

MARKETING ESPIRITUAL

Una fórmula comprobada de 5 pasos para crear riquezas fácilmente desde su interior

Joe Vitale

"Espíritu es sustancia que se forma a sí misma según tus demandas, y debe tener un patrón de donde partir. Una bola de masa está tan dispuesta a ser formada en pan de barra como en un panecillo. De igual manera, al Espíritu le da igual lo que demandamos."

Prefacio a la Edición para Istbooks.com

Escribí lo que usted está a punto de leer en 1999, cuando presenté por primera vez este libro como un obsequio privado a sólo 35 personas. Desde entonces, han ocurrido más milagros. He aquí unos de éstos:

* Cuando escribí este libro por primera vez y describí el coche de mis sueños, el coche de mis sueños era un Saturn. Ahora he ampliado mi sueño y mi auto. Ahora manejo un BMW Z3 2.8 Roadster. ¡¡¡En mi vida me he divertido tanto manejando!!! A medida que crecí en mi vida, y me hice más atrevido en mis sueños, naturalmente deseaba un coche diferente. Fui guiado al Z3, que simboliza los grandes cambios en mi vida. ¡Y además es padrísimo conducirlo! De verdad usted puede tener cualquier cosa que se imagine.

* Cuando escribí este libro por primera vez, seguía casado con Marian, quien había estado conmigo por más de veinte años. Desde entonces decidimos que estábamos tomando sendas distintas. No hubo nada negativo acerca de la experiencia o la decisión. Marian decidió que prefería vivir sola. Yo decidí buscar otra mujer. Encontré otra en Nerissa, a quien amo profundamente. Marian y yo seguimos siendo amigos, y ambas están en mi corazón. Soy un hombre con suerte. De verdad los grandes cambios en la vida pueden ser fáciles y naturales.

* Cuando escribí este libro por primera vez, me fijé una meta acerca de tener ingresos pasivos. Quería que el dinero viniese a mí fácilmente y sin esfuerzo, siempre, consistentemente, sin importar dónde estuviese o lo que hiciera. Después fui guiado a encontrarme con Mark Joyner, Gerente General de Aesop Marketing, quien me preguntó si él podía colocar uno de mis libros en línea como un libro electrónico. Yo tenía mis dudas. Pero le di "Hypnotic Writing" [Redacción hipnótica], un manuscrito que escribí hace muchos años. Mark lo colocó en línea, lo promovió y las ventas me dejaron con el ojo cuadrado. Y hoy, siete meses después de que el libro debutara en línea en <http://www.HypnoticWriting.com>, las ordenes siguen llegando. Ya que no hay ningún libro que imprimir, almacenar o enviar por correo, todos los ingresos son pasivos. Cada mes recibo un cheque, a veces por cantidades sorprendentes. Ahora sonrío mucho. Sé que cuando fijas una intención, fijas las fuerzas de la vida para atraerla a ti, y atraerte a tu intención.

* Cuando escribí este libro por primera vez, vivía en Houston. Después de conocer a Nerissa, me mudé a Austin. Luego comencé el proceso de manifestar el hogar de nuestros sueños. Luego de unos meses, encontramos una hermosa propiedad de dos pisos en las lomas, situada en dos acres, con cervatillos y liebres

silvestres, una piscina exterior, entre Austin y San Antonio, en una pequeña comunidad artística y espiritual llamada Wimberley, Texas. Encontré esta casa gracias a que tenía una imagen clara de lo que quería, y seguí cada impulso intuitivo que percibía. El resultado fue un milagro.

Platicaba con Nerissa acerca de los milagros continuos en mi vida.

“Eso te sucede siempre,” dijo ella.

Mencionó que apenas el otro día quería hacer una reserva para viajar en avión a Ohio para ver a mi familia. Los boletos costaban casi mil dólares. Yo sencillamente sabía que podía encontrar un precio mejor, pero estaba dispuesto a aceptar la tarifa regular. Cuando llamé de nuevo a la aerolínea, me dijeron que tenía tantas millas de viajero frecuente acumuladas que podía conseguir ambos boletos por poco más de cien dólares. Padrísimo.

Y Nerissa me recordó la vez que quería completar mi colección de libros poco comunes de P.T. Barnum. Encontré el último libro que necesitaba. Pero mi intuición me dijo que no pagara el alto precio que pedía el vendedor de libros. Lo dejé. Esperé. Pocos días después, el vendedor bajó su precio. Eso es insólito. Y sí, compré el libro.

Y ella me recordó la vez que busqué un libro por casi siete años sin poder dar con él. Luego, cuando menos me lo esperaba, un amigo de correo-e en Canadá me escribió y dijo que él tenía el libro. Le rogué que me dejara comprarlo. Él se negó. Pero unos días después decidió simplemente enviarme el libro—¡sin costo alguno!

Y ella recordó como hace un año, cuando no podía encontrar a una amiga que quería y extrañaba, me di por vencido y contraté a un investigador privado, quien tampoco pudo encontrar a mi amiga. Luego, un día, siguiendo mi intuición, me aproximé a mi amiga en una clase de yoga. La encontré sin ningún esfuerzo.

Nerissa también me recordó acerca del incidente que sucedió apenas ayer, mientras escribía este mismo prefacio.

He estado practicando el Método Sedona por meses. Es un método simple para liberar cualquier sentimiento o experiencia negativa a manera de estar feliz en este momento. Me gusta el método y le he dicho a muchas personas al respecto mediante mi boletín electrónico mensual.

Estaba leyendo un libro por Lester Levenson, fundador del Método Sedona, ayer por la mañana. Estaba sentado en mi sillón favorito, leyendo, siendo feliz, preguntándome cómo podría aprender más acerca de Sedona y de Lester. Recuerdo que estaba pensando: “Oye, sería bueno conocer gente Sedona y aprender más acerca de lo que hacen.”

Ese mismo día revisé mi correo electrónico (e-mail) y, oh gran sorpresa, había un mensaje del director del Instituto Sedona. Él había escuchado sobre mí “mediante un pajarito” y quería hablar conmigo acerca de cómo les podría ayudar a promover su página de Internet en <http://www.sedona.com>. ¡Increíble!

Y luego las incontables veces cuando quiero dinero para esto o aquello, y se me ocurre una idea que genera un montón de dinero rápido.

Una vez mientras organizaba un seminario de "Mercadotecnia espiritual". En vez de eso, decidí ver si alguien se inscribiría en línea y tomaría la clase por Internet. Anuncié que la clase se efectuaría solamente por correo-e, duraría cinco semanas y costaría \$1,500 por persona. Quince personas se inscribieron, generando una buena suma de dinero en poco tiempo. Muy bien.

"Te suceden milagros todo el tiempo," repitió Nerissa.

"¿Por qué piensas que es así?" pregunté. "La verdad es que no siempre ha sido así."

"Porque ahora practicas los pasos de Mercadotecnia espiritual," explicó. "Te conviertes en un imán de todo lo que quieres."

No hay duda. Si tratara de documentar todos los milagros que siguen ocurriendo solamente en mi vida diaria debido al método de "Mercadotecnia espiritual" nunca dejaría de escribir este libro y nunca lo podría presentar al público.

Lo que quiero decir es esto: La fórmula de cinco pasos que usted está a punto de descubrir funciona. Y porque funciona, quiero que usted la tenga.

Una vez le dije a Nerissa que en la vida hay un camino fácil y uno difícil. Cuando recién la conocí, ella estaba escalando el lado rocoso de la montaña. Luego le señalé que también hay escaleras mecánicas en la vida. Usted puede tomar el camino difícil o el camino fácil. Todo depende de usted.

