



# QUINTO CÍRCULO

## EL HOMBRE Y EL AMOR

"EL EQUILIBRIO ENTRE EL MASCULINO Y EL FEMENINO EN EL HOMBRE."  
— OR ILAN —





## QUINTO CÍRCULO DE TRANSFORMACIÓN DE HOMBRES QUE DESPIERTAN (PARA TRANSFORMACIÓN PERSONAL O PARA GUIAR UN CÍRCULO)

### EL HOMBRE Y EL AMOR

*El equilibrio entre el masculino y el femenino en el hombre.*

***“el hombre normal tiene un miedo de amar, pero el miedo que realmente debe tener es morir sin amar, cuando estas al frente de tu muerte entiendes, que solo con la magia del amor la vida tiene algún sentido” Or Ilan - Creador de los círculos de transformación***

#### Introducción al tema:

¿Puedes amar de verdad?  
¿Te haz enamorado en tu vida?  
¿Qué entiendes por amor?

El amor es de los misteriosas más grandes de la vida. por un lado, el amor es lo que llena todo de sentido y la razón por cual podemos transformar. Por otro lado el amor es algo tan misterioso que la razón no alcanza a entender, definir o capturar. El amor no se entiende por la mente y a la vez, es la fuerza que conecta todo. Aún no podemos definir o racionalizar el amor, podemos mirar las condiciones que permiten experimentar el amor y las condiciones que generan un bloqueo y no permiten la experiencia amorosa de la vida.

El amor es algo que está relacionado con el centro energético femenino del corazón y con la esencia femenina de la vida. El hombre por esencia tiene una inclinación a la energía masculina que está más relacionado con la mente. Muchos hombres viven en un desequilibrio de estas dos energías; Hombres que tienen un masculino demasiado fuerte, tienen el corazón cerrado. Esto quiere decir que no logran sentir el amor, están cerrados a los demás, su expresión de vida está más limitada por el espacio mental y físico. A aquellos hombres que les faltan conexión con la energía femenina, suelen tener problemas al querer amar y al sentirse amados. Este estado manifiesta que tienen bloqueos emocionales respecto a las emociones que están en directa relación con el amor.

Mira esta lista de calidades y emociones que existen en la experiencia del amor y ponte a sentir como estas en referencia a cada uno de ellas:

*Aceptación de ti mismo, afecto, agradecimiento, expansión, relajación, conexión, ternura, paz, amistad, libertad, felicidad, aceptación del otro, confianza, generosidad y gozo.*

En esta época también se encuentran hombres que tienen mucha conexión con la energía femenina, pero tienen un reto grande al querer establecer relación con su lado masculino. Hombres que tienen desequilibrio por falta de energía masculina, tienen la tendencia de estar siempre muy emocionales y sensibles, faltos de claridad y faltos de habilidad para liderar su vida y tomar decisiones.

El hombre que establece el balance perfecto entre su masculino y femenino vuelve ser un guerrero de amor. cuando el hombre está ahí, su fuerza interna amplía su amor. Alguien en este estado vuelve ser un regalo para el mundo, y puede sentir que parte de su misión de vida es expandir la libertad y el amor en el mundo. Su acción tiene un poder amoroso y abundante para todos los demás.

[hombresquedespiertan@gmail.com](mailto:hombresquedespiertan@gmail.com)

[www.mujeresquedespiertan.com/hombres](http://www.mujeresquedespiertan.com/hombres)



En general el reto más grande del hombre es conectar con su energía femenina y con el amor que está encerrado en su corazón. El camino al corazón empieza adentro, cuando el hombre aprende a establecer una relación amoroso con sus pensamientos, sus emociones y su cuerpo. Cuando el hombre aprende a establecer una relación amorosa con su propia vida y cuerpo, le ayuda a ese amor a empezar a manifestarse en su relación con los demás.

El amor no tiene límite y la vida misma vuelve ser un tejido de amor. El guerrero de amor realiza que está conectado a todo y que el hilo que conecta a todo, es el amor que tiene adentro.

***"El hombre que establece el balance perfecto entre su masculino y femenino vuelve ser un guerrero de amor." OR Ilan***

\*Recuerda que este programa de transformación, es un programa enfocado en la transformación de tu ser. Te aconsejamos que lo hagas en ti, que reflexiones sobre el tema tratado, que te respondas las preguntas, y que una vez hecho, si te nace, cojas el impulso para hacerlo con tus demás hermanos. Las instrucciones generales de cómo manejar los círculos de Hombres que despiertan puedes encontrarlas en la convocatoria que está en nuestra página.

