

EJERCICIO PODEROSO  
PARA ROMPER TUS  
CREENCIAS LIMITATES  
CON EL DINERO

## **Hola! Me presento**

**Soy Linda Monroy, amante de los viajes, del hogar y de ayudar a mujeres como tú a convertirse en imanes de abundancia.** Sé que si has llegado hasta aquí es porque quieres transformar tu relación con el dinero, la prosperidad y el merecimiento, y quiero decirte que estás en el lugar correcto.



Soy coach certificada, experta en psicología positiva y mindfulness, y desde hace años me dedico a compartir herramientas prácticas que te permitan vivir en abundancia con tranquilidad y confianza, sin ansiedad ni miedo al futuro.

En 2021 fundé la Academia de Abundancia, un espacio donde he reunido todo el conocimiento que a mí me permitió salir de la mentalidad de escasez y construir una vida alineada con mis sueños.

**Mi misión es que tú también puedas manifestar lo que mereces desde el amor propio, la claridad y la energía correcta**

# Instrucciones del ejercicio:

Con este sencillo ejercicio podrás descubrir cuáles son esas creencias que te impiden manifestar abundancia en tu emprendimiento y en tu vida, y empezarás a transformarlas desde tu mente subconsciente.

## 1. Identifica tus creencias limitantes

- "El dinero es difícil de conseguir"
- "No merezco ganar mucho dinero"
- "Ganar dinero requiere mucho esfuerzo"
- "El dinero cambia negativamente a las personas"

## 2. Explora el origen de estas creencias

Alrededor de cada frase, escribe de dónde crees que viene esa creencia:

- ¿Lo escuchaste de tus padres o familiares?
- ¿Viene de experiencias pasadas?
- ¿Es algo que aprendiste en tu entorno social o cultural?

Reconocer el origen te ayudará a sanar y liberarte.

## 3. Reemplaza las creencias limitantes por creencias expansivas

Ahora con el mapa, escribe nuevas frases poderosas y positivas que desees incorporar en tu vida.

Por ejemplo:

- "El dinero fluye fácilmente hacia mí."
- "Merezco vivir en abundancia total."
- "El dinero es un recurso para hacer el bien y crecer."

# Instrucciones del ejercicio:

Elige aquellas que más vibren contigo.

## 4. Visualiza y reprograma tu mente

Tómate unos minutos para visualizar cómo sería tu vida cuando adoptes estas nuevas creencias:

- ¿Cómo te sentirás al tener más abundancia económica?
- ¿Qué cambios positivos verás en tu negocio y en tu vida personal?

La siguiente hoja la puedes imprimir y hacer las veces que quieras. Si no sabes como seguir los pasos de este ejercicio, te comparto un video en mi canal de YouTube, donde te enseño como puedes hacerlo.

