

# Manifestar siempre funciona

*Cuando estamos alineados con la naturaleza, con quienes somos y siendo fieles a nuestros deseos, el universo confabula para que las cosas se den.*



**D**ecía Wayne Dyer: “manifestar no se trata de atraer lo que queremos, manifestar se trata de darse cuenta y entender que atraemos lo que somos”.

Cuando estamos alineados con la naturaleza, con quienes somos y siendo fieles a nuestros deseos, el universo confabula para que las cosas se den y así siempre tengamos eso que necesitamos en el momento en el cual lo necesitamos.

Manifestar es crear en mi vida las condiciones para lo que soy se despliegue; y aquello que quiero tenga lugar, siempre que yo vibre esa energía, siempre que sea coherente entre lo que quiero y soy.

Una planta de duraznos no crece en un día solo porque quieras que eso pase. Para lograrlo, es necesario trabajar la tierra, sembrar; regar; y darle tiempo a la planta a que haga nacer su fruto; una vez que el fruto está fuera, también es necesario esperar a que caiga o sacarlo al estar maduro. ¿Qué sucede si lo sacas antes?



por. Paula Cabalen, 'life & business strategist', mentora y consultora, @paulacabalen.

## PASOS PARA CREAR UNA VIDA TRANQUILA

que nos permita manifestar situaciones beneficiosas para nosotros:

- Sé consciente de tus emociones.
- Tus pensamientos son los que generan malestar, no es el mundo que nos rodea, es el valor que le damos a eso que sucede.
- Cambia esos pensamientos y reemplázalos por algo positivo.
- Utiliza este mantra: Si cambia lo que pienso, cambia lo que siento. Si cambia lo que siento, cambia mi reacción.
- Observa la naturaleza, es perfectamente imperfecta.
- Observa a los niños: cómo juegan, cómo reaccionan cuando se caen, o ante una pelea.
- Suelta tu ego.
- Sueña y suelta tus expectativas.
- Piensa en una intención al levantarte y vive tu día teniendo eso en cuenta.
- Medita y haz ejercicio (o sal a caminar).
- Ante cada decisión, piensa: ¿cómo me voy a sentir cuando haga tal o cual cosa, o cuando esté con tal persona?
- Cuida tu entorno y de quién te rodeas.
- Observa las pequeñas cosas que van pasando.

Te cae mal, o está incomible.

Ahora bien, para poder manifestar en nuestra vida se trata de ser conscientes de qué tipo de persona somos, cuánto nos conocemos, tanto de lo que conocemos de nosotros como de aquello que no. Muchas veces eso que no sabemos de nosotros es lo que nos hace estropear las cosas en el camino de la manifestación.

Además de eso, saber cuál es la emoción con la que suelo vibrar; si estoy enojada, es probable que manifieste situaciones que a la larga me traigan más enojo, y eso aplica a cada emoción, por esta razón es muy importante hacerlo desde un lugar de no estrés.