

# MANIFIESTA TU VIDA

*por Paulie Dahl*





*¡Bienvenida!*

Si estás aquí, te invito a que tomes un momento para agradecer al Universo por todas las experiencias que te han traído a este momento. Has tomado acción inspirada como un acto de amor verdadero hacia ti mismo, para crecer, sanar y alcanzar tu máximo potencial. Tu vida es tan valiosa, y tienes el poder absoluto para crearla de la manera que desees.

¡Y te lo mereces todo! Así que no te limites.

Te felicito por tomar la decisión de quererte mejor. Vamos a comenzar.

# *Tú eres la creadora de tu realidad*

¿Alguna vez pensaste que quien realmente controla tu destino, eres tú? Lo creas o no, tú eres absoluta y completamente responsable de manifestar tu vida como sea que lo desees, y para bien o para mal, ¡lo has estado haciendo todo este tiempo!

Cada pensamiento que has tenido, cada creencia, cada decisión, se ha materializado en aquello que te rodea, lo que pasa es que lo has estado haciendo de manera inconsciente. ¿Te has preguntado alguna vez por qué cuando nos pasamos tan preocupados por ciertas cosas, termina pasando exactamente lo que menos deseábamos que suceda? Le echamos la culpa al Universo, a nuestra familia, nuestra pareja, cualquiera que no seamos nosotros mismos, cuando en realidad, nadie más que tú creó esta circunstancia.

Una vez que entiendes que al igual como pudiste manifestar circunstancias no deseadas, puedes manifestar aquello que más desees, te conviertes en un creador consciente. En tus manos posees el poder de crear la vida de tus sueños, y depende de ti tomar la decisión de manifestar la vida que desees.

## *¿Qué es la Manifestación?*

La manifestación es la materialización de un pensamiento, es una idea que toma forma en la realidad física tridimensional. Todo aquello que te rodea y que define lo que consideras tu vida, es tan sólo una transformación de la energía metafísica a la física de tus pensamientos pasados, puesto que tu mente es mucho más poderosa de lo que puedas imaginar.

Tomar la decisión de manifestar conscientemente, significa tomar el control de tu poder.

## *¿Cómo puedes manifestar?*

La manifestación consciente es una práctica, y como cualquier otro tipo de práctica, toma tiempo y dedicación. Ya que sabemos que nuestros pensamientos crean nuestra realidad, lo primero que necesitas hacer para manifestar lo que deseas, es elegirlo.

¿Qué deseas? ¿Un nuevo trabajo? ¿Un viaje a Cancún? ¿La pareja de tus sueños? Todo esto y mucho más está a tu alcance, lo único que debes hacer es elegirlo. El Universo está hecho de energía interminable, capaz de tomar forma en más maneras de lo que si quiera tienes la capacidad de imaginar. Es energía que está constantemente manifestándose de maneras distintas, y transformándose de acuerdo a su capacidad autoconsciente.

Aquí es donde entras tú, para utilizar esta magia a tu favor, y crear de manera libre e ilimitada. Para empezar, como mencionado anteriormente, tienes que elegir lo que desees. La energía infinita del Universo da lugar a la posibilidad de manifestaciones interminables, así que no te limites. ¿Deseas riquezas? ¿Quieres fama? O tan sólo, ¿deseas una vida llena de amor y abundancia? Puedes tenerlo todo, absolutamente todo, así que por favor, no te limites jamás. No importa que tan loca sea tu idea, o que tan “inalcanzables” suenen tus sueños, El Universo te ha dado el privilegio de vivir esta experiencia humana como sea que sientas que serás absoluta y auténticamente feliz.

Existen muchísimos métodos que podemos utilizar para crear conscientemente, pero para eso, es necesario trabajar nuestras creencias limitantes.

## *¿Qué son las creencias limitantes?*

La personalidad de una persona y cómo percibirá su vida se define en base a la manera en que fue criada hasta los 7 años. El ambiente que te rodea, las ideas que creciste escuchando, y las creencias de tus padres y aquellos que formaron parte de tu crecimiento, inevitablemente formarán parte de la manera en que tú ves el mundo.

Entonces, por ejemplo, si creciste con padres diciéndote todo el tiempo que el dinero era escaso, habrás crecido con la creencia limitante de que jamás habrá dinero suficiente. Crecerás con la idea de que la manera de conseguir dinero es trabajando en algo que te hace infeliz, y que estarás condenado el resto de tu vida a hacer cosas que no te gustan para sobrevivir. Todas estas creencias limitantes han sido basadas en el miedo ajeno, el cual tú has apropiado inconscientemente, y llegado a creer no solo que es tuyo, sino que también, “esa es la realidad”.

Es tu deber desaprender todo esto. Trabajar en reprogramar tu cerebro, y poner el esfuerzo de querer cambiar la manera en que ves el mundo, será lo que abrirá las puertas a tu libertad.

# Hagamos un Ejercicio

Tomemos nuevamente el ejemplo de tus padres y su mentalidad de escasez. Has crecido tu vida entera aprendiendo a tenerle miedo al dinero: miedo de no tener suficiente, miedo de no saber cómo conseguirlo, miedo a que jamás llegue en la cantidad que realmente desees.

Pero ahí recae tu ventaja: el hecho de que desees aún más.

- Quiero que escribas una lista de 5 creencias que tienes acerca del dinero (por ejemplo: “el dinero no es fácil de conseguir”, “el dinero es la raíz de todo mal en el mundo”). Siente profundamente cada una de estas cosas, y evalúa cómo te hace sentir.
- Haz una lista 5 cosas maravillosas que han pasado en el mundo gracias al dinero (por ejemplo: personas que han recibido asistencia para operaciones médicas, ayuda internacional que ha podido proveer agua potable a los que no la tienen, etc.).
- Ahora, escribe una lista de 5 razones de por las cuales sientes que tener dinero te hará sentir mejor en tu propia vida. Visualiza esta sensación.
- Escribe 5 razones por las cuales piensas que este dinero pudiera ayudar a otros.
- Finalmente, escribe 5 razones por las cuales piensas que tú mereces este dinero.

Si te permites a ti mismo verte desde un tercer punto de vista, como un ser humano y no alguien que creció con el miedo de no tener suficiente, verás que eres merecedor de todas las riquezas que desees. Porque lo realmente quieres no es el dinero sí, sino la energía que este te brinda: libertad, tranquilidad, la oportunidad de enriquecer tu experiencia de vida por medio de conocer nuevas culturas al viajar, o el tiempo para pasar con tu familia y la gente que amas. Lo que realmente desees es la energía de vivir sin miedo ni preocupación, y esto es algo que te mereces.

Dejar ir creencias limitantes es un proceso que implica dejar ir el miedo de otros. Toma tiempo, pero no sólo es absolutamente posible, sino que enriquecerá tu experiencia en tu proceso de sanación personal y espiritual.

## *¿Qué métodos puedes utilizar?*

Hay un sin número de métodos y ejercicios que puedes poner en práctica para materializar aquello que desees, y hoy nos enfocaremos en el método de la visualización.

Visualizar es el acto de construir una imagen mental, y mezclarla con las emociones que sentirías al vivirla. Empezando con algo pequeño y simple, vamos a manifestar una señal del Universo. Puedes elegir lo que tu desees: una mariposa azul, un animal específico, o incluso hasta palabras o canciones. La clave aquí está en ser lo más claro posible, y que sea algo a lo que normalmente no estás expuesto.



Elige tu señal, visualízala y entrégasela al Universo. Y ahora, dejando ir y confiando que tu señal ya está camino, ábrete a recibirla.

Inevitablemente y sin duda, la verás.

## *En conclusión*

De ti depende cómo vas a vivir tu vida. No te limites jamás, mereces todo aquello que desees, y recae en tus manos el poder de manifestarlo.

Confía en ti.

## *Te agradezco*

Por haberte dado este espacio para conocerte mejor y tomado responsabilidad por tu propia vida y felicidad. El acto de amor más grande que puedes hacer por El Universo, es aprender a quererte a ti mismo otra vez, y al amarte, creas un mejor mundo.

Gracias por dejarme ser parte de tu proceso. Te deseo nada más que lo mejor en tu camino, y que la luz y el amor te encuentren siempre.

Con mucho cariño,  
Paulie