



DIARIO

para atraer la

ABUNDANCIA



PATRÓN DE PENSAMIENTO

Empiece a controlar sus patrones de pensamiento. Escriba los pensamientos negativos y reemplace todos y cada uno de los pensamientos negativos por otros positivos.

NEGATIVO

POSITIVO

NEGATIVO

POSITIVO

NEGATIVO

POSITIVO

NEGATIVO

POSITIVO

CREENCIAS LIMITADORAS

Una creencia que te está frenando:

" ej. No puedo cambiarme a mí mismo".

¿De dónde vino esta creencia?

¿Cómo es dañina esta creencia?

¿Cuál es una mejor alternativa para esta creencia?

MANIFESTANDO PODER

¿QUÉ QUIERO MANIFESTAR?	¿POR QUÉ QUIERO MANIFESTARLO?

¿CÓMO LO MANIFESTARÉ?

PRIMEROS 3 PASOS PARA EMPEZAR

MANIFESTANDO CASA

¿QUÉ QUIERO MANIFESTAR?

--

¿POR QUÉ QUIERO MANIFESTARLO?

--

¿CÓMO LO MANIFESTARÉ?

--

PRIMEROS 3 PASOS PARA EMPEZAR

--

--

--

MANIFESTANDO CARRO

¿QUÉ QUIERO MANIFESTAR?

¿POR QUÉ QUIERO MANIFESTARLO?

¿CÓMO LO MANIFESTARÉ?

PRIMEROS 3 PASOS PARA EMPEZAR

DÍA PERFECTO

¿CÓMO ES UN DÍA TÍPICO PARA MÍ?

¿CUÁLES SON MIS INGRESOS?



¿FUENTE DE INGRESOS?

¿QUÉ ME EMOCIONA MÁS DE LA VIDA AHORA?

CONSEJO QUE LE DARÍA A MI YO VIEJO

CONVERSACIÓN INTERNA SOBRE BLOQUES DE DINERO

Tema de conversación:

Que dijiste:

De quién surgió esta idea:

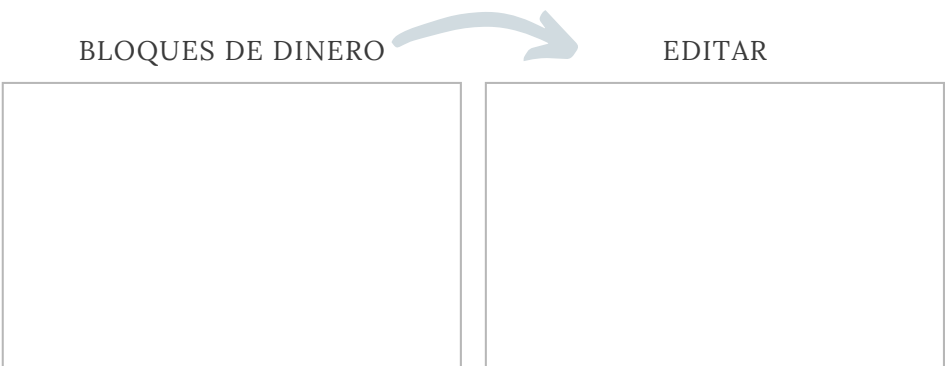
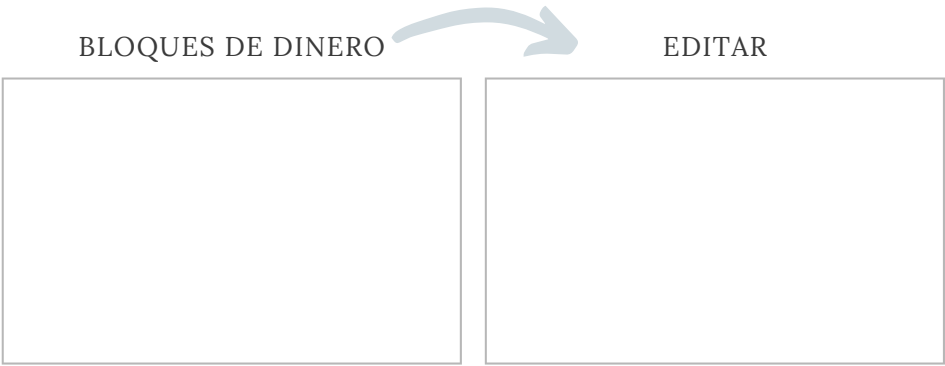
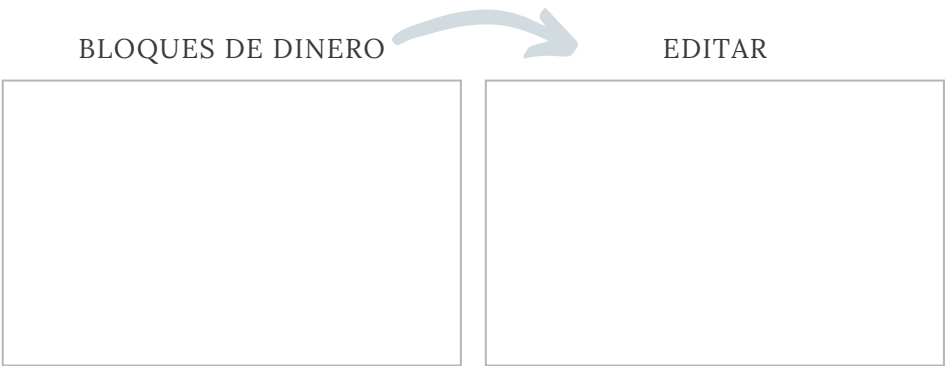
Por qué lo dijiste:

Lo que pasó después:

Como te sientes al respecto:

Que has aprendido:

EDITAR BLOQUES DE DINERO



MANIFESTANDO DINERO

EL BANCO UNIVERSO

FECHA

PAGAR A LA ORDEN DE

\$

PAGADO

EL UNIVERSO

PARA

FIRMA

EL BANCO UNIVERSO

FECHA

PAGAR A LA ORDEN DE

\$

PARA

FIRMA

EL BANCO UNIVERSO

FECHA

PAGAR A LA ORDEN DE

\$

PARA

FIRMA

DEJAR IR MIS OBSTÁCULOS



SOY UN GANADOR DEL PREMIO MAYOR

TUS NÚMEROS GANADORES DE LA LOTERÍA

¿CUÁNTO GANÉ?

\$

¿CUÁL ES TU INTENCIÓN POR GANAR?

LA CASA DE MIS SUEÑOS

Numero de habitaciones:

Cantidad de baños:

Pies cuadrados:

Ciudad, Pueblo, País:

Vecindario:

Número de garajes:

Estilo de casa: (Moderno, Rústico)

Estilo de propiedad: (Condominio, Apartamento, Villa)

Servicios del vecindario:

Rango de precios:

Cargos mensuales:

Otro:

EL INGRESO DE MIS SUEÑOS

El Universo te dará todo lo que quieras, pero primero debes decidir la cantidad y la intención. ¿Cuánto quieres ganar o recibir diariamente? ¿Qué cantidad es el objetivo final para ti? Cuando tus ingresos aumenten, ¿Qué harás con el dinero?

AUMENTANDO MIS INGRESOS

Es más fácil manifestar cantidades más pequeñas y avanzar hasta llegar a una cantidad mayor. Además, al hacerlo, estás eliminando la creencia limitante de que lograr tu objetivo final es inalcanzable. Cuando haya ascendido, su sistema de creencias subconsciente sabrá con certeza que su objetivo final es alcanzable. A partir de ahora, ¿cuál es el monto de ingreso mensual que te hará la vida más fácil?

Este es el monto total mensual. Esta cantidad debería ser suficiente para cubrir todos los gastos de manutención, las herramientas que pueda necesitar, algo para sus ahorros y dinero extra para gastos. Una vez que tengas esa cantidad mensual en mente, divídela entre 30. El número que ves es la cantidad que necesitas ganar diariamente para que tu estilo de vida sea cómodo. Siempre escribe el guión como si ya lo tuvieras.

¿CUÁNTO GANAS CADA MES?

\$

DIVÍDELO POR 30. ¿CUÁNTO GANAS CADA DÍA?

¿CUÁL ES TU OCUPACIÓN Y CÓMO AUMENTA SUS INGRESOS HASTA ESTA CANTIDAD?

MI NEGOCIO

Llevas todo el día recibiendo notificaciones de pago de tu negocio. ¿Qué dicen las notificaciones? Escríbelos como los verías. Escribe esta oración entre 10 y 15 veces.

Por ejemplo:

"¡Felicitaciones! Acaba de procesar un nuevo pedido". O "¡Recibiste un pago de \$97!"

Después de que termines de escribir, imagina ver la notificación llega a tu teléfono, tableta o correo electrónico.

