



# *Diario de* MANIFESTACIÓN

# BIENVENIDA



¡Bienvenida al Diario de Manifestación! Este no es solo un material de lectura; es una guía práctica diseñada para ayudarte a transformar tus sueños en realidad. A lo largo de estas páginas, encontrarás herramientas, ejercicios y métodos probados que te ayudarán a alinear tus pensamientos, emociones y acciones con tus deseos más profundos.

Este workbook está creado para que lo uses activamente en tu vida diaria. Cada sección está diseñada para guiarte en el proceso de manifestación, desde la clarificación de tus intenciones hasta la aplicación de poderosos métodos como el 3-6-9 de Nikola Tesla. Te invito a que te tomes el tiempo para aplicar cada ejercicio, escribir tus pensamientos, y reflexionar sobre tu progreso. La verdadera magia de la manifestación ocurre cuando participas de manera consciente y activa en el proceso.

Este es tu espacio para soñar en grande, establecer metas claras, y, lo más importante, tomar acción para hacerlas realidad. Recuerda que este diario es una herramienta viva: cuanto más lo uses, más poderosa será su influencia en tu vida. ¡Que este sea el comienzo de un viaje transformador hacia la vida que siempre has deseado!



# INTRODUCCIÓN A LA MANIFESTACIÓN

La manifestación es un proceso profundamente personal y poderoso en el cual tus pensamientos, emociones y acciones se alinean para atraer lo que deseas en tu vida. La ciencia detrás de la manifestación se basa en el principio de que todo en el universo es energía, incluidas nuestras emociones y pensamientos. Al concentrar esta energía en nuestras metas y deseos, podemos influir en la realidad a nuestro alrededor.

La Ley de Atracción es un concepto que sostiene que “lo similar atrae lo similar,” lo que significa que atraes hacia ti aquello en lo que enfocas tu atención, ya sea positivo o negativo. Popularizada por el libro \*El Secreto\* de Rhonda Byrne, esta ley ha sido utilizada por muchas personas para transformar sus vidas.

Según \*El Secreto\*, la clave para utilizar la Ley de Atracción es la combinación de pensamiento positivo, visualización y la creencia de que ya has recibido lo que deseas. Este libro sugiere que nuestros pensamientos actúan como imanes, atrayendo hacia nosotros personas, situaciones y oportunidades que coinciden con las vibraciones de esos pensamientos.

## LA VERDADERA LEY DE ATRACCIÓN Y COMO FUNCIONA

1. Pide: Clarifica exactamente lo que quieres. Este es el primer paso y es crucial que seas específica y detallada en tu pedido. El universo responde a la claridad y la certeza.
2. Cree: Aquí es donde entra la fe. Debes creer, sin ninguna duda, que lo que has pedido ya está en camino hacia ti. Esta creencia debe ser inquebrantable, incluso si no ves resultados inmediatos.
3. Recibe: Comienza a sentirte como si ya hubieras recibido lo que pediste. Este cambio de mentalidad te coloca en una vibración que coincide con tu deseo, atrayendo lo que quieres hacia ti.

# CIENCIA DETRÁS DE LA LEY DE ATRACCIÓN

La neurociencia ha comenzado a explorar cómo nuestras creencias y pensamientos pueden influir en nuestra realidad. Por ejemplo, el concepto de neuroplasticidad sugiere que podemos reprogramar nuestro cerebro mediante la repetición y la visualización, creando nuevas conexiones neuronales que favorecen la manifestación de nuestras metas.

Un estudio publicado en el *\*Journal of Experimental Social Psychology\** encontró que las personas que se visualizaban a sí mismas teniendo éxito en una tarea tenían una mayor probabilidad de lograrlo en comparación con aquellas que no lo hacían. Este estudio refuerza la idea de que el pensamiento positivo y la visualización son herramientas poderosas para lograr lo que deseamos.



# CIENCIA DETRÁS DE LA LEY DE ATRACCIÓN

## Ejemplo Inspirador: Oprah Winfrey

Una de las mujeres más influyentes del mundo, Oprah Winfrey, es un ejemplo viviente del poder de la manifestación y la Ley de Atracción.

Nacida en la pobreza extrema y enfrentando adversidades significativas en su juventud, Oprah siempre creyó en su capacidad para lograr más.

Utilizó la manifestación para visualizar su éxito, enfocándose en sus sueños con una fe inquebrantable. A lo largo de su carrera, ha hablado abiertamente sobre cómo la práctica de la visualización y el establecimiento de intenciones claras la ayudaron a alcanzar el estatus icónico que tiene hoy.

Menciona que establecer intenciones claras es el primer paso para manifestar tus deseos.

Este proceso implica una profunda auto-reflexión y honestidad sobre lo que realmente quieres en tu vida. Para muchas mujeres, esto puede ser un momento transformador en el que comienzan a alinear sus deseos con su verdadero propósito.

# EJERCICIO: DESCUBRIENDO TUS VERDADEROS DESEOS



## 1. Meditación Guiada:

Comienza con una meditación guiada centrada en la conexión con tu ser interior. Pregúntate a ti misma: “¿Qué es lo que realmente deseo?” y permite que tu intuición te guíe. [más adelante puedes realizar la meditación]

## 2. Escritura Intuitiva:

Sin pensar demasiado, comienza a escribir lo que te venga a la mente. No te preocupes por la gramática o la estructura; simplemente deja fluir tus pensamientos.

## 3. Identificación de Patrones:

Revisa lo que has escrito y busca patrones o temas recurrentes. Estos son indicios de tus verdaderos deseos.

## 4. Formulación de Intenciones Claras:

Ahora, formula tus intenciones en afirmaciones positivas y en tiempo presente. Ejemplo: “Estoy viviendo una vida llena de amor y abundancia.”

# MÉTODO 3-6-9

El método 3-6-9 se basa en la idea de que los números 3, 6 y 9 tienen un poder especial en el universo, según Nikola Tesla. Este método te guiará a través de un proceso de 21 días en el cual escribirás tus afirmaciones 3 veces por la mañana, 6 veces por la tarde y 9 veces por la noche, para alinear tu energía y manifestar tus deseos.



Nikola Tesla (1856-1943) fue un inventor, ingeniero eléctrico y mecánico, y futurista serbio-estadounidense, reconocido por sus numerosas contribuciones al desarrollo de las tecnologías de corriente alterna (CA) y por su trabajo pionero en electromagnetismo. Tesla fue un visionario cuya mente estaba adelantada a su tiempo, y aunque murió en la pobreza, su legado sigue vivo, inspirando a generaciones de científicos e inventores.

