

El Secreto

RHONDA BYRNE

—



EL SECRETO

EL SECRETO

RHONDA BYRNE

Este es un servicio gratuito de:



abrazar la vida

Guía y Recursos para crear tu vida en la Nueva Energía

www.abrazarlavida.com.ar

1. EL SECRETO REVELADO

Un año atrás mi vida colapsó a mí alrededor.

Trabajé hasta el agotamiento.

Mi padre falleció repentinamente y mis relaciones estaban conmocionadas.

Poco sabía en ese momento que a partir de mi mayor desesperación, llegaría el mayor regalo.

Vislumbré un gran Secreto.

Comencé a buscar el secreto a través de la historia

EL SECRETO FUE ENTERRADO

EL SECRETO FUE CODICIADO

EL SECRETO FUE SUPRIMIDO

No podía creer la cantidad de personas que lo conocían.

Fueron los personajes más importantes de la historia. ¿Por qué nadie lo sabía?

Lo único que quería era compartir El Secreto con el Mundo

Comencé a buscar a las personas que hoy en día conocieran El Secreto

Una a una empezaron a surgir.

Este secreto le da todo lo que usted desea: felicidad, salud y riqueza.

Usted puede tener, hacer y ser todo lo que desee.

Podemos tener todo lo que elijamos.

Sin importar qué tan grande sea

En qué tipo de casa desea vivir?

Quiere ser millonario?

Qué tipo de negocio desea tener?

Quiere más éxito?

Qué es lo que realmente desea?

He visto suceder muchos milagros en la vida de las personas

Milagros financieros, milagros de sanación física, sanación mental, sanación de las relaciones.

Y todo esto sucedió porque sabían como aplicar el secreto.

Es el gran secreto de la vida.

**“EL SECRETO ES LA RESPUESTA A TODO LO QUE HA SIDO.
A TODO LO QUE ES, Y A TODO LO QUE SERÁ.”**

Emerson

Posiblemente ha estado sentado allí preguntándose cuál es el secreto.

Le contaré como llegué a comprenderlo.

Todos trabajamos con un poder infinito.

Todos nos guiamos exactamente por las mismas leyes.

Las leyes naturales del universo son tan exactas que no tenemos dificultad alguna para construir naves espaciales, podemos enviar personas a la luna y podemos calcular el aterrizaje con la precisión de una fracción de segundo

Sin importar si está en la India, en Australia, Nueva Zelanda, Estocolmo o Londres o Toronto, Montreal o Nueva York.

Todos trabajamos con un solo poder.

Una sola ley.

Es la atracción.

El Secreto es la Ley de la Atracción.

Todo lo que llega a su vida usted lo atrae a ella.

Y es atraído a usted por virtud de las imágenes que mantiene en su mente.

Es lo que usted piensa.

Todo aquello que sucede en su mente usted lo atrae hacia sí mismo.

Las personas inteligentes siempre lo supieron, puede retroceder hasta los antiguos Babilonios, ellos siempre lo supieron, es un selecto grupo de personas.

Por qué cree que el uno por ciento de la población recibe alrededor del 96% de todo el dinero ganado?

Acaso cree que es por casualidad?

No es por casualidad.

Ha sido diseñado de esa forma.

Ellos comprenden algo.

Ellos comprenden el Secreto.

Y ahora le presentamos El Secreto

La forma más sencilla para mí de ver la ley de la atracción, es pensando en mí como si fuese un imán y sé que un imán ejerce una atracción.

Básicamente, la ley de la atracción dice que lo similar atrae lo similar.

Pero en realidad hablamos a nivel del pensamiento.

Nuestra labor como humanos, es sostener los pensamientos de lo que deseamos, tener totalmente claro en nuestras mentes lo que deseamos, y desde ahí comenzamos a invocar una de las leyes más importantes del universo que es la ley de la atracción.

Usted se convierte en aquello en lo que piensa todo el tiempo, pero también atrae aquello en lo que piensa todo el tiempo

Si lo ve aquí, lo sostendrá aquí.

Y ese principio se puede resumir en tres palabras sencillas,

los pensamientos se vuelven cosas

Lo que muchas personas no comprenden es que un pensamiento tiene una frecuencia.

Todo pensamiento tiene una frecuencia y podemos medir ese pensamiento.

Si usted tiene un pensamiento una y otra y otra vez, si imagina en su mente, que tiene un nuevo automóvil, el dinero que necesita, crear esa compañía, encontrar su alma gemela.
Si imagina cómo es, está emitiendo esa frecuencia en forma consistente.

Los pensamientos envían esa señal magnética que atrae lo correspondiente.

Véase a sí mismo viviendo en abundancia y la atraerá.

Siempre funciona, funciona todas las veces, con todas las personas.

Pero aquí está el problema:

la mayoría de las personas piensan en lo que no desean y se preguntan por qué se presenta una y otra y otra vez.

A la ley de la atracción no le importa si usted percibe algo como bueno o malo o si no lo desea, o lo desea. Responde a sus pensamientos.

Si está sentada allí viendo una montaña de deudas, sintiéndose terriblemente mal, es la señal que está enviando al universo, "ayy, realmente me siento muy mal por todas estas deudas que tengo"

Lo está afirmando para sí misma, lo siente en cada nivel de su ser, y eso es lo que va a seguir teniendo.

Por eso, cuando observa aquello que desea y le dice que sí, está activando un pensamiento y la ley de la atracción responde a ese pensamiento, y le trae las cosas que coinciden con eso.

Pero cuando ve algo que no desea, y grita que 'No' lo quiere, en realidad no lo está alejando.

En cambio, está activando el pensamiento de aquello que no desea y así, la ley de la atracción también alinea esas cosas para usted.

Este universo está basado en la atracción, todo tiene que ver con la atracción.

La ley de la atracción funciona siempre, sea que crea en ella, o la comprenda o no.

Siempre funciona.

Usted podría estar pensando en el pasado, el presente, o el futuro, y aunque esté recordando, observando, o imaginando aún así, en ese proceso, estará activando pensamientos, y la ley de la atracción, que es la ley más poderosa del universo, responderá a su pensamiento.

La creación siempre sucede.

Cada vez que un individuo tiene un pensamiento o una forma crónica y prolongada de pensar, está en proceso de creación.

Y algo se va a manifestar como consecuencia de esos pensamientos.

La ley de la atracción dice, te daremos todo lo que dices y en lo que te enfocas.

Y así, si se queja sobre lo mal que está todo, lo que está creando es más de lo mal que está todo.

Tuve un estudiante llamado Roberto.

Roberto era gay y tomaba un curso que yo tenía en línea, parte de éste incluía contacto conmigo por e-mail.

Y me describió todas las realidades desoladoras de su vida.

En su trabajo, todas las personas se unían para burlarse, y estaba constantemente estresado por a la forma desagradable con que lo trataban.

Cuando caminaba por la calle, en cada cuadra lo acosaban las personas que le tenían fobia a los homosexuales, y que deseaban maltratarlo en alguna forma.

Deseaba convertirse en un comediante de centros nocturnos, y cuando salía al escenario y hacía su labor, todos lo interrumpían por ser gay.

Y su vida estaba llena de infelicidad y sufrimiento, y todo giraba alrededor de su idea de sentirse atacado porque era gay.

Comencé a enseñarle que se estaba enfocando en lo que no quería.

Le pedí que viera el e-mail que me había enviado y dije, "Vuelva a leerlo. Vea todas las cosas que no desea y de las cuales me habla. Y lo hace en forma muy apasionada. Cuando se enfoca en algo con gran apasionamiento, eso se cumple aún más rápidamente."

Entonces, verdaderamente comenzó a enfocarse en aquello que deseaba de corazón.

Y realmente empezó a lograrlo.

Lo que sucedió en las siguientes 6-8 semanas fue verdaderamente un milagro.

Dijo que todas las personas de su oficina que lo habían estado acosando o fueron transferidas a otro departamento, dejaron de trabajar en la compañía o comenzaron a dejarlo en paz.

Y empezó a amar su trabajo.

Notó que cuando caminaba por la calle, ya nadie se acercaba para acosarlo.

Ya no estaban ahí.

Cuando fue a presentar sus rutinas de comediante, comenzó a recibir ovaciones de pie y nadie lo interrumpía.

Toda su vida cambió, porque cambió de enfocarse en lo que no quería lo que temía, lo que deseaba evitar, para enfocarse en lo que sí deseaba.

Así, al ser muy positivos en nuestra apariencia y orientación, tendemos a atraer personas positivas y eventos y circunstancias positivas.

Cuando somos muy negativos o estamos muy enojados, tendemos a atraer personas negativas y enojadas, y circunstancias negativas y enojosas.

Y usted termina atrayendo hacia sí los pensamientos predominantes que sostiene en su conciencia, sean conscientes o inconscientes.

Ahí radica el problema.

Si observa con cuidado, cuando se trata del secreto y del poder de nuestra mente y del poder de la intención en nuestra vida diaria, nos rodea totalmente.

Lo único que debemos hacer es abrir nuestros ojos y mirar.

La Ley de la Atracción es evidente en su sociedad cuando ve que aquél que habla todo el tiempo de enfermedad, la tiene, que aquél que habla todo el tiempo en prosperidad, la tiene, la Ley de la Atracción se hace evidente en todo lo que lo rodea, si comprende de qué se trata.

Tiene que ver con que usted es un imán, que atrae pensamientos, personas, eventos, estilo de vida.

Todo aquello que llega a su experiencia llega debido a esta poderosa Ley de la Atracción.

No hablo solamente desde el punto de vista de los buenos deseos, o de la locura imaginaria.

Les hablo desde una comprensión básica mucho más profunda.

La física cuántica comienza a enfocarse en ese descubrimiento.

Dice que no se puede tener un universo sin que en ello participe la mente.

Que en realidad es la mente la que le da forma a lo que se percibe.

Y si no lo comprende, no significa que deba rechazarlo.

Tampoco comprendemos bien la electricidad.

En primer lugar nadie sabe lo que es la electricidad, y sin embargo disfruta sus beneficios.

¿Sabe cómo funciona?

Yo no sé cómo funciona.

Pero sí se esto, que puedes cocinar la cena de un hombre con electricidad, y también puedes cocinar al hombre.

EL SECRETO

Con frecuencia, cuando las personas comienzan a comprender el gran secreto, sienten temor por todos esos pensamientos negativos que tienen.

Es necesario que tengan claridad sobre dos cosas, una, se ha probado científicamente que un pensamiento afirmativo es cien veces más poderoso que un pensamiento negativo, con eso, podemos eliminar hasta cierto punto el grado de preocupación.

Ustedes viven en una realidad donde existe esa barrera de tiempo.

Y en verdad que es muy útil.

Usted no deseará encontrarse en un ambiente donde sus pensamientos se manifiesten inmediatamente.

La evidencia tarda en llegar y eso es realmente algo bueno.

Y así, si usted desea ser conciente de sus pensamientos, querrá elegir sus pensamientos con cuidado y divertirse haciéndolo, porque usted es la obra maestra de su propia vida, es el Miguel Ángel de su propia vida.

El David que está esculpiendo es usted mismo.

Y lo hace con sus pensamientos.

2. EL SECRETO AL ALCANCE DE TODOS

Los líderes del pasado que conocían el secreto, querían conservar el poder y no compartirlo.

Por eso, mantuvieron a las personas ignorantes sobre El Secreto.

Las personas iban a trabajar, cumplían con su labor y volvían al hogar.

Permanecían en un círculo sin poder alguno, porque El Secreto pertenecía sólo a unos pocos.

Vivimos en un Universo en el que existen leyes.

Al igual que existe una ley de gravedad, porque si cae de un edificio, no importa si es buena persona o mala persona, igualmente se estrellará contra el suelo.

Todo lo que lo rodea en este momento en su vida, incluyendo aquello de lo cual se queja, usted lo ha atraído.

Sé que, en primera instancia, es algo que detesta escuchar.

Inmediatamente dirá, yo no atraje el accidente del automóvil.

Yo no atraje ese cliente.

Yo no atraje esa deuda.

Yo no atraje... cualquier cosa de la que se esté quejando.

