



# tu historia tu poder™

SANANDO  
EL ABANDONO

**WORKBOOK**

6, 7 y 8 de Mayo, 2022

## VIERNES 6 DE MAYO

4 - 5:30 PM

“Herida de Abandono”  
**Esther Iturralde**

6:00 - 7:30 PM

“El placer de trascender la herida de abandono”  
**Julieta Xiqui, Paty Mora,  
Ana María Martínez, Kevin Rosas**

8 - 9:30 PM

“Breathwork: El abandono en nuestra experiencia de vida”  
**Esther Iturralde**

## SÁBADO 7 DE MAYO

10 - 12 AM

“El abandono en el amor”  
**Evangelina Sanchiz, Paulina Amézquita, Carolina Mendoza, Mayela**

12:30 - 2 PM

“El abandono en tu salud, cuerpo y sexualidad”  
**Alicia Medina, Claudia Jiménez, Carla Melo, Mónica Rivera**

2:30 - 4 PM

“El abandono en el trabajo y en lo económico”  
**Mireyana Crespo, Erika Sánchez, Priscila Guillén, Lucía Chávez**

4:30 - 6 PM

“El abandono en lo espiritual”  
**Luisa Becker, Pamela Juárez, Erika Arevalo, Marcela Félix**

**tu historia** | SANANDO  
**tu poder** | EL ABANDONO

**DÍA VIP**

## DOMINGO 8 DE MAYO

9 - 10:30 AM

“En tu propia historia está tu propósito, ¿qué se siente vivir de esto?”  
**Trinidad Navarro, Marcela Félix, Patty Martin, Mayela García**

11 - 1 PM

Masterclass Sherpa  
**Esther Iturralde**

1:30 - 3 PM

Sesión de Q&A exclusiva: pregúntales cualquier cosa.  
**Trinidad Navarro, Evangelina Sanchiz, Luisa Becker, Ana Morán**

**DURANTE LOS PRIMEROS DOS DÍAS  
DESCUBRIRÁS CÓMO DESBLOQUEAR LOS  
BENEFICIOS DEL DÍA VIP**

### Esther Iturralde

[www.estheriturralde.com](http://www.estheriturralde.com)  
FB: [@estheriturraldelifecoach](https://www.facebook.com/estheriturraldelifecoach)  
IN: [@estheriturralde](https://www.instagram.com/estheriturralde)

**tu historia  
tu poder**™ | SANANDO  
EL ABANDONO



#### Acerca de esta MASTERCLASS:

Cada historia es única en algunas el abandono va a ser literal pero en otros el abandono se puede sentir como un proceso lento. De cualquier manera, el abandono trae un regalo del otro lado “LA POSIBILIDAD DE REINVENTARTE”: el auto-rescate, la re-conexión y reinención.

#### NOTAS:

#### LOS APRENDIZAJES QUE ME LLEVO SON:

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
-

MESA REDONDA 1

tu historia  
tu poder™ | SANANDO  
EL ABANDONO



Julieta Xiqui  
[@julieta.xiqui](#)



Paty Mora  
[@patymora\\_lifecoach](#)



Ana María Martínez  
[@parasanarme](#)



Kevin Rosas  
[@kevinrosas.lifecoach](#)

Si quieres agendar una sesión de coaching con alguno de estos expertos invitados, visita la página:  
[www.sherpacertification.com/directorio](http://www.sherpacertification.com/directorio)

NOTAS:

LOS APRENDIZAJES QUE ME LLEVO SON:

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
-

!!! Horario de la CDMX



**Esther Iturralde**

[www.estheriturralde.com](http://www.estheriturralde.com)  
FB: [@estheriturraldelifecoach](https://www.facebook.com/estheriturraldelifecoach)  
IN: [@estheriturralde](https://www.instagram.com/estheriturralde)

