

SANAR PARA

MANIFESTAR

DÍA 1



Ejercicios de reflexión:

1. ¿Con qué emoción me he acostumbrado a vivir?
2. ¿Qué quiero manifestar?
3. ¿Cómo me siento con respecto al dinero, al amor, al trabajo, a pedir, a recibir?
4. ¿Qué experiencias me han hecho sentir así?
5. ¿Qué creencias tengo al respecto del dinero, amor, pareja, pedir, recibir, etc?
6. Escribir:
 - Estoy segurx recibiendo _____ (amor, dinero, mis sueños cumplidos).
 - Estoy segurx siendo amadx
 - Puedo confiar.
 - Elijo ver esto de una forma diferente. Elijo ver amor.

DÍA 2



Ejercicios de reflexión:

Tú ya has manifestado un montón de cosas en tu vida, solo tienes que recordar.

1. Recordar todas aquellas veces que la vida te ha salido bien (más detalles en el video).
2. Hacer lista de: "Me perdono por todas las veces que he elegido el miedo en lugar de amor..." (detalles en el video).
3. Trabaja con el nivel de aceptación: Pide manifestar en tu día un regalo, ese regalo va a llegar como algo físico. (Detalles en video)

Conecta con todas esas veces que la vida te ha dicho que **SÍ**.

DÍA 3



Ejercicios de reflexión:

1. Conecta con el **"yo del futuro"**: Es importante visualizar y sentir cómo se vive la realidad que se desea manifestar, como si ya hubiera ocurrido.
2. Identificar emociones: Escribe como se siente esa versión futura de ti que ya ha logrado sus objetivos, y mantén esas emociones presentes en el día a día.
3. Establece una fecha: Define una fecha específica para cuando se espera haber manifestado el deseo.
4. Reflexiona sobre acciones necesarias: Considera qué acciones la versión futura de ti tuvo que hacer para manifestar sus deseos y qué hábitos o comportamientos tuvo que abandonar.
5. Mantén la certeza: Mantén una firme convicción de que lo que se desea manifestar es un hecho.
6. Intenciona el día, la semana, el mes, etc. recordando que el verdadero trabajo lo haces tú.

¿Quieres seguir manifestando?



ALQUIMIA1.1 ES PARA TI