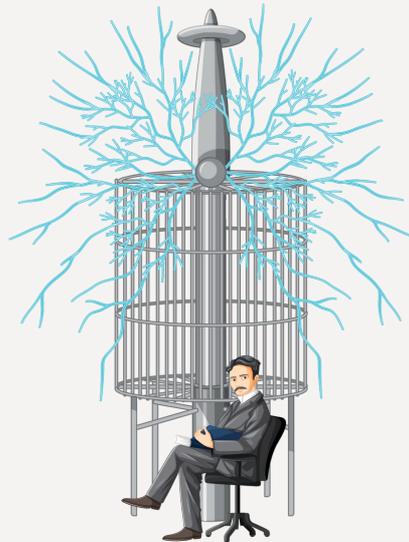
# MÉTODO 3-6-9

Un relato menos conocido es cómo Tesla utilizó su enfoque en estos números para manifestar una de sus metas más grandes:

La creación de la Torre Wardenclyffe, un proyecto ambicioso para la transmisión inalámbrica de energía.

Tesla, enfrentando innumerables desafíos financieros y tecnológicos, mantuvo su enfoque utilizando rituales que involucraban los números 3, 6 y 9.

Aunque la Torre Wardenclyffe nunca se completó debido a la falta de fondos, su capacidad para atraer inversores y avanzar en su proyecto fue notable, demostrando su fe inquebrantable en su visión.



El método 3-6-9 puede parecer simple, pero su poder radica en la consistencia y en la intención que pones al realizarlo.

Aquí te explico cómo puedes hacerlo de manera más explícita

# APLICACIÓN DEL MÉTODO

## 3-6-9



SU PODER RADICA EN LA CONSISTENCIA Y EN LA INTENCIÓN QUE PONES AL REALIZARLO

### 1. Definir una Intención Clara:

- Elige algo que realmente desees manifestar. Por ejemplo, supongamos que quieres atraer más abundancia financiera. Formula tu intención de manera clara y en tiempo presente, como si ya estuviera sucediendo.

Ejemplo: “Estoy recibiendo abundancia financiera de manera constante y fluida.”  
- Escribe esta afirmación en un cuaderno o diario especial que destines para este propósito.

### 2. Escribir la Afirmación:

- Mañana (3 veces): Al despertar, toma tu cuaderno y escribe tu afirmación 3 veces. Hazlo despacio, asegurándote de sentir lo que estás escribiendo. Si es posible, visualiza en tu mente cómo se siente recibir esa abundancia financiera, qué harías con ella, y cómo impactaría positivamente en tu vida.

Ejemplo: “Estoy recibiendo abundancia financiera de manera constante y fluida.”

- Tarde (6 veces): A mitad del día, repite el proceso, pero esta vez escribe la afirmación 6 veces. En este momento, refuerza tu enfoque y reconéctate con la emoción que sientes al imaginar tu intención ya manifestada. Si tienes tiempo, puedes cerrar los ojos durante unos minutos para visualizar la afirmación hecha realidad.

Ejemplo: “Estoy recibiendo abundancia financiera de manera constante y fluida.”

- Noche (9 veces): Antes de irte a dormir, escribe tu afirmación 9 veces. Este es un momento clave, ya que lo que piensas y sientes antes de dormir tiene un impacto directo en tu subconsciente. Mientras escribes, siéntete agradecida como si ya hubieras recibido esa abundancia financiera. Deja que esa emoción positiva sea lo último que sientas antes de cerrar los ojos.

Ejemplo: “Estoy recibiendo abundancia financiera de manera constante y fluida.”

# APLICACIÓN DEL MÉTODO

## 3-6-9



SU PODER RADICA EN LA CONSISTENCIA Y EN LA INTENCIÓN QUE PONES AL REALIZARLO

### 3. Reflexión y Gritud:

- Después de cada sesión de escritura, tómate un momento para reflexionar sobre cómo te sientes. Expresa gratitud por lo que estás manifestando, incluso si aún no ha llegado a tu realidad física. La gratitud es una fuerza poderosa que eleva tu vibración y te alinea con lo que deseas atraer.

### 4. Repetir por 21 Días:

- La clave del método 3-6-9 es la consistencia. Sigue este proceso durante 21 días consecutivos sin saltarte ningún día. Durante este tiempo, mantén una mentalidad abierta y positiva. Observa cómo tu realidad comienza a cambiar conforme te alineas más con la energía de tu intención.

### \*Ejemplo Completo:

Si tu intención es mejorar tu salud, tu afirmación podría ser: “Estoy disfrutando de una salud vibrante y energía todos los días.”

- Mañana: Escribe “Estoy disfrutando de una salud vibrante y energía todos los días” 3 veces.
- Tarde: Escribe “Estoy disfrutando de una salud vibrante y energía todos los días” 6 veces.
- Noche: Escribe “Estoy disfrutando de una salud vibrante y energía todos los días” 9 veces.

Repite este proceso durante 21 días, manteniendo la fe y la gratitud a lo largo del camino. Mientras sigues este método, no te sorprendas si empiezas a notar cambios positivos en tu salud y energía.

# RUTINA DIARIA DE MANIFESTACIÓN

La manifestación es más efectiva cuando se convierte en parte de tu rutina diaria. Dedica tiempo cada día para centrarte en tus intenciones, practicar afirmaciones y visualizar tus deseos como si ya se hubieran cumplido.

## Estructura de la Rutina:

1. Mañana: Comienza tu día con afirmaciones positivas que te conecten con tus metas. Visualiza tu día ideal y siéntete agradecida por todo lo que está por venir.
2. Mediodía: Tómate un momento para reflexionar sobre tu progreso y reafirmar tus intenciones. Este es un buen momento para escribir en tu diario y ajustar tu enfoque si es necesario.
3. Noche: Cierra el día con una meditación o una reflexión sobre todo lo que has logrado. Siente gratitud y visualiza tus sueños ya realizados.

El camino hacia la manifestación no solo se trata de atraer lo que deseas, sino también de convertirte en la persona que está alineada con esos deseos. A lo largo de este diario, encontrarás ejercicios y prácticas que te ayudarán a elevar tu autoestima, superar bloqueos emocionales y desarrollar una vibración alta que resuene con tus intenciones.



# A TOMAR ACCIÓN



## APLICALO EN TU VIA

La manifestación no se trata únicamente de atraer lo que deseas, sino de evolucionar hacia la mejor versión de ti misma, aquella que está en perfecta sintonía con tus sueños. Este diario te guiará a través de ejercicios y prácticas diseñadas para fortalecer tu autoestima, superar bloqueos emocionales y elevar tu vibración, creando así una poderosa armonía entre quién eres y lo que anhelas manifestar.



# CONOCIÉNDOME MEJOR

Contesta las preguntas siguientes. No hay reglas. Solo deja que tu corazón hable.