MI DÍA DE PAGO

Es un día fácil. Es el día de pago. Sabe cuál debería ser su cheque de pago, pero quiere mirar en su cuenta bancaria y ver cuánto dinero tiene en total.

Escribe una escena como si el dinero que deseas manifestar ya estuviera en tu cuenta. ¿Qué haces cuando revisas tu teléfono? ¿Cómo es la aplicación de tu banco?

¿Cuál es el proceso para ingresar a la aplicación de su banco? ¿Cuál es el monto total? ¿Cómo te sientes cuando ves la cantidad total? Después de escribir el guión de esta escena, léelo en voz alta y luego visualízala.

LO QUE QUIERO

Existe lo que realmente deseas y ahora tienes el dinero para conseguirlo. ¿Qué es? Describirlo. ¿De donde lo sacaste? ¿Cuánto gastaste en ello? Guión a través del proceso de tenerlo y poseerlo. Guión como si ya lo tuvieras. Dí como agradecido estás por ello. Después, visualízate teniéndolo.

MANIFESTACIÓN DE DINERO

Vas al banco. Necesitas sacar algo de efectivo. Describe el viaje al banco hasta llegar allí. Escribe las calles que debes tomar y todo.

Una vez que llegas al banco, te acercas al cajero automático. ¿Cuánto dinero vas a sacar? Cuando sale el dinero, ¿qué haces con él? Usted busca el recibo de su transacción. ¿Qué dice tu nuevo saldo? Tú sonríe pero sabes que esta gran cantidad es normal. Lo logras. ¿Adónde vas? ¿Qué estás haciendo con el dinero que acabas de sacar? Escribe el resto del día.

AUMENTAR LOS INGRESOS

Ha pasado un año: cada 3 meses tus ingresos aumentan sustancialmente. Toda tu vida ha cambiado. ¿Cómo se siente? ¿Qué has estado haciendo para que tus ingresos aumenten? ¿Qué fuentes de ingresos ha agregado? ¿Cuál es el próximo plan para hacer el enorme salto? Escríbalo como si ya hubiera sucedido.

MÉTODO 3-6-9

Fecha

Escribe 3 veces el nombre de la cosa que deseas manifestar.

- Escribe 6 veces tu intención para la cosa que deseas manifestar.

- Escribe 9 veces lo que deseas manifestar. Sé específico y visualízalo.

MENTALIDAD DE ABUNDANCIA

¿QUIÉN QUIERO SER?	¿QUÉ QUIERO TENER?

CARTA AL UNIVERSO

Este ejercicio de escribir una carta te ayudará a liberar tu mente de los miedos que te detienen. Por lo tanto, expresa claramente tu deseo y no olvides mostrar tu gratitud y estar orgulloso de lo que has logrado.



MANIFESTACIÓN DE HOJA DE TRUCOS

IDENTIFICAR

Quiero manifestar [tu deseo] porque me hará sentir [identifica las emociones que te dará esta manifestación]

ENSUEÑO

¿Cómo te sentirás cuando tu deseo se haga realidad? (Usa el tiempo presente, ej: siento, estoy, estoy agradecido...

ALINEAR

Enumera lo que puedes hacer HOY para practicar cómo sentir los sentimientos de la parte 1.

10 AFIRMACIONES

1. YO SOY ...

2. YO SOY ...

3. YO SOY ...

4. YO SOY ...

5. YO SOY ...

6. YO SOY ...

7. YO SOY ...

8. YO SOY ...

9. YO SOY ...

10. YO SOY ...

10 MANERAS DE PENSAR

Cuando somos amables con nosotros mismos y hablamos con buenas intenciones, es más probable que atraigamos cosas buenas. Escribe 10 formas de pensamiento positivo.

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

MI GRAN META

Mi Gran Meta:	
FECHA LÍMITE:	LOGRADO: <input type="checkbox"/>

DIVIDE TU GRAN META EN 3 MINI METAS

MINI META 1:

MINI META 1:

MINI META 1:

PASOS DE ACCIÓN:

[illegible]

PASOS DE ACCIÓN:

[illegible]

PASOS DE ACCIÓN:

[illegible]

DESGLOSE DE OBJETIVOS

Meta	Fecha límite
<div><div>PASO 1</div><div>PASO 2</div><div>PASO 3</div><div>PASO 6</div><div>PASO 5</div><div>PASO 4</div><div>PASO 7</div><div>PASO 8</div><div>PASO 9</div><div>PASO 10</div></div>	
<div>Notas</div>	