Este libro le muestra dónde están las escaleras mecánicas.

Súbase y disfrute el ascenso.

Ahora voy a apagar mi computadora, entregar este libro a Istbooks.com y dejarle a usted leerlo.

Dígame lo que piensa... y los milagros que suceden en su vida también.

Joe Vitale

espiritu@mrfire.com

"Si no nos gusta lo que nos está sucediendo en el mundo, lo único que tenemos que hacer es cambiar nuestra consciencia— ¡y el mundo externo cambia para nosotros!" Lester Levenson, "Llaves a la libertad máxima", 1993

[Keys to the Ultimate Freedom]

Prólogo de Bob Proctor

Abrí el paquete de entrega inmediata y encontré dentro un manuscrito encuadernado en espiral. Dos palabras saltaban de la portada: Mercadotecnia espiritual. Mmmm. Pensé para mis adentros: qué título tan interesante. Esas dos palabras... Mercadotecnia espiritual... seguían bailando en mi mente.

Nunca antes había visto a esas dos palabras como socias, pero allí estaban, codo a codo, en perfecta armonía. Eran una pareja hermosa. Definitivamente eran la una para la otra. Sí, la unión de estas dos palabras ha creado el potencial de causar un impacto profundo y positivo en el mundo... su mundo y el mío. De algún lugar de dentro de mí me vino el pensamiento que se necesitaría un Joe Vitale para crear una combinación tan potente. También pensé: Joe no sólo es un buen hombre; también escribe libros geniales.

Lo más seguro es que usted esté tan ansioso de entrar al libro como yo lo estaba cuando lo tuve en mis manos por primera vez. Sin embargo, antes de que se adentre más, hay que establecer una aclaración muy importante:

Al decir "Mercadotecnia espiritual" no queremos decir mercadotecnia religiosa. El autor de este explosivo librito y yo estamos de acuerdo en que ninguno de nosotros está ni remotamente calificado para escribir sobre ese tema. Más bien nos referimos a la presencia dentro del espíritu universal... el "yo" verdadero.

El Espíritu está presente y opera en todos. El Espíritu siempre se expresa perfectamente... por Ley. La mejor definición de la palabra "ley" que he encontrado en mis casi cuarenta años de investigaciones divertidas surgió del Dr. Thurman Fleet. Él explicó: "Ley es el método uniforme y ordenado del Dios omnipotente."

A medida que lee cualquiera de los libros de Joe Vitale o escucha cualquiera de sus programas grabados, sabrá que a él le encanta estudiar las Leyes. En este su libro más reciente, Joe ha unido eficazmente las Leyes a su verdadero amor: mercadotecnia. Usted y yo somos los beneficiados de sus años de trabajo. Él ha tomado algo que puede ser una labor compleja y laboriosa, y la ha presentado en sólo cinco pasos simples. Los cinco pasos descritos en Mercadotecnia espiritual le ayudarán a lograr o adquirir cualquier cosa que usted desee con sinceridad. Sé que esto es cierto porque he usado personalmente estos cinco pasos por los últimos cuarenta años para establecer y lograr un sinfín de metas en todo el mundo.

Aunque verá que cada paso es fácil de entender, seguirlo requerirá disciplina. Su viejo paradigma, conocido comúnmente como su "condicionamiento antiguo", peleará contra usted. De hecho, su condicionamiento antiguo le dará una tremenda batalla.

Verdaderamente los paradigmas no mueren fácilmente, y las armas que usan los paradigmas para encarcelarlo en la vida tienen un poder potencial fenomenal. A menudo me refiero a ellos como el trío con el poder de paralizar... de hecho son insidiosos. Éstos son DUDA, TEMOR y ANSIEDAD. Éstos tienen el poder de poner un alto total a su progreso justo en el momento en que decide poner manos a la obra.

Debe darse cuenta que la duda lo invade sigilosamente y causa temor, el cual a su vez se vuelve ansiedad. Estos tres pueden atacar como un relámpago. Sin embargo, pueden y deben ser detenidos. La causa primordial de estos demonios debilitadores es IGNORANCIA.

Conoceréis la verdad, y la verdad os hará libres. Ésa es una verdad hermosa. Usted debe entender que sólo hay una cosa de la cual ser libre, y esa es la ignorancia. En el momento que usted sienta que la duda quiera invadir su mente sigilosamente, tome este libro y lea unas cuantas páginas. Ábralo donde sea y lea. Cosas maravillosas sucederán. Su entusiasmo aumentará y usted regresará al camino correcto hacia un futuro prometedor.

Este librito será su amigo, su propia Lámpara de Aladino. Los conceptos en cada página le fortalecerán. ¡No salga sin él!

De vez en cuando, mientras lea, deje de leer, cierre el libro, acomódese en una postura relajada y considere. Piense en gente rica y ecuánime que conozca. considere lo que ellos han estado haciendo con sus vidas... y de repente se dará cuenta de que están haciendo lo que este librito le sugiere que usted haga.

¿Quiénes son los que más producen en su industria? ¡Considérelo! ¡Ellos están llevando a cabo lo que este libro le está sugiriendo que haga!

Ahora, continúe al Paso Uno. Convierta todos y cada uno de los pasos en parte habitual de su conducta. Lea este libro todos los días. A medida que lo hace, comenzará a disfrutar la consecución progresiva de todos los deseos de su corazón.

Bob Proctor

Toronto

Confesión verdadera del autor

Lo admito. Nunca quise publicar este libro o presentarlo a una amplia audiencia. Tenía miedo. Escribí este libro para una persona: mi hermana. Bonnie tenía tres hijos, estaba desempleada y recibía asistencia social. Me dolía verla sufrir. Yo sabía que su vida podía ser diferente si ella conociese el proceso de cinco pasos para crear todo lo que ella quisiese. Escribí este material para ella solamente, en 1997. Ella ya no recibe asistencia social y está de lo mejor. Todavía no es rica, pero creo que le he mostrado una manera nueva de vivir la vida.

Nunca quise hacer público este libro porque tenía miedo de cómo me percibiría el mundo. He escrito diez libros, hasta ahora, para conocidas y conservadoras organizaciones como la Asociación Americana de Mercadotecnia y la Asociación Americana de Administración. Además tengo un programa grabado con Nightingale-Conant. Pensé que si le decía al mundo acerca de mi interés en espiritualidad, la gente se mofaría de mí, los clientes me despedirían, y estas organizaciones me rechazarían. Así que me fui a la segura y guardé este libro en secreto.

Pero en junio de 1999 sentí un impulso interno de darle una copia de este manuscrito a Bob Proctor, al comienzo de uno de sus seminarios sobre la "Ciencia de obtener riquezas" [Science of Getting Rich]. Bob lo leyó y le encantó. Y luego hizo algo escandaloso.

Había 250 personas en ese seminario en Denver. Bob leyó ante la audiencia todos los títulos de mis libros, y luego me presentó ante los concurrentes. Me puse de pie y la gente aplaudió. Me trataron como una celebridad y me encantó recibir la atención. Pero luego Bob le dijo a todos acerca de mi libro nuevo, mi libro inédito, este libro. Yo estaba sorprendido. No estaba preparado para esto. Contuve la respiración. Luego Bob les dijo el título: Mercadotecnia espiritual.