Y yo estoy aquí para desafiarlo un poco y decirle, usted sí lo atrajo.

Y este concepto es uno de los más difíciles de aceptar, pero una vez que lo acepte, transformará su vida.

Forma parte del gran Secreto.

Y la mayoría de nosotros lo atrae por defecto.

Aunque creemos que no tenemos ningún control sobre eso.

Nuestros pensamientos están en piloto automático, nuestros sentimientos están en piloto automático, y así, todo llega a nosotros por defecto.

Bueno, si es la primera vez que escucha esto, podría sentir como si "Ay! ¿tendré que vigilar ahora mis pensamientos? Eso significa mucho trabajo".

Al principio puede parecer que es así.

Pero ahí empieza la diversión.

No lo animamos a que trate de vigilar sus pensamientos.

Eso podría volverlo loco en cierta forma.

Muchos pensamientos llegan a usted, procedentes de distintas partes y sobre distintos asuntos.

Ahí es cuando entra su sistema de guía emocional.

Sus emociones – su sistema de guía emocional - es lo que le ayuda a comprender lo que está pensando.

Y así, sus pensamientos crean emociones.

Las emociones son ese regalo increíble que tenemos y que nos permiten conocer lo que estamos atrayendo.

Desde nuestra perspectiva, solamente existen dos emociones.

Con una nos sentimos bien y con la otra mal.

Ustedes las llaman de muchas formas diferentes, sin embargo, básicamente todas ellas son emociones negativas

- sea que las llamen culpa, enojo o frustración,

- todas se sienten en forma semejante.

No nos hacen sentir bien.

Y es una guía que indica que lo que está pensando en ese momento no está alineado con lo que desea realmente.

En otro nivel la llamamos mala frecuencia o mala vibra o como queramos llamarla.

Aquello que lo hace sentir bien, ese sentimiento de esperanza, o alegría o amor esa buena sensación, esa emoción positiva es una guía que indica que lo que está pensando en ese instante está alineado con lo que desea.

En realidad es así de sencillo.

La respuesta está justo ahí.

¿Qué estoy atrayendo en este momento?

Bueno, ¿cómo me siento? me siento bien.

Si es así, siga haciéndolo.

Nuestros sentimientos son el mecanismo de retroalimentación que nos indica si estamos en nuestro camino o no, si estamos en el camino o fuera de él.

Cuanto mejor se sienta, más alineado estará.

Cuanto peor se sienta, más desalineado estará.

Lo que usted hace a medida que transcurre la multiplicidad de su experiencia diaria, es ofrecer pensamientos que literalmente formulan su experiencia futura.

Y puede deducirlo por la forma en que se siente, si aquello hacia lo cual se dirige le dará gusto cuando llegue ahí.

AQUELLO QUE ESTÁ SINTIENDO ES UN REFLEJO PERFECTO DE AQUELLO QUE ESTÁ EN PROCESO DE VOLVERSE REALIDAD

Y obtiene exactamente lo que siente más que lo que piensa.

Es por eso que cuando se levantan de mal genio al salir de la cama, tienden a seguir igual.

Todo el día sigue en la misma forma.

No comprenden que con un sencillo cambio de sus emociones pueden cambiar todo su día y su vida.

Si se levanta radiante, teniendo un buen día y sostiene esa sensación de alegría en tanto no permita que algo cambie su ánimo, continuará atrayendo, por ley de atracción más situaciones, circunstancias y personas que conserven esa sensación de felicidad.

Días buenos, días malos, los ricos enriquecen, los pobres empobrecen, todo tiene que ver con lo que estas personas sienten predominantemente y constantemente.

En este mismo instante puede empezar a sentirse saludable.

Puede empezar a sentirse próspero.

Puede empezar a sentir el amor que lo rodea, incluso si no está ahí.

Y lo que sucederá es que el Universo coincidirá con la naturaleza de su canción, coincidirá con la naturaleza de su sentimiento interno, y lo manifestará, porque así es como usted se siente.

Básicamente, aquello en lo que se enfoca con pensamiento y sentimiento es lo que atrae a su experiencia, sea que lo quiera o no.

LO QUE USTED PIENSA Y LO QUE SIENTE Y LO QUE SE MANIFIESTA SIEMPRE COINCIDEN.

Todas las veces. Sin excepción.

Es difícil aceptarlo.

Pero cuando somos capaces de abrirnos a eso, las ramificaciones son sorprendentes.

Significa que todo lo que el pensamiento ha creado en su vida, se puede deshacer por medio de un cambio de conciencia.

“USTED CREA SU PROPIO UNIVERSO A MEDIDA QUE TRASCURRE SU VIDA”

Winston Churchill

Realmente es importante que se sienta bien, porque ese sentirse bien es lo que envía una señal al Universo, que comienza a atraer más de lo mismo hacia usted.

Y así, cuanto mayor sea el tiempo que se sienta bien más atraerá las cosas que le ayuden a sentirse bien, y podrán continuar elevándolo cada vez más y más.

Cuando se sienta deprimido, ¿sabe que puede cambiar eso así de fácil?

Ponga una hermosa pieza de música.

Empiece a cantar. Eso cambiará su emoción.

O piense en algo hermoso.

Piense en un bebé.

Tal vez en uno que ame.

Y quédese ahí. Sostenga ese pensamiento en su mente, bloquee todo lo demás excepto ese pensamiento.

Le garantizo que empezará a sentirse bien.

Por ejemplo, ese principio aplica a la mascota de su familia lo cual creo maravilloso porque lo pone en un estado emocional grandioso.

Cuando siente amor por su mascota, es una condición de amor maravillosa que atraerá un mayor bienestar a su vida.

¡Es un regalo precioso!

Y cuando comienza a comprender cómo funciona, cuando empieza a orientar sus pensamientos basado en la forma como siente, y empieza a percibir la relación que existe entre lo que siente y piensa y lo que regresa a usted, antes de lo que imagina, sabrá que es el creador de su realidad.

Y aquellos que observan en la distancia se sorprenderán de la vida tan perfecta que vive.

Desde que conocí el Secreto y comencé a aplicarlo en mi vida, ésta se volvió mágica.

Creo que tengo la vida que todos sueñan, y la vivo sobre la base del día a día.

Vivo en una mansión de cuatro millones y medio de dólares, tengo una esposa que adoro,

Voy de vacaciones a todos los lugares fabulosos del mundo,

He subido montañas, explorado, participado en safaris.

Y todo esto sucedió y continúa sucediendo porque conozco la forma de aplicar el Secreto.

La vida puede ser fenomenal y debería serlo, y lo será cuando empiece a usar el Secreto.

3. CÓMO USAR EL SECRETO

Muchas personas me preguntan cuál es su papel en el proceso creativo, y cuál es el del Universo. Veamos eso por un momento.

Usemos la metáfora de Aladino y su lámpara.

Probablemente la conoce.

Aladino levanta la lámpara y le quita el polvo, y aparece un genio.

El genio siempre dice lo mismo:

“Tus deseos son mis órdenes”

Si busca los orígenes de la historia, bueno, creemos que concede tres deseos, pero si busca los orígenes en la historia verá que no existen límites para lo que pueda desear.

Piense en eso.

Ahora, tome esta metáfora, sáquele provecho y aplíquela en su vida.

Recuerde que Aladino es el que siempre pide lo que desea.

Después viene todo el Universo, que es el Gran Genio, las tradiciones lo han llamado en muchas formas.

Su Santo Angel guardián, su Ser Superior.

Podemos llamarlo de muchas formas, y puede elegir la que funcione mejor para usted.

Pero todas las tradiciones nos han enseñado que existe algo que es más grande que nosotros, y el genio siempre repite una sola cosa: “Tus deseos son mis órdenes”

Por eso, queremos contarle que el proceso creativo tiene tres pasos:

El paso uno es que debe pedir aquello que desea.

No es necesario que use palabras para pedirlo, de hecho, el Universo ni siquiera escucha las palabras que pronuncia.

El Universo responde totalmente a su pensamiento.

¿Qué es lo que desea realmente?

Siéntese y escríbalo en una hoja de papel.

Escríbalo en presente.

Podría comenzar con: “Estoy muy feliz y agradecido ahora que ...”

Y a continuación explique cómo quiere que sea su vida.

En todas las áreas.

Es realmente divertido.

Es como tener el Universo en un catálogo,

y usted va pasando las páginas y dice

“Me gustaría tener ésta experiencia y éste producto, y una persona como ésta”

Se trata de usted haciendo su pedido al Universo.

Realmente, es así de fácil.

El segundo paso es la respuesta.

Una respuesta a lo que está pidiendo.

Y eso no le corresponde a usted en la forma física.

El Universo se encargará de ese paso.

Todas las fuerzas del universo responden a los pensamientos que usted ha puesto en acción.

Genio: “Tus deseos son mis órdenes.”

Y el Universo comenzará a organizarse para que eso suceda.

La mayoría de nosotros no nos hemos permitido desear aquello que verdaderamente queremos, porque no podemos ver en qué forma se manifestará.

Si investiga un poco será evidente para usted que todo aquél que ha logrado algo en la vida no sabía en qué forma lo lograría.

Lo único que sabía era que lo haría.

No es necesario que sepa en qué forma se hará realidad.
Usted no necesita saber cómo se reorganizará el Universo.

Usted no sabe cómo se presentará pero atraerá la forma.

Y así, a veces dicen: "Algo terrible debe estar pasando porque sé que estoy pidiendo, pero ¿dónde está lo que pido?" y le decimos, "Está pidiendo, está completando el paso uno, es lo único que puede hacer.

Y el Universo siempre responde, sin excepción".

Pero existe otro paso que usted debe comprender, y se llama el **paso tres, que es el paso de recibir.**

Lo que significa que usted se debe alinear con aquello que está pidiendo.

Cuando está alineado con lo que desea, se siente maravillosamente.

Eso es entusiasmo, es alegría, es agradecimiento, es el sentimiento de lo que nos apasiona.

Pero cuando siente desesperación, o temor, o enojo, es un fuerte indicio que usted no está alineado en ese momento con aquello que está pidiendo.

Y así, cuando comienza a comprender que la forma como siente lo es todo, y empieza a dirigir sus pensamientos basado en la forma cómo siente, poco a poco podrá descubrir el sentimiento y ser uno con él, y con eso, deberá manifestarse en su experiencia.

Y cuando esa fantasía se vuelve un hecho está en posición de crear fantasías más grandes y mejores.
Y eso, amigos, es el proceso creativo.

Por eso, el estudio y la práctica de la ley de atracción consiste en descubrir aquello que le ayudará a generar los sentimientos de tener ahora mismo lo que quiere.

Vaya y ensaye ese automóvil, vaya a comprar esa casa, entre en la casa.

Haga lo necesario para crear los sentimientos de que ya lo tiene en este momento, y recuérdelos.

Todo lo que pueda hacer para lograrlo le ayudará a atraerlo.

Podría ser que se despierte y ahí está, se ha manifestado.

O, podría llegarle una idea inspirada respecto a una acción que deba tomar.

Definitivamente no debería decir: "Bueno, podría lograrlo en esta forma, pero caramba, detesto hacerlo así"

Porque si ése es el caso, no está en el camino correcto.

A veces es necesario tomar acción, pero si lo está haciendo alineado con lo que el Universo trata de entregarle, se sentirá lleno de alegría, lleno de vida, el tiempo se detendrá, usted podría pasarse el día haciéndolo.

Al Universo le gusta la **velocidad**, no lo demore, no suponga, no dude.

Cuando la oportunidad se presente, cuando llegue el impulso, cuando la intuición interna aparezca, actúe.
Es su labor.

Y es lo único que tiene que hacer.

Atraerá todo lo que necesite.

Si necesita dinero, lo atraerá,

Si necesita personas, las atraerá.

Si es un libro específico, lo atraerá.

Debe prestar atención a aquello a lo que se siente atraído, porque a medida que sostiene las imágenes de lo que desea, se sentirá atraído hacia las cosas y éstas se verán atraídas hacia usted.
Pero llegan literalmente a su realidad física con y a través de usted.
Y lo hacen por medio de la ley.