**tu historia  
tu poder**™ | SANANDO  
EL ABANDONO



 **CORONILLA**  
Sahasrara

 **TERCER OJO**  
Ajna

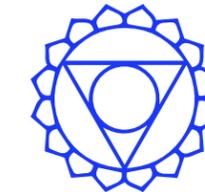
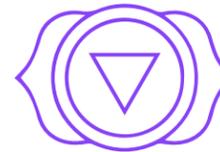
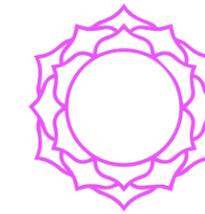
 **GARGANTA**  
Vishuddha

 **CORAZÓN**  
Anahata

 **PLEXO SOLAR**  
Manipura

 **SACRAL**  
Svadhishthana

 **RAÍZ**  
Muladhara



Estoy despierto y consciente.  
El mundo es mi maestro.  
Estoy guiado por la inteligencia divina.  
Estoy guiado por mi intuición.  
La divinidad reside en mí mismo.  
Todos somos uno.

Veo con claridad.  
Pongo atención a mi intuición.  
Tengo visión.  
Enfoco mi atención para ver con claridad.  
Valoro mis conocimientos.  
Estoy abierto a la sabiduría interior.

Puedo comunicar mi verdad.  
Mi voz es necesaria.  
Mi verdad es importante.  
Escucho profunda y atentamente a otros.  
La creatividad fluye a través de mí.  
Vivo en armonía.

Merezco amor.  
Amo con facilidad.  
Mantengo compasión hacia mí mismo y hacia los demás.  
Estoy rodeado de amor.  
El amor es mi estado natural del ser.  
Vivo en equilibrio con los demás.

Honro mi poder interior.  
Cumpro con mi voluntad.  
Mi fuego interior arde superando mis miedos y bloqueos.  
Mi voluntad y la voluntad divina están alineadas.  
Conozco mi propósito.  
Lo hago con facilidad y sin esfuerzo.

Merezco sentir placer.  
Me siento bien.  
Acepto y disfruto mi sexualidad.  
Está bien sentir una gama emocional.  
Escucho mis emociones.  
La vida es placentera.

Está bien estar presente.  
Amo mi cuerpo y confío en intuición.  
Disfruto el momento presente.  
La tierra es mi soporte.  
Vivo en abundancia.  
Me mantengo firme sin importar la situación.

**NOTAS:**

MESA REDONDA 2

tu historia  
tu poder™ | SANANDO  
EL ABANDONO



Evangelina Sanchiz  
[@evangelinasanchiz.coach](https://www.instagram.com/evangelinasanchiz.coach)



Paulina Amézquita  
[@pauamezquita.lifecoach](https://www.instagram.com/pauamezquita.lifecoach)



Carolina Mendoza  
[@caro\\_m\\_segrera](https://www.instagram.com/caro_m_segrera)



Mayela García  
[@mayemeg\\_lifecoach](https://www.instagram.com/mayemeg_lifecoach)

Si quieres agendar una sesión de coaching con alguno de estos expertos invitados, visita la página:  
[www.sherpacertification.com/directorio](http://www.sherpacertification.com/directorio)

NOTAS:

LOS APRENDIZAJES QUE ME LLEVO SON:

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
-

MESA REDONDA 3

tu historia  
tu poder™ | SANANDO  
EL ABANDONO



Alicia Medina  
[@aliciamedinalifecoach](#)



Claudia Jiménez  
[@claujimenez.coach\\_espiritual](#)



Carla Melo  
[@carlameloc333](#)



Mónica Rivera  
[@de10en10.lifecoaching](#)

Si quieres agendar una sesión de coaching con alguno de estos expertos invitados, visita la página:  
[www.sherpacertification.com/directorio](http://www.sherpacertification.com/directorio)

NOTAS:

LOS APRENDIZAJES QUE ME LLEVO SON:

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
-

MESA REDONDA 4

tu historia  
tu poder™ | SANANDO  
EL ABANDONO



Mireyana Crespo  
[@mireyanacrespo](#)