Había tal silencio entre los presentes que sentí escalofríos. La gente no sólo reaccionó positivamente al libro, todo mundo lo quería, y ya. Cuando menos cincuenta personas vinieron a mí y dijeron que querían comprar el libro. Bob Proctor luego dijo que quería grabarlo. Y el representante de una casa editorial en el seminario dijo que quería publicarlo, ¡sin haberlo visto!

Mis preocupaciones acerca de publicar este libro se esfumaron. Pude ver que era el momento perfecto para presentar estas ideas, y vi que yo estaría a salvo al hacerlo. Así que aquí me tienen.

Al igual que con la mayoría de las cosas en la vida, hay muy poco que temer, y las riquezas y la gloria le esperan a la vuelta de la esquina. Lo único que tiene que hacer es ir adelante y hacer las cosas que su interior le está codeando que haga.

Bob Proctor me codeó frente a 250 personas. Y el resultado es este libro. Que lo disfrute--¡y que tenga una larga vida en prosperidad!

Joe Vitale
Austin

Cómo realicé Mercadotecnia espiritual

“¿A qué se dedica?” pregunté.

Estaba en fila con 700 personas en un hotel en Seattle esperando pasar un día escuchando a un escritor y maestro espiritual.

“Trabajo con la energía,” dijo la señora junto a mí. “Es difícil de explicar. Es diferente con cada persona.”

“¿Tiene una tarjeta de presentación?”

“No,” respondió, un poco avergonzada.

Yo estaba escandalizado.

“Permítame hacerle una pregunta,” comencé. “Hay más de 700 clientes potenciales aquí. ¿Por qué no tiene por lo menos tarjetas de presentación?”

Una señora que estaba junto a ella sonrió y le dijo: “Te acaba de tocar un ángel.”

No soy un ángel. Pero me preguntaba por qué esta señora de negocios estaba desperdiciando una grandiosa oportunidad de mercado. Al conversar con otras personas de las 700 presentes en este evento, me di cuenta de que todas estas personas eran microempresarios. Y todas necesitaban ayuda para promover sus servicios.

Fue ahí cuando caí en cuenta de que podía escribir un manual conciso sobre mercadotecnia basada en la espiritualidad. Nadie más parecía estar mejor calificado. Soy el autor de la Guía total de anuncios para pequeños negocios [AMA Complete Guide to Small Business Advertising] de la Asociación Americana de Mercadotecnia, y tengo más de quince años de experiencia en metafísica y espiritualidad. He entrevistado a muchos portavoces de la nueva era y algunos de ellos han sido mis clientes. Además, ya había creado y probado un proceso secreto de cinco pasos para manifestar todo lo que uno quiera. Parecía ser la mejor voz para un libro sobre mercadotecnia con espíritu.

También sabía que esas 700 personas en el seminario representaban un grupo aún más grande de gente que necesita ayuda con sus negocios. Además, sabía que ellos estaban haciendo algo dentro de sí mismos que estaba creando sus resultados externos. Es decir, su estado de ser interno estaba creando su clientela, o su falta de clientela.

Sencillamente, la señora que no tenía una tarjeta de presentación tenía una inseguridad interna sobre su negocio que se manifestaba en su vida mediante su falta de tarjetas de presentación. Y si tomamos esta lógica un paso más adelante en la dirección en que le quiero guiar más adelante en este libro, si esa señora estuviese verdaderamente clara acerca de su negocio, ni siquiera necesitaría tarjetas de presentación. La clientela simplemente vendría a ella. Su espíritu interno haría su promoción.

Esto es lo que revelará este libro. He aprendido que somos seres humanos, no hacedores humanos. Cuando usted alcanza un estado de ser interno claro sobre el servicio que presta al mundo, el mundo viene a usted. Como dijo una persona famosa, "Ahora los ángeles dan mi tarjeta de presentación". ¿Confundido? No hay problema. Mandy Evans, terapeuta, escritora y una gran amiga mía, dice que la confusión es ese maravilloso estado mental que está justo antes de la claridad.

Quizás el relato siguiente le dará un vistazo de lo que digo y creará el marco de lo que sigue:

Una vez leí un viejo y agradable libro de 1920 titulado Las bases de la prosperidad [Fundamentals of Prosperity] por Roger Babson. Él concluyó su libro preguntándole al presidente de la República Argentina por qué Sudamérica, con todos sus recursos y maravillas naturales, estaba tan atrás de Norteamérica en cuanto al progreso y el mercado. El presidente respondió:

"He llegado a esta conclusión. Sudamérica fue poblada por los españoles que vinieron a Sudamérica en busca de oro, pero Norteamérica fue poblada por los Peregrinos, que fueron allí en busca de Dios."

¿Dónde está su enfoque? ¿En dinero o en espíritu?

En este libro intento ofrecer una nueva manera en que usted puede crecer su negocio fácil y naturalmente. Ésta está basada en técnicas de mercadeo comprobadas y principios espirituales eternos. Revelará cómo es que su estado de ser interno atrae y crea sus resultados externos—y lo que debe hacer al respecto a fin de que pueda tener, hacer o ser todo lo que desee su corazón.

¿Funcionan las técnicas? La muestra estará en el botón. Pruébelas y verá. Yo puedo contarle los éxitos que he tenido—y lo hago en este libro—pero nada le convencerá más que su uso de estas simples ideas y ver sus propios sorprendentes resultados. Yo podría decirle que este método le ayudará a manifestar cualquier cosa que usted quiera. Usted leerá acerca de personas que crearon coches y hogares, se curaron de cáncer y crearon relaciones nuevas. Pero me estoy concentrando en los negocios porque parece haber una gran escasez de espiritualidad en los negocios. Y voy a dejar que usted descubra la magia de la promoción con espíritu porque nada será más potente que su propia experiencia de primera mano.

Acérquese una silla. Póngase cómodo. Respire hondo y relájese. Hablemos de cómo puede crecer su negocio—y lograr cualquier cosa que usted desee—mediante el poder mágico de "Mercadotecnia espiritual".

"Vivir con riesgos es saltar al precipicio y construir sus alas mientras va en caída."

Ray Bradbury

Puede ser de otra manera...

Antes de ser especialista de mercadotecnia y escritor, fui periodista del mundo interior por más de diez años, y escribí para varias revistas a la vanguardia. Como resultado, he visto milagros con mis propios ojos. Por ejemplo:

* Entrevisté a Meir Schneider, un hombre que fue diagnosticado ciego. Recibió un certificado que decía que sufría de ceguera incurable, y hoy ve, lee, escribe, conduce un auto—y también ha ayudado a cientos de personas a recuperar su vista.

* Pasé tiempo con Barry y Suzi Kaufman en su Instituto Opción [Option Institute] y vi y supe de milagros allí. Su propio hijo nació autista. Les dijeron que se resignaran. Pero no lo hicieron. Laboraron con su hijo, lo amaron, lo cuidaron, lo aceptaron... y lo curaron. Hoy él vive una vida de adulto sobre promedio, feliz y exitosa.

* He estado en docenas de talleres donde he visto gente que ha cicatrizado relaciones con sus amantes, sus cónyuges, sus hijos. He entrevistado a gurús y a mentores, he hablado con gente que ha disuelto problemas "incurables", y he experimentado milagros personalmente en mi propia vida. He llegado a creer que nada—¡pero nada!—es imposible.

Recientemente he estado trabajando con Douglas Norment, un hombre llamado "curandero de curanderos" porque su trayectoria de ayudar a sanar gente es tan impresionante que los médicos le están enviando sus propios pacientes. He visto a Douglas recibir gente con problemas de toda clase --de dinero, de espalda, de cáncer--y ayudarlos a ser curados, a menudo en una sola sesión.