Puede comenzar con nada, y de la nada y de ninguna parte se creará la forma.

Piense en esto.

Un carro viaja a través de la noche, las luces solamente iluminan de cien a doscientos pies al frente, y usted puede recorrer todo el camino desde California hasta Nueva Cork conduciendo a través de la oscuridad, porque lo único que necesita ver son los siguientes doscientos pies.

Así es como la vida tiende a desarrollarse frente a nosotros.

Y si confiamos en que verá a continuación los siguientes doscientos pasos y después podrá ver los otros doscientos pasos, su vida continuará desenvolviéndose, y eventualmente lo llevará a su destino o hacia aquello que realmente desea, porque usted lo está deseando.

“DEBE DAR EL PRIMER PASO CON FE.

NO NECESITA VER TODA LA ESCALERA, TAN SÓLO DEBE DAR EL PRIMER PASO.”

Martin Luther King Jr.

Otra cosa que las personas se preguntan es, ¿cuánto tiempo tomará?

Cuánto tiempo tomará manifestar el automóvil, la relación, el dinero, o lo que sea.

Bueno, no tengo un libro de instrucciones que diga le tomará treinta minutos o tres días o treinta días.

Creo que tiene que ver conque usted esté alineado con el Universo.

El tamaño no significa nada para el universo.

A nivel científico, no es más difícil atraer algo que consideramos gigantesco o aquello que consideramos muy pequeño...

Todo lo que hace el universo no requiere esfuerzo alguno.

El pasto no se esfuerza por crecer, sucede sin esfuerzo.

Todo tiene que ver con lo que sucede aquí arriba.

Es lo que nosotros establecemos al decir ‘Esto es grande, tomará algún tiempo’ y ‘Esto es pequeño, le daré una hora.’

Esas son las reglas que definimos.

De acuerdo con el Universo no existen reglas.

Usted pone los sentimientos de que lo tiene ahora y él responderá.

Para algunas personas es más fácil con cosas pequeñas, y dicen: ‘Empezaré con algo pequeño, como una taza de café. Ponga su intención de atraer una taza de café hoy’.

Sostenga la imagen de estar hablando con un viejo amigo que no ha visto por largo tiempo.

De alguna forma, u otra persona comenzará a hablarle sobre esa persona, esa persona le llamará por teléfono o usted recibirá una carta de ella.

Las personas se sorprenden de la forma que encuentro estacionamiento, y lo he venido haciendo desde que comprendí el Secreto por primera vez.

Visualizo el estacionamiento exactamente en el lugar que lo deseo y el 95% de las veces me está esperando, y sencillamente me estaciono.

Un 5% de las veces debo esperar un minuto o dos y la persona saldrá y yo ingresaré.

Hago eso todo el tiempo.

4. PROCESOS PODEROSOS

Muchas personas se sienten estancadas, prisioneras o limitadas a sus circunstancias actuales, quiero hacerle notar que, sin importar las circunstancias en las cuales esté en este momento solamente corresponden a su realidad actual, y su realidad actual comenzará a cambiar como resultado de haber visto esto y empiezan a usar El Secreto.

A veces siente que está estancado, porque sigue repitiendo los mismos pensamientos una y otra vez. Y por eso tiende a obtener los mismos resultados una y otra vez, y ello se debe a que:

LA MAYORÍA DE LAS PERSONAS OFRECEN GRAN PARTE DE SUS PENSAMIENTOS EN RESPUESTA DE AQUELLO QUE OBSERVAN

Si usted solamente ve lo que está pasando, continúa pensando en lo que está pasando.
Y cuando piensa en lo que está pasando, la Ley de la Atracción le traerá más de lo mismo.
Y si tan solo ve lo que es, piensa en lo que es, y la Ley de Atracción le dará más de lo que es.
Y así, solo ve aquello... ya hemos hablado de eso, ¿verdad?
Usted tendrá que descubrir la forma de enfocar lo que es desde un punto de vista diferente.

La mayoría de las personas miran su situación actual y dicen: 'es lo que soy.'
Eso no es lo que usted es, es lo que fue.
Observa la situación actual de su vida, como por ejemplo, que no tiene mucho dinero en su cuenta bancaria o no tiene la relación que desea, o que su salud o condición física no es la deseada, eso no es lo que es, es el resultado residual de sus pensamientos y acciones pasadas.
Y por eso, constantemente vivimos en ese residuo de pensamientos y acciones del pasado.
Cuando ve su situación actual y se define a sí mismo según eso, se está condenando a nada distinto que más de lo mismo en el futuro.

"TODO LO QUE SOMOS ES EL RESULTADO DE AQUELLO QUE HEMOS PENSADO."

Buddha

Bien, ¿que puede hacer en este mismo instante para empezar a cambiar su vida?
Le hablaré de dos o tres cosas.

GRATITUD

Empiece a hacer una lista de lo que agradece en su vida.
Empiece con eso, porque eso cambia su energía.
Empiece a cambiar su pensamiento.
Es posible que antes de este ejercicio usted estuviese enfocado en lo que no tiene, o en sus quejas, o en los problemas que tenga, cuando haga este ejercicio comenzará a caminar en otra dirección.
Empezará a sentirse agradecido por las cosas que lo hacen sentirse bien.

La gratitud es realmente el camino para atraer más de lo mismo hacia tu vida.
Todo hombre sabe que cuando su esposa agradece las pequeñas cosas que hace, ¿qué quiere hacer?
Quiere hacer más de lo mismo.
Siempre se trata del agradecimiento.
Atraer las cosas, atraer el apoyo.

Por muchos años he dicho que aquello en lo que pensamos es lo que atraemos.

Porque esa es la sensación que usted debe tener, y por eso para mí ha sido un ejercicio poderoso, levantarme todas las mañanas y dar gracias,

Cada mañana cuando mis pies tocan el suelo, doy gracias.

Empiezo a hacer un recuento de las cosas por las cuales estoy agradecido mientras me cepillo los dientes y hago las cosas que acostumbro por la mañana.

Y no solamente pienso en ellas y repito una rutina memorizada, sino que experimento y envío esos sentimientos de gratitud.

Cuando empiece a sentir en forma diferente sobre lo que ya tiene, comenzará a atraer más cosas buenas sobre las cuales se pueda sentir agradecido.

Porque podría mirar a su alrededor y decir "Bueno, no tengo el automóvil que quiero; no tengo la casa que quiero, No tengo la salud que quiero, No tengo la esposa que quiero.

Uau! atrás, atrás

Todas esas son cosas que no desea.

Enfóquese en aquello que ya tiene y por lo cual está agradecido y quizás pueda comprenderlo.

Podría ser el vestuario que tiene.

Tal vez prefiere algo distinto y lo conseguirá rápidamente si comienza a sentirse agradecido por lo que tiene.

Pienso que todos tenemos momentos en los cuales decimos,

"Ay Dios, las cosas no están funcionando o las cosas están yendo mal, y pasa esto en mi familia..."

y encontré una piedra, y la metí en mi bolsillo y pensé, "Cada vez que toque esta piedra, voy a pensar en algo por lo cual me sienta agradecido."

Y así, todas las mañanas me levanto, la tomo de la cómoda y la guardo en mi bolsillo, y recorro las cosas por las cuales me siento agradecido.

Por las noches vacío mi bolsillo y ahí está otra vez.

He tenido algunas experiencias sorprendentes con eso.

Había un hombre de África del Sur, que vio cuando se me cayó al suelo y me preguntó, "¿Qué es eso?"

Le expliqué, y él empezó a llamarla ... "La piedra del agradecimiento."

Dos semanas más tarde recibí un e-mail desde África del Sur.

Me decía: "Mi hijo está muriendo de una rara enfermedad, es un tipo de Hepatitis. ¿Podrías enviarme tres piedras de agradecimiento?"

Tan solo era una piedra que encontré en la calle, así que le respondí, "por supuesto"

Tenía que asegurarme que las piedras fueran muy especiales, así que fui a un arroyo, busqué y escogí las piedras adecuadas y se las envié.

Cuatro meses después, recibí un e-mail.

Decía, "Mi hijo está mejor, le está yendo maravillosamente," y agregó, "pero debes saber algo ...

Vendí más de mil piedras a diez dólares cada una como piedras de agradecimiento, y recaudamos todo ese dinero para obras de caridad. Muchas gracias."

Y por eso es muy importante mantener una actitud de agradecimiento.

Otra cosa que me gustaría sugerir es que en este mismo instante dé un giro a su vida y es algo tan grande que no puedo encontrar las palabras para describirlo solo hacerle comprender lo poderoso que puede ser para usted.

VISUALICE

Tomé el proceso de visualización del programa Apollo, y lo instituí en el programa Olímpico durante las décadas de los 80 y los 90.

Se llamó el ensayo del motor visual.

CUANDO USTED VISUALIZA, MATERIALIZA

Y lo interesante respecto a la mente es que tomamos atletas Olímpicos y los conectamos a un equipo sofisticado de bio-retroalimentación, y les pedimos que corrieran el evento en su mente.

Increíblemente, se activaron los mismos músculos y en la misma secuencia cuando corrían la carrera en su mente, que cuando corrían en la pista.

¿Por qué sucedía esto?

Porque la mente no puede distinguir si lo está haciendo en la realidad o solamente se trata de una práctica. Pienso, que si ha estado allí con la mente, irá allí en el cuerpo.

Cuando visualiza, cuando logra que ese cuadro aparezca en su mente, siempre y únicamente manténgase enfocado en el resultado final.

Le daré un ejemplo, observe el dorso de sus manos en este instante.

Realmente, mire el dorso de sus manos, el color de su piel, las pecas, las venas, los anillos, las uñas.

Fije todos esos detalles en su memoria justo antes de cerrar sus ojos y entonces vea sus manos, sus dedos sujetando el volante de su nuevo automóvil.

Es una experiencia holográfica muy real, tan real en ese momento, que incluso ni siquiera siente que necesita el automóvil, porque siente como si ya lo tuviera.

En realidad es el sentir lo que crea la atracción, y no es solamente la imagen o el pensamiento y pienso que muchas personas creen que “Bueno, si tengo pensamientos positivos o si me visualizo teniendo aquello que deseo, será suficiente.”

Pero lo están haciendo sin sentir que tienen abundancia, o sin sentirse amorosos o alegres.

Eso no proviene de la mente y es lo que crea el poder de la atracción.

En ese momento el Secreto entra en acción.

Usted se sitúa en el momento de estar verdaderamente en ese automóvil, no se trata de “Oh, quisiera tener ese automóvil” o “Algún día tendré ese automóvil”, porque no está en el ahora.

Como puede ver, está en el futuro.

Si permanece con esa sensación seguirá siempre en el futuro.

Sienta la alegría, sienta la felicidad.

Sin importar lo tonto que pueda parecer en esa oscura y silenciosa habitación usted va a decir: “¡Qué maravilloso!”

¡Hágalo!

Muchas personas dirían, “Oye, ¿en serio tengo que hacer eso?”

Bueno ¿Con qué intensidad desea cambiar?

Sepa que el sentir, y esa visión interna, comenzarán a abrir la puerta a través de la cual el Universo empezará a expresarse.

“NO SÉ QUÉ COSA ES ÉSE PODER, LO ÚNICO QUE SÉ ES QUE EXISTE.”

Graham Bell

Nuestra función no es descubrir el cómo, el cómo se presentará como resultado del compromiso y la convicción del qué.

Los cómo son del dominio del Universo.

Éste siempre conoce el camino más corto, rápido, seguro y armonioso entre usted y su sueño.

Si lo entrega al universo se sorprenderá y deslumbrará con aquello que le llegará.

Así es como suceden la magia y los milagros.

Bien, me gustaría animarlo para que haga esto todos los días, pero el requisito es que jamás sea una tarea. Lo que verdaderamente es fundamental en todo lo relacionado con el Secreto es sentirse bien. Usted deseará sentirse muy alegre durante todo el proceso. Deseará sentirse elevado, feliz, y en lo posible, sintonizado.

