soy tú. Ya no necesito seguir duplicando o reparando tus conflictos, angustias, shows e historias.

Acepto la vida como me la han dado y a partir de ahora sigo, para hacer con mi vida lo que quiero hacer. Me libero como un acto de amor, porque al liberar los programas, también te libero a ti y al clan.

Hoy corto todo lazo con esas memorias y me libero de todas las cargas que no me corresponden, para mi bien y de todos los involucrados.

Hoy agradezco a la Divinidad y al Universo por ayudarme en esta liberación.

Hoy sé que soy libre y quedo libre siempre.

Hecho está. Gracias, Gracias, Gracias! **¡DECIRLO Y ACEPTARLO CON EMOCIÓN!**

Cuando hayas finalizado tu carta, prepara un día y un horario especial para leerla y quemarla. Se trata de que busques un día a solas, en donde nada ni nadie te interrumpa y puedas hacer una “ceremonia de quema de carta” impactante para tu subconsciente.

Puedes encender, velas o inciensos para acompañarte. Puedes quemar, si las tienes, fotografías de los miembros de la familia o bien fotocopias de las mismas. Puedes quemar, si lo tienes, algún objeto de esas personas o bien algún objeto que te las recuerde. Mantente consciente, de que no vas a quemarlos a ellos, vas a quemar “**lo malo de ellos**”, para quedarte sólo con lo bueno.

Así que no te asustes de quemar fotos u objetos. Cuando llegue el día y el momento, lees tu carta completa, en voz alta, lentamente, para que tu inconsciente capte todo lo que estás soltando.

Una vez que la hayas leído, quemas hoja y vas juntando las cenizas para que al finalizar te deshagas de ellas. Puedes enterrarlas, echarlas al aire, echarlas al inodoro, tirarlas a la basura, eso lo decides tú. Se trata de que te liberes de todo aquello que tu inconsciente viene cargando y peor aún, heredando.

Una vez quemada tu carta, viene una cuarentena de 30 días, para que tu mente asiente lo vivido, lo sentido, lo soltado. Serán 30 días de cambios de ánimo intensos, días tal vez en que vivas una crisis de sanación (incremento de síntomas físicos, dolores, mareos, náuseas, etc.).

Algunos días podrás tener mucho sueño, o no tener nada de sueño, estar alegre, triste, eufórico, emocionado, deprimido, etc. Y todo será perfectamente normal.

Para el día 30 o 34, te sentirás increíblemente ligero, con pensamientos y sentimientos más claros. Con más poder para tomar nuevas decisiones y hacer cambios. Con paz interior, certeza y consciencia plena de todo lo que has soltado.

Comenzaras a tener más claridad con respecto a nuevos rumbos y opciones, además de que ya no te dejarás afectar por las personas que has quemado.

## **IMPORTANTE**

- El período de cuarentena varía de persona a persona, por lo que puede ser que los cambios se noten a los 15, 30, 60 o 90 días. Cada persona lo vive diferente.

De duelo por mi padre alcohólico, ya la quemé, ya hice mi cuarentena y dentro de un año, recuerdo que una noche atropelló a una señora y huyó, hago nuevamente una carta, pero sólo por este atropellamiento, ya no menciono el alcoholismo, porque de eso ya hice el duelo. Y conserven esta carta, porque nos faltan muchas cosas por vivir. Por lo tanto, si en 10 años, tenemos nuevos problemas cargando, con familiares, amigos, compañeros de trabajo, jefes, etc. Podemos volver a hacerla para no heredar a nuestros hijos nuestros futuros errores o fallas.