Yo he probado esto por mí mismo. La mayor parte de mi vida he batallado con el dinero. Cuando viví en Dallas hace unos veinte años, estaba en la calle y hambriento. Robaba para comer. Y cuando me mudé a Houston, era una pesadilla frustrante conseguir \$200 al mes para vivir en una pocilga. Era un infierno. Aun así lo viví por quince años. ¡AÑOS!

Luego, después de unas sesiones con Douglas, de alguna manera abandoné mis antiguas creencias sobre el dinero, instalé creencias nuevas, y ahora mis finanzas son tan radicalmente diferentes que a menudo me anonada que tengo tanto: coches nuevos, casa nueva, viajes por el mundo, más clientes de los que puedo atender, y una reserva constante de dinero que me mantiene a flote en todo momento. Pago cada cuenta y deuda que me llega, cuando llega, y nunca tengo escasez.

¿Qué pasó? ¿Cómo puede Meir curar a los ciegos? ¿Los Kaufman sanar el autismo? ¿Douglas ayudar a gente con un sinnúmero de problemas? ¿Yo tener dinero cuando por casi una década no tenía casi nada?

Comienza con la consciencia de que "Puede ser de otra manera". Es lo que quiero que entienda en este mismo momento. Que no importa lo que esté sucediendo en su vida, no importa lo que piense que va a pasar, puede ser de otra manera. La dirección en que aparentemente se dirige puede ser cambiada. Nada es inalterable.

De hecho, como verá por sí mismo, todo en la vida parece ser plástico. Puede moldearlo para hacer lo que usted quiere y donde quiere ir. Incluso en este mismo momento, mientras lee estas palabras, puede comenzar a explorar posibilidades nuevas: ¿Qué quiere ser, hacer o tener? ¿Sacarse la lotería? ¿Por qué no? ¿Crecer su negocio? ¿Por qué no? ¿Sanar algo? ¿Por qué no?

Un amigo mío me preguntó, "¿Cómo sabes lo que es imposible?"

Le respondí, "¿Cómo sabes lo que no lo es?"

Creo que nuestro planeta es lo que se describió en un episodio de televisión de Viaje a las Estrellas llamado "Permiso en el puerto" [Shore Leave]. Cuando el Capitán Kirk y su equipo bajan a un planeta y lo revisan antes de permitir a la tripulación bajar para tomar un merecido descanso, comienzan a experimentar eventos curiosos. McCoy ve un enorme conejo blanco. Sulu ve un clásico samurai que lo persigue. Kirk ve a una antigua amante y a un excompañero de clases. Después de experimentar las dichas y las penas de estos sucesos, se dan cuenta (gracias al Sr. Espok, por supuesto) que están en un planeta que lee sus pensamientos y crea lo que están pensando.

Yo creo que la tierra es ese planeta. Todo lo que usted fije en su mente con energía y enfoque tiende a crearse en su realidad. Toma un poco más obtener resultados porque constantemente cambiamos de parecer. Imagínese que usted va a un restaurante y pide un consomé de pollo. Pero antes de que se lo traigan cambia su orden a sopa de lentejas. Y antes de que ésta llegue cambia de nuevo su orden a consomé de pollo. Luego se queja y dice, "¡Nunca recibo lo que quiero!", cuando la verdad es que ¡usted es la razón de la tardanza de su sopa!

Casi todos hacemos esto a diario. Nuestra indecisión hace que la manifestación de lo que queremos sea casi imposible. Con razón usted siente que nunca consigue lo que quiere. Pero, no tiene que ser de esa manera.

Considere lo que Larimer Warner escribió en Nuestra reserva invisible -parte 1 [Our Invisible Supply], en 1907:

"El Espíritu es sustancia que se forma a sí misma según tus demandas, y debe tener un patrón de donde partir. Una bola de masa está tan dispuesta a ser formada en pan de barra como en un panecillo. De igual manera, al Espíritu le da igual lo que demandamos."

Esta es la base del proceso de cinco pasos que describiré en este libro: Sepa que la vida puede ser diferente para usted, y que la vida misma le apoyará en lo que desee.

He aquí la manera:

"Trate de recordar que la imagen que usted piensa, siente y ve se refleja en la Mente Universal, y por la ley natural de acción recíproca debe regresar a usted de manera espiritual o física."

Su poder invisible por Genevieve Behrend, 1921

Paso Uno: Sepa lo que no quiere

¿Es necesario que explique esto?

La mayoría de la gente con la que hablo a diario sabe lo que no quiere. "No quiero este dolor de espalda." "No quiero esta jaqueca." "No quiero estas cuentas." "No quiero batallar en mi negocio." Usted ya conoce la letanía. Usted mismo tiene una.

Desgraciadamente, la mayoría de nosotros dejamos la cosa ahí. La naturaleza de nuestras conversaciones, nuestros boletines de noticias, nuestros programas de radio y televisión, y los programas de radio hablada se enfocan en la idea de lo que no queremos. Sienta bien quejarse. No nos sentimos tan solos. Nos sentimos escuchados. Nos sentimos aliviados. A veces hasta recibimos respuestas que aminoran nuestros problemas.

Pero casi nunca tomamos este proceso al nivel dos. Rara es la persona que deja de quejarse o pelear lo suficiente para enfocarse en lo contrario de lo que está experimentando. Pero el nivel dos comienza a realizar los milagros y manifestaciones que queremos. Saber lo que no quiere es el trampolín de sus milagros. Saber lo que no quiere es simplemente su realidad actual.

Y la realidad actual puede cambiar.

"El hombre es un imán, y cada línea y punto y detalle de sus experiencias vienen a él por su propia atracción."

El poder de la vida y cómo utilizarlo, por Elizabeth Towne, 1906

Paso Dos: Escoja lo que quisiera tener, hacer o ser

Si usted se da cuenta de que puede tener cualquier cosa, ser cualquier cosa o hacer cualquier cosa, la pregunta es: ¿Qué es lo que quiere?

El secreto es cambiar cada una de sus quejas en algo que SÍ quiere. Comience a enfocarse en dónde quiere ir, no en donde estaba o donde está.

No quiero esta jaqueca pasa a ser "quiero una cabeza despejada".

No quiero este dolor de espalda pasa a ser "quiero una espalda fuerte".

"No quiero estas cuentas" pasa a ser "quiero tener dinero más que suficiente para todo lo que desee".

"No quiero batallar con mi negocio" pasa a ser "quiero que los clientes vengan a mí fácil y naturalmente".

Es un arte cambiar lo que no se quiere y redactarlo de nuevo en lo que se quiere. Lo único que hago es escribir lo contrario de mi queja. Vuelva la oración 180 grados. Si digo, "estoy harto de que me interrumpen cuando escribo", lo contrario sería "quiero escribir en un lugar seguro, tranquilo y sin interrupciones".

Tal vez se pregunte qué tiene que ver todo esto. ¿Por qué escribir estas oraciones si no le ayudarán a pagar las cuentas o a sanar sus problemas ni nada?

Buena pregunta. La respuesta: cambiar el enfoque en lo que sí quiere lo llevará en la dirección de lo que desea.

Verá, al parecer creamos nuestras vidas a partir de nuestras percepciones. Si nos enfocamos en escasez, atraemos más escasez. Si nos enfocamos en las riquezas, atraemos más riquezas. Nuestra percepción es un imán que nos atrae hacia donde queremos ir.

