

¿Qué es la manifestación y cómo puede hacer realidad tus sueños?

¿Y si pudieras crear tu propia realidad? La manifestación es un fenómeno cada vez más extendido. Maite Issa, coach experta en este tema, nos cuenta qué es y cómo puede este proceso hacer real y tangible lo que existe en tu imaginación.

POR AMALIA PANEA • 23/12/2022

Amor, prosperidad, abundancia, salud, éxito... según **Maite Issa, coach experta en manifestación y creadora de la mayor comunidad de manifestación de España**, puedes conseguirlo todo poniendo a tu subconsciente y al Universo a trabajar para ti a través de la manifestación.

¿Increíble? El propio cambio personal y profesional de Maite y de las mujeres que forman parte de su comunidad hacen pensar que sí es posible crear nuestra propia realidad. De eso precisamente habla Issa en **'Tu éxito es inevitable'**, su primer libro y un *bestseller* que va ya por la cuarta edición.

Para saber **qué es exactamente la manifestación y cómo aprender a manifestar** lo que deseamos en todas las áreas de nuestra vida, hemos hablado con Maite. Estate atenta a todo lo que nos ha contado.

Tu mantra y el título de tu libro es "Tú éxito es inevitable". Y tu propia historia es el mejor ejemplo. ¿Cómo empezaste a manifestar y qué has conseguido desde entonces?

Sí, nuestro éxito es inevitable. Creo firmemente que **si tenemos un deseo, es nuestro destino cumplirlo**. Lo he podido experimentar en mi propia vida, antes de enseñarlo a mis decenas de miles de alumnas y lectoras. No tengo nada especial. No vengo de una familia que me ha dejado una herencia. No soy particularmente guapa ni inteligente.

Antes de descubrir el poder de la manifestación, **estaba trabajando horas interminables en un puesto en el que había acabado por desesperación**, en el que me pagaban como becaria aunque tenía responsabilidades de manager, y cada

noche, mi mente me comía de pensamientos negativos. **Me sentía sola, sin rumbo y con nada que aportar al mundo.**

Gracias a la manifestación, pasé de no poder pagar el alquiler, a vivir en el piso de mis sueños, **ser propietaria de dos pisos más, crear dos empresas, ser financieramente libre, encontrar mi misión y vivir de ella**, manifestar más de 3M€, y acompañar a mujeres del mundo entero a crear la vida de sus sueños. Manifesté mi relación de pareja soñada.

Y antes de que idealices mi vida o que pienses que me la estoy inventando para quedar bien, quiero decir que no, no todo es perfecto. Claro, sigo teniendo problemas e incluso días de bajón. **Lo que cambia es que hoy tengo libertad para salir del bajón en vez de estancarme en él, y sobre todo libertad de hacer lo que quiera con quién quiera, cuando quiera.** Lo más importante en mi vida ahora, es enseñar todo lo que sé a las mujeres del mundo para que así creen la vida de sus sueños ellas también.

Qué es la manifestación. ¿De verdad puede hacer realidad nuestros sueños?

Las que podemos hacer realidad nuestros sueños, somos nosotras, el poder siempre viene de dentro. **La manifestación es una herramienta al servicio del poder que tenemos de crear nuestra vida.** Es el proceso a través del cual hacemos real y tangible algo que existía solo en nuestra imaginación.

Antes de levantar los ojos al cielo por considerarlo un concepto “esotérico”, parémonos a pensar que absolutamente todo lo que existe alrededor nuestro, parte de una idea. Todo lo que es, se gestó primero en lo invisible. **Todo lo que tienes y ves a tu alrededor, no son más que ideas que se volvieron materia.** Desde el dispositivo en el que lees este artículo, hasta la ropa que te pusiste esta mañana, pasando por el transporte que elegiste para desplazarte.

Nuestros sueños también son ideas esperando a ser observadas para manifestarse.

De eso trata la manifestación. Contamos con una tecnología punta para crear milagros, lo que es a la vez nuestra mayor bendición y mayor responsabilidad. Aprender a usar la manifestación **es el arte y la ciencia de poner a nuestro servicio las leyes de nuestra mente subconsciente y del Universo**, para así materializar nuestros sueños.

¿Todo el mundo puede aprender a manifestar?

Todos manifestamos, las 24h del día. La manifestación no es una opción que encendemos o apagamos, es la manera con la que creamos nuestra realidad entera. Al igual que la ley de la gravedad siempre actúa, creamos en ella o no, la ley de la atracción siempre está en acción.