La única diferencia entre las personas que viven de esta forma y aquellas que no viven en la magia de la vida, es que las personas que viven en la magia de la vida han desarrollado formas habituales de ser. Han transformado el proceso en un hábito, y la magia se presenta dondequiera que vayan, porque lo recuerdan y lo hacen todo el tiempo, y no como algo esporádico.

Las personas persisten por un tiempo y son verdaderas campeonas en esto y dicen, "Sabes? me siento muy entusiasmado, he visto el programa y voy a cambiar mi vida."
Y sin embargo, los resultados no aparecen, no aparecen, pero debajo de la superficie están a punto de brotar.
Y verá los resultados superficiales y dirá; "Este asunto no funciona"
Y ¿sabe lo que responde el universo? "Sus deseos son mis órdenes."
Y da marcha atrás.

Cuando conocí la Ley de la Atracción, quise ponerla en práctica para ver si funcionaba, ver qué pasaría. En 1995 empecé a crear algo llamado el tablero de la visión, en el que colocaba algo que quería lograr o algo que deseaba atraer como por ejemplo un automóvil o un reloj o el alma gemela de mis sueños, y pegaba una imagen de lo que deseaba en lo que llamé el Tablero de la Visión.

Y todos los días, mientras estaba sentado en mi oficina miraba el tablero y comenzaba a visualizar, y verdaderamente entraba en el estado de haberlo adquirido ya.

Me estaba preparando para un traslado, y pusimos todos los muebles, todas las cajas, en una bodega, y por un período de cinco años me mudé tres veces, terminé en California y compré esta casa.

La renové durante un año, y después hice que me enviaran todas mis pertenencias desde la bodega de hace cinco años.

Una mañana, alrededor de las siete y media, llega mi hijo a la oficina, y una de las cajas que había estado sellada durante cinco años estaba justo al lado de la puerta.

Llegó mi hijo y se sentó sobre la caja golpeándola con los pies, y le dije, "Querido, ¿puedes dejar de hacer eso?, estoy tratando de trabajar."

"Papi, ¿qué tienes en esta caja?"

Y le respondí, "Bueno querido, son mis Tableros de Visión."

"¿Qué es un Tablero de Visión?"

Y le dije, "Bueno, es dónde pongo todas mis metas, las recorto y las pego allí como algo que deseo lograr en mi vida."

Por supuesto que a los cinco años y medio él no podía comprender, así que dije, "Querido, deja que te muestre, será más fácil."

Y así abrí la caja y cuando saqué los Tableros de Visión apareció una foto de un hogar que había visualizado cinco años atrás, y lo que me causó una gran impresión fue que estábamos viviendo en esa casa.

No era una casa parecida.

Había comprado la casa de mis sueños, la había renovado y ni siquiera me había dado cuenta.

Cuando vi la casa empecé a llorar porque me sentí muy impresionado

"¿Por qué lloras?"

"Querido, finalmente comprendo cómo funciona la Ley de la Atracción.

Y finalmente comprendo el poder de la visualización.

Y finalmente comprendo todo aquello que había leído, todo aquello con lo cual había trabajado.

Toda mi vida, la forma en que había creado mis empresas. también había funcionado para mi hogar y compré la casa de mis sueños, y ni siquiera me había dado cuenta."

**“LA IMAGINACIÓN LO ES TODO.
ES EL PRE-ESTRENO DE LAS PRÓXIMAS ATRACCIONES DE LA VIDA.”**
Einstein

Decida lo que quiere, esté seguro que puede tenerlo, esté seguro que lo merece, y esté seguro que es algo que puede lograr.

Y después cierre sus ojos todos los días por unos minutos y visualice que ya tiene lo que desea, y sienta la sensación de haberlo logrado.

Salga de eso y enfóquese en aquello por lo cual se siente agradecido.

Siéntalo realmente, disfrútelo, ¿de acuerdo?

Y después continúe con su día y entréguelo al Universo, y confíe que el Universo encontrará la forma de manifestarlo.

5. EL SECRETO PARA EL DINERO

El Secreto realmente trajo una transformación definitiva a mi vida, porque crecí en una familia en la que mi padre era muy negativo, pensaba que los ricos eran personas que estafaban a todo el mundo.

Pensaba que todo aquél que tenía dinero debió haber engañado a alguien.

Así que crecí con muchas creencias sobre el dinero y si lo tenías, te hacía una mala persona, que solamente los malvados tenían dinero, y que el dinero no crece en los árboles.

¡Ése sí que era grande!

“¿Quién crees que soy, Rockefeller?”

Ésa era una de sus frases favoritas.

Por eso crecí creyendo realmente que la vida era difícil, que era dura, que uno debía luchar.

Y solamente cuando conocí a W. Clement Stone, fue cuando mi vida comenzó a cambiar realmente.

“TODO AQUELLO QUE PUEDE CONCEBIR LA MENTE DE UN HOMBRE, SE PUEDE LOGRAR.”
W. Clement Stone

Cuando estaba trabajando con Stone me dijo: “Quiero que pongas una meta tan grande que si la logras, te sorprenderá.

Y sabrás que has alcanzado esa meta, solamente por lo que te he enseñado.”

Bueno, en ese tiempo ganaba alrededor de ocho mil dólares al año y por alguna razón, quería algo que pudiese medir realmente, así que dije,

“Quiero ganar cien mil dólares en un año.”

No tenía idea cómo podría lograr eso.

No veía ninguna estrategia, ninguna posibilidad, así que sólo dije: “Voy a declarar eso, voy a creer que es posible,

Voy a actuar como si fuera verdad, y lo dejaré ir.”

Así que eso hice.

Una de las cosas que me enseñó fue que todos los días cerrara los ojos y visualizara las metas como si ya las hubiese alcanzado.

Y, de hecho, había preparado un billete de cien mil dólares y lo había pegado en el techo, para que fuese la primera cosa que viese al despertar.

Alzaba mis ojos y allí estaba y me recordaba que esa era mi intención.

A continuación, cerraba mis ojos y visualizaba que tenía los cien mil dólares y el estilo de vida correspondiente.

Es interesante notar que durante alrededor de treinta días no pasó nada, no tuve alguna idea brillante, nadie me ofreció más dinero.

Y de repente, mientras estaba en la ducha, y llevaba unas cuatro semanas practicando, cuando me llegó una idea de cien mil dólares.

Y llegó directamente a mi mente.

Tenía un libro que había escrito y me dije, si puedo vender cuatrocientas mil copias de mi libro a veinticinco centavos de dólar cada una eso me dará cien mil dólares.

Bueno, el libro estaba ahí, pero jamás había tenido ese pensamiento.

Y creo que uno de los secretos es:

CUANDO TE LLEGA UN PENSAMIENTO INSPIRADO, DEBES CONFIAR EN ÉL Y DEBES ACTUAR DE ACUERDO CON ESO

En realidad no sabía cómo lograrlo,

No sabía cómo iba a vender cuatrocientas mil copias, ya que nunca habíamos hecho eso.

Y entonces vi el "National Enquirer" en el supermercado.

Lo había visto millones de veces, porque estaba ahí en el fondo.

Pero de repente, saltó hacia mí en el primer plano.

Y pensé, "Caramba, si los lectores tuvieran noticias de mi libro, seguramente cuatrocientas mil personas podrían ir a comprarlo."

Y, alrededor de seis semanas después, di una charla en el Hunter College de Nueva York para seiscientos maestros y esta dama se me acerca al final, y me dice: "Fue una gran charla, me gustaría entrevistarle. Permítame darle mi tarjeta."

Y le pregunté: "¿Para quién escribe?"

"Soy periodista independiente, pero vendo muchos trabajos al National Enquirer."

Imaginen, de repente llegó a mi mente esa melodía de la Dimensión Desconocida

"Dem-ner ner ner....."

Era como, ¡Caramba! esto funciona realmente.

Así que se publicó el artículo, y despegó la venta de nuestro libro.

Lo que deseo aclarar es que estaba atrayendo a mi vida los distintos eventos, incluyendo a esa persona.

Y para acortar la historia, no gané cien mil dólares ese año.

Hicimos noventa y dos mil trescientos veinte dólares.

Pero, acaso creen que estábamos deprimidos y diciendo, "Esto no funciona"

Claro que no, "¡Esto es sorprendente!"

Y así mi esposa me dijo "Bueno, si funciona con cien mil, ¿crees que podría funcionar con un millón?"

Y dije "No lo sé, creo que sí. Tratemos."

Y mi publicista verdaderamente giró un cheque.

Correspondía a los derechos de autor de nuestro primer libro de "Sopa de Pollo para el Alma."

De hecho, puso una carita feliz en la firma porque era el primer cheque por un millón de dólares que escribía.

Y por eso, lo sé por experiencia propia, porque quise ponerlo a prueba,

¿Funciona el Secreto realmente?

Y funcionó plenamente.

Y ahora cada día vivo mi vida basado en eso.

Bueno, puedo imaginar lo que las personas que ven esto puedan estar pensando.

Y es: "¿Cómo puedo atraer más dinero a mi vida?"

¿Cómo puedo conseguir más billetes verdes?

¿Cómo puedo conseguir más riqueza y prosperidad?

¿Cómo puedo, si amo mi trabajo, pagar la deuda de la tarjeta de crédito? porque creo que existe un tope en el dinero que recibo 'porque me llega por medio de mi salario'

¿Cómo puedo conseguir más?

¡Con tu intención!

Esto nos lleva a una de las cosas sobre las cuales hemos estado hablando durante todo el Secreto.

Su función es declarar lo que les gustaría elegir del catálogo del universo.

Bueno, el dinero forma parte de eso, digan cuánto les gustaría tener.

Me gustaría tener veinticinco mil dólares de ingresos inesperados, dentro de los próximos treinta días, o lo que quieran.

Debe ser algo en lo que puedan creer.

Muchas personas tienen como meta salir de deudas.

Eso los mantendrá endeudados por siempre.

Cualquier cosa en la que piensen, ustedes la van a atraer.

Dicen, 'pero se trata de salir de las deudas'.

No me importa si se trata de salir o de entrar, si están pensando en deuda, están atrayendo deuda.

Diseñen un programa de refinanciación automática de la deuda, y después empiecen a enfocarse en la prosperidad.

Muchas veces la gente dice, "Me gustaría duplicar mis ingresos el año próximo."

Pero después uno ve sus actos y no están haciendo las cosas para que esto suceda y, dan la vuelta y dicen, "No puedo permitirme esto."

Está bien, ¿adivinen qué? "Tus deseos son mis órdenes."

Si arman un escándalo porque no tienen dinero suficiente, si le cuentan a su amigo que no tienen dinero suficiente, si se sienten infelices porque no tienen dinero suficiente, en realidad lo que están haciendo es activando o continúan activando en su interior un pensamiento que es totalmente diferente al deseo que han enviado.

Todo esto se reduce a que, ustedes no pueden desear más dinero y enfocarse en que no tienen suficiente.

Cuando comprendí El Secreto por primera vez recibía todos los días un montón de facturas en el correo.

Y pensé, ¿cómo puedo cambiar esto?

La Ley de la Atracción dice que, aquello en lo que te enfocas lo obtienes.

Así que conseguí un extracto bancario, y le borré el total, y escribí ahí un nuevo total.

Puse exactamente cuánto quería tener en el banco.

Bueno, ¿y qué pasará si visualizo que me llegan cheques en el correo?

Así que sencillamente visualicé que me llegaban un montón de cheques en el correo.

En el lapso de un mes, las cosas empezaron a cambiar.

Y es sorprendente.

Hoy en día recibo cheques en el correo.

Me llegan algunas facturas, pero recibo más cheques que facturas.

Crecí creyendo que tenía que trabajar duro para conseguir dinero.

Yo lo reemplacé con, "el dinero me llega fácilmente y frecuentemente".

Al principio se siente como una mentira.

Una parte de tu mente te dirá,

"Eres una mentirosa, es difícil."

Debes saber que este pequeño partido de tenis se dará por un tiempo.

Cuando se trata de crear riqueza, la riqueza es un estado mental.

Se trata de la forma como piensan.

Puedo decir que el 80% de mi asesoría individual, tiene que ver con su psicología y la forma en que piensan y sé que cuando las personas me escuchan dicen:

"Sí, bueno, usted puede hacerlo, pero yo no."

Toda persona tiene la capacidad de cambiar la forma de su relación y su diálogo interno respecto al dinero.

Me encuentro con muchas personas que quizás produzcan una tremenda cantidad de dinero, pero sus relaciones apestan.

Eso no es riqueza, verdaderamente no lo es.

Usted sabe, puede perseguir el dinero y quizás se vuelva rico, pero eso no garantiza que será abundante. No quiero sugerir que el dinero no forma parte de la abundancia, claro que sí, pero sólo es una parte. Y también conozco mucha gente que es 'espiritual' entre comillas, pero todo el tiempo están enfermos y quebrados.

Eso tampoco es abundancia.

La vida está hecha para ser abundante. En todas las áreas.

Muchas personas de la cultura Occidental luchan para alcanzar el éxito, desean tener la casa, un negocio que funcione, quieren todas esas cosas.

Pero lo que descubrí en mi investigación es que tener todas esas cosas no garantiza ciertamente aquello que deseamos en realidad, y que es la felicidad.

Y ahí es cuando entran en el juego todas esas cosas externas.

Elas no llegan por perseguirlas primero para alcanzar después la felicidad.

Es al revés.

Primero buscan esa sensación de dicha interna, de paz interior, la visión interna, y después se presentan todas esas cosas en el exterior.

6. EL SECRETO PARA LAS RELACIONES

Para mí, el Secreto significa que somos los creadores de nuestro universo, y que todo deseo de aquello que queremos crear se manifestará en nuestras vidas.

Por lo tanto es muy importante lo que ustedes desean, piensan y sienten, porque se manifestará.

Un día fui a la casa de una persona, él era un director de arte, un productor de cine muy famoso.

Y en todos los rincones tenía esa hermosa imagen de una mujer desnuda, tapada con una manta, con un gesto como diciendo: "¡Já! Yo no te miro, yo no te veo", ¿comprenden?

Y le dije, "Creo que tiene problemas en su vida romántica."

"Es usted clarividente o algo así?"

"No, pero vea. En siete lugares usted tiene la misma mujer."

"¡Pero me encanta ese tipo de pintura. Yo mismo la pinté!"

"Peor aún", le dije, "porque usted puso toda su creación y creatividad en ello."

Él es una persona bien parecida, con toda esa cantidad de actrices que lo rodean, porque ése es su trabajo, y el romance no le llega.

Le pregunté "¿Qué desea realmente?"

"Bueno, quiero tener citas con tres mujeres por semana."

"Esta bien, píntese con tres mujeres, y cuelgue los cuadros en todas las esquinas."

Seis meses después lo vi en Europa y le pregunté, "¿Cómo va su vida amorosa?"

"Muy bien. Me siguen llamando, todas quieren tener citas conmigo."

"Porque ése fue su deseo."

"Ahora tengo como tres citas por semana. Se pelean por mí."

"¡Qué bueno!"

"Pero realmente quiero estabilizarme un poco. Quiero casarme. Quiero romance."

"Bueno, píntelo, ¿de acuerdo?"

Así que pintó una hermosa relación romántica, y un año más tarde se casó y es muy feliz.

Porque envió otro deseo.

Pero lo había deseado durante años, y no había sucedido, porque su deseo no podía manifestarse puesto que su nivel externo, su hogar, lo estaba contradiciendo todo el tiempo.

Por eso, si usted tiene este conocimiento, debería comenzar a jugar con él.

En las relaciones, es importante comprender primero quién forma parte de la relación.

Y no hablo de sus parejas.

Hablo de ustedes.

Cómo podemos esperar que otras personas disfruten su compañía si ustedes no disfrutan su propia compañía?

Así que, nuevamente, la ley de atracción o el Secreto, se refiere a atraer eso a su vida, y ustedes deberán ser realmente, claros.

Aquí está la pregunta que me gustaría tuvieran en cuenta: ¿se tratan a sí mismos en la forma que desean que otras personas los traten a ustedes?

Ustedes se convierten en su propia solución.

No es como esto:

Tú me debes y debes darme más.

En cambio, dé más para sí mismo.

Tómese más tiempo para sí mismo de tal forma que pueda llenarse a plenitud para después desbordarse en el dar.

Me involucré en muchas relaciones esperando que mi pareja me haga sentir bella.

Necesitaba que él me hiciera sentir bella, porque yo no me sentía bella.

Porque cuando crecí mis heroínas fueron los Ángeles de Charlie, o la Mujer Biónica, la Mujer Maravilla.

Y, aunque ellas eran mujeres maravillosas, ninguna de ellas se parecía a mí.

No fue sino hasta que me detuve, y me enamoré de Lisa, labios llenos, caderas redondeadas, piel morena, afro- que el resto del mundo comenzó a enamorarse de Lisa.

Existe algo tan magnífico sobre usted.

Me he estado estudiando durante 44 años, ¡mua!

¡Quiero darme besos!

Porque usted debe llegar a amarse a sí mismo.

Y no estoy hablando de presunción.

Hablo de un sano respeto por uno mismo.

Y a medida que se ame a sí mismo, podrá amar a otros.

A veces las personas dicen,

“Esas personas de mi trabajo son muy negativas.” O “El hombre con el que vivo está muy enojado”, o “Mis hijos me preocupan mucho”, y nosotros les decimos “ustedes deben enfocarse en la mejor parte de aquellas personas que los rodean”.

Los animamos a conseguir un cuaderno de notas y hacer una lista de los aspectos positivos de las personas con las cuales comparte mucho tiempo.

Es posible que exista alguien con quien tenga una experiencia terrible, una relación terrible, y en la privacidad de su mente, y con algo de trabajo, debemos admitir, a medida que se enfoque en las cosas que más le gustan, esas personas se convertirán en eso, principalmente para usted.

Y, aunque ustedes no puedan crear en su realidad, si se encuentran en un ánimo o actitud que no coincidan con el ánimo o actitud que usted tiene sobre ellas, ellas irán en una dirección y usted en otra.

La ley de la atracción no los pondrá juntos en el mismo espacio.

Sus frecuencias no coinciden.

Si ustedes conociesen su potencial para sentirse bien, no le pedirían a nadie que fuese diferente para que ustedes se sientan bien.

Se liberarían a sí mismos de toda esa imposibilidad difícil de manejar de tener que controlar el mundo, o controlar a su pareja, o controlar a su hijo o hija.

USTED ES LA ÚNICA PERSONA QUE CREA SU PROPIA REALIDAD

Porque nadie más puede pensar por ustedes.

Nadie más puede hacerlo.

Solamente usted.

Nadie más que usted.

7. EL SECRETO PARA LA SALUD

Es importante reconocer que nuestro cuerpo es realmente el producto de nuestros pensamientos. Estamos comenzando a comprender en la ciencia médica hasta qué punto la naturaleza de nuestros pensamientos y emociones determinan en realidad la sustancia física, la estructura y el funcionamiento de nuestros cuerpos.

Conocemos en las artes de sanación el efecto del placebo.

Un placebo es algo que supuestamente no tiene impacto y efecto en el cuerpo, como una pastilla de azúcar o algo así.

Pero usted le dice al paciente, que es igualmente efectiva y lo que sucede es que el placebo logra el mismo efecto, si acaso no mayor, que a veces el medicamento que supuestamente ha sido diseñado para ese efecto.

Y así, descubrieron que la mente humana es el factor más importante en las artes de sanación.

Algunas veces incluso más que la medicación.

Si alguien se encuentra enfermo, y tiene la alternativa de explorar lo que existe en su mente y que lo está creando comparado con la medicina, si la situación es aguda y realmente pudiera causarle la muerte, obviamente la medicina será una opción sabia a medida que explora lo que sucede en su mente.

Por eso, ustedes no desearán negar la medicina.

Toda forma de sanación ocupa su lugar.

Saben? existe solamente un flujo de bienestar.

Es un flujo de pura energía positiva.

Y el Universo, todo lo que conocemos, cuenta con eso en abundancia.

Este es un mundo basado en el bienestar y el bienestar abunda espectacularmente.

Y cuando ustedes permiten que fluya a plenitud, se sienten muy, pero muy bien.

Y cuando lo cortan un poquito, no se sienten tan bien.

Existe solamente un flujo de bondad o bienestar que ustedes permiten o no.

Y sus magníficas emociones les muestran cómo es la mezcla.

Qué tanto están permitiendo o resistiendo esa conexión.

Ustedes conocen a personas que tienen enfermedades terminales.

Deténganse y piensen en la palabra 'mal-estar'

Pónganle un guión.

Se trata de un cuerpo que no está bien.

Tenemos miles de diagnósticos diferentes y malestares en el mundo.

Tan sólo se trata de un enlace débil.

Todos son el resultado de una sola cosa.

Estrés.

Si aplican suficiente estrés (presión) sobre una cadena y si aplican suficiente estrés sobre un sistema uno de los enlaces se rompe.

Nuestra fisiología crea el malestar para darnos retroalimentación, para hacernos saber que tenemos una perspectiva desequilibrada y que no estamos siendo amorosos y agradecidos.

Y por eso, las señales y los síntomas del cuerpo no son algo terrible.

Las personas preguntan frecuentemente si, cuando se manifiesta un malestar en el templo del cuerpo o algún tipo de incomodidad en su vida, ¿pueden revertir la situación por medio del poder del pensamiento correcto?

Y la respuesta es: claro que sí.

El 23 de noviembre me diagnosticaron cáncer de mama.
Realmente creía desde mi corazón y con mi fe inquebrantable que ya estaba sanada.
Durante el día, y todo el día, me repetía: "Gracias por mi sanación."
Una y otra vez repetía.
"Gracias por mi sanación."
Creía de corazón que había sanado.
Me veía a mí misma como si el cáncer jamás hubiese existido en mi cuerpo.
Una de las cosas que hice para sanarme fue ver películas muy divertidas.
Lo único que hacíamos era reír, reír y reír.
No podía permitirme ningún tipo de estrés en la vida, porque sabíamos que el estrés era una de las peores cosas que pueden suceder cuando una trata de sanarse a sí misma.
Desde el momento que me diagnosticaron, que fue el 23 de noviembre hasta la fecha en que estuve totalmente sana pasaron aproximadamente tres meses.
Y eso sin radiación o quimioterapia.

Venimos con un programa básico.
Se llama auto-sanación.
Cuando se hiere, la herida se cierra.
Si tiene una infección bacteriana, el sistema inmunológico llega y se hace cargo de la bacteria y sana.
El sistema inmunológico está diseñado para sanarse a sí mismo.

La enfermedad no puede vivir en un cuerpo que se encuentra en un estado emocional saludable.
Su cuerpo desecha millones de células por segundo, y crea millones de células nuevas.

En realidad, algunas partes de nuestro cuerpo se reemplazan diariamente.
Otras partes toman algunos meses, otras partes un par de años.
Pero en el lapso de algunos años tenemos un cuerpo físico totalmente nuevo.

Si usted tiene un mal-estar y se enfoca en él, y habla con las personas sobre él, estará creando más células enfermas.
Véase a sí mismo viviendo en un cuerpo perfectamente saludable.
Deje que el doctor se haga cargo del malestar.

Pueden comprender la diferencia entre tener una dolorosa artritis en sus caderas y sentir temor.
O tener una dolorosa artritis en sus caderas y sentir esperanza?
La diferencia entre temor y esperanza, es la diferencia entre recuperarse y no hacerlo.

Los pensamientos más felices conducen esencialmente a una bioquímica más feliz.
A un cuerpo más feliz y saludable.
Los pensamientos negativos, el estrés, han demostrado que degradan seriamente el cuerpo y el funcionamiento del cerebro, porque nuestros pensamientos y emociones son los que continuamente reensamblan, reorganizan y vuelven a crear nuestro cuerpo.

Quiten el estrés fisiológico del cuerpo, y el cuerpo hará lo que está diseñado a hacer.
Se sana a sí mismo.

He visto riñones regenerados.
He visto cáncer disuelto.
He visto mejorar la vista y recuperarla.
Siempre digo que incurable significa curable desde el interior.
Usted puede cambiar su vida y se puede sanar a sí mismo.

Bueno, mi historia comienza el 10 de marzo de 1981.
En realidad cambió toda mi vida.

Fue un día que nunca olvidaré.

Estrellé un avión.

Y terminé en el hospital completamente paralizado.

Mi médula espinal estaba aplastada, se fracturaron mi primera y segunda vértebras cervicales, mi reflejo de tragar se destruyó, no podía comer ni beber, mi diafragma se destruyó, no podía respirar.

Lo único que podía hacer era parpadear.

Los doctores, por supuesto, dijeron que toda mi vida sería como un vegetal.

Lo único que podía hacer era parpadear por el resto de mi vida.

Ese era el cuadro que me presentaron, pero no importaba lo que ellos pensarán.

Lo más importante era lo que yo pensaba.

Me ví a mí mismo otra vez como una persona normal, caminando al salir de ese hospital.

Mi mente era lo único con lo que podía trabajar en el hospital

Y cuando usted tiene su mente, puede volver a poner todo en orden otra vez.

Estaba conectado a un respirador y ellos dijeron que jamás respiraría por mis propios medios otra vez porque mi diafragma estaba destruido.

Pero esa pequeña voz seguía diciéndome:

“Respira profundo, respira profundo.”

Y finalmente me desconectaron del respirador.

No encontraban explicación alguna.

Miren, yo no podía permitirme que nada se interpusiera en mi mente que me distrajera de mi meta y de mi visión.

Bueno, yo establecí la meta de salir caminando del hospital para las Navidades.

Esa era mi meta.

Ocho meses más tarde salí del hospital caminando con mis propios pies.

Ellos dijeron que era imposible de lograr.

Ese es un día que jamás olvidaré.

Para las personas que están sentadas ahí en este momento viendo este programa, y que sienten dolor, si quisiera resumir mi vida, y resumirla para las personas sobre aquello que pueden lograr en su vida,

Lo resumiría en ocho palabras:

“El hombre se convierte en lo que piensa”.

8. EL SECRETO PARA EL MUNDO.

Notamos que existen muchas personas que viven su vida en forma muy condicionada.

Miran a su alrededor y ven cosas que son maravillosas, y dicen, “Sí, queremos más de eso, votaremos por ello, apoyaremos eso con nuestro tiempo, energía y dinero.”

Pero entonces miran a su alrededor y ven cosas que no desean.

Cosas terribles que no desean vivir, y que tampoco quieren que otros vivan, y dicen, “Tenemos que hacer algo para deshacernos de esas cosas.”

Pero no se dan cuenta que cuando luchan en contra de lo que no desean, le añaden más poder.

En este mundo hay una guerra contra la pobreza, y una guerra contra el cáncer, y una guerra contra el embarazo precoz, y una guerra contra el terrorismo, y una guerra contra la violencia, y una guerra contra el terrorismo.

¿Acaso mencioné que existe una guerra contra el terrorismo?

Y toda esa lucha ‘en contra de’ lo único que hacer es fortalecerlo, porque usted no puede decir, “no” y hacer que se aleje, cuando grita “no”

La Ley de la Atracción lo está alineando.

“LO QUE RESISTES, PERSISTE”

Carl Young.

La razón por la cual lo que resistes persiste es porque si se resiste a alguna cosa está diciendo “no, no quiero eso, porque me hace sentir en esta forma, en la forma como me siento ahora, está enviando esa

emoción realmente fuerte de “Ay!, realmente no me gusta este sentimiento” pero está ahí, y viene rápida y directamente hacia usted.

Como saben el movimiento en contra de la guerra crea más guerra.
El movimiento en contra de las drogas crea más drogas.
Porque nos estamos enfocando en aquello que no deseamos, drogas.

Las personas dicen, “Bueno, ¿acaso no debemos enfocarnos en eso? Es la verdad.”
Nosotros les decimos que es como decir que porque alguien puso su atención en algo que no deseaba el tiempo suficiente para que se manifestara, yo debo hacer lo mismo.
La verdad es que no comprendemos ese razonamiento.

La Madre Teresa fue brillante, ella dijo
“Nunca participaré en una manifestación en contra de la guerra, si tiene una manifestación de paz, invíteme.”
¿Saben? Ella lo sabía. Ella comprendió el secreto.
Quiero decir, miren lo que manifestó en el mundo.

Por eso, si usted está en contra de la guerra, esté en favor de la paz.
Si está en contra del hambre, esté en favor de que las personas tengan más que suficiente para comer.
Si está en contra de un político específico, esté a favor de su oponente.
Con frecuencia las elecciones se inclinan en favor de la persona que nadie quiere porque ella está recibiendo toda la energía y el enfoque.

Usted desea enfocarse en aquello que desea y no en lo que no desea.
Está bien notar aquello que no desea, porque eso le permite apreciar el contraste y decir, “bueno, esto es lo que quiero.”
Pero el hecho es que, cuanto más hable sobre lo que no desea, y hable de lo mal que están las cosas, y lee sobre ese tema todo el tiempo y después comenta lo terrible que están las cosas, en realidad está creando más de lo mismo.

Con gran frecuencia las personas me dicen “Bueno James, tengo que mantenerme informado.”
Quizás tenga que mantenerse informado.
Pero no tiene que mantenerse inundado.

Aprenda a permanecer en silencio, y alejar su atención de aquellas cosas que no desea, y toda la carga emocional que las acompaña, y ponga su atención en aquello que desee experimentar.

Siempre digo que cuando la voz y la visión internas se vuelven más profundas, y más claras y fuertes que las opiniones externas, usted ha alcanzado la maestría en su vida.

No está aquí para lograr que el mundo sea como usted quiere que sea.
Está aquí para crear a su alrededor el mundo que usted elija, y permitir que exista también el mundo que otros elijan vivir.

Una de las preguntas que me hacen casi todo el tiempo, y posiblemente está en la mente de alguien en este instante, si acaso en la suya, es la idea que, bueno, “Si todo el mundo usa El Secreto, y todos tratan al universo como un catálogo, ¿Acaso no se acabarán las cosas?
¿Acaso no correrán todos a buscarlas y quebrarán el banco?”

Lo hermoso de la enseñanza del gran secreto es que hay más que suficiente para todo el mundo.
Existe una mentira que funciona como un virus dentro de la mente de la humanidad.
Y la mentira es que de eso tan bueno no dan tanto.
Existe la carencia, existe la limitación y sencillamente no hay suficiente.

EL SECRETO

Esa mentira, hace que las personas vivan en el temor, la avaricia, la tacañería y esos pensamientos de temor, avaricia, tacañería y carencia, se convierten en su experiencia.

El mundo ha tomado una pastilla de pesadilla.

Bueno, la verdad es que hay más que suficientes cosas buenas para todos, hay más que suficientes ideas creativas, hay más que suficiente poder, hay más que suficiente amor, hay más que suficiente alegría.

Todo esto comienza a llegar a través de una mente que es conciente de su propia naturaleza infinita.

Todo gran maestro que haya existido en el planeta nos ha dicho que la vida ha sido creada en abundancia.

Y por eso, en el instante que creemos que los recursos comienzan a escasear, descubrimos nuevos recursos para lograr las mismas cosas.

Por eso, incluso cuando decimos que nos falta algo, es porque no hemos expandido nuestra visión para ver todo lo que nos rodea.

Bueno, cuando todo el mundo comienza a vivir desde su corazón, y enfocarse en lo que desea.

No está deseando las mismas cosas.

Y en eso radica la belleza de todo esto ...

No todos deseamos BMWs, a la misma persona, las mismas experiencias, las mismas vestimentas.

No todos deseamos.... llenen el espacio en blanco.

Hay suficiente para todos.

Si usted lo cree, si usted lo puede ver y actuar a partir de eso, se manifestará.

Esa es la verdad.

Por eso, permita que la variedad de su realidad lo entusiasme a medida que elige las cosas que desea.

Y cuando descubre algo que desea tener en su experiencia, piense en ello.

Descubra la forma de sentirlo.

Interiorícelo.

Hable sobre ello y escríbalo. Escriba un guión sobre el asunto.

Hágalo su realidad sincronizándose con ello.

Y cuando vea todas aquellas cosas que no desea experimentar, no hable sobre ellas, no escriba sobre ellas, no se vincule a los grupos que se preocupan por ellas.

Tampoco los rechace.

Trate de ignorarlos lo más que pueda.

Retire su atención de aquellas cosas que no desea a medida que enfoca toda su atención en aquellas cosas que sí desea.

La mayoría de los líderes del pasado fallaron en cuanto a la mejor parte del Secreto, que es empoderar a los demás y compartirlo.

Éste es el mejor momento de la historia en el cual vivir.

Por primera vez, en todos los tiempos, tenemos el poder de adquirir el conocimiento que se encuentra al alcance de nuestras manos.

9. EL SECRETO PARA USTED.

Cuando miramos a nuestro alrededor, incluso a nuestros cuerpos lo que vemos es la punta del iceberg.

Piense en esto por un instante.

Tome su mano y obsérvela.

Ahora su mano parece sólida, pero en realidad no lo es. si la pone debajo del microscopio adecuado, podrá ver una masa de energía que vibra.

Todo está constituido exactamente por la misma cosa, sea su mano, sea el océano o una estrella.

Todo es energía, y permítame ayudarlo a comprender eso un poco.

Por supuesto, ahí está el Universo, y la galaxia, y nuestro planeta y después los individuos y dentro de este cuerpo están los sistemas orgánicos, y después las células, y después las moléculas, y después los átomos, y después la energía.

Y así, existen muchos niveles sobre los cuales se puede hablar.

Pero,

EN EL UNIVERSO, TODO ES ENERGÍA

Sin importar en qué ciudad vive, usted tiene suficiente poder en su cuerpo, poder potencial, para iluminar toda la ciudad durante más o menos una semana.

La mayoría de las personas se definen a sí mismas por este cuerpo finito, pero usted no es un cuerpo finito. Quiero decir, incluso bajo el microscopio, usted es un cuerpo de energía.

Lo que sabemos de la energía es esto.

Usted le pregunta a un físico cuántico lo siguiente

“¿Qué es lo que crea el mundo?”

Y él/ella responderá:

“La energía”

“Bueno, describa la energía.”

“Esta bien, jamás puede ser creada o destruida, siempre existió, siempre ha existido, todo aquello que ha existido alguna vez, existe siempre, adquiere forma, pasa por la forma y deja la forma.

Bueno, genial.

Ahora se dirige a un teólogo y le pregunta:

“¿Qué creó el Universo?”

Y él o ella responderá, “Dios”

“Bueno, descríbame a Dios.”

“Siempre existió y siempre ha existido, jamás podrá ser creado o destruido, todo lo que existió alguna vez, existirá por siempre, siempre adquiere forma, pasa por la forma y deja la forma.

Como pueden ver, es la misma descripción con términos distintos.

Y por eso, si usted piensa que es un vestido de carne que anda por ahí, vuelva a considerarlo.

Usted es un ser espiritual, es un campo de energía que funciona en un campo de energía mayor.

Todos estamos conectados.

Simplemente no lo vemos.

No existe un allá afuera y un aquí adentro.

Todo el universo está conectado; sencillamente es el mismo campo de energía.

Ustedes son prolongaciones de la energía de la Fuente.

Están aquí en estos cuerpos magníficos, pero sus cuerpos los han distraído en gran parte de aquello que realmente son.

Ustedes son energía de la Fuente...

Ustedes son seres eternos.

Ustedes son la fuerza de Dios.

Ustedes son aquello que llaman Dios.

De acuerdo con las escrituras podemos decir que estamos hechos a imagen y semejanza de Dios.

Podemos decir que somos otra forma en la cual el Universo se vuelve conciente de sí mismo.

Podemos decir que somos el campo infinito de posibilidades que se abren.

Y todo eso será la verdad.

Toda tradición importante les ha dicho que han sido creados a la imagen y semejanza de la fuente creativa. Eso significa que ustedes tienen el potencial y el poder de Dios para crear su mundo, y así es, así es. Y quizás hasta ahora han creado cosas que son maravillosas y que merecen, pero tal vez no es así.