Si no elige conscientemente a dónde quiere ir, irá a donde su subconsciente quiere que vaya. Parafraseando al famoso psicólogo suizo, Carl Jung, "Hasta que no vuelva al subconsciente consciente, éste dirigirá su vida, y usted le llamará destino."

En ese aspecto, la mayoría de nosotros estamos en piloto automático. Simplemente no nos hemos dado cuenta de que podemos tomar los controles. Saber lo que usted quiere le ayudará a enfilar su vida en la dirección que desea tomar.

Pero hay algo más...

Acabo de almorzar con una encantadora amiga mía. Ella tuvo una sesión con Douglas la semana pasada y todavía brillaba. Sus ojos estaban grandes y con una chispa, llenos de pasión por la vida. Ella me recordó que aunque usted piense que sabe lo que quiere, tal vez tenga que ir más a fondo para descubrir lo que realmente desea.

Ella había ido a ver a Douglas con la intención de crear un exitoso negocio propio. Douglas le preguntó "¿Con qué fin?" Después de evadir la pregunta por un tiempo, ella se dio cuenta de que quería un negocio exitoso "para probar que era una persona respetable".

Recuerdo que yo solía decir que quería escribir libros que fuesen bestsellers colosales. Douglas me hizo la misma famosa pregunta, "¿Con qué fin?" Al principio me retorció y daba razones como "lo merezco" o "quiero el dinero" o "mis libros valen lo suficiente para esto". Pero la razón verdadera, el factor motivador subyacente, era que quería libros bestsellers "para que la gente me amara y me admirara". Cuando lo dije, sentí un cambio dentro de mí. Sabía que había llegado a mi verdadero objetivo. Mi meta, mi intención, era sentir amor.

Mucha gente vive toda una vida siendo impulsados por una necesidad subconsciente y no reconocida. El político puede ser un niño que nunca recibió suficiente atención. La empresaria puede ser una jovencita que no se siente a la par de sus compañeros. El autor de bestsellers tal vez siga intentando demostrar que es inteligente, o digno de ser amado o admirado.

La libertad y el poder vienen de saber lo que uno quiere sin llegar a ser prisionero de lo que quiere.

Pero hay otra razón de saber y expresar su intención. Cuando la declara,

comienza a descubrir todas las cosas que impiden su consecución. Tal vez diga que quiere terminar de pagar su casa para estar libre de esos enormes pagos mensuales, pero de repente ahí vienen las objeciones: "No gano lo suficiente como para pagar totalmente mi casa", o "¡Nadie hace eso!" o "¿Qué van a pensar mis padres?"

Bien sabe a lo que me refiero. Es fácil inventar objeciones. El secreto es disolver esas objeciones hasta tener claridad interior. Cuando la tenga, será mucho más fácil manifestar lo que quiere.

Permítame explicarle...

Una señora acudió a Douglas porque la iban a operar de cáncer el próximo lunes. Ella fue a él un viernes. Ella estaba aterrada por la operación y quería deshacerse de sus temores. Douglas le ayudó a disipar todos sus temores, y dos horas después, cuando se reincorporó en la mesa, ella se sintió sanada. Pero aún así acudió a la operación. El lunes, cuando los doctores la abrieron, no pudieron encontrar ningún rastro de cáncer. Ya no estaba allí.

¿Qué sucedió? Repito, nuestras creencias son potentes. La señora creyó que podía remover las creencias que estaban causando sus temores, y así lo hizo. Pero ella no sabía que sus temores habían causado su cáncer. Cuando ella removió sus temores, el cáncer se fue, pues éste ya no tenía un hogar en su cuerpo. Ella había tomado un control consciente de su vida eligiendo ir a ver a Douglas para eliminar sus creencias negativas. Ella sabía que su vida podía ser de otra manera.

Creamos la realidad por medio de nuestras creencias. No estoy seguro de poder explicarle esto de forma que tenga sentido. Quizás usted se haya dado cuenta de que la gente parece tener problemas recurrentes. ¿Alguna vez se ha preguntado por qué cada persona tenía el mismo problema? La persona con problemas económicos siempre tiene problemas económicos. La persona con problemas con sus parejas, siempre tiene problemas con sus parejas. Es como si cada persona se especializase en un trastorno.

Las creencias, subconscientes o no, están creando esos eventos. Hasta que las creencias que crean los eventos no sean liberadas, los eventos continuarán sucediendo. Conozco a un señor que ha estado casado siete veces. Todavía no ha acertado. Él continuará casándose y divorciándose hasta que se deshaga de sus creencias subyacentes que causan que sucedan estos eventos. Y mientras continúa casándose y divorciándose, culpará a los demás por sus problemas, tal vez culpará al destino, o a Dios. Pero como usted leyó anteriormente, "Hasta que no vuelva al subconsciente consciente, éste dirigirá su vida, y usted le llamará destino."

¿Cuáles son sus creencias?

Examine su vida. Lo que tiene es el resultado directo de sus creencias. ¿No es feliz? ¿Tiene deudas? ¿Matrimonio en mal estado? ¿No es exitoso? ¿Mala salud? Sus creencias están creando estas experiencias en su vida. En un sentido muy real, una parte de su ser quiere lo que usted tiene—con todo, incluso los problemas.

Recuerdo que el gurú de motivación personal Tony Robbins comentaba acerca de una señora esquizofrénica que sufría de diabetes cuando estaba con una

personalidad y estaba totalmente saludable con otra personalidad. Las creencias forman la personalidad. La señora con diabetes tenía creencias que creaban la diabetes. Es evidente que si usted cambia sus creencias, cambia la situación.

¿Cómo se cambian las creencias? Hay que comenzar seleccionando lo que usted quiere para su vida. En el momento que elija lo que quiere ser, hacer o tener, descubrirá las creencias que impiden su camino. Van a surgir. Y esto es lo que le decía antes, que usted puede cambiar sus quejas para que éstas sean sus metas o intenciones.

Así que, ¿qué es lo que desea? Use las líneas de abajo para escribir lo que desea ser, hacer o tener. Un estudio de Brian Tracy reveló que las personas que simplemente pusieron sus deseos sobre papel y luego guardaron la lista, descubrieron que un año después el 80% de lo que escribieron se hizo realidad.

¡Escriba lo que desea! (ser, hacer, tener en su vida)

¿Escribió muchas metas?

A veces la gente se siente avara cuando comienza a pedir lo que desea. Sienten que están quitándole a los demás.

La mejor manera de vencer esta creencia restrictiva es asegurarse de que quiera que los demás también prosperen.

Es decir, si quiere una casa nueva, pero no quiere que su vecino tenga una, usted está atorado en el ego y eso es avaricia. Pero si quiere una casa nueva y piensa que todo el mundo debe tener una, entonces está sintonizándose al espíritu creativo y atraerá o será llevado a esa casa nueva.

Ve usted, la verdad es que no hay escasez en el mundo. El universo es mucho más grande que nuestros egos y puede suministrar más de lo que demandamos. Nuestra función consiste simplemente en pedir con sinceridad lo que deseamos. El deseo que usted tiene proviene de su espíritu interior. Honre este espíritu escribiendo lo que realmente desea tener, hacer o ser:

Ahora escriba una meta o intención, algo que de verdad quiera tener, hacer o ser.

El enfoque es poder. Repase ambas listas y vea cuál meta o metas saltan a la vista. ¿Cuál meta o intención tiene mayor energía, o carga, en ella? Una meta debe intimidarle un poquito y emocionarle mucho.

Y recuerde que siempre puede combinar metas. No tiene nada de malo expresar algo así: "Quiero pesar 54 kilos, tener un Corvette nuevecito y cincuenta mil dólares en mi cuenta bancaria, para Navidad."