HOJA DE TRABAJO A RECIBIR

<div>QUE ESTOY RECIBIENDO</div> <div></div>	<div>COMO ME SIENTO</div> <div></div>
<div>AFIRMACIONES</div> <div></div>	<div>COMO ESTO ME AYUDARÁ</div> <div></div>
<div>DIBUJA UN SÍMBOLO O UNAS PALABRAS SOBRE RECIBIR.</div> <div></div>	

CELEBRACIONES Y RECOMPENSAS

QUÉ ESTOY CELEBRANDO

CÓMO ESTOY CELEBRANDO

LO QUE ME ESTOY REGALANDO

TAREAS

NOTAS

TABLERO DE VISIÓN

Carrera / Negocios

Finanzas

Familia / Amigos

Amor

Crecimiento personal

Salud

Ocio

Mente

GRATITUD DIARIA

Mañana:

Fecha:

Estoy agradecido por:

Estoy mirando de frente hacia:

Afirmaciones diarias:

Tarde:

Cosas buenas que ocurrieron hoy:

Cosas que puedo hacer para que mañana sea aún mejor:

GRATITUD MENSUAL

MES _____

A large rectangular area with a grid of diagonal lines, intended for writing gratitude notes. The grid consists of 31 columns, each corresponding to a day of the month. The columns are numbered 1 through 31, starting from the top left and following a curved path along the left edge of the grid. The numbers are: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31. The lines are light gray and extend from the top to the bottom of the grid.

INSPIRACIONES

PODCASTS

LIBROS

CANCIONES

VIDEOS

CURSOS

AUDIOS

SUPERANDO EL MIEDO

Un viejo miedo que estás tan dispuesto a dejar atrás:

Una forma en la que tu viejo miedo te frena:

Una forma en que tu vida mejorará al superarlo:

Lo último que harías si pudieras dejar atrás tu miedo:

Un paso muy pequeño que puedes dar adelante es lo primero:

SUPERANDO EL MIEDO

Un viejo miedo que estás tan dispuesto a dejar atrás:

Una forma en la que tu viejo miedo te frena:

Una forma en que tu vida mejorará al superarlo:

Lo último que harías si pudieras dejar atrás tu miedo:

Un paso muy pequeño que puedes dar adelante es lo primero:

SUPERANDO EL MIEDO

Un viejo miedo que estás tan dispuesto a dejar atrás:

Una forma en la que tu viejo miedo te frena:

Una forma en que tu vida mejorará al superarlo:

Lo último que harías si pudieras dejar atrás tu miedo:

Un paso muy pequeño que puedes dar adelante es lo primero:

SEGUIMIENTO DE MEDITACIÓN

DÍA	ACTIVIDAD DE MEDITACIÓN	DURACIÓN
LUNES		
MARTES		
MIÉRCOLES		
JUEVES		
VIERNES		
SÁBADO		
DOMINGO		
TIEMPO DE MEDITACIÓN TOTAL:		

SEGUIMIENTO DE HÁBITOS

MES _____

HÁBITO:						
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

HÁBITO:						
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

HÁBITO:						
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

HÁBITO:						
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

HÁBITO:						
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

HÁBITO:						
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

SEGUIMIENTO DE HÁBITOS

MES _____

HÁBITO:						
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

HÁBITO:						
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

HÁBITO:						
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

HÁBITO:						
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

HÁBITO:						
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

HÁBITO:						
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

LISTA DE DESEOS

NUEVA REALIDAD

¿Cómo te llamas?:

¿Cuántos años tienes?:

¿Cuál es tu profesión?

¿Cuál es tu patrimonio neto?

¿Cómo acumuló su riqueza?

¿Qué coche conduces?

¿Dónde vives?

Visualiza recibir pagos y cheques, el monto que deseas ver en tu cuenta bancaria, el éxito que estás teniendo en el trabajo o en tu negocio, y más.

Pídele al universo que te oriente en voz alta sobre los pasos que debes seguir para llegar a donde quieres estar.

Escribe tu historia y observa lo que el universo hace por ti. ¡Diviértete con eso! Se supone que la ley de la atracción es D I V E R T I D A.

¡Dile al universo lo que quieres verbalmente y di cuáles son tus intenciones y por qué lo quieres! Te lo mereces. esta bien preguntar por la abundancia.

Gracias Universo, por el monto de \$ en mi cuenta ahora:

ESCRITURA



ESCRITURA

Handwriting practice lines consisting of 20 horizontal lines.

ESCRITURA

