



Gill Thackray

GUÍA PRÁCTICA DE MANIFESTACIÓN



Alinea tus objetivos con
la alquimia del universo

zenith



GUÍA PRÁCTICA DE MANIFESTACIÓN



Para Murphy y Hamish, que manifiestan el mejor día de todos cada mañana.

La lectura abre horizontes, iguala oportunidades y construye una sociedad mejor. La propiedad intelectual es clave en la creación de contenidos culturales porque sostiene el ecosistema de quienes escriben y de nuestras librerías. Al comprar este libro estarás contribuyendo a mantener dicho ecosistema vivo y en crecimiento.

En Grupo Planeta agradecemos que nos ayudes a apoyar así la autonomía creativa de autoras y autores para que puedan seguir desempeñando su labor. Dirígete a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesitas fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puedes contactar con CEDRO a través de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

Título original: *How to Manifest*

© Michael O'Mara Books Limited 2022
© Jade Mosinski con licencia de Jehane Ltd 2022

© de la traducción, VR EDITORAS, S.A., 2023
© Editorial Planeta, S. A., 2024
Zenith es un sello editorial de Editorial Planeta, S.A.
Avda. Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona (España)
www.zenitheditorial.com
www.planetadelibros.com

© del diseño del interior, Ana Bjezancevic
© de las ilustraciones del interior, Jade Mosinski

Primera edición: mayo de 2024
Depósito legal: B. 6.636-2024
ISBN: 978-84-08-28683-7

Impreso en España – *Printed in Spain*



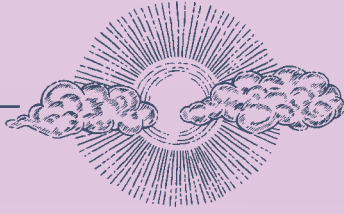


GUÍA PRÁCTICA DE MANIFESTACIÓN

Alinea tus objetivos
con la alquimia del universo

GILL THACKRAY

zenith



Sumario

Introducción: ¿Qué es manifestar?

7

Crea una visión

17

Revisa tu mentalidad

24

Establece una intención

31

Colabora con el Universo

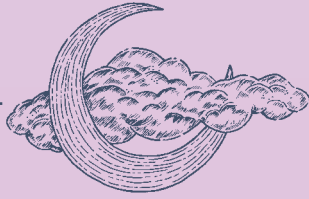
41

Desarrolla una mentalidad de manifestación

44

Adopta el método 369

48



Tarot

51

Conecta con tu aliado de la naturaleza

60

Rituales de luna llena

67

Manifestación con chakras

75

La rueda del año

85

Cultiva la gratitud

95

Manifiesta a conciencia

99

Cristales para manifestar

105

Crea límites energéticos

119



Introducción: ¿Qué es manifestar?



Nada ocurre hasta que algo se mueve.
Cuando algo vibra, los electrones de todo
el universo resuenan con ello.
Todo está conectado.

ALBERT EINSTEIN

Manifestar no es algo nuevo. Durante miles de años, antiguas y sabias tradiciones en todo el mundo se han dedicado a la práctica de la manifestación. Cuando lo haces, invitas a la ley de la atracción a tu vida. Comienzas a reconocer cómo funciona el universo, que cada uno de nosotros tiene el potencial de crear su propia realidad.

En su forma más simple, la manifestación es la teoría de que somos capaces de trabajar en colaboración con el universo aplicando una serie de principios para dar forma a nuestro mundo. Al establecer la intención de cambiar nuestros pensamientos, sentimientos y acciones, nos convertimos en arquitectos de nuestra propia vida. Cuando aprovechas las prácticas de manifestación, puedes crear las condiciones para transformar tu vida y crear la realidad que deseas.

Nos movemos hacia aquello en lo que ponemos nuestra atención. Cuando manifestamos, podemos reconocer cómo nuestras creencias sobre nosotros mismos, el mundo y lo que merecemos pueden cambiar de forma drástica lo que experimentamos en la vida. Nuestra mentalidad tiene un gran impacto en cómo se desarrolla nuestra existencia. Si tienes una mentalidad fija y negativa y no crees que sea posible cambiar tu forma de vivir, eso es lo que experimentarás. Ahí es donde fluirá tu energía. Encontrarás solo obstáculos, bloqueos y límites. Manifestar es una oportunidad para crear una nueva forma de ver el mundo, para recrearlo.

La mentalidad positiva es empoderadora. Con ella se crea una vibración tan potente que atrae experiencias positivas. Al manifestar, alineas tus objetivos con la alquimia del universo. Cuando entras en ella, te deshaces de tu pasado y creas una

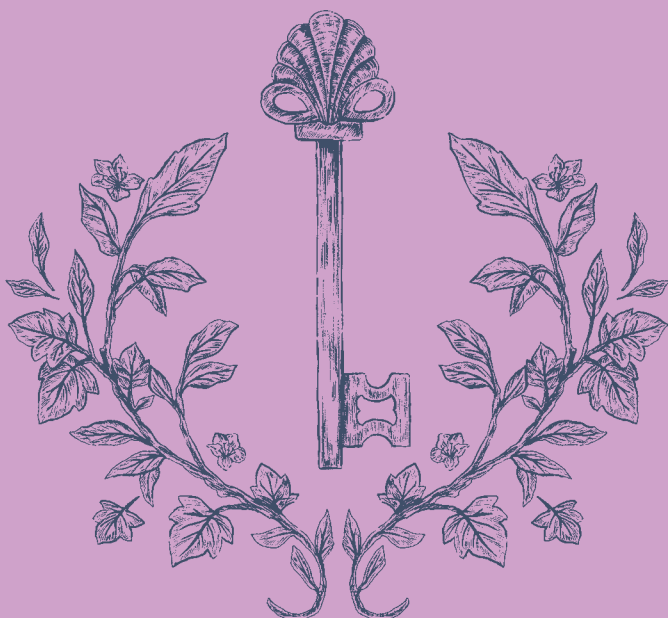
nueva y hermosa realidad. A medida que tomas acción, la energía amorosa del universo acude a tu encuentro.


Si estás atrapado en la negatividad, puedes cambiar tu historia y tu mentalidad. En ese momento entra la magia de la manifestación, cuando sueñas con una nueva realidad. ¿No me crees? No hace falta que lo hagas en este instante. Aun así, intenta suspender tu juicio y prueba estas prácticas de transformación. No tienes nada que perder, piénsalo como una oportunidad para volver a ponerte en marcha con cualquier objetivo que no hayas logrado y observa qué pasa.

Si manifiesto mis objetivos, ¿me estoy saltando un camino espiritual? ¿Me perderé valiosas lecciones de vida? No. Manifestar es tu oportunidad de alcanzar tu potencial y convertirte en una fuerza impresionante para el cambio en el mundo. Es una herramienta increíblemente poderosa que puedes usar para el planeta y todos sus habitantes.



La manifestación no va de ser egocéntrico o narcisista. Se trata de reinventarse y transformarse. Dejar de ser un pasajero y volverte conductor. Puedes usarlo desinteresadamente para convertirte en un poderoso cocreador del cambio global. Para dar tu enfoque, tiempo y recursos a los demás. Tal vez te apasione fortalecer tu comunidad, sanar el medio ambiente o ser un activista que cree en el cambio colectivo. Manifestar proporciona un camino práctico para afrontar los retos que el planeta tiene por delante. Puede cambiar el mundo. Depende de ti cómo lo utilices.





Cree que puedes
y estarás ya a la mitad
del camino.

THEODORE ROOSEVELT



¿Estoy preparado para manifestar?

Tengo sueños que me inspiran.



No he conseguido mis objetivos y
no sé por qué.



Me siento atrapado
en mi rutina.



Los obstáculos me bloquean.



Necesito renovar mi energía
(y motivación).





Mis creencias limitantes sobre
quién soy y lo que puedo hacer
me frenan en seco.



La gente que me rodea también
tiene creencias limitantes.



Sé que en alguna parte de mí
hay un poder, pero no sé cómo
acceder a él.



Estoy listo para cambiar mi
mentalidad.



Una profunda voz interior me
dice que es el momento.



Manifestar es mucho más que simplemente crear una imagen de lo que quieres en tu mente. Soñar y crear una visión del tipo de vida que quieres es solo una parte de la historia. Pero por sí solo no cambiará mucho. Tienes que ser proactivo y hacer algo con esa proyección. Ahí es donde entra el poder de manifestar. Es más que una visión, es pasar a la acción e invocar el poder del universo. Existen cuatro etapas clave para hacerlo.



Una vez que todos estos componentes estén en su lugar, notarás un cambio. Cuando manifiestas, llamas al universo a cocrear contigo.

