



Tomas de

CONSCIENCIA

DE MIS 4 LIBROS
FAVORITOS PARA
MANIFESTAR LA VIDA
DE TUS SUEÑOS



Hello beauty!



Qué hermoso tenerte aquí. Señal de que eres una amante de la manifestación.

Este último año ha sido el que más libros he leído en mi vida. Sin duda, este hábito transformó mi realidad y me brindó un sin fin de conocimientos sobre desarrollo personal, manifestación y espiritualidad.

Todo lo que he aprendido me ha ayudado a darle vida a muchos de mis sueños, como conseguir mi residencia permanente en Estados Unidos, comprar mi auto soñado, un Tesla, y mudarme al departamento que tanto había visualizado.

Ahora entiendo que leer nos abre la mente; es una herramienta poderosa para aprender por nosotros mismos. Un buen libro se siente como tener una voz sabia a nuestro lado.

Así que hoy elijo compartir algunas reflexiones sobre cuatro de mis libros favoritos de este año:

1. Manifestar: 7 pasos para conseguir la vida de tus sueños - Roxi Nafousi
2. Abundancia: El camino interior hacia la riqueza - Deepak Chopra
3. Deja de ser tú - Joe Dispenza
4. Libera tu magia - Elizabeth Gilbert

¡Espero que encuentres inspiración en estas lecturas!

Manifestar 7 pasos para conseguir la vida de tus sueños. Roxi Nafousi 🍊

Esta joya de libro fue uno de mis más recientes descubrimientos. En él, la autora nos comparte 7 pasos básicos y precisos para darle vida a tu realidad soñada los cuales son:

✨ Claridad: Establece una visión clara de lo que deseas en tu vida. Definir tus metas te ayudará a enfocarte y atraer lo que realmente quieres.

✨ Eliminar el miedo: Reconoce y enfrenta tus miedos, porque pueden ser obstáculos en el camino hacia tus sueños. Trabaja en liberarte de ellos para avanzar.

✨ Alinea tu comportamiento: Actúa de acuerdo a tus deseos. Tus acciones deben estar alineadas con los objetivos que has establecido para que la manifestación pueda ocurrir.

✨ Supera las pruebas del Universo: Prepárate para los desafíos y obstáculos que puedan presentarse. Verlos como pruebas te permitirá aprender y crecer en el proceso de manifestación.

✨ Practica la gratitud: Cultiva un sentido de agradecimiento por lo que ya tienes. La gratitud abre la puerta a más cosas expansivas en tu vida.

✨ Convierte la envidia en inspiración: En lugar de sentir envidia por los logros de otros, utilízala como fuente de motivación e inspiración para alcanzar tus propios objetivos.

✨ Confía en el Universo: Ten fe en que el Universo está trabajando a tu favor. Mantén una mentalidad abierta y permite que las cosas fluyan naturalmente hacia ti.

Tengo todo un episodio en mi podcast "Querido Universo Podcast" donde te desgloso a detalle cada uno de estos puntos. Escúchalo dando clic aquí. 🎙️

Abundancia. Deepak Chopra

En "Abundancia", Deepak Chopra . El libro ofrece un enfoque espiritual sobre la abundancia y cómo podemos acceder a ella en todos los aspectos de la vida.

Chopra conecta el concepto de abundancia con los chakras, que son centros de energía en el cuerpo. Los chakras son:

1. Chakra Raíz (Muladhara): Se relaciona con la seguridad y la supervivencia. Para sentir abundancia, es importante sentirte seguro y estable en tus necesidades básicas.
2. Chakra Sacro (Svadhithana): Está asociado con la creatividad y las relaciones. Una vida abundante incluye la capacidad de disfrutar de la creatividad y conectar con los demás.
3. Chakra del Plexo Solar (Manipura): Este chakra se relaciona con el poder y la voluntad. Sentirte empoderado y capaz de tomar decisiones es clave para manifestar abundancia.
4. Chakra del Corazón (Anahata): Se vincula con el amor y la compasión. La abundancia florece cuando damos y recibimos amor incondicional.
5. Chakra de la Garganta (Vishuddha): Relacionado con la comunicación y la expresión. Poder comunicar tus deseos y autenticidad también es parte del camino hacia la abundancia.
6. Chakra del Tercer Ojo (Ajna): Se asocia con la intuición y la percepción. Cultivar la intuición te permite tomar decisiones más alineadas con tu verdadero ser.
7. Chakra de la Corona (Sahasrara): Conectado a la espiritualidad y la conexión con el Universo. Esta conexión es fundamental para recibir la abundancia universal.