\*Acuérdate que el plan es solo para ayudarte y darte ideas, lo más importante es que confíes en tu intuición.

#### **ESTRUCTURA PARA GUIAR CÍRCULO O PARA TU PROCESO**

*(Si no tienes un círculo te recomendamos tomar el tiempo de escribir tu estas preguntas en tu agenda o bitácora de transformación, y además, encontrar un amigo con cual puedes compartir las respuestas)*

**1. Círculo de Nombres** – Abrir el círculo con una presentación, diciendo el nombre y así propiciar para que en el círculo cada quien se presente.

**2. Abrir el Círculo de palabra – EL HOMBRE Y EL AMOR.**

***Preguntas guía (si no tienes círculo te recomiendo tomar el tiempo de escribir tu respuesta a estas preguntas e encontrar un amigo con cual puedes compartir las respuestas):***

- ❖ *¿Que está entre tu y el amor? (para responder esta pregunta puedes mirar estas preguntas)*
  - *¿Qué te hace falta para amar de una forma total?*
  - *¿Dónde en tu vida sientes el bloqueo de amar?*
  - *¿Dónde quisieras amar más, pero algo no está funcionando?*
- ❖ *¿Qué entiendes por amor?*
  - *¿Qué es el amor para ti?*
  - *¿Cuál es tu manera de mostrar amor?*
  - *¿Existe para ti el amor incondicional?*
  - *¿Qué tipos de amor están en tu vida, y qué diferencia hay entre una y la otra?*



❖ ¿Cómo puedes ampliar el poder de tu amor?

- ¿A quién te hace falta pedir perdón?
- ¿A quién no has perdonado en tu vida?
- ¿a quién quieres decir un agradecimiento y no lo has dicho?

### 3. Quinto reto para los círculos de palabra ó para tu proceso personal:

Para mantener la llama del despertar viva, les invitamos a generar un grupo en redes sociales, con el cual pueden estar en contacto, para compartir y trabajar juntos. *(Para esto funciona muy bien un grupo de WhatsAap pero quien quiera otra red sirve.)*

**El reto del guerrero de amor** *(Esto es un reto personal que es recomendable mantener y asumir si estas parte de círculos de hombres que despiertan o si lo estás haciendo como un reto personal.)*

: para tener más amor en tu vida tienes que limpiar tus relaciones, haz una lista con las 3 próximas preguntas:

- ¿A quién te hace falta pedir perdón?
- ¿A quién no has perdonado en tu vida?
- ¿a quién quieres decir un agradecimiento y no lo has dicho?

Escoges una persona de cada lista y hasta una llamada con cada uno para comunicar con ella el perdón que quieres pedir o ofrecer o el agradecimiento que te faltó dar. Comunica en forma clara, abierta y amorosa.

**4. CIERRE DEL CÍRCULO :** Cada uno puede decir una reflexión, motivación o emoción resumiendo en una palabra que queda en su corazón al haber participado en el círculo.

**5. Compartir comida y elementos:** La comida une, y es lindo pedir que cada uno lleve algo para compartir con todos. *(recomendable enfocar en comida ligera, vegana sin mucho azúcar blanco -este tipo de dieta soporta el trabajo consciente que hacemos).*

*\* No olvides, por favor, compartir las experiencias que tienes en nuestras redes de HQD, junto con las fotos de tus encuentros. Además, queremos recordarte que estamos aquí para apoyarte. No estás solo, y te acompañamos en esta revolución de la consciencia. Contáctanos si tienes dudas.*

## CRÉDITOS



**LAURA MORENO**

Fundadora y Directora de  
MQD y HQD



**OR ILAN**

Creador del programa de  
transformación  
[www.mentorilan.com](http://www.mentorilan.com)



**NELSON AMEZQUITA**

Diseño gráfico y  
publicidad



**CARLOS HERNANDEZ**

Revisión de guiones



**NATALYA MUÑOZ**

Asistente General



**JOHN HOME**

Traducción al Inglés



**BRAHYAM MOSQUERA**

Coordinación General

## CON EL APOYO DE:

