

# ¿AUN NO SABES COMO MANIFESTAR LA REALIDAD QUE DESEAS?

ACCESA A TU INCONSCIENTE  
UTILIZANDO LA;

## TEORIA DE ESPEJOS



Written By  
**Mariel Villarroel Esté**



## TEORIA DE ESPEJOS. MIRAR HACIA AFUERA PARA DESCUBRIR LO QUE ESTA ADENTRO DE MI.

Si estamos aquí en esta realidad presente, tu y yo conectados, es porque decidimos venir a este mundo y evolucionar, crecer, cambiar y dentro de todo ese proceso y ganas de cambio nos encontramos con la dualidad de realidades; que son nuestros deseos y ganas de cumplir todo lo que queremos y de saber que así lo podemos lograr y hay maneras de hacerlo y con la realidad en contra parte de que nuestros deseos no se cumplen, vivimos fracasos, desilusiones, dolor, pérdidas, etc. y esa dualidad nos hace buscar mas allá, preguntarnos,;

***¿Cómo lo logro? ¿Qué tengo que hacer para poder abrir ese portal hacia en merecimiento, hacia la alineación de energías que me permitan vivir en paz? ¿Cómo puedo llevar una vida atrayendo más de lo que realmente mi corazón desea y anhela?***

Abrir puertas a nuestro inconsciente, es uno de los pasos que nos lleva a la posibilidad de hacer magia con nuestras vidas, ver realmente lo que este arraigado en nosotros, bajo falsas y viejas creencias y así poder cambiarlo a lo que nuestro Yo actual, después de trabajo de cambio y despertar sabe que puede lograr. **La Teoría de Los Espejos** nos permite indagar de una manera practica y fácil, a través de nuestro entorno, que es lo que está allí adentro sembrado, para así poder visualizarlo, analizarlo y cambiarlo y asegurarnos nosotros mismos nuestra felicidad plena y absoluta.

*Desde mi experiencia;* ha sido después de muchos años en el camino del descubrimiento de mi ser y de mi alma; de mucho conocimiento y de trabajo personal practico con terapeutas que he aprendido sobre el peso que tiene el inconsciente en la manifestación de nuestra realidad inmediata y del futuro, aprender herramientas para poder acceder este, ver que hay allí y de esta manera poder cambiar mi mente para así lograr mis deseos en esta existencia que estoy transitando.

Los descubrimientos han sido renovadores y de gran ayuda para ser un ser humano más feliz, más consiente y más en control de mi realidad. He podido hacer desde cambios pequeños y quizás sin mucho significado como cambiar conductas como por ejemplo, no alzar la voz tanto cuando me aviva un tema de conversación; (porque me molesta de otros y analizando espejos me doy cuenta que es algo que tengo y puedo mejorar) hasta realizaciones profundas del alma, de patrones que se repiten y personas que son espejos de karmas trascendentales de mi vida.



**Mariel Villaroel Esté**



Aunque fugaz o momentáneamente todos los seres humanos tenemos las ganas e intención de hacer algo mejor y de cambiar algo en algún momento; la perseverancia, la dedicación, el hábito y el desconocer herramientas de cómo lograrlo hace que esas intenciones se desvanezcan en el pasar del tiempo y volvamos a lo que estamos acostumbrados a ser, y se apague ese fuego de cambiar para así evolucionar nuestro ser y caminar un camino hacia una felicidad continua.

Aunado a esto, la Psique del Ser es compleja y se nos dificulta poder ver todo lo que está en nuestro inconsciente. La mente según estudios, esta dividida entre nuestra mente consciente y la mente inconsciente, donde la mente consciente apenas tiene un 15% de la totalidad y el inconsciente un 85%; esto quiere decir, que en su mayoría no nos damos cuenta, cuáles son algunas conductas que nos definen, ni tampoco sabemos qué le está diciendo y pidiendo nuestro inconsciente a la energía universal. Es decir, aunque conscientemente queremos ser felices, merecer riquezas, salud, una familia, amor, trabajo, etc., si lo que está en nuestro inconsciente cree lo contrario por alguna razón y esto se manifiesta en nuestra realidad.

# TEORÍA DE ESPEJOS

**La Teoría de Espejos** define que podemos ver en otras personas (cercanos a nuestras vidas y entorno) conductas que pueden ser reflejo de nosotros mismos; dichas conductas pueden ser ante nuestra percepción positiva o negativa, y si logramos desarrollar manejar esta destreza, podemos utilizarla como herramienta, para poder analizar, qué podemos mejorar, sanar, evolucionar y cambiar de nosotros mismos. Podemos ir tan adentro como queramos con esta Teoría, la oportunidad que ofrece, es que podemos proyectar todo eso que se encuentra en nuestro inconsciente en otros y así tener la oportunidad de observarnos y de esta manera se apertura la oportunidad al cambio interno para que así este mismo se refleje en nuestro exterior y logremos conseguir vivir con plenitud la vida que deseamos.



**La Teoría de los Espejos** se observa una clasificación o tipos de espejos para de esta manera orientar de una manera más sencilla a quienes observan el inconsciente a través del uso de la misma.

En esta guía explicaremos brevemente cuatro de los tipos de espejos, **El Directo, Indirecto, el Espejo del Juicio y el Transgeneracional**; con ejemplos de cada uno de ellos para que sea de fácil comprensión y puedas empezar a aplicarlo en tu vida.



**Mariel Villaroel Esté**

# Espejo Directo

Es el más sencillo de todos los tipos de espejos, cuando te resuene alguna característica de alguna persona en tu entorno bien sea positiva o negativa, esa característica puedes revisar si tú la posees. **Por Ejemplo:** Mi vecina me parece muy inteligente, puede que tu tengas esa característica y no la reconoces en ti. Por el contrario, algo negativo sería, no soporto que mi compañero de trabajo sea un criticón, puede ser que tu seas una persona que te guste criticar a los demás o eres un crítico de ti mismo, todo te lo criticas, piensas que no eres suficiente para nada.



# Espejo Opuesto o Indirecto



El espejo opuesto me deja saber que yo soy lo opuesto de ti, si lo que me resuena de ti, no lo consigo en mí, ni en mi realidad inmediata, entonces busco lo opuesto, recuerda siempre preguntarte: Me llama la atención \_\_\_\_\_, de tal persona, para así poder empezar esa búsqueda interna. **Por ejemplo** una persona floja, perezosa, quizás tu eres una persona muy trabajadora, al extremo que no dedicas tiempo a otras áreas importantes de tu vida por estar trabajando al extremo.

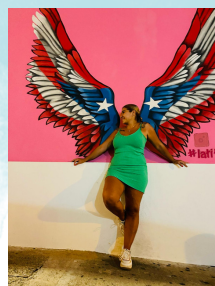


**Mariel Villaroel Esté**



# Espejo Transgeneracional

Es aquel que viaja en la familia, son situaciones o emociones no sanadas con nuestros miembros familiares y que repetimos con otras generaciones como pueden ser nuestros hijos o nietos; **por ejemplo**, mi hijo está teniendo problemas en la escuela y es poco comunicativo en casa, reviso y me doy cuenta que la relación con mis padres no está sana completamente y hay algunos aspectos en los que yo también fui o soy poco comunicativa con ellos.



Para poder masterizar el poner en práctica **la teoría de espejos se necesita practicar**, siempre pregúntate porque me resuena “tal cosa” de “tal persona”, y todos esos adjetivos calificativos que le atribuyes, plantéalos en ti, y a veces dirás “para nada, esa no soy YO”, aquí primero tratemos de callar al ego y después traspolamos la relación si no es con nosotros, nos puede querer reflejar algún tipo de relación de nuestra vida que no es saludable, puede ser la relación con una pareja, con nuestros padres, hijos, hermanos, etc.

Este material es un pequeño abre boca sobre todo lo que podemos avanzar e indagar sobre nuestras vidas si utilizamos **la Teoría de Espejos como herramienta de trabajo interior**; abrimos a nuevas posibilidades, dejarnos de victimizar culpando al otro o a las situaciones de la vida, nos permite tomar el timón de nuestra realidad y hacemos 100 por ciento responsables de nuestro destino, desde la felicidad y no desde el sufrimiento y la queja. Paso a paso, día a día podemos tomar la decisión de seguir desarrollándonos como seres conscientes en esta vida que hemos decidido vivir y que otro trabajo puede ser más bonito y gratificante que vivirla felices.

¡En mi viaje hacia la sanación y el autoconocimiento, descubrí herramientas poderosas para transformar vidas. Te invito a seguirme en mis redes sociales, donde comparto reflexiones, consejos y recursos para tu bienestar emocional y personal. Puedes acompañarme en este viaje haciendo clic en cada uno de los iconos de mis redes sociales. **¡Estoy emocionada de conectar contigo y compartir este camino de crecimiento y transformación juntos!**

Gracias por ser parte de esta comunidad de crecimiento y autoexploración. Juntos, podemos crear un impacto positivo en nuestras vidas y en el mundo que nos rodea. ¡Te espero en mis redes sociales!



**Mariel Villaroel Esté**