¿REALMENTE ME SIENTO FELIZ Y EN PAZ CONMIGO MISMA?  
¿POR QUÉ? ¿POR QUÉ NO?

¿CÓMO ES TU "YO SUPERIOR"? POR FAVOR, DESCRÍBELO CON DETALLES

# PATRÓN DE PENSAMIENTO

Comienza a controlar tus patrones de pensamiento. Escribe los pensamientos negativos y sustituye cada uno por pensamientos positivos.

**NEGATIVO**

**POSITIVO**

**NEGATIVO**

**POSITIVO**

**NEGATIVO**

**POSITIVO**

**NEGATIVO**

**POSITIVO**

# CREENCIAS LIMITANTES

Una idea que te está deteniendo:

Ej. "No puedo cambiar"

¿De dónde surgió esta idea?

¿Por qué esta creencia es perjudicial?

¿Qué otra opción es mejor para esta creencia?

# RUTINA MATUTINA

SEMANA \_\_\_\_\_

	LU	MAR	MIE	JUE	VIE	SAB	DOM
<b>S</b> SILENCIO	<input type="checkbox"/>						
<b>A</b> AFIRMACIONES	<input type="checkbox"/>						
<b>V</b> VISUALIZACIONES	<input type="checkbox"/>						
<b>E</b> EJERCICIO	<input type="checkbox"/>						
<b>R</b> LECTURA (READING)	<input type="checkbox"/>						
<b>S</b> ESCRITURA (SCRIBING)	<input type="checkbox"/>						

MI  
RAZÓN

NOTAS



# 10 MINUTOS PARA SUPERAR EL MIEDO

Fecha

---

Un temor antiguo que estás tan lista para dejar atrás:

Una manera en la que tu antiguo temor te detiene:

Una manera en la que tu vida mejorará al dejarlo atrás:

Lo último que harías si pudieras dejar atrás tu miedo:

Un pequeño paso que puedes dar para lograrlo:

# 10 MINUTOS DE GRATITUD

Escribe una carta de agradecimiento a alguien a quien has querido agradecer durante mucho tiempo pero aún no has tenido la oportunidad.

Fecha

---

Alguien a quien te gustaría dar las gracias:

Algo por lo que te gustaría dar las gracias:

Dos detalles para explicar por qué estás agradecida:

Una manera en la que algo o alguien hizo la diferencia para ti:

# GRATITUD DIARIA

Mañana:

Fecha:

Estoy agradecida por:

Estoy deseando

Afirmaciones diarias:

Noche:

Buenas cosas que ocurrieron hoy:

Formas de hacer que el día de mañana sea aún más genial:

# SEGUIMIENTO DE GRATITUD

MES \_\_\_\_\_

The form is a large rectangular area with a light gray border. On the left side, there is a semi-circular calendar. The days of the month are numbered from 1 to 31, arranged in a curve. The numbers 1 through 5 are at the top, 6 through 10 are below them, 11 through 15 are further down, 16 through 20 are below that, 21 through 25 are further down, and 26 through 31 are at the bottom. The right side of the form is a grid of 31 vertical columns, each corresponding to a day of the month. Each column is bounded by a vertical line and a diagonal line that starts from the top of the column and goes down to the right, creating a series of trapezoidal cells. The top of the grid is aligned with the top of the semi-circular calendar, and the bottom is aligned with the bottom of the semi-circular calendar. The entire grid is intended for writing daily gratitude entries.

# ELEVA TU VIBRACIÓN

Una persona con quien compartes tus aventuras:

Una comida que te recuerda a casa:

Un recuerdo divertido:

Un recado que siempre estás dispuesta a hacer:

Algo en lo que crees ahora más que nunca:

Una sorpresa que te hace feliz:

Una canción que te encanta escuchar:

# INSPIRACIONES

PODCASTS

LIBROS

CANCIONES

VIDEOS

CURSOS

AUDIOS

# SEGUIMIENTO DE MEDITACIÓN

DÍA	SESIÓN DE MEDITACIÓN	DURACIÓN
LUNES		
MARTES		
MIÉRCOLES		
JUEVES		
VIERNES		
SÁBADO		
DOMINGO		
DURACIÓN TOTAL DE LA MEDITACIÓN:		

# MANIFIESTA TUS SUEÑOS

SALUD Me siento enérgica y viva.

RELACIONES Estoy muy agradecida por tener personas cariñosas.

ESPIRITUALIDAD Estoy tranquila, enfocada y conectada.

FINANZAS Estoy sintiendo mucha abundancia.

MENTE Tengo una mente aguda y concentrada.

# LISTA DE DESEOS

DEFINIENDO MI DESEO

EXPLICANDO MI RAZÓN

¿CÓMO ME SENTIRÍA?

# MÉTODO 3-6-9

Fecha

---

Escribe el nombre de lo que deseas manifestar tres veces:

Escribe tu intención sobre lo que quieres manifestar 6 veces:

Escribe lo que quieres manifestar 9 veces. Sé específica y visualízalo.

# LISTA DE ATRACCIONES

Recuerda lo que has atraído anteriormente a tu vida y lo que esperas atraer en el futuro. Úsalo como guía visual para ayudarte a practicar afirmaciones positivas y manifestar las cosas que deseas en el futuro.

COSAS QUE HAS ATRAÍDO  
A TU VIDA

COSAS QUE DESEAS ATRAER  
A TU VIDA

# MENTALIDAD DE ABUNDANCIA

¿QUIÉN QUIERO SER?

¿QUÉ DESEO ADQUIRIR?



# TRUCOS PARA MANIFESTAR

## IDENTIFICAR

Quiero manifestar [tu deseo] porque me hará sentir [identifica las emociones que esta manifestación te dará].

## SOÑAR DESPIERTA

¿Cómo te sentirás cuando tu deseo se convierta en realidad? (Usa tiempo presente, por ejemplo: Me siento, Soy, Estoy agradecida...

## ALINEAR

Enumera lo que puedes hacer HOY para practicar sentir las emociones de la parte 1.

# TABLERO DE VISIÓN

Negocio / Empresas

Finanzas

Amigos / Familia

Amor

Desarrollo Personal

Salud

Ocio

Mente

# MANIFESTANDO SALUD

¿QUÉ ES LO QUE QUIERO MANIFESTAR?

¿POR QUÉ ME GUSTARÍA MANIFESTARLO?

¿CÓMO PUEDO MANIFESTARLO?

LOS PRIMEROS 3 PASOS PARA COMENZAR

# MANIFESTANDO RIQUEZA

¿QUÉ ES LO QUE QUIERO MANIFESTAR?

¿POR QUÉ ME GUSTARÍA MANIFESTARLO?

¿CÓMO PUEDO MANIFESTARLO?