La pregunta que quisiera tuvieran en cuenta es:

¿Acaso los resultados de su vida representan lo que realmente desea, lo que merece?

Si no representan lo que merece, entonces podría ser el momento justo de cambiarlos, porque usted tiene el poder para hacerlo.

**“TODO PODER PROVIENE DEL INTERIOR Y POR LO TANTO
ESTÁ BAJO NUESTRO PROPIO CONTROL”**

Robert Collier

Muchas personas sienten que son víctimas de la vida, y con frecuencia se enfocan en los eventos del pasado, tal vez crecieron con un padre o madre que los maltrató o dentro de una familia disfuncional. Voy a agregar aquí, que la mayoría de los psicólogos creen que alrededor del 85% de las familias son disfuncionales.

Es como si, de repente, comprendemos que no somos tan únicos.

Mis padres fueron alcohólicos.

Mi padre me maltrató y mi madre se divorció de él cuando tenía seis años.

Desde los trece años hasta los dieciocho formé parte de pandillas callejeras.

Yo tuve un serio accidente de motocicleta.

En determinado momento en Dallas no tuve hogar.

Viví en la pobreza en Houston durante quince años.

Cuando era niño tuve dificultades de aprendizaje y me consideraron discapacitado y me dijeron que jamás podría leer, escribir o comunicarme, que jamás llegaría a nada, que no iría muy lejos en la vida.

De una forma u otra, esa es la historia de casi todos.

Podríamos decir: “bueno, ¿y eso qué?”

El verdadero “qué” es:

¿Qué es lo que va a hacer ahora?

¿Qué elige hacer ahora?

Porque puede seguir enfocándose en eso, o en lo que desea.

Y cuando las personas comienzan a enfocarse en lo que desean, lo que no desean se va desvaneciendo.

Y lo primero se expande y lo segundo desaparece.

Nos gustaría que llegaran al punto donde empiecen a pensar deliberadamente, donde guíen sus pensamientos a propósito y sean los creadores de su propia experiencia, porque ustedes son los gestores de sus propios pensamientos.

La belleza de la ley de atracción consiste en que usted puede comenzar a partir de este mismo instante, y empezar a pensar, pensar realmente, y generar en su interior una sensación de armonía y de felicidad. Y la ley empezará a corresponder con esa sensación.

Y así, empezará a pensar en forma diferente, que hay más que suficiente para todos en el Universo.

O empezará a creer que todo marcha bien para usted.

O empezará a creer que no se está envejeciendo, que se está rejuveneciendo.

Podemos crear todo lo que deseemos, utilizando la ley de la atracción.

Y usted puede romper las ataduras de sus patrones hereditarios, códigos culturales, creencias sociales, y comprobar de una vez y para siempre que el poder dentro de usted es mayor que el poder que existe en el mundo.

Algunos de ustedes podrían pensar: "Bueno, eso es muy bonito, pero yo no puedo hacerlo", o "Ella no me deja hacerlo" o "Él jamás me dejará hacerlo" o "No tengo suficiente dinero para hacerlo".

O "No tengo la fuerza suficiente para hacerlo" o "No soy lo suficientemente rico para hacerlo" o "No soy, no soy, no soy, no soy, no soy."

Cada uno de los "No soy" es una creación.

"SEA QUE PIENSE QUE PUEDE O QUE NO PUEDE, EN AMBOS CASOS USTED TIENE LA RAZÓN."

Henry Ford

¿Existe algún límite para esto? Ninguno en absoluto.

Somos seres ilimitados.

No tenemos un techo.

Las capacidades y los talentos, los dones y el poder que existen en el interior de cada uno de los individuos que se encuentran en este planeta, es ilimitado.

10. EL SECRETO DE LA VIDA

No existe un pizarrón en el cielo en el cual Dios haya escrito su propósito, su misión en la vida.

No existe un pizarrón en el cielo que diga: "Neale Donald Walsh ... un tipo bien parecido ... que vivió en la primera parte del siglo veintiuno, quien, dos puntos y a continuación aparece un espacio en blanco.

Y lo único que debo hacer para comprender realmente mi propósito aquí, porque estoy aquí, es encontrar ese pizarrón y descubrir lo que Dios realmente tiene en mente para mí.

Pero el pizarrón no existe.

Y así su propósito es aquél que usted dice que es, su misión es la misión que se asigna a sí mismo.

Su vida será aquello que usted creó, y nadie lo juzgará por ello, ni ahora ni nunca.

Comprender esto me tomó muchos años, porque crecí principalmente con esa idea que, como saben, había algo que yo debía hacer, y si no estaba cumpliendo con ello, pensaba que Dios no estaría contento conmigo.

Y cuando comprendí realmente que mi propósito principal era sentir y experimentar felicidad, empecé a hacer únicamente aquellas cosas que me causaban alegría.

Saben?, tenemos un dicho: "si no es divertido, no lo hagas".

Alegría, amor, libertad, felicidad, risa.

De eso se trata.

Y si usted siente alegría sentado ahí y meditando por una hora, caramba, hágalo.

Y si siente alegría comiéndose un sándwich de salami, entonces, haga eso.

Cuando consiento a mi gato siento alegría, y cuando camino en la naturaleza siento alegría.

Por eso, constantemente deseo ponerme en ese estado de ánimo.

Y cuando lo hago, lo único que debo hacer es establecer la intención de aquello que deseo, y lo que deseo se manifiesta.

Por eso, la felicidad interna es realmente el combustible del éxito.

Cualquier cosa que lo haga sentirse bien siempre atraerá más de lo mismo.

Usted está escuchando este programa en este mismo instante.

Es usted quien atrajo esto a su vida, y es su elección si desea tomarlo y utilizarlo, si se siente bien, y si no se siente bien, entonces, ya sabe, déjelo ir.

Descubra algo que lo haga sentirse bien, que resuene con su corazón.

**“SIGA SU FELICIDAD Y EL UNIVERSO ABRIRÁ PUERTAS ANTE USTED
DONDE PREVIAMENTE SÓLO HABÍA PAREDES.”**

Joseph Campbell

Joseph Campbell dijo, “Siga su felicidad.”

Pensamos que son las mejores palabras que hemos escuchado alguna vez pronunciadas por una lengua humana...

Y si podemos seguir nuestra felicidad estaremos siguiendo la senda hacia la abundancia y el bienestar en todas las cosas.

Disfrute la vida con nosotros.

Porque la vida es sensacional.

Es un viaje magnífico.

Usted vivirá en una realidad diferente, una vida diferente.

Y las personas lo verán y dirán,

“¿Qué es lo que haces distinto a lo que yo hago?”

Bueno, lo único que es diferente es que usted trabaja con el Secreto.

Y entonces usted puede hacer, tener y ser cosas que las personas dijeron alguna vez que era imposible que usted hiciera, tuviera o fuera.

Realmente estamos comenzando ahora una nueva era.

Es la era en la cual la última frontera no será el espacio, como dirían en Viaje a las Estrellas, sino la mente.

Veo un futuro de potencialidades ilimitadas.

Posibilidades ilimitadas.

Recuerde, estamos utilizando como máximo el 5% del potencial de la mente humana.

El 100% del potencial humano es el resultado de una educación adecuada, así que imagine un mundo donde las personas usen su pleno potencial mental y emocional.

Podríamos ir dondequiera.

Podríamos hacer cualquier cosa.

Lograr cualquier cosa.

Véase a sí mismo con el bien que desea.

Todo libro religioso nos habla de ello.

Todo gran libro de Filosofía

Todo gran líder.

Todos los avatares que hayan existido alguna vez.

Vaya al pasado y estudie a los sabios.

Muchos de ellos se presentaron en este programa.

¿Sabe qué?

Todos comprendieron una sola cosa.

Comprendieron el Secreto.

Ahora usted lo comprende.

Y cuanto más lo use, más lo comprenderá.

Quizás sienta que hubiese sido más fácil si estas palabras le hubiesen llegado en el primer día de su experiencia en esta tierra.

Si estuviésemos hablándole en ese primer día de su experiencia física de vida, le diríamos:
"Bienvenido al planeta Tierra".

No hay nada que usted no pueda ser, o hacer o tener.
Usted es un creador magnífico, y está aquí por su deseo poderoso y deliberado de estarlo.
Siga de hoy en adelante pensando en aquello que usted desea, atrayendo la experiencia de vida que le ayude a decidir lo que desea, y una vez que haya decidido, piense únicamente en eso.
La mayor parte de su tiempo la pasará reuniendo información que le ayudará a decidir lo que desea.
Pero su verdadera función es decidir lo que desea y a continuación enfocarse en ello.

Porque si usted se enfoca en lo que desea, lo atraerá.
Ese es el proceso de la creación.

Yo creo que usted es grandioso.
Que existe algo magnífico en usted.
Sin importar lo que haya sucedido en su vida.
Sin importar lo joven o mayor que cree ser.
En el instante que comienza a pensar adecuadamente, hay algo dentro de usted, hay un poder en su interior que es más grande que el mundo.
Comenzará a surgir.
Se hará cargo de su vida.
Lo nutrirá, lo vestirá.
Lo guiará, lo protegerá.
Lo dirigirá.
Sostendrá toda su existencia, si usted lo permite.
Bueno, estoy seguro de ello.

**MAMÁ,
ESTO TE AYUDARÁ
ABRAZOS, ABRAZOS**

SIÉNTETE BIEN

Para mayor información, visita: www.theseecret.tv

**Siéntete cómodo con esto.
Diviértete con ello.
No se supone que debas hacer algo, solamente aquello que desees hacer.**

Traducción: Enita Zirnis

100 CITAS DE "EL SECRETO"

1. Todos trabajamos con un infinito poder.
2. El Secreto es la Ley de Atracción
3. Lo que está pasando en tu mente, es lo que estás atrayendo.
4. Somos como magnetos - lo semejante atrae a lo semejante. Te conviertes en lo que piensas.
5. Cada pensamiento tiene una frecuencia. Los pensamientos envían una energía magnética.
6. La gente piensa en lo que no desea y atrae más de lo mismo.
7. Pensamiento = creación. Si estos pensamientos están anexados a emociones poderosas (buenas o malas) eso agiliza la creación.
8. Tú atraes tus pensamientos dominantes.
9. Aquellos que hablan más sobre enfermedad tienen enfermedad, Aquellos que más hablan de prosperidad, la tienen, etc.
10. Esto no es solamente un "deseo".
11. No puedes tener un universo sin que la mente participe en eso.
12. Elige tus pensamientos con cuidado. Eres una obra maestra de tu vida.
13. Los pensamientos no manifiestan la realidad de inmediato, lo que está bien imagina que viéramos un cuadro de un elefante y éste apareciera instantáneamente.
14. TODO en tu vida lo has atraído... Acepta este hecho. Es verdad.
15. Tus pensamientos causan tus sentimientos.
16. No necesitamos complicar todas las "razones" detrás de nuestras emociones. Es mucho más simple que eso. Existen dos categorías: buenos sentimientos y malos sentimientos.
17. Pensamientos que traen buenos sentimientos significa que Estás en el camino correcto. Pensamientos que traen malos sentimientos, significa que no estás en el camino correcto.
18. Cualquier cosa que estés sintiendo es un reflejo perfecto de lo que está en proceso de llegar a ser.
19. Obtienes exactamente lo que estás SINTIENDO.
- 20 Sentimientos felices atraerán más circunstancias felices.
- 21- Puedes empezar a sentir lo que sea que desees (aún si no está ahí). El Universo corresponderá a la naturaleza de tu canción.
22. Eso en lo que te enfocas con tus pensamientos y sentimientos es lo que atraes hacia tu experiencia.
23. Lo que piensas y lo que sientes y lo que de hecho manifiestas, es SIEMPRE semejante... Sin excepción.