Erika Sánchez  
[@erisanchez.lifecoach](#)



Priscila Guillén  
[@humanamenteinc](#)



Lucía Chávez

Si quieres agendar una sesión de coaching con alguno de estos expertos invitados, visita la página:  
[www.sherpacertification.com/directorio](http://www.sherpacertification.com/directorio)

NOTAS:

LOS APRENDIZAJES QUE ME LLEVO SON:

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
-

MESA REDONDA 5

tu historia  
tu poder™ | SANANDO  
EL ABANDONO



Luisa Becker  
[@luisabecker\\_lifecoach](#)



Pamela Juárez  
[@pamelajuarez.lifecoach](#)



Erika Arevalo  
[@erikaarevalo.lifecoach](#)



Marcela Félix  
[@marcefelixa](#)

Si quieres agendar una sesión de coaching con alguno de estos expertos invitados, visita la página:  
[www.sherpacertification.com/directorio](http://www.sherpacertification.com/directorio)

NOTAS:

NOTAS:

LOS APRENDIZAJES QUE ME LLEVO SON:

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
-

“En tu propia historia está tu propósito, ¿qué se siente vivir de esto?”

DOMINGO 8 DE MAYO

9 - 10:30 AM

MESA REDONDA

!!! Horario de la CDMX

DÍA VIP

MESA REDONDA 6

tu historia tu poder™ | SANANDO EL ABANDONO



Trinidad Navarro  
[@trinidadnavarroherrera](#)



Patty Martin  
[@patty.martinlifecoach](#)



Mayela García  
[@mayemeg\\_lifecoach](#)



Marcela Félix  
[@marcefelixa](#)

Si quieres agendar una sesión de coaching con alguno de estos expertos invitados, visita la página:  
[www.sherpacertification.com/directorio](http://www.sherpacertification.com/directorio)

NOTAS:

LOS APRENDIZAJES QUE ME LLEVO SON:

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
-



**Esther Iturralde**

[www.estheriturralde.com](http://www.estheriturralde.com)  
FB: [@estheriturraldelifecoach](https://www.facebook.com/estheriturraldelifecoach)  
IN: [@estheriturralde](https://www.instagram.com/estheriturralde)

**tu historia  
tu poder™** | SANANDO  
EL ABANDONO

**¿Tienes claras tus 3 razones?**



1. ¿A quién quieres ayudar y con qué tema?

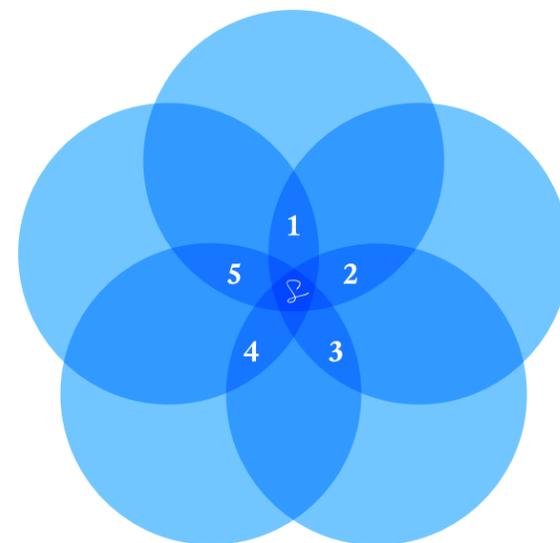


2. ¿Cuales son tus metas económicas? ¿Cuánto dinero te gustaría ganar mensualmente en tu propio negocio?