En las líneas a continuación, escriba la intención más potente que pueda escribir:

Ahora, este es el paso final:

Escriba su intención como si ya fuese una realidad.

Es decir, "Quiero pesar 54 kilos, tener un Corvette nuevito y cincuenta mil dólares en mi cuenta bancaria, para esta próxima Navidad" se convierte en "¡Ahora peso 54 kilos, tengo un Corvette nuevito y tengo cincuenta mil dólares en el banco!"

Haga esto ahora mismo. Simplemente escriba de nuevo su meta en el tiempo presente; imagínese que ya tiene lo que desea:

Ahora puede escribir la meta que escribió arriba en una tarjeta y consérvela en su cartera o su bolso. Al hacerlo, se está recordando subconscientemente de su intención. Luego su propia mente le codeará en la dirección para hacer realidad su meta.

Así que relájese. Acaba de plantar una semilla en su mente. El resto de este libro le dirá cómo regarla, darle sol, sacar las hierbas y dejarla crecer.

¡Prepárese para sus milagros!

"La prosperidad es la capacidad de hacer lo que usted desea hacer en el preciso momento que desea hacerlo."

Invítese a la vida por Raymond Charles Barker, 1954

Paso Tres: Claridad

Spot era un perro callejero del que me adueñé cuando estaba en la universidad. Pero solía irse vagando y destruir los jardines de los vecinos, correr por la calle y hacer que los conductores frenasen bruscamente, y ser una molestia en general. Así que le puse una pequeña correa. Pero me sentía culpable por ponerle a este gran amigo una correa de un metro. Compré una correa más grande, dos metros de libertad, y se la puse a Spot. Luego me alejé a dos metros de distancia y llamé a Spot. Él corrió hacia mí... un metro. No pasó un centímetro más de la longitud de la correa antigua. Tuve que ir hacia Spot, abrazarlo y llevarlo hacia el límite de los dos metros de la correa nueva. De ahí en adelante, usó toda la correa.

Creo que cada uno de nosotros tiene un límite que hemos fijado en nuestra libertad. Necesitamos un "profesor de milagros" para ayudarnos a ver que en realidad no tenemos límites. Douglas hace esto con sus clientes. Pero lo hace de una manera que quizás a usted le parezca extraña. Abróchense sus cinturones y veamos si puedo explicárselo.

La primera vez que tuve una sesión con Douglas no sabía a qué atenerme. Creía que el hombre era un poco raro, pues no podía articular lo que hacía. Pero he sido un reportero curioso por muchos años, así que me aventuré a tener una sesión con él.

"¿Cuál es tu intención para esta sesión?" preguntó Douglas.

"¿A qué te refieres?"

"Puedes tener cualquier cosa que desees. ¿En qué te quieres enfocar?"

Reflexioné un momento y luego hablé.

"Quiero claridad acerca del libro que estoy escribiendo acerca de Bruce Barton."

"¿Qué clase de claridad?"

"Quiero saber lo que debo hacer ahora," dije.

"Bien. Vamos."

Douglas me pidió que me recostara sobre su mesa de masajes. Me guió con suavidad a que inhalara diferentes colores.

"Inhala el color rojo por la coronilla e imagina que pasa por tu cuerpo y sale por tus pies."

Hicimos esto con varios colores.

"¿Qué otro color necesitas inhalar?" preguntó.

Yo dije gris. Luego me pidió que inhalara ese color. Después de varios minutos de respirar profundamente y relajarme sobre su mesa de masajes, Douglas posó su mano sobre mi corazón y dijo, "Abre esto."

Aunque conscientemente no hice nada. Sentí que una carga de electricidad y energía pasaba a través de mí, casi cegándome. Había una incandescente luz blanca que llenaba mi cuerpo, retumbando en mi cabeza, de alguna manera iluminando el interior de mi cráneo.

De repente sentí la presencia de ángeles, espíritus, guías. No sé cómo explicarlo. Pero fue real. Yo lo sentí. Yo lo noté. Yo sabía que estaban allí. Y estos seres de alguna manera obraron en mí, alterando mis creencias, ayudándome a darme cuenta que tenía más "correa" de la que yo pensaba.

No estoy seguro cuánto tiempo estuve en ese estado alterno. ¿Veinte minutos? ¿Una hora? No sé. Cuando por fin me reincorporé en la mesa, vi que a Douglas le rodaba una lágrima por su mejilla. Cuando la energía comenzó a llenarme, él se hizo a un lado para que ésta hiciera su obra. Pero el milagro y la hermosura de lo que presenciaba lo tocó. Estaba llorando.

Cuando se aclaró mi mente y me orienté, me di cuenta que sabía cuál era el próximo paso para escribir mi libro. Debía ir a Wisconsin y continuar mi investigación mediante los documentos personales de Bruce Barton en el museo de historia. Había logrado mi intención.

Y eso no es todo.

Poco después de mi primera sesión con Douglas comencé a notar otros cambios en mi vida externa. El libro que estaba escribiendo tomó una nueva dirección. Encontré un editor para el libro. Encontré el dinero para terminar mi investigación. Compré un coche nuevo. Compré casa nueva. Mis ingresos aumentaron vertiginosamente.

¿Cómo? ¿Por qué?

Había invitado al otro lado a ayudarme, y así fue.

En este mismo momento que escribo estas palabras, estoy muy consciente de que usted puede pensar que me he vuelto loco. Después de todo, heme aquí, un adulto, un escritor, un especialista en promociones y orador bastante conocido que aconseja a ejecutivos acerca de sus negocios, hablando de "espíritus".

Pero también sé que usted sabe a lo que me refiero. Aun la persona más atea ha sido tocada por algo milagroso, extraño o inexplicable. Aunque nadie sabe qué nos depara el otro lado de esta vida, nuestra tendencia es creer que hay algo inteligente allí.

Tal vez valga la pena mencionar que el libro que me ayudó más que ningún otro fue ¿Qué puede creer un hombre? [What Can A Man Believe?] por Bruce Barton. Allí explica que hay muy poca evidencia acerca de la existencia del cielo después de la tierra, pero que era más sabio creer que no creer.

En otras palabras, aunque no puedo demostrar que hay ángeles y guías listos para ayudarnos, ¿acaso no es una idea más deliciosa, confortante y mágica creer en ellos, que no creer en ellos? No hay pruebas contundentes para apoyar ni para negar su existencia. Pero si puede usar la creencia en ellos para crear milagros, ¿no sería más sabio hacerlo?

Ayer me llamó una amiga mía y dijo que quería creer en guías y ángeles y maestros del ámbito espiritual de la vida, pero una parte de su ser dudaba su existencia.

"Está bien," le dije. "Yo también tengo mis dudas."

"¿De verdad?"

"Por supuesto," dije. "Si tuviese que presentarme en un tribunal y demostrar que tengo guías espirituales, todos los presentes se mofarían de mí. No hay pruebas que los apoyen, pero tampoco hay pruebas en su contra."

Y luego recordé algo que había leído en una edición reciente del Selecciones del Reader's Digest, donde Larry Dossey hablaba acerca de la oración. Él dijo que la oración ayudaba a la gente a recuperarse de la enfermedad. En muchas ocasiones, se habían recuperado de lo que los doctores habían dicho que eran enfermedades "incurables". Lo que habían hecho estos pacientes triunfadores era orar. Aun los pacientes admitieron que no sabían si sus oraciones fueron contestadas, pero fue la creencia en la oración y el acto de la oración lo que les ayudó. Repito, como señaló Barton, es más sabio creer que no creer. Creer ayuda a crear milagros.