LOS PRIMEROS 3 PASOS PARA COMENZAR

# MANIFESTANDO NEGOCIOS

¿QUÉ ES LO QUE QUIERO MANIFESTAR?

¿POR QUÉ ME GUSTARÍA MANIFESTARLO?

¿CÓMO PUEDO MANIFESTARLO?

LOS PRIMEROS 3 PASOS PARA COMENZAR

# MANIFESTANDO PROFESIÓN

¿QUÉ ES LO QUE QUIERO MANIFESTAR?

¿POR QUÉ ME GUSTARÍA MANIFESTARLO?

¿CÓMO PUEDO MANIFESTARLO?

LOS PRIMEROS 3 PASOS PARA COMENZAR

# MANIFESTANDO AMOR

¿QUÉ ES LO QUE QUIERO MANIFESTAR?

¿POR QUÉ ME GUSTARÍA MANIFESTARLO?

¿CÓMO PUEDO MANIFESTARLO?

LOS PRIMEROS 3 PASOS PARA COMENZAR

# MANIFESTANDO FAMILIA

¿QUÉ ES LO QUE QUIERO MANIFESTAR?

¿POR QUÉ ME GUSTARÍA MANIFESTARLO?

¿CÓMO PUEDO MANIFESTARLO?

LOS PRIMEROS 3 PASOS PARA COMENZAR

# MANIFESTANDO AMISTAD

¿QUÉ ES LO QUE QUIERO MANIFESTAR?

¿POR QUÉ ME GUSTARÍA MANIFESTARLO?

¿CÓMO PUEDO MANIFESTARLO?

LOS PRIMEROS 3 PASOS PARA COMENZAR

# MANIFESTANDO VIAJES

¿QUÉ ES LO QUE QUIERO MANIFESTAR?

¿POR QUÉ ME GUSTARÍA MANIFESTARLO?

¿CÓMO PUEDO MANIFESTARLO?

LOS PRIMEROS 3 PASOS PARA COMENZAR

# MANIFESTANDO HOGAR

¿QUÉ ES LO QUE QUIERO MANIFESTAR?

¿POR QUÉ ME GUSTARÍA MANIFESTARLO?

¿CÓMO PUEDO MANIFESTARLO?

LOS PRIMEROS 3 PASOS PARA COMENZAR

# MANIFESTANDO UN AUTO

¿QUÉ ES LO QUE QUIERO MANIFESTAR?

¿POR QUÉ ME GUSTARÍA MANIFESTARLO?

¿CÓMO PUEDO MANIFESTARLO?

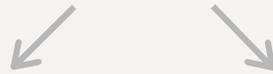
LOS PRIMEROS 3 PASOS PARA COMENZAR

# REFLEXIÓN SOBRE LA VISUALIZACIÓN

DURANTE MI VISUALIZACIÓN, VI:

DURANTE MI VISUALIZACIÓN, SENTÍ EMOCIONES:

USANDO MIS 5 SENTIDOS, PUDE VER, OÍR, OLER, SABOREAR, TOCAR:



LO QUE ME GUSTARÍA VER MÁS:

LO QUE ME GUSTARÍA VER MENOS:



# ESTABLECIENDO INTENCIONES

MI INTENCIÓN PARA ESTE AÑO/DÍA:

DESCRIBIRLO

¿CÓMO TE HACE SENTIR ESA INTENCIÓN?

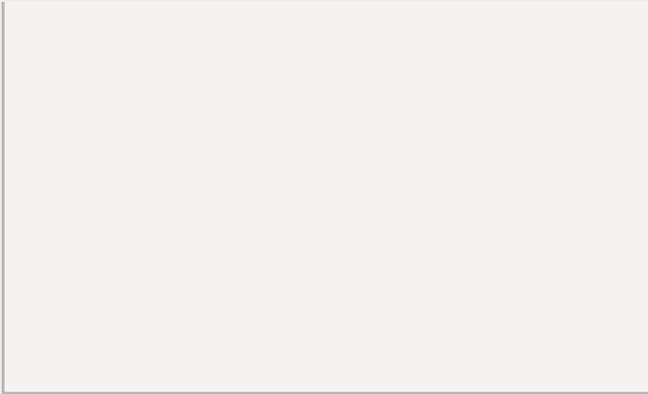
¿CÓMO HACE SENTIR A LOS DEMÁS ESA INTENCIÓN?

ESCRIBE 3 O MÁS MANERAS EN LAS QUE TU INTENCIÓN TE ESTÁ AYUDANDO EN ESTE MOMENTO:

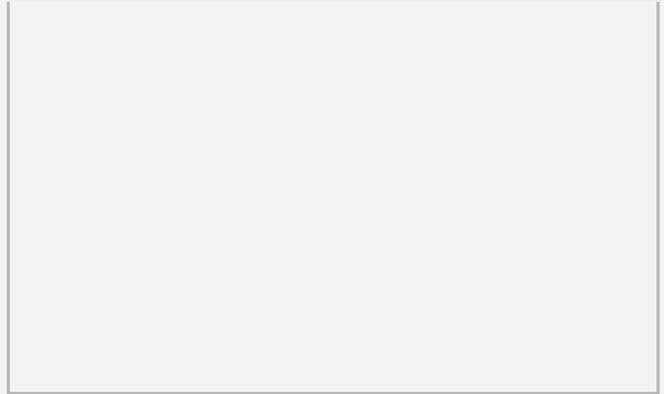


# HOJA DE TRABAJO PARA DEJAR IR

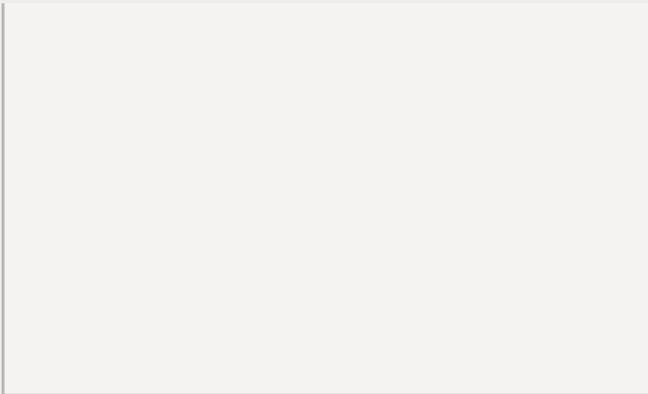
LO QUE ESTOY DEJANDO IR



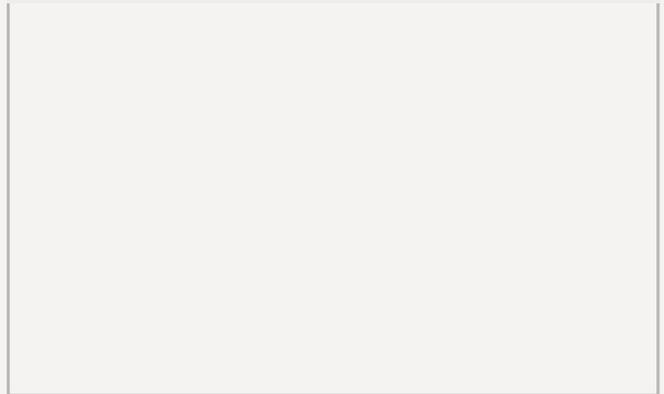
CÓMO ME SIENTO



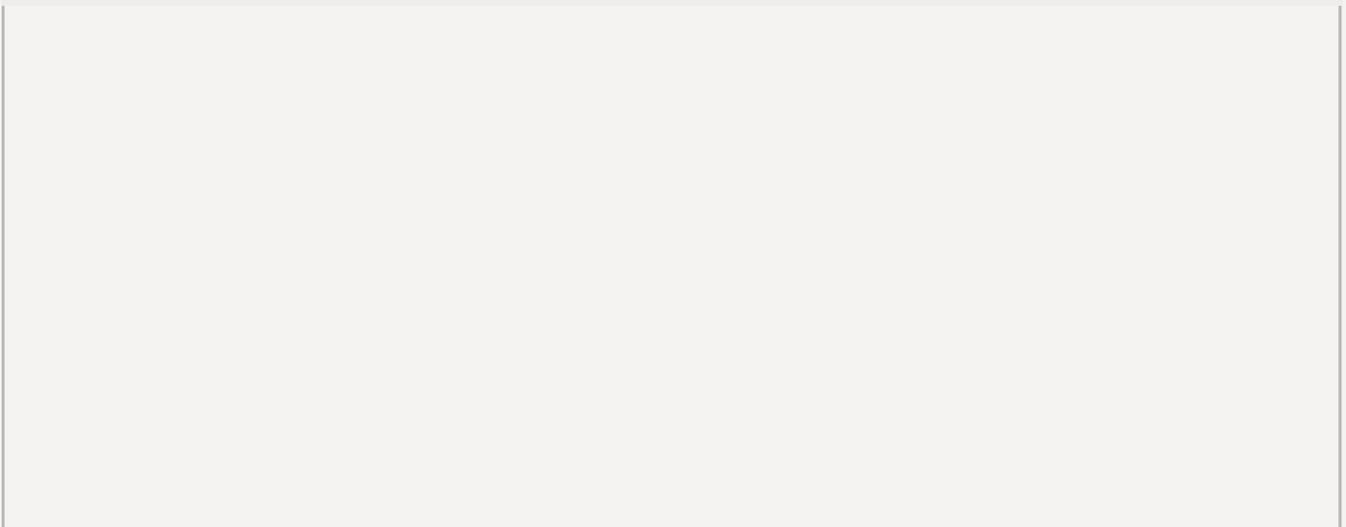
PASOS PARA AVANZAR



CÓMO ESTO ME AYUDARÁ



DIBUJA UN SÍMBOLO O ALGUNAS PALABRAS SOBRE DEJAR IR



# MIS 10 AFIRMACIONES

1. SOY...

2. SOY...

3. SOY...

4. SOY...

5. SOY...

6. SOY...

7. SOY...

8. SOY...

9. SOY YO...

10. SOY...



# HOJA DE TRABAJO PARA RECIBIR

LO QUE ESTOY RECIBIENDO

CÓMO ME SIENTO

AFIRMACIONES

CÓMO ESTO ME AYUDARÁ

DIBUJA UN SÍMBOLO O ALGUNAS PALABRAS SOBRE RECIBIR

# DÍA IDEAL

¿CÓMO ES UN DÍA TÍPICO PARA MÍ?

¿CUÁL ES MI INGRESO?



¿FUENTE DE INGRESO?

¿QUÉ ES LO QUE MÁS ME EMOCIONA DE LA VIDA AHORA?

CONSEJO QUE LE DARÍA A MI YO DEL PASADO

# CHARLA INTERNA SOBRE BLOQUEO DE DINERO

Tema de la Conversación:

---

Lo que Dijiste:

De Quién Vino Esta Idea:

---

Por Qué Lo Dijiste:

Qué Sucedió Después:

Cómo Te Sientes al Respecto:

Lo Que Aprendiste:

# EDITAR BLOQUEOS DE DINERO

BLOQUEOS DE DINERO



EDITAR

BLOQUEOS DE DINERO



EDITAR

BLOQUEOS DE DINERO



EDITAR

# MANIFESTANDO EFECTIVO

**BANCO UNIVERSAL** \_\_\_\_\_

FECHA

PAGAR AL PORTADOR \_\_\_\_\_

\$

**PAGADO**

**EL UNIVERSO**

PARA

FIRMA

**BANCO UNIVERSAL** \_\_\_\_\_

FECHA

PAGAR AL PORTADOR \_\_\_\_\_

\$

PARA

FIRMA

**BANCO UNIVERSAL** \_\_\_\_\_

FECHA

PAGAR AL PORTADOR \_\_\_\_\_

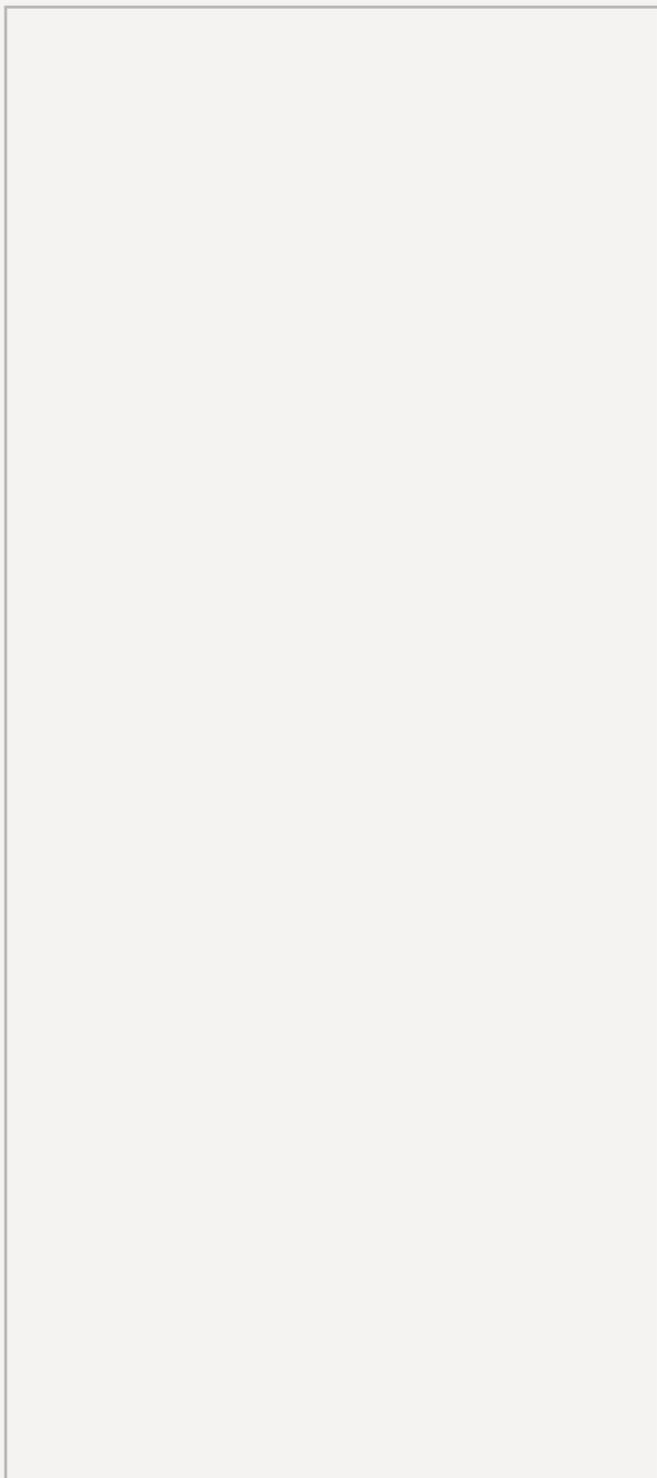
\$

PARA

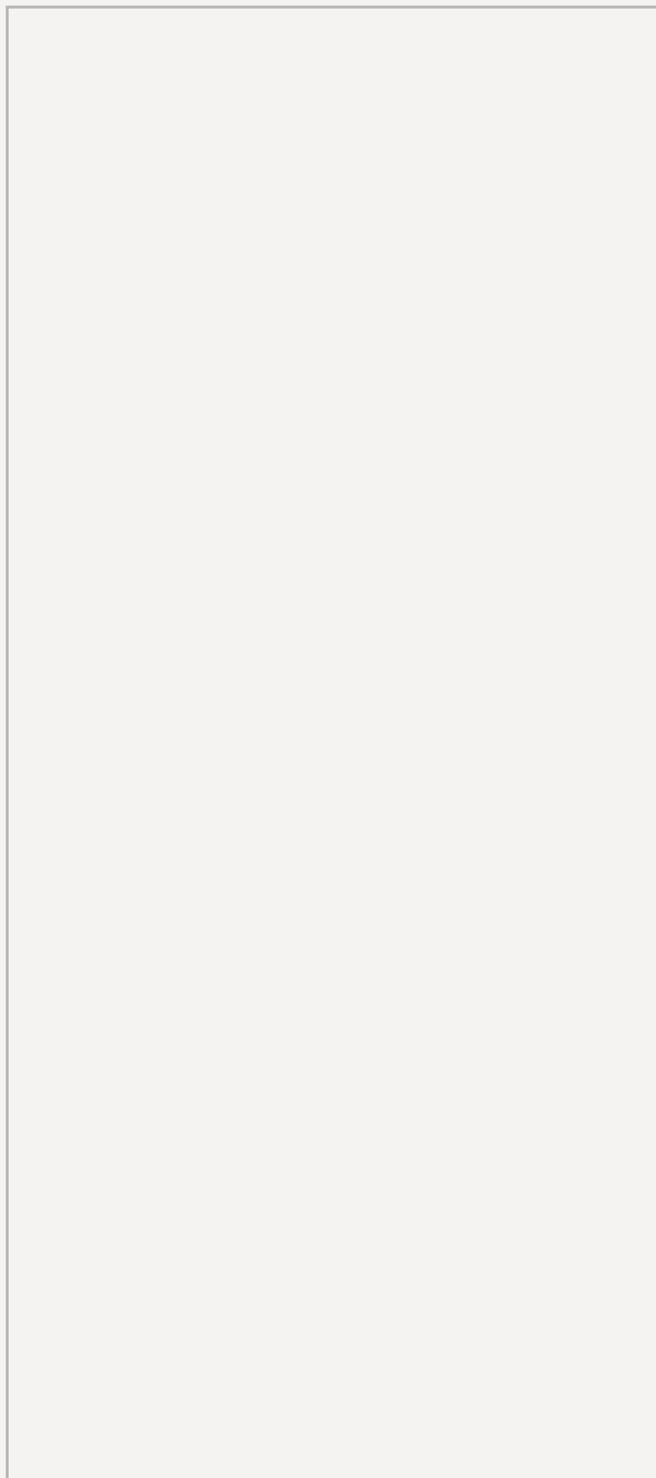
FIRMA

# MIS CREENCIAS SOBRE EL DINERO

EL DINERO ES



EL DINERO DEBERÍA SER



# 10 FORMAS DE PENSAR

Cuando nos tratamos con amabilidad y hablamos con buenas intenciones, es más probable que atraigamos cosas buenas. Escribe 10 formas de pensamiento positivo.

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

# ACCIONES PARA CONSIDERAR

DEJAR DE HACER

--

HACER MENOS

--

SEGUIR HACIENDO

--

COMENZAR A HACER

--

# CARTA PARA MI YO FUTURO

Escribe una carta al futuro: establece objetivos, haz una predicción sobre el mundo. Visualiza el futuro y luego conviértelo en realidad.



