

The background is a vibrant rainbow gradient, transitioning from purple at the top to red, orange, yellow, green, and finally blue at the bottom. Overlaid on this gradient are several sets of white, concentric, wavy lines that resemble topographical contours or ripples in water, creating a dynamic and artistic pattern.

Viajera Libre
Despertar Arcoíris
DIARIO CREATIVO

POR GABY AMAYA

UN DIARIO CREATIVO PARA ALINEAR, EXPRESAR Y DESPERTAR TU MAGIA INTERIOR

Bienvenida al Diario Creativo Despertar Arcoíris 🌈 Un espacio sagrado diseñado para guiarte en un viaje vibrante de autodescubrimiento, claridad emocional y expresión creativa.

Este diario entrelaza la sabiduría ancestral del sistema de chakras, el poder transformador de la terapia del color y el flujo intuitivo del journaling creativo. Es una herramienta con alma, creada para ayudarte a desacelerar, reconectar contigo misma y sintonizar con el lenguaje colorido de tu cuerpo, mente y espíritu.

Dentro encontrarás:

🌀 Páginas de Revisión de Chakras

Un espacio suave para explorar y reflexionar sobre tus centros energéticos, identificar dónde te sientes en equilibrio, dónde necesitas apoyo y cómo puedes realinearte con tu armonía interior.

🎨 Carta Emocional de Colores

Una herramienta visual para ayudarte a mapear emociones a través del color, desbloqueando tu comprensión intuitiva de cómo te sientes y cómo puedes procesar esas emociones creativamente.

🖋️ Preguntas para Expresión e Integración

Preguntas guiadas y reflexiones diseñadas para abrir tu canal creativo, despertar a tu artista interior y acompañarte en tu camino de sanación, color por color, chakra por chakra.



♥ CHEQUEO CHAKRAS ♥

RAIZ

SACRO

SOLAR

CORAZON

GARGANTA

TERCER OJO

CORONA



Notas



CARTA EMOCIONAL DE COLORES

ROJO	NARANJA	AMARILLO	VERDE	AZUL	INDIGO	PURPURA

Notas

ESPACIO PARA EXPRESIÓN E INTEGRACIÓN

UN COLOR, UN CHAKRA, UN PASO MÁS PROFUNDO HACIA TU VERDAD.

♥ CHAKRA RAÍZ — ROJO

Tema: Seguridad, Pertenencia, Enraizamiento

¿Qué me hace sentir segura y sostenida en este momento?

¿En qué área de mi vida necesito raíces o límites más fuertes?

Dibuja o describe un lugar donde tu niña interior se sienta completamente sostenida.

¿Qué rituales me ayudan a reconectar con mi cuerpo y con la Tierra?

♥ CHAKRA SACRO — NARANJA

Tema: Emociones, Sensualidad, Fluidéz

¿Cómo expreso mis emociones de forma creativa?

¿Qué me brinda alegría, placer y juego?

¿Dónde estoy reteniendo tensión emocional en mi cuerpo?

Crea una pieza de arte que represente cómo se sienten tus emociones hoy.



CHAKRA DEL PLEXO SOLAR — AMARILLO

Tema: Confianza, Poder, Propósito

¿Cuándo me siento más empoderadx y radiantx?

¿Qué creencias limitantes estoy listx para soltar?

Escribe una carta desde tu Yo Superior animándote a tomar acción con valentía.

Dibuja o crea un collage que represente tu fuego interior.



CHAKRA DEL CORAZÓN — VERDE

Tema: Amor, Compasión, Conexión

¿Dónde estoy siendo invitadx a suavizarme o perdonar?

¿Cómo se siente para mí el amor incondicional?

Escribe una carta de amor para ti mismx o para alguien que cambió tu vida.

Expresa visualmente cómo se ve un corazón abierto.



CHAKRA DE LA GARGANTA — AZUL

Tema: Expresión, Verdad, Voz

¿Qué verdades estoy listx para expresar en voz alta?

¿Cómo me censuro o me silencio?

Crea un mantra o afirmación que empodere tu voz.

Dibuja una imagen de tu garganta como un templo sagrado de sonido y verdad..



♥ CHAKRA DEL TERCER OJO – ÍNDIGO

Tema: Intuición, Perspectiva, Visión

¿Qué mensaje me susurra hoy mi intuición?

Describe un sueño reciente o una sincronía y lo que te reveló.

Crea un símbolo que represente tu sabiduría interna.

Cierra los ojos y dibuja lo que ves en tu interior.

♥ CHAKRA CORONA – VIOLETA / BLANCO

Tema: Conexión Divina, Unidad, Claridad

¿Cómo experimento lo divino o lo infinito?

¿En qué momentos me siento más conectada con algo más grande?

Escribe una oración o poema que canalice la voz de tu alma.

Expresa tu conexión con el cosmos a través del color o la forma abstracta.

Este diario es parte del **Viaje Creativo Despertar Arcoíris**, pero también puede usarse por sí solo como una hermosa práctica diaria o semanal para volver a tu hogar interior.

✨ Que sea tu compañero en momentos de quietud, creatividad y transformación. Deja que los colores hablen. Deja que tu verdad emerja.

¿LISTA PARA PROFUNDIZAR EN TU VIAJE CREATIVO Y DE SANACIÓN?

Si esta masterclass gratuita despertó algo dentro de ti — un recuerdo, un sueño, una emoción, una visión — considéralo tu invitación personal para seguir avanzando.

El **Viaje Creativo del Despertar Arcoíris** es un programa inmersivo de 9 días diseñado para iniciar un recorrido a través del espectro de colores, guiándote por los 7 chakras y los 7 colores del arcoíris, más un poderoso día de integración, con herramientas para reconectar con tu cuerpo, despertar a tu artista interior y activar tu potencial de sanación creativa.

🌀 ¿Qué incluye el viaje completo?

- Videos guiados diarios y rituales creativos
- Preguntas de journaling y prácticas de arte expresivo
- Herramientas de sanación de chakras, yoga y prácticas de embodiment
- Meditaciones en audio + materiales imprimibles de regalo
- Un contenedor sagrado para explorar tu propio arcoíris interior 🌈

¿Lista para profundizar en tu Viaje Creativo y de Sanación?

👉 **Haz clic aquí para unirte al Viaje Completo del Despertar Arcoíris**

Tu alma ya dijo que sí. Este es solo el siguiente paso.
Con amor, luz y color,

Gaby Amaya | Viajera Libre ✨

COMENCEMOS