Barton escribió este pasaje en 1927, en su libro ¿Qué puede creer un hombre? Siempre me ha encantado pues parece remover en mí ese mismo algo que menciona.

A ver qué hace dentro de usted:

“En cada ser humano, sea emperador o vaquero, príncipe o pordiosero, filósofo o esclavo, hay un algo misterioso que él no entiende ni controla. Puede permanecer latente por tanto tiempo que es casi olvidado; puede estar tan reprimido que el hombre piensa que está muerto. Pero una noche está solo en el desierto bajo un cielo estrellado; un día está con la cabeza en reverencia y con ojos húmedos junto a un sepulcro abierto; o llega el momento en que se afianza con un instinto de desesperación al mojado riel de un barco sacudido por la tormenta, y de repente, desde las profundidades olvidadas de su ser salta al acecho este algo misterioso. Abruma el hábito; hace a un lado la razón, y con una voz que se rehúsa a ser acallada grita sus dudas y su oración.”

Así que supongamos que no tiene acceso a Douglas (aunque puede localizarlo, o a mí, o a otros curanderos y mentores por correo-e al final de este libro). ¿Qué puede hacer?

Es sencillo. Enfóquese en lo que quiere, y que una de sus intenciones sea encontrar a alguien que le ayude a librarse de las creencias antiguas para que pueda crear la vida que desea. Hay ayuda. Exprese su intención al mundo y permítale venir en pos de usted.

Siento que es importante tener el apoyo de un mentor. Es muy fácil regresar a las viejas maneras de pensar, sentir lástima de nosotros mismos y hacernos las víctimas. La gran mayoría de sus amigos actuales probablemente no apoyarán su deseo de crear milagros. Cuando acudía a Douglas al principio, solía visitarlo una vez al mes. De inmediato nos dimos cuenta que debíamos mantenernos en contacto cuando menos una vez por semana. Hasta hicimos un pacto que decía: “Cuando no tenga claridad, te llamaré.” Luego, cuando dejaba que alguna situación en mi vida cayera en picada, le llamaba.

Otra señora hace poco me preguntó qué significaba “tener claridad” con nuestras creencias. Consideré un momento antes de poder responder. La imagen que vino a mi mente fue la de un equipo de fútbol. Si uno de esos jugadores está lesionado, o molesto, se siente rechazado o enojado porque el entrenador lo ignoró hace un rato o su novia lo dejó, ese jugador puede poner en peligro o sabotear por sí solo el éxito de todo el equipo.

Usted es como ese equipo de fútbol. Si todos sus componentes, todas las creencias dentro de su ser, están alineadas, no hay ningún problema. Usted logrará sus deseos. Pero si hay una parte de su ser, cualquier creencia que no apoya su intención, pondrá en peligro y saboteará su éxito. Por eso tal vez usted pudo haber tenido mala suerte con el amor, romance, dinero o salud. Hay una parte de su ser que no lo quiere. Debemos sanar esa parte. Una vez que lo haga, tendrá claridad.

¿Cómo sabe si tiene claridad en este momento?

Piense en algo que quiera tener, hacer o ser.

¿Por qué no lo tiene todavía?

Si su respuesta es algo negativo, usted no tiene claridad. Si dice algo que no sea con sinceridad: “Sé que viene en camino a mí”, probablemente no tenga

claridad interna de lo que desea.

Otra pregunta que debe hacerse es, "¿Qué significa que todavía no tiene lo que desea?"

Su respuesta a esa pregunta revelará sus creencias. Por ejemplo, si dice: "Primero tengo que hacer esto o aquello", usted tiene una creencia de que tiene que hacer algo antes de poder tener lo que desea.

Si dice: "Mi alma no quiere que yo tenga esto," entonces está declarando sus propias creencias de lo que piensa que su alma quiere para usted.

Si dice: "No sé cómo conseguir lo que quiero," entonces está revelando una creencia que dice que tiene que saber cómo conseguir lo que quiere antes de que pueda obtenerlo.

Sus creencias no son difíciles de encontrar.

La escritora de autoayuda Mandy Evans dice que ciertas creencias pueden hacer que tenga un día terrible. Las creencias causan estrés, no las situaciones de su negocio o de su vida.

"Una cosa es lo que te pasa en la vida y otra lo que tú decidiste que significaba," dice Evans, escritora de *Viajando libremente: Cómo recuperarse del pasado cambiando sus creencias* [Travelling Free: How to Recover from the Past by Changing Your Beliefs].

"Cambia tus conclusiones, o tus creencias, acerca de los sucesos de tu pasado," explica Evans, "y puedes cambiar la manera en que vives tu vida hoy. Ciertas creencias de verdad pueden activarnos."

Las creencias forman nuestra manera de sentir, de pensar y de actuar, dice Evans, experta en sistemas de creencia personales. Evans presenta una lista de "Las 20 creencias contraproducentes principales" en *Viajando libremente*, su segundo libro, para que comencemos a explorarlas.

"A medida que observas cada creencia, pregúntate si la crees," sugiere Evans. "Si la crees, pregúntate por qué la crees. Explora con calma tus propias razones para aceptar esta creencia contraproducente."

He aquí diez de sus 20 creencias contraproducentes principales:

1. No merezco ser amado.
2. No importa lo que haga, debería estar haciendo otra cosa.
3. Si todavía no ha ocurrido, nunca ocurrirá.
4. Si supieras cómo soy en realidad, no me querrías.
5. No sé lo que quiero.
6. Hago enojar a la gente.

7. El sexo es algo sucio y repugnante; hazlo sólo con la persona que amas.
8. Mejor deja de desear; si te emocionas, saldrás lastimado.
9. Si fracaso, debo sentirme muy mal por mucho tiempo y estar muy asustado como para intentarlo de nuevo.
10. Ya debería haber logrado esto.

Todas estas son sólo creencias. A menudo necesitamos que alguien más nos señale nuestras creencias. Cuando mi amiga Linda y yo estábamos desayunando un día, y la contraté para que me ayudara con una promoción, ella dijo, "Tengo miedo de que algunos de mis amigos tengan envidia de mí."

"Esa es una creencia," le dije.

"¿Lo es?" preguntó.

Nunca se había dado cuenta que su temor era una creencia--una creencia que podía abandonar. Ella necesitaba que alguien más iluminara esa creencia.

He aquí otro ejemplo de lo que digo:

Ahora estoy conduciendo el cuarto coche de mis sueños gracias a la magia de Douglas para ayudarme a aclarar mis deseos.

Necesitaba un coche desesperadamente. El que estaba conduciendo era una carcacha vieja que sólo se movía a empujones. Bueno, no era para tanto. Pero siempre que el coche se averiaba, yo me averiaba. Pagar las cuentas de reparación me estaba matando. Y el no saber si el coche me llevaría hasta donde quería ir me estaba causando estrés. Necesitaba ayuda. Llamé a Douglas debido a mi temor de vendedores de coches (yo había sido uno y conocía sus tácticas). Le dije a Douglas lo que quería.

Él dijo, "A menudo lo que de verdad quieres está debajo de lo que dices que quieres... ¿Qué significaría para ti tener este coche nuevo?"

¿Eh?

Douglas prosiguió a explicar que lo que queremos puede más bien ser un sentimiento, no un producto. Enfócate en el sentimiento y te ayudará a obtener lo que realmente quieres. ¿Cómo me sentiría si tuviera un coche nuevo?

