



MANIFESTACIÓN “YO SOY”

SOBRE LA SALUD

- Soy una persona en forma física excelente que se activa todas las mañanas haciendo ejercicio y tomando una buena ducha.
- Soy súper sano y, por ello, sólo como alimentos saludables. (Prefiero no comer nada, que comer comida basura).
- Soy súper activo y me sobra energía para dar y regalar.

Mensajes Anti-Ego:

- Niego tener cualquier enfermedad o deficiencia. (Si hay alguna evidencia médica, lo tendré en cuenta y meditaré para tomar la decisión correcta al respecto, pero mi actitud será siempre la misma, de total despreocupación).
- Niego tener pereza y/o falta de energía.
- Niego necesitar comer dulces o tomar cualquier sustancia nociva para mi cuerpo.

SOBRE EL AMOR

- Soy una persona muy atractiva y siempre voy súper arreglado y perfumado, y soy como un imán para todas las personas.
- Soy una persona muy querida por todos los que me rodean, siempre ayudo a todo el mundo, y estoy al servicio de los demás muy amablemente.
- Soy súper cariñoso y me sobra amor y valía, para dar y regalar.

Mensajes Anti-Ego:

- Niego que sienta nerviosismo, ansiedad o vergüenza ante ninguna persona con la que me relacione.
- Niego que mi bienestar emocional dependa de ninguna persona.
- Niego necesitar estar con alguien en concreto, ya sea en pareja, amistad o lo que sea, para sentirme bien. (Si decido estar con alguien es por voluntad propia y no por carencia emocional)

SOBRE LA ABUNDANCIA

- Soy una persona con un magnetismo especial, soy muy valioso; y siempre doy, a todas las personas que me rodean, sorpresas, detalles y cosas que les encantan.
- Soy una persona llena de paz y tranquilidad en la abundancia porque soy como un imán para atraer oportunidades de tener todo lo que quiero en mi vida. Y sin buscarlo todo viene a mí, siguiendo y haciendo todo lo que me da paz.
- Soy súper generoso y me sobra la abundancia para dar y regalar.

Mensajes Anti-Ego:

- Niego rotundamente que haya escasez en mi vida. (Si hay algún momento en concreto que me haga falta algo material como dinero, lo tendré en cuenta y meditaré al respecto por si hay que tomar alguna acción, pero mi actitud será siempre la misma, de total despreocupación).
- Niego que mi bienestar emocional dependa de tener dinero o alguna cosa material en concreto.
- Niego necesitar el hacer algo que no me haga feliz por dinero.

CIERRE: «Mi única función aquí es ser feliz y la Felicidad es sentir en todo momento esta Paz y esta Tranquilidad cada vez que respiro profundamente, y que es totalmente independiente y ajena a lo que pasa en mi exterior. Nada ni nadie puede alterar esta Paz y esta Tranquilidad».