# CELEBRACIONES Y RECOMPENAS

LO QUE ESTOY CELEBRANDO

CÓMO ESTOY CELEBRANDO

EN QUÉ ME VOY A DAR UN GUSTO

POR HACER

NOTAS

# ATENCIÓN PLENA DIARIA

L	M	M	J	V	S	D
---	---	---	---	---	---	---

## AFIRMACIONES PRINCIPALES DIARIAS

●

---

●

---

●

---

●

---

●

---

●

---

### GRATITUD

●

●

●

●

●

●

●

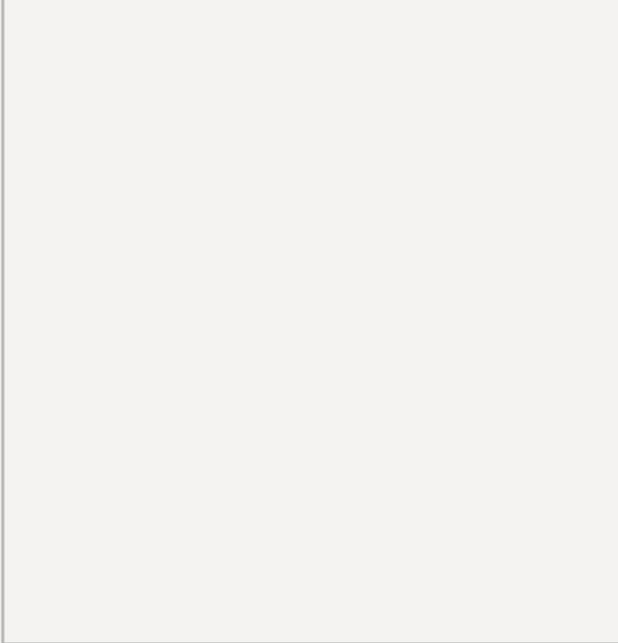
●

●

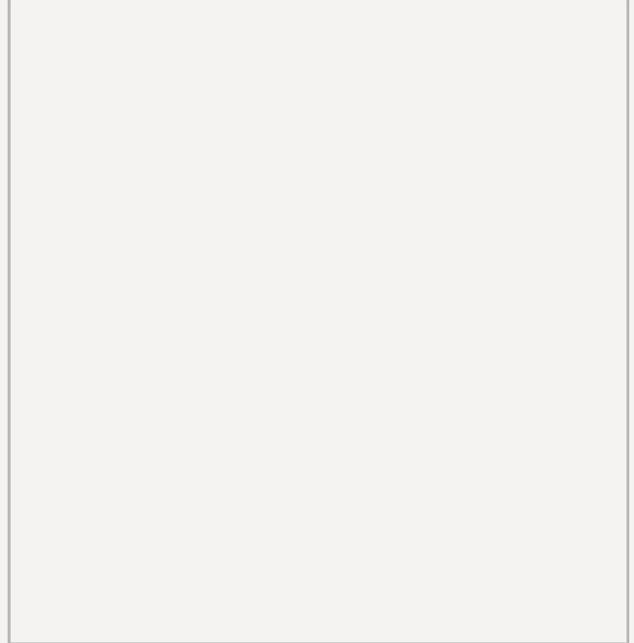
### NOTAS

# MANIFESTACIÓN DE ENFOQUE

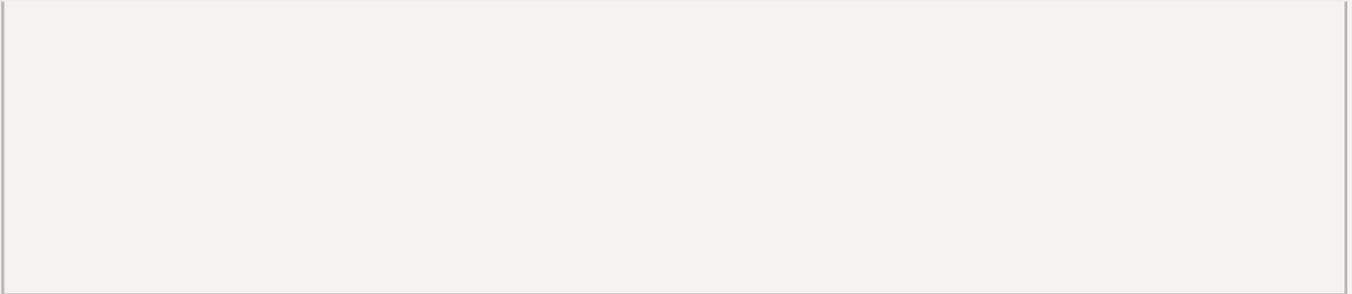
ENFOQUE PARA HOY

A large, empty rectangular box with a thin black border, intended for writing the focus for today.

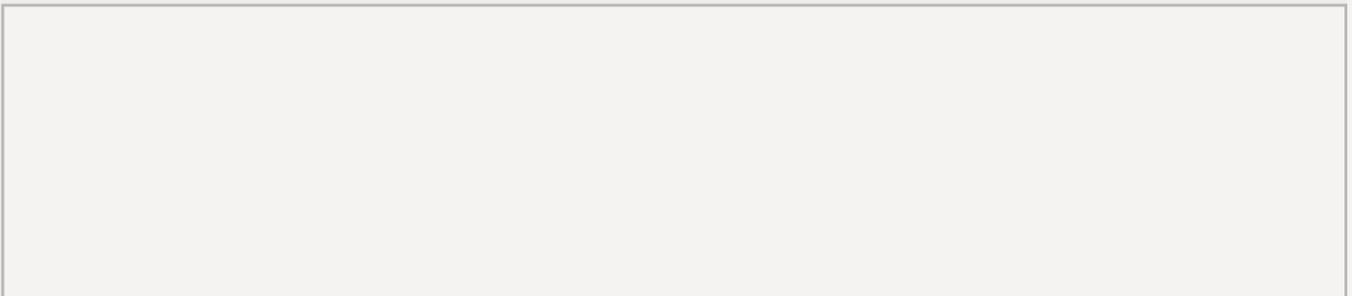
CÓMO LOGRAR MI OBJETIVO

A large, empty rectangular box with a thin black border, intended for writing how to achieve the goal.

AFIRMACIONES PARA EL ENFOQUE

A large, empty rectangular box with a thin black border, intended for writing affirmations for focus.

DIBUJA UN SÍMBOLO DE ENFOQUE O EN QUÉ TE ESTÁS ENFOCANDO

A large, empty rectangular box with a thin black border, intended for drawing a focus symbol or what you are focusing on.

# MANIFESTANDO OBJETIVOS

OBJETIVOS

--

¿CÓMO SERÁ CUANDO LOGRES ESTO?

--

¿CÓMO ME SENTIRÉ CUANDO LO LOGRE?

--

MIS PASOS

--	--

FECHA EN LA QUE PLANEEO  
MANIFESTAR ESTO

--

DÍA DE MANIFESTACIÓN

--

# PLANIFICADOR PERSONAL

MES

LUN	MAR	MIE	JUE	VIE	SAB	DOM

OBJETIVOS DEL MES

- 
- 
- 
- 
- 

NOTAS

---

---

---

---

---

---

# REFLEXIÓN SEMANAL

---

LUNES

---

MARTES

---

MIÉRCOLES

---

JUEVES

---

VIERNES

---

SÁBADO

---

DOMINGO

---

NOTAS

---



# REFLEXIÓN MENSUAL

Las cosas más geniales que ocurrieron este mes...

¿Quiénes fueron las personas destacadas del mes  
(y por qué)?

¿Cómo puedo hacer que el próximo mes sea aún  
más increíble?

# REFLEXIÓN ANUAL

Las cosas más geniales que ocurrieron  
este año...

Las personas más destacadas del año  
(¿por qué?)...

Mis aprendizajes de este año...

Estoy muy agradecida por...

Lo que estoy haciendo para que el próximo año sea aún mejor...

