

# Ritual para Vencer el Miedo a Hablar en Público

## Elementos requeridos:

- Una vela roja
- Incienso de salvia
- Un vaso de agua
- Un cristal de cuarzo rosa
- Una pluma de ave

## Instrucciones:

- Crea un espacio ritual calmado y relajante. Purifica y santifica el área con el humo de salvia.
- Coloca el cristal de cuarzo rosa frente a ti sobre una tela roja o rosa. Esta es una piedra calmante que fomentará tu confianza en ti mismo.
- Enciende la vela roja, símbolo de fuerza vital y coraje. Concéntrate en la danza de la llama.
- Toma la pluma con tu mano dominante. Es una herramienta de comunicación que te ayudará a canalizar tu discurso con fluidez.
- Bebe unos sorbos de agua fresca para aclarar tu garganta y mente.
- Cierra los ojos y visualízate hablando en público con facilidad, envuelto en un aura de calma y seguridad.
- Recita en voz alta la siguiente invocación en latín, dirigiendo la pluma hacia tu boca:

*Vox mea fortis ac clara resonat,  
Timorem refuto, confidentiam celebro.  
Per pennam eloquentiae vincam,  
Verbis meis mundum movebo.*

- Sopla suavemente sobre la pluma mientras visualizas que todos tus miedos y bloqueos abandonan tu ser.
- Lleva contigo el cristal de cuarzo rosa cuando hables en público como un talismán de serenidad.

Practica este ritual antes de cada evento para llenarte de valor y carisma. El miedo se disipará gradualmente, reemplazado por la seguridad de un orador carismático.