¡Qué cubo de agua helada para la mente! Se me produjo un dolor de cabeza tremendo nada más pensarlo. Colgué el teléfono y mi cabeza comenzó a punzar como si me hubieran dado con un mazo. Aunque casi nunca tomo medicamentos, me tomé un montón de aspirinas como si fueran palomitas de maíz. No surtieron efecto.

Fui a ver a Douglas en persona. Al estar sentado en la presencia de su aceptante energía, y dejar que mi dolor "me hablara", de repente vi el dolor entre mis ojos como una gigante bola negra de hilo enrollado tensamente. Aflojaba mentalmente un hilo y escuchaba una creencia:

"Tú no puedes comprar un coche nuevo."

Dejaba esa, y salía otra creencia a la superficie:

"¿Qué diría tu papá acerca de este coche?"

Luego se escapaba otra creencia:

"¿Cómo lo vas a pagar?"

Y otra... y otra... y otra...

A medida que estas creencias surgían lentamente y se iban, la bola negra de dolor iba disminuyendo de tamaño. Se hacía pequeña. Y pequeña. ¡En menos de veinte minutos, el dolor de cabeza había desaparecido completamente! Yo fui sanado. Tenía claridad. Estaba feliz.

Ahora, escuche lo que pasó después:

Aunque yo no creía que fuese posible realmente, seguí mi intuición y de inmediato fui al concesionario de coches que me sentí guiado a visitar. Conscientemente, yo "sabía" que no habría manera de que pudiera conseguir un coche nuevo. (Nunca en mi vida había tenido un coche NUEVO, y mi crédito andaba por los suelos). Pero me deje llevar. Confié.

Fui al concesionario y el caballero que estaba allí me dejó mirar un poco. Le dije lo que quería y me dijo que tenía un coche que concordaba con lo que le dije. Fuimos a la parte trasera y él estaba en lo cierto. Era perfecto. Era dorado y hermoso y nuevo. Yo dije, "¿Tiene radio-cassette?" Él miró y asintió. "Bien," dije, "ahora viene lo difícil. Vamos a ver si lo puedo comprar."

Llenamos documentos y me pidió que dejara un depósito. No lo hice. No tenía la confianza suficiente para pensar que iba a conseguir el auto, así que no dejé nada de fianza. Luego me fui. Conduje a las afueras de la ciudad a la casa de un amigo y tocamos música todo el día, él rascando su guitarra y yo dándole a la armónica. Ya entrada la tarde decidí llamar al concesionario.

"Usted está aprobado," dijo el vendedor.

Yo estaba atónito.

"¿De verdad? ¿Está usted seguro que tiene los documentos correctos?" pregunté. "Soy Joe Vitale."

Él se rió y me aseguró que así era. Luego me preguntó cuando quería recoger el auto. Fui y recogí el auto, con un dulce desconcierto de que era mío. Aunque no tenía la más mínima idea de cómo iba a realizar los pagos, lo hice. Ya han pasado cuatro años y estoy en mi cuarto coche nuevo. Nunca me he atrasado en un solo pago. De hecho, envió mi cheque con anticipación.

Y eso no es todo.

Tan pronto como decidí comprar un coche nuevo, mi vida subió en un torbellino de coincidencias mágicas.

De repente el dinero que necesitaba apareció. Los clientes comenzaron a llamar. Las clases se llenaban. Grupos de personas de los que nunca había escuchado me invitaban a hablar. Y dos casas editoriales me dieron ofertas para libros el mismo día.

De alguna manera muy real, permitir al coche en mi vida envió un mensaje al universo que yo CONFIABA. En vez de preocuparme y preguntarme cómo iba a pagar las mensualidades, me tiré de la cima de la montaña de mis preocupaciones y—o sorpresa—no me caí.

Volé.

Pero tenía que tener claridad interna antes de que nada de esto sucediera. Si hubiera ido a comprar un coche nuevo cuando todavía tenía esas creencias contraproducentes sobre lo que podía pagar, mis creencias habrían saboteado mi compra. Hubiera hecho realidad que no podía pagar por el coche para apoyar mis creencias. Lo primero que tenía que suceder era aclarar las creencias.

Lynda Madden Dahl, en su libro Más allá de la racha ganadora [Beyond the Winning Streak], menciona varias creencias contraproducentes acerca del dinero. He aquí algunas de éstas:

- * "Debo trabajar mucho para ganar dinero."
- * "Necesito más dinero del que puedo generar."
- * "Me siento impotente para cambiar mis finanzas."

Lo que debe hacer es cambiar las creencias negativas con creencias positivas, por ejemplo:

- * "El dinero es una manifestación natural del universo."
- * "No tiene nada de malo ser rico."
- * "No tengo que esforzarme demasiado por el dinero."
- * "Mi destino son grandes riquezas."

Vé usted, las creencias que tienen le fueron dadas cuando era un niño. Simplemente las absorbió. Ahora está siendo despertado. Usted tiene la opción. Puede decidir dejar las creencias que no quiere, y puede elegir reemplazar esas creencias con las que le sirven mejor.

¿No es este un sentimiento maravilloso—saber que ahora puede crear su vida de la manera que la desea?

Aclarar las creencias puede ser un proceso fácil. Lo más fácil que hice fue

cuando quería vencer mis alergias de la nariz.

Solía sufrir infecciones de la nariz terribles y dolores de cabeza asociados por años. No puedo ni empezar a contar cuán miserable me hacían sentir. Tomé hierbas. Recibí tratamientos de acupuntura. Usaba purificadores de aire. Todo me ayudaba, pero nada me curaba permanentemente.

Luego un buen día le pedí a mi amiga Kathy DeMont, Curandera Remota, que me tratara de ayudar. Estábamos cenando y la miré fijamente a los ojos, golpeé la mesa con el puño y dije, "No quiero alivio. Quiero ser curado. Quiero deshacerme de esto."

Mi intensidad la asombró. Pero también se dio cuenta de mi sinceridad y el dolor que estaba sufriendo. Ella dijo que trataría de ayudarme.

Y así lo hizo. Ella fue a su casa, se tranquilizó y usó sus habilidades para aclarar mi cuerpo. Yo no estaba presente cuando ella hizo esto. Ni siquiera estaba consciente de que ella había hecho algo. Pero al paso de los días advertí que podía respirar otra vez. Le llamé y le pregunté qué había hecho.

"Tenías energía negativa en ti y la espanté," dijo ella.

Al parecer, había usado sus poderes de curación remota para aclarar mis creencias y mi energía a distancia.

¡A esto le llamo facilitarme las cosas!

He aquí otro ejemplo de aclaración de creencias. Este todavía me asombra, porque le pasó a mi esposa y yo vi el cambio radical Marian nunca aprendió a conducir un auto. Yo fui su chofer por más de 15 años. No es que me queje. Simple y sencillamente así era.

Pero después de presenciar los cambios en mi trabajo con Douglas y otros curanderos, Marian se preguntaba si ella podía aclararse sobre conducir. Hizo una cita con Douglas. En menos de una hora, fue aclarada.

¿Qué pasó? Marian recordó que cuando era niña solía estar en el asiento trasero del coche de su mamá cuando ésta aprendía a conducir. Por supuesto, su mamá estaba nerviosa. Marian recogió esa energía y se afianzó a ella. Aunque Marian creció, la niñita que estaba en el asiento trasero del coche de su mamá seguía presente dentro de ella. Ya de adulta, esa niñita le prohibía a Marian conducir.