No hay tal cosa como no saber manifestar. **Moldeamos nuestra vida en base a nuestras creencias, la mayor parte subconscientes,** y hasta que no las actualicemos, a pesar de tener grandes objetivos a nivel consciente, seguiremos sabotando nuestros resultados.

El problema no radica en que las personas no puedan manifestar, sino en que tienen ese poder sin saber usarlo de manera consciente. Como decía Henry Ford, **“tanto si crees que puedes como si crees que no puedes, estás en lo cierto”.** La mayor parte de las veces, por nuestros programas inconscientes, nos hacemos expertos en manifestar ¡lo que no queremos! Usar la manifestación consciente es aprender a manifestar menos de lo que NO queremos y más de lo que SÍ queremos.

¿Por qué son más las mujeres que los hombres las que creen en ello?

Más allá de la manifestación, las mujeres son mucho más propensas a indagar e involucrarse en su propio desarrollo personal y espiritual. Representan más del 70% de las personas que invierten en su crecimiento.

Creo que hay varias razones para esto. **Indagar en nuestro propio crecimiento implica mirar nuestras sombras y conectar con nuestras emociones,** incluso las que no nos gustan. Es aceptar pedir ayuda y ser vulnerable. Es poner en cuestión nuestra visión del mundo y abrirnos a cambiarla por completo.

Históricamente, estas características no se han ni premiado ni, en muchas ocasiones, tolerado en los hombres. **Hay hombres que me escriben para agradecerme mi contenido, aunque está enfocado a mujeres,** y comentan que les da vergüenza compartir con sus amigos el tema de la manifestación. Creo que hay más hombres de lo que creemos que están interesados en el tema, y que poco a poco, ¡se atreverán más a unirse al movimiento!

¿Cómo sabotamos nuestros sueños y deseos?

No se trata ni de una falta de fuerza de voluntad, ni de motivación o constancia,

como muchas se culpan por creerlo. **El secreto radica en entender que tenemos dos mentes, y si las dos no están de acuerdo**, por mucho que queramos alcanzar un objetivo, o no lo conseguiremos, o no sabremos mantenerlo en el tiempo.

Nuestra mente consciente nos permite elegir nuestros objetivos, pero no es la que nos permite conseguirlos. **Nuestra mente subconsciente es la responsable del 95% de nuestra actividad mental, comportamiento y resultados.**

Si las dos mentes no están de acuerdo, trabajando hacia el mismo objetivo, ¿cuál de las dos crees que ganará? **Cuando los 95% de ti no están de acuerdo con lo que deseas manifestar**, empieza el autosabotaje.

Es por eso que, cada año nuevo, los gimnasios se llenan de personas que se prometen que esta vez irán tres veces a la semana durante todo el año. Sienten motivación, compran ropa nueva e incluso bambas. Pero después de unos meses, ya casi nadie está. Y lo peor es que **luego se culpan o incluso sienten vergüenza por no haberlo conseguido**. Algunos hasta piensan que hay algo mal en ellos.

Pero la verdad es que sin crear un cambio a nivel subconsciente e indentitario, los cambios no pueden ser duraderos. En el caso del deporte, **cuando indagamos en las creencias profundas que esas personas tienen podemos encontrar numerosas del tipo**: el deporte es sufrimiento, hay que tener un cierto tipo de cuerpo para poder ir al gimnasio; que no son deportistas, no tienen constancia, etc

Manifestación, física cuántica y Universo

Dicen que los milagros son solo ciencia que aún no ha sido descubierta. En el caso de la manifestación, la física cuántica nos permite hoy entender muchos de sus principios y respaldar lo que las tradiciones espirituales explicaron desde milenios.

Yo uso Universo y campo cuántico de manera indiferenciada. **Gracias a la física cuántica, sabemos hoy que todo lo que nos rodea es energía vibrando**, incluso nuestro propio cuerpo. El biólogo Bruce Lipton explica que si nuestro propio cuerpo nos parece sólido, es solo por la misma razón que si un coche entra en colisión con un tornado, estalla. El tornado no es sólido, sino que la rapidez con la que gira crea esta impresión, y lo mismo ocurre con nuestros átomos.

Lo que los científicos cuánticos llaman **el efecto observador, es el fenómeno a través del cual, donde pongamos nuestra atención, colapsamos la energía del campo**

cuántico en materia en el plano físico. La mayoría de la gente piensa que se trata de enfocar la atención de su mente consciente, pero esto es solo una pequeña parte del iceberg. El campo / Universo no juzga o decide quién merece o quién no. Simplemente **nos hace de espejo de la impronta energética que emitimos en base a nuestras creencias**, pensamientos emociones y acciones. Más que pedir al Universo, se trata de alinear nuestra impronta energética con la impronta de la realidad que deseamos crear.