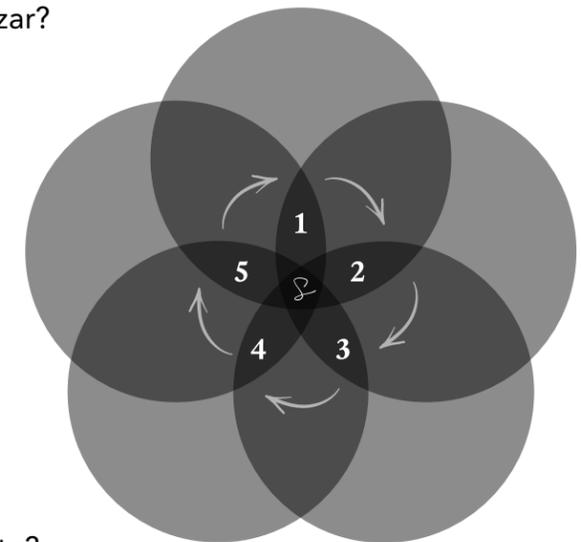
3. Piensa ¿en quién te conviertes tú? ¿cómo impacta todo esto a tu espiritualidad, a tu satisfacción y a la felicidad de ser quien eres?

¿Cuáles son los 5 pilares de la metodología Sherpa?

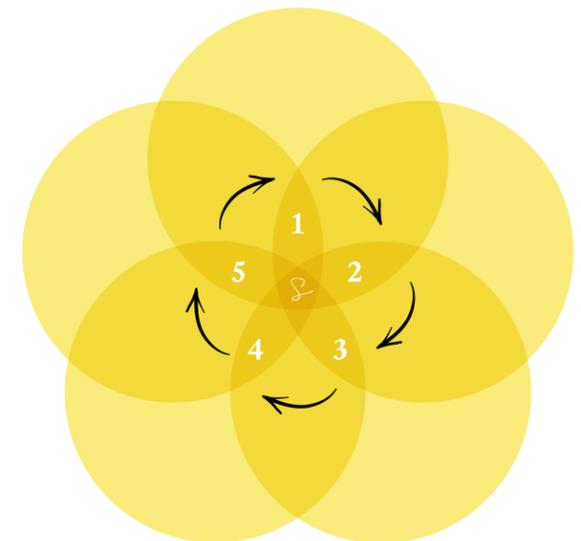


**NOTAS:**

¿Cuáles son las curvas de aprendizaje que tendrás que cruzar?



¿Cuáles son las 5 habilidades que desarrollarás al prepararte?



¿Qué podrías lograr si desarrollas estas habilidades?

- 
- 
- 

El ingrediente secreto que no te puede faltar es:



**Esther Iturralde**  
[www.estheriturralde.com](http://www.estheriturralde.com)  
FB: [@estheriturraldelifecoach](https://www.facebook.com/estheriturraldelifecoach)  
IN: [@estheriturralde](https://www.instagram.com/estheriturralde)

**tu historia  
tu poder**™ | SANANDO  
EL ABANDONO

**Cambia tu diálogo:**

Tus más grandes miedos son:



Transfórmalos y atrévete a imaginar cómo sería tu vida si creyeras lo opuesto:

- → •
- → •
- → •
- → •
- → •
- → •
- → •
- → •
- → •
- → •
- → •
- → •
- → •
- → •
- → •

“Pregúntales cualquier cosa”

DOMINGO 8 DE MAYO

1:30 - 3 PM

SESIÓN Q&A

!!! Horario de la CDMX

DÍA VIP

## SESIÓN DE Q&A

**tu historia  
tu poder**™ | SANANDO  
EL ABANDONO



Trinidad Navarro  
[@trinidadnavarroherrera](#)



Evangelina Sanchiz  
[@evangelinasanchiz.coach](#)



Luisa Becker  
[@luisabecker\\_lifecoach](#)



Ana Morán  
[@coach.ana.moran](#)

Si quieres agendar una sesión de coaching con alguno de estos expertos invitados, visita la página:  
[www.sherpacertification.com/directorio](http://www.sherpacertification.com/directorio)

## LOS APRENDIZAJES QUE ME LLEVO SON:

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

Si te gustó esta masterclass etiquétanos en Instagram [@sherpacoachingcertification](#)

[sherpacertification.com](http://sherpacertification.com)