- 24 Cambia tu percepción.
25. Tú creas tu propio universo conforme vas caminando - Winston Churchill
26. Es importante sentirse bien ¡¡¡¡bien!!!!
27. Puedes cambiar tu emoción inmediatamente. .. Al pensar en algo divertido, O cantar una canción o recordar una experiencia feliz.
28. Cuando sientas el golpe de eso, antes de que lo sepas, SABRAS que tú Eres el creador.
29. La vida puede y debe ser fenomenal... Y lo será cuando tú de forma consciente apliques la Ley de Atracción.
- 30 El Universo se re-arreglará a sí mismo, conforme a eso.
31. Empieza por usar esta frase para todos tus deseos: Estoy tan feliz y tan agradecido ahora que...
32. No necesitas conocer COMO el universo va a rearmarse a sí mismo.
- 34 La Ley de Atracción (LDA) es simplemente imaginar para ti mismo Lo que generará los pensamientos positivos que tienes AHORA:
34. Puedes tener un pensamiento inspirado o idea para ayudar a moverte hacia lo que deseas con más rapidez.
35. Al universo le gusta la VELOCIDAD. No lo demores, no adivines, no dudes.
36. Cuando la oportunidad o impulso esté ahí... ACTUA
37. Atraerás todo lo que requieres - dinero, gente, conexiones. PON ATENCION a lo que se está gestando enfrente de ti.
38. Puedes empezar con nada.. Y de la nada o sin nada - una FORMA será proveída.
- 39 ¿Cuánto TIEMPO? No hay reglas en el tiempo... Entre más alineado estés con sentimientos positivos, suceden las cosas más rápido.
40. El tamaño es nada para el universo (la abundancia ilimitada, si eso es lo que deseas). Nosotros hacemos las reglas sobre el tamaño y el tiempo.
41. No existen reglas de acuerdo al universo... tú provees los sentimientos de tenerlo ahora y el universo responderá.
42. La mayoría de la gente ofrece la mayor parte de sus pensamientos en respuesta a lo que ellos están observando (recibos en el correo, estar demorado, tener mala suerte, etc).
43. Tienes que encontrar una forma diferente de acercamiento hacia lo que tú pensabas era un diferente punto ventajoso.
44. "Todo lo que nosotros somos es un resultado de lo que hemos pensado" - Buda
45. ¿Qué puedes hacer correcto ahora para dar vuelta a tu vida? Gritud.

46. La gratitud traerá más hacia nuestras vidas inmediatamente.
47. Sobre lo que pensamos y sobre lo que agradecemos es lo que atraemos hacia nosotros.
48. ¿Cuáles son las cosas por las que estás agradecido? Siente la gratitud... enfócate en lo que tienes ahora por lo cual te sientas Agradecido.
49. Despliega la imagen en tu mente- enfócate en el resultado final.
50. ¡VISUALIZA! Ensaya tu futuro.
51. ¡VISUALIZA! Vélo, siéntelo!. Aquí es donde la acción empieza.
52. Siente el júbilo... siente la felicidad
53. Un pensamiento afirmativo es 200 veces más poderoso que uno negativo.
54. "Qué es el poder, no puedo decirlo. Todo lo que sé es que existe" - Alexander Graham Bell
55. Nuestro trabajo no es preocuparnos por el "cómo". El "cómo" se mostrará con el compromiso y creencia en el "qué"
56. Los cómo son el dominio del universo. Este siempre conoce la forma más rápida, más acelerada y más armoniosa entre tú y tu sueño.
57. Si lo entregas al universo, te sorprenderá y asombrará lo que es entregado. Aquí es donde la magia y los milagros suceden.
58. Entrégalo hacia el universo diariamente, pero nunca debe ser una rutina.
59. Siéntete regocijado por todo el proceso... en onda, feliz, entonado.
60. La única diferencia entre la gente que realmente vive de esta forma es que ellos están habituados a las formas del ser.
61. Ellos recuerdan hacerlo todo el tiempo.
62. Crea una pantalla de Visión... imagina lo que deseas Atraer... cada día míralo y métete en el estado de sensación de que ya has adquiridos estos deseos.
63. "La imaginación es todo. Es la vista preliminar de las atracciones de la Vida por venir" - Albert Einstein
64. "Decide lo que deseas... cree que puedes tenerlo, cree que Lo mereces, cree que es posible para ti.
65. Cierra tus ojos y visualiza tener lo que ya deseaste y siente la sensación de que ya lo tienes.
66. Enfócate en sentirte agradecido por lo que ya tienes... ¡disfrútalo! Luego libéralo en el universo. El universo lo manifestará.
67. "Cualquier cosa que la mente del hombre pueda concebir, puede lograrse" - W. Clement Stone
68. Fija una meta tan grande que si la lograras, explotaría Tu mente.
69. Cuando tienes un pensamiento inspirado, debes confiar en él y actuar Sobre eso.

70. ¿Cómo puedes llegar a ser más próspero? ¡INTENTALO!
71. "Los cheques llegan en el correo regularmente" ... o cambia tu estado bancario al saldo que desees ver ahí... y métete en la sensación de que ya lo tienes.
72. La vida tiene el propósito de ser abundante en TODAS las áreas
73. Busca la sensación interna de júbilo y paz y entonces todas las cosas aparecen afuera.
74. Nosotros somos los creadores de nuestro universo.
75. Las relaciones: Trátate a ti mismo en la forma en que desees Ser tratado por otros.. ámate a ti mismo y serás amado.
76. Respétate sanamente a ti mismo.
77. Para aquellos con los que trabajas e interactúas regularmente, busca un cuaderno de notas y escribe los aspectos positivos de cada uno de ellos.
78. Escribe las cosas que más te gustan de ellos (no esperes que ellos cambien). La Ley de Atracción no los pondrá a ti y a él en el mismo espacio juntos si sus frecuencias no son o están acordes.
79. Cuando comprendes tu potencial de sentirte bien, pedirás que ninguno sea diferente a fin de que tú te sientas bien.
80. Te liberarás de incómodas imposibilidades de necesidad de controlar el mundo, a tus amigos, tu compañero, tus hijos..
81. Tú eres el único que crea tu realidad.
82. Nadie más puede pensar o sentir por ti... eres TU... UNICAMENTE TU.
83. Salud: agradece al universo por tu propia sanación. La risa, y la Felicidad libre de tensión, que te mantendrán saludable.
84. El sistema inmunológico se sanará a sí mismo.
85. Las partes de nuestros cuerpos son reemplazados cada día, cada semana, etc. Dentro de unos pocos años, tendremos un cuerpo Nuevo flamante.
86. Véte a ti mismo viviendo en un cuerpo nuevo. Esperanza =recuperación. Felicidad = bioquímica afortunada. La tensión degrada al cuerpo.
87. Remueve la tensión del cuerpo y el cuerpo se regenera a sí mismo. Tú Puedes sanarte a ti mismo.
88. Aprende a permanecer quieto... y lleva tu atención lejos de lo que no desees y coloca tu atención en lo que desees experimentar.
89. Cuando la voz y la visión del interior se torna más profunda y clara que las opiniones del exterior, entonces tú has logrado la Maestría de tu vida.
90. Tú no estás aquí para tratar de lograr que el mundo sea justo como tú lo desees. Tú estás aquí para crear el mundo que te rodea y que tú has Elegido.

91. Y permite al mundo, como otros han elegido verlo, que también exista.
92. La gente piensa que si todos conocieran el poder de la LDA (Ley de Atracción) no habría suficiente para todos. Esta es una mentira que ha sido Arraigada en nosotros y nos convierte en muy avariciosos.
93. La verdad es que hay más que suficiente amor, ideas creativas, poder, dicha, y felicidad para todos.
94. Toda esta abundancia empieza a brillar a través de una mente que está consciente de su propia naturaleza infinita. Existe suficiente para cada Uno. Ve y cree en ella, así se mostrará a ti.
95. Así que permite que la variedad de tu realidad te emocione cuando elijas todas las cosas que desees... entra en los buenos sentimientos de todos tus Deseos.
96. Escribe tu libreto. Cuando veas cosas que no desees, no pienses en ellas, escribas sobre ellas, hables sobre ellas, empújelas o te unas a Grupos que se enfoquen en lo que no desees... remueve tu atención de lo que no desees y colócala en lo que sí desees.
97. Nosotros somos energía en masa. Todo es energía. TODO.
98. No te defines a ti mismo por tu cuerpo... es el ser infinito el que está conectado a todo en el universo.
99. Un campo de energía. Nuestros cuerpos nos han distraído de nuestra energía. Somos el campo infinito de posibilidades por desarrollar. La Fuerza creativa.
100. ¿Son tus pensamientos valiosos para ti? Si no... AHORA es el momento de cambiarlos. Puedes empezar justo en donde estás ahora. Nada importa sino el momento y en lo que estés enfocando tu atención.



LAURA FOLETTO (Resumen profesional)

ACTIVIDADES

- 1991/2014 Sesiones en Consultorio y por Internet
Talleres y Seminarios en Grupos e Instituciones
1993/4 Grupos en el Programa de Salud Mental del Hospital Pirovano
1995/8 Talleres en la Unidad de Dolor y Cefaleas del Hospital de Clínicas
2003/14 Creadora y Directora de www.abrazarlavida.com.ar

CAPACITACION

- 1981/9 **Expresión corporal** (María Fux), **Yoga**, **T'ai Chi Chuan**
- 1990/2 **Terapeuta Corporal Integradora (Escuela de Integración Cuerpo-Mente)**
Integración, Juegos teatrales, Masajes (Chía Rodríguez) - Feldenkrais, Rolfing (Roberto Liaskowsky) - Bioenergética (David Zsyniak) - Gestalt (Adela Lalín) - Dinámica Corporal (Susana Kesselman) - Biosíntesis (Liliana Acero) - Eutonía (Frida Kaplan) - Rebirthing (D. Szalkowicz) - Programación Neurolingüística ((Lidia Estrín) - Máscaras (Carlos Vilaseca)
- 1995/6 **Terapeuta Corporal (Hospital Neuro-psiquiátrico Dr. Braulio Moyano)**
Eutonía (Luis Mazzarella) - Expresión Corporal/Danza (Patricia Stokoe) - Biodinámica emotiva (Eliseo Rey) - Biodanza (R.Terrén/V.Toro) - Arte-terapia (Lic. Marina Xus)
- 1997 **Coordinadora de Grupos (Instituto de Investigaciones Grupales)**
Grupos Centrados en la Tarea (Graciela Jassiner) - Equipos de trabajo (Mario Woronowsky) - Psicodrama (Hernán Kesselman) - Creatividad y Juegos (Lic. Lucio Margulis)
- 2000/2 **Facilitadora (Fundación Espiritualidad Práctica)**
Cortando lazos (Phyllis Cristal) - Meditaciones dinámicas (Osho / Gabrielle Roth) - Vidas pasadas / Clearing (Rhea Powers) - Expansión de la conciencia (Richard Moss) - Alineamiento energético (Kabir Jaffe): Mónica Socolovsky, Daniel Zalzman, Raquel Lauría
- 1998/2014 **Master en Nueva Energía**

laurafoletto@abrazarlavida.com.ar



abrazar la vida

La espiritualidad enraizada en la vida cotidiana

¡Hola, soy Laura Foletto!! Si estás leyendo este libro, es porque estamos conectados “causalmente”. Es un placer invitarte a visitar mi sitio y unirme a la Comunidad, disfrutando de múltiples beneficios:

SERVICIOS GRATUITOS:

Blog
Boletines
Cursos on line
Tests
Libros digitales
Multimedia

CURSOS POR INTERNET

Cómo manejar tus emociones
Cómo cambiar tu actitud
Cómo vivir en el aquí y ahora
Cómo atraer abundancia (entre otros)

CONSULTAS PRESENCIALES Y POR INTERNET CHARLAS Y TALLERES VIVENCIALES

Guía en Vida Conciente

(coaching vivencial para sintonizar tu vida personal y profesional
en el Nuevo Paradigma)

Si estás cansado de leer y de intentar hacer cambios, pero te cuesta incorporarlo y concretarlo... ¡aquí estoy para ayudarte! Más de 20 años consagrados a la Nueva Energía: soy una experta. Te espero.

www.abrazarlavida.com.ar

Guía y Recursos para crear tu vida en la Nueva Energía