¿Por qué es tan importante acompañar la manifestación de emociones elevadas?

Lo primero que quiero aclarar a los lectores es que **manifestar no quiere decir estar positiva y sentirnos bien las 24h del día**. Esta es una interpretación errónea que hacen la mayoría de las personas que mencionan el tema en las redes sociales sin saber. ¡Y hace muchísimo daño! ¡Me he encontrado con una cantidad increíble de mujeres expuestas a este tipo de contenidos que se sentían mal por tener emociones.

La gran paradoja es que, muy a menudo, **es la expectativa de no tener emociones negativas la que nos estanca en el sufrimiento**. En mi libro, 'Tu Éxito es Inevitable', hablo de diferentes técnicas de gestión emocional, para poder vivir nuestras emociones sin apegarnos a ellas, y así sentir más plenitud.

Cada emoción tiene su vibración y las emociones que sentimos con más frecuencia llegan a formar parte de nuestra impronta energética, la que se comunica con el campo cuántico. **Las emociones de gratitud y amor son de las más altas en vibración**, como lo explica el físico y psiquiatra Dr. Hawkins con su escalera de la consciencia, y nos permiten conectarnos con más facilidad a la abundancia del Universo.

Una pequeña práctica de gratitud diaria, es **enumerar tres cosas por las cuales estamos agradecidas antes de ir a dormir**, ya crea un cambio interno considerable sin tener que cancelar el resto nuestras emociones.

Hay un capítulo de tu libro muy atractivo: 'Conviértete en un imán para el dinero'. ¿De verdad es posible?

¡Me hace falta tan muchísimo más que un artículo para explicarlo! Eso sí, **lo primero es reprogramar la cantidad impresionante de creencias limitantes** que tenemos acerca del dinero, de los ricos y de la prosperidad. Si pido que me mencionen qué es lo primero que te viene a la mente cuando piensas en "un rico", la gran mayoría de las personas mencionan rasgos negativos, como alguien avaro, deshonesto; y también suele ser masculino y de mayor edad.

Si esas son las creencias que tenemos, **nuestro subconsciente nos va a querer proteger a toda costa** de volvernos nosotras también personas avariciosas y sin alma. Pero estas no son las únicas creencias limitantes sobre el dinero. Por ejemplo, mis alumnas artistas tienen algunas específicas a su profesión del tipo **“no se puede vivir bien dedicándome a mi pasión”, “el arte es un hobby”, “los artistas son pobres”**.

En cambio, cuando mis alumnas ejecutivas llegan a un techo de ingresos que no parecen poder superar, observamos creencias del tipo **“si soy rica la gente que amo me envidará”, “si gano mucho dinero, me deberé hacer cargo de toda mi familia”, “acabaré sola”** etc.

En general, como mujeres educadas en una sociedad patriarcal, **hemos integrado muchos programas subconscientes específicos sobre mujeres y dinero**, como “el dinero es un asunto de hombres” o, “como mujer no puedo ser a la vez rica, amada y feliz”. Parece una locura, pero aunque no lo creamos conscientemente, **es importantísimo revisar y darle la vuelta a esos sabotadores internos** que no nos dejan prosperar.

Leer tu libro es una de las mejores formas para aprender a manifestar pero ¿puedes darnos algunos tips para empezar a hacerlo?

Claro, en el libro detallo los seis pasos claves para aprender a usar la manifestación para manifestar la vida de nuestros sueños. Empecemos por ver aquí juntas los primeros.

- 1. Crear una visión.** Se trata de dejar de enfocarse en lo que no queremos para enfocarnos en lo que sí. Donde ponemos la atención, creamos la materia. Hacer un ejercicio tan simple como escribir tu vida soñada sobre un papel ya empieza a enfocar tu energía hacia lo que deseas crear.
- 2. Derribar las creencias que te sabotean.** He mencionado ya la importancia de este elemento en respuestas anteriores. Indagar en las razones por las que creemos que lo que queremos no es posible, no es para nosotras o no lo merecemos y empezar a cuestionarlas y reemplazarlas por creencias empoderadoras.
- 3. Ser la persona que ya lo ha conseguido.** ¿Cómo es la persona que ya ha conseguido lo que tú deseas? ¿Cómo se porta, qué lee, en qué invierte, qué siente? Empezar a actuar como ella desde ya.