# ACTUALIZACIONES DE MANIFESTACIONES

## CARRERA

---

---

---

---

---

---

---

## NEGOCIO

---

---

---

---

---

---

---

## FINANZAS

---

---

---

---

---

---

---

## SALUD

---

---

---

---

---

---

---

## FAMILIA

---

---

---

---

---

---

---

## AMIGOS

---

---

---

---

---

---

---

# ACTUALIZACIONES DE MANIFESTACIONES

AMOR

---

---

---

---

---

---

---

OCIO

---

---

---

---

---

---

---

DESARROLLO PERSONAL

---

---

---

---

---

---

---

MENTE

---

---

---

---

---

---

---

VIAJES

---

---

---

---

---

---

---

COSAS NUEVAS

---

---

---

---

---

---

---

# LISTA DE DESEOS

## Logros

En este espacio, anota todo lo que quieres ALCANZAR en tu vida: físicamente, financieramente, en tus relaciones, en tu carrera, etc.

## Experiencias

En este espacio, anota todo lo que te gustaría VIVIR en tu vida: alegría, lugares nuevos, comidas, etc.

--	--

# MI NUEVA REALIDAD

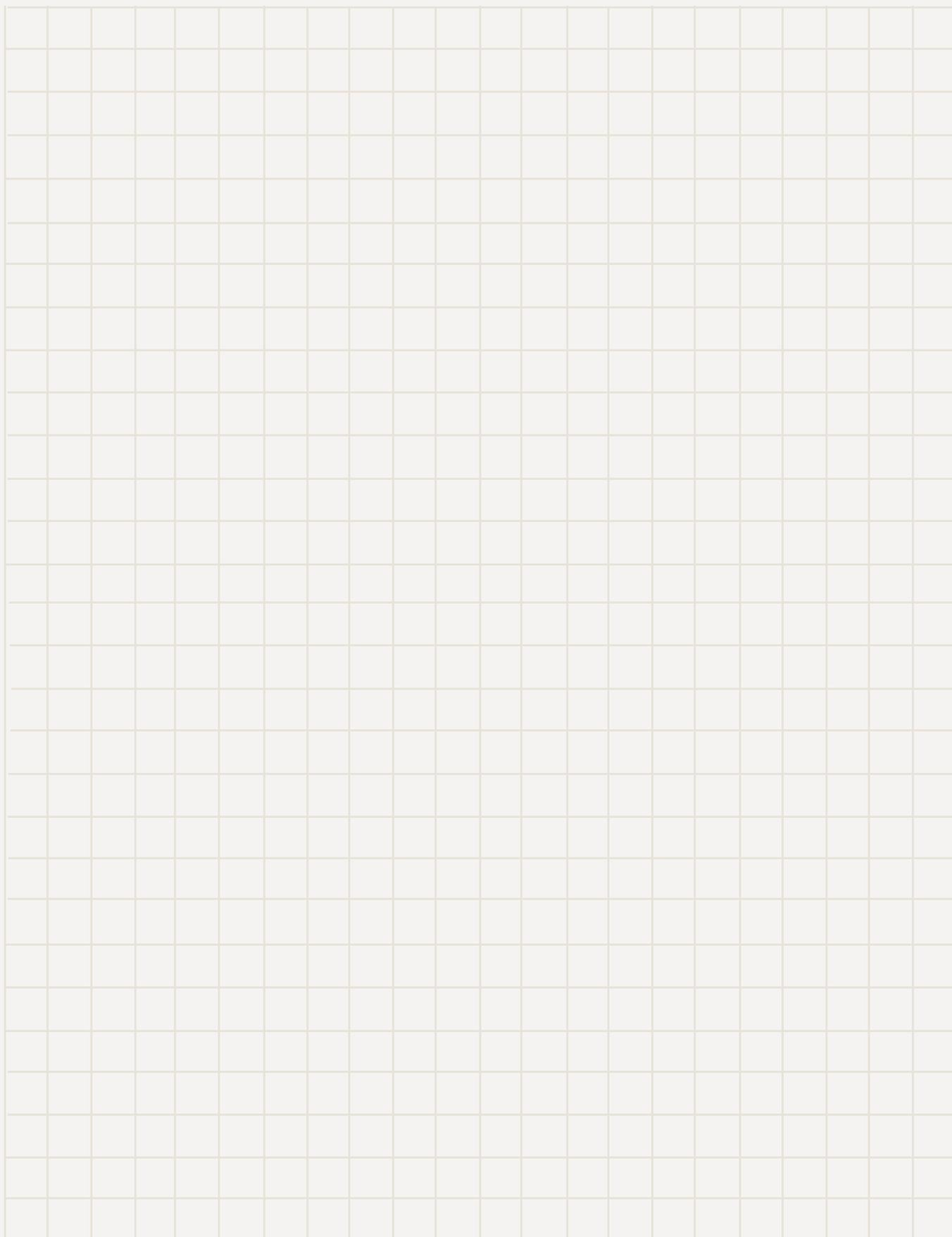
---

# DIARIO





# DIARIO



# MEDITACIÓN: “VISUALIZA A 10 AÑOS”

DA CLICK EN LA FOTO Y  
REALIZA LA MEDITACIÓN



**Y RECIBE BONUS**  
**DE REGALO**



# GRACIAS

---

GRACIAS POR TOMARTE EL TIEMPO PARA SUMERGIRTE EN ESTE DIARIO DE MANIFESTACIÓN. TU DEDICACIÓN A ESTE PROCESO ES UN ACTO PODEROSO DE AMOR PROPIO Y CRECIMIENTO PERSONAL. A MEDIDA QUE AVANZAS EN TU CAMINO DE MANIFESTACIÓN, RECUERDA QUE CADA PASO QUE DAS TE ACERCA MÁS A LA VIDA QUE HAS SOÑADO.

QUE ESTE SEA SOLO EL COMIENZO DE UNA VIDA LLENA DE ABUNDANCIA, AMOR Y REALIZACIÓN. ¡SIGUE BRILLANDO Y MANIFESTANDO TUS DESEOS MÁS SINCEROS!



# FORMACIONES QUE PUEDEN INTERESARTE

## PROYECTO SENTIDO [Origen y Destino]

El "Proyecto Sentido" explora cómo las emociones y experiencias de los padres, especialmente durante el período prenatal, pueden influir profundamente en la vida del individuo. [ desde nueve meses antes de la concepción hasta los primeros tres años de vida del niño ]

[HAZ CLIC AQUÍ](#)

**E-Book + Videos + Meditación + Ejercicios**



## MÉTODOS SENCILLOS DE APRENDER TAROT

[HAZ CLIC AQUÍ](#)

+ de 32 Ebooks en Español

+  
Curso Tutorial en Video

[Marsella con Baraja de Jodorowsky]