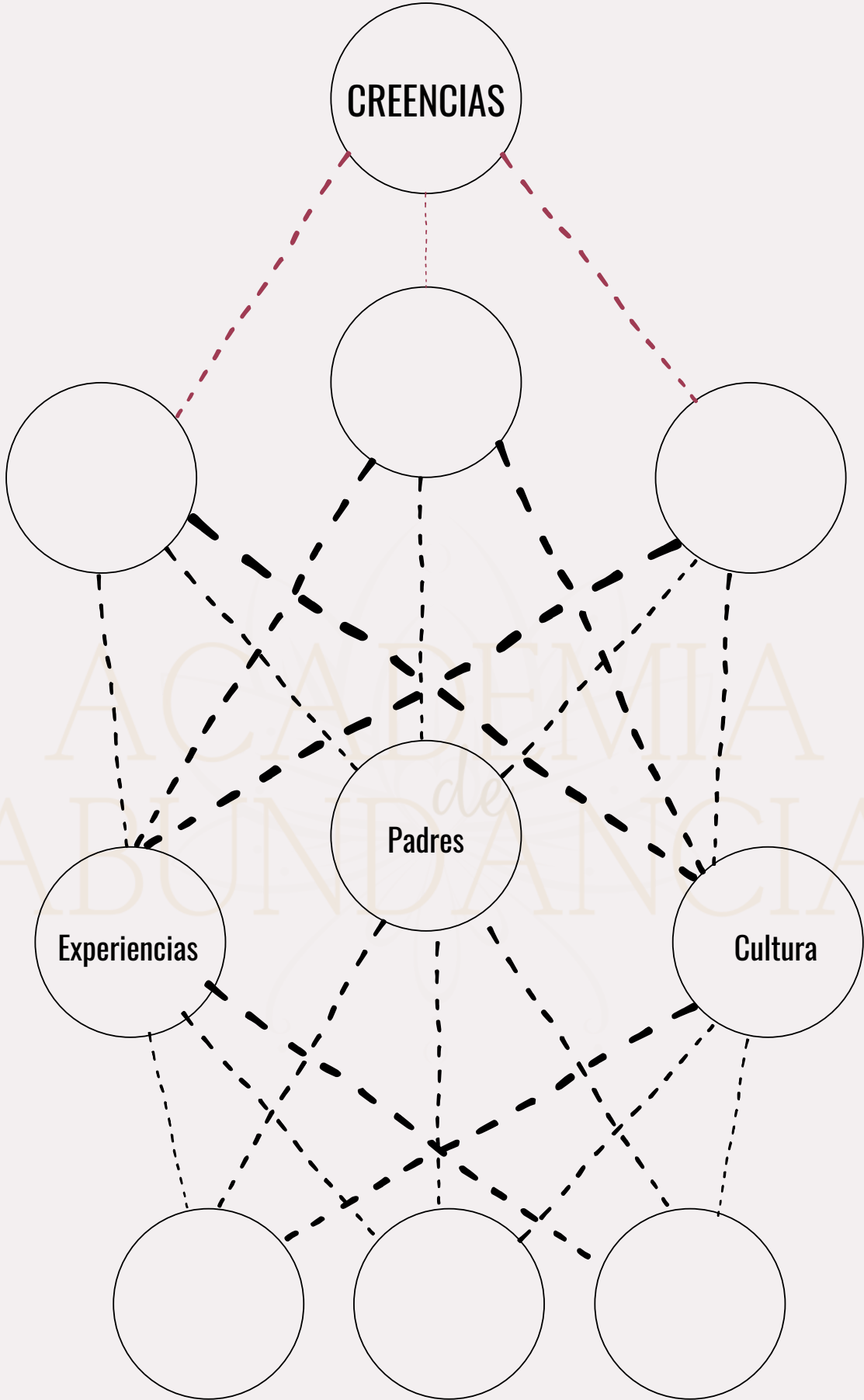
**Solo tienes que darle clic a la imagen para verlo**



**Sigue las instrucciones del vídeo y las de este documento y empieza a rellenar la siguiente plantilla que te dejo para que puedas hacer el ejercicio.**

Luego vas a poder **descargar la hoja con las afirmaciones poderosas** y para terminar, **te invito a que descargues mi mantra de abundancia** que vas a poder escuchar todos los días y te ayudará a reprogramar tu mente subconsciente

# Ejercicio para mejorar mi relación con el dinero



# Afirmaciones PARA MI NEGOCIO

Merezco recibir dinero con facilidad y alegría

El dinero fluye hacia mí de manera constante y abundante

Cada día me siento más merecedora de toda la prosperidad que llega a mi vida

Continuamente se abren nuevas oportunidades financieras para mí

Dios siempre me apoya para manifestar abundancia ilimitada

Agradezco la prosperidad en mi negocio



@LINDAMONROYES

# Descarga tu Mantra de Abundancia

**DALE CLIC A LA IMAGEN O AL BOTÓN**



**LO QUIERO**

Refuerza tus afirmaciones positivas con este mantra de abundancia. Escúchalo todos los días... Que lo disfrutes!