A través de la meditación, la reflexión y la práctica espiritual, Chopra nos guía a equilibrar y activar estos chakras para abrirnos a la abundancia en nuestra vida cotidiana. El libro enfatiza que la verdadera riqueza proviene de una mentalidad de abundancia y de enfocarnos en nuestro crecimiento interior.

En mi canal en YouTube tengo una meditación hermosa para que alinees tus Chakras y despiertes esa riqueza desde tu interior al exterior. Da clic aquí para escucharla

Deja de Ser Tú. Joe Dispenza



1. Cambio de identidad: El libro se centra en la idea de que para crear una vida diferente, es fundamental cambiar la forma en que nos identificamos. Debemos dejar de lado las creencias limitantes que nos definen.
2. Neurociencia y hábitos: Dispenza explica cómo los pensamientos y emociones afectan nuestra biología. Los hábitos se forman a través de conexiones neuronales, y es posible reprogramarlas.
3. Meditación: Se presentan técnicas de meditación para ayudar a los lectores a trascender sus estados habituales de ser, permitiendo así la creación de nuevas experiencias y realidades.
4. La importancia de la conciencia: La autoconciencia es clave para reconocer patrones de pensamiento y comportamiento que limitan nuestro potencial. Nos invita a observarnos y cuestionar nuestras reacciones automáticas.
5. Energía y emociones: Dispenza destaca cómo las emociones influyen en nuestra salud y bienestar. Aprender a gestionar nuestras emociones es crucial para cambiar nuestra vida.
6. Visualización creativa: Se sugiere utilizar la visualización como herramienta para manifestar deseos. Imaginar la vida que queremos vivir puede ayudar a atraerla a nuestra realidad.
7. Ciencia de la transformación: El autor combina conceptos de la ciencia moderna con filosofía espiritual, mostrando cómo el cambio es posible a través de la comprensión de nuestro funcionamiento interno.

En resumen, "Deja de ser tú" es una guía para desbloquear el potencial interno al cambiar nuestra identidad, gestionar nuestras emociones y adoptar nuevas prácticas que promuevan el bienestar y la transformación personal.

En mi canal en YouTube te guío a través de un audio subliminal para dar un salto cuántico hacia tu realidad soñada. Haz clic aquí para escuchar este audio.

LIBERA TU MAGIA . ELIZABETH GILBERT ✨

"Libera tu magia" (título original: "Big Magic") de Elizabeth Gilbert es un libro que profundiza en la creatividad y el proceso de creación. A través de su narrativa personal y reflexiones, Gilbert presenta conceptos y consejos que fomentan una relación más saludable con la creatividad.

El libro está estructurado en varias secciones que abordan temas como el valor de la curiosidad, la importancia de asumir riesgos y cómo superar el miedo al fracaso. Gilbert anima a los lectores a abrazar la inspiración y a ver la creatividad como un acto de amor, instándolos a no dejarse paralizar por la presión de la perfección.

Una de las ideas que me encanta de este libro es que Gilbert sugiere que las ideas no son simplemente seleccionadas por nosotros, sino que, en realidad, somos nosotros quienes somos seleccionados por ellas. Las ideas ven en nosotros un inmenso potencial para materializarse en el mundo físico, y necesitan nuestra acción para hacerse realidad. Por lo tanto, esos sueños que tienes te han elegido a ti, y es tu responsabilidad cumplirlos. Si no actúas, esas ideas pueden cansarse de esperar y buscar otro camino en otras personas.

Además, comparte anécdotas de su propia vida y carrera, resaltando que cada individuo puede acercarse a su creatividad de manera única y personal. Al final, el mensaje central es que la creatividad debe ser disfrutada y alimentada, en vez de convertirse en una fuente de ansiedad.

En resumen, "Libera tu magia" es una celebración de la creatividad que invita a los lectores a explorar sus pasiones y seguir sus instintos artísticos con valentía y alegría.