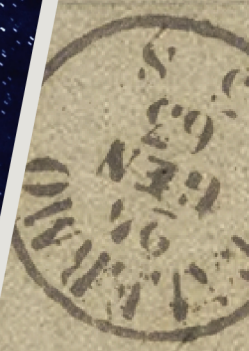




marisastro.com

*Guía de Manifestación
y Agradecimiento*





Guía de Manifestación y Agradecimiento

Te doy la Bienvenida a tu Guía de Manifestación y Agradecimiento. Esta práctica te ayudará a conectar con tus deseos más profundos y a atraer lo que realmente deseas en tu vida, mientras agradeces por las bendiciones que ya tienes. Dedica unos minutos cada día durante una semana para reflexionar, escribir y visualizar.



marisastro.com



[marisastro_](https://www.instagram.com/marisastro_)



Día 1: Claridad y Propósito

- Encuentra un lugar tranquilo y medita por 5 minutos.
- Escribe 3 intenciones claras que desees manifestar. Visualiza, sé específico y enfócate en lo que realmente querés.

Preguntas a Mi Yo Superior:

1. ¿Qué es lo que realmente deseo en lo más profundo de mi ser?
2. ¿Por qué deseo esto?
3. ¿Cómo me sentiré cuando haya manifestado este deseo?

Agradecimiento:

- Escribe 3 cosas por las que hoy estás agradecido.





Día 2: Visualización y Emoción

- Encuentra un lugar tranquilo y medita por 5 minutos.
- Visualiza tus intenciones como si ya se hubieran manifestado.
- Sentí la emoción de tener lo que deseas.

Preguntas a Mi Yo Superior:

1. ¿Qué acciones puedo tomar hoy para acercarme a mi deseo?
2. ¿Qué creencias necesito soltar para permitir que este deseo se manifieste?

Agradecimiento:

- Escribe 3 cosas más por las que estás agradecido hoy.
- Pensá en 3 Aspectos Positivos de tu día.





Día 3: Afirmaciones Positivas

- Creá afirmaciones positivas para cada intención. Por ejemplo: "Atraigo el amor verdadero a mi vida."

Preguntas a Mi Yo Superior:

1. ¿Qué me apasiona y me hace sentir vivo?
2. ¿Qué me da paz y me hace sentir completo?



Agradecimiento:

- Encuentra 3 cosas más por las que estás agradecido. Reconoce pequeños logros o actos de bondad.



Día 4: Acción Inspirada



- Encuentra un lugar tranquilo y medita por 5 minutos.
- Identifica acciones que puedes tomar para acercarte a tus intenciones.

Preguntas a Mi Yo Superior:

1. ¿Qué pequeños placeres o momentos de alegría puedo apreciar más?
2. ¿Qué desafíos he superado y cómo me han fortalecido?

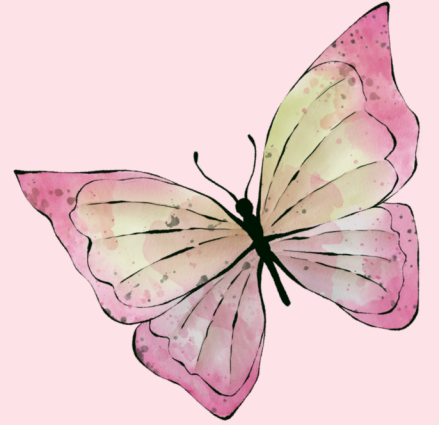
Agradecimiento:

Añade 3 cosas nuevas por las que estás agradecido. Reflexiona sobre las acciones que has tomado y cómo te han acercado a tus objetivos.



Día 5: Conexión y Sincronización

- Encuentra un lugar tranquilo y medita por 5 minutos.
- Enfócate en las señales y sincronicidades que te rodean. El Universo puede enviarte pistas.

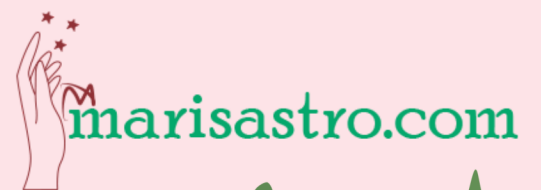


Preguntas a Mi Yo Superior:

1. ¿Qué señales puedo buscar para saber que estoy en el camino correcto?
2. ¿Qué mensaje tiene el universo para mí en este momento?

Agradecimiento:

- Agrega 3 cosas por las que estás agradecido. Reflexiona cómo las sincronicidades te han ayudado.



Día 6: Reflexión y Ajustes

- Encuentra un lugar tranquilo y medita por 5 minutos.
- Reflexiona sobre la semana y ajusta tus intenciones si es necesario.

Preguntas a Mi Yo Superior:

1. ¿Quién soy realmente cuando dejo de lado las expectativas externas?
2. ¿Qué necesito sanar o liberar para sentirme más alineado con mi ser auténtico?



Agradecimiento:

- Escribe 3 cosas más por las que estás agradecido. Reflexiona sobre el crecimiento y los cambios.



Día 7: Celebración y Liberación



- Encuentra un lugar tranquilo y medita por 5 minutos.
- Celebra tus avances y libérate de cualquier apego a los resultados.

Preguntas a Mi Yo Superior:

1. ¿Cómo puedo ser más amable y compasivo conmigo mismo?
2. ¿Cómo puedo alinearme mejor con la energía del universo para manifestar mis intenciones?

Agradecimiento:

Escribe una lista final de 7 cosas por las que estás agradecido. Incluye tanto grandes logros como pequeñas alegrías.

marisastro.com



¡Felicitaciones por Completar tu Semana de Manifestación y Agradecimiento!

Ahora que terminaste este poderoso proceso, estás alineado con la abundancia y los regalos que el universo tiene para vos. Diste pasos significativos hacia tus deseos más profundos, conectando con tu ser interno y agradeciendo por todas las bendiciones en tu vida.

Recordá:

- Mantén tu energía positiva y abierta a recibir.
- Confía en que el universo está trabajando a tu favor.
- Continúa con el hábito de la manifestación y el agradecimiento cada día.

Al hacerlo, no solo atraerás más de lo que desees y lo multiplicarás, también te sentirás más conectado, inspirado y en paz con tu camino. Seguí adelante con confianza y buena vibra, sabiendo que estás creando la vida que siempre soñaste.

¡El Universo está conspirando para tu mayor bien!

Gracias Gracias Gracias

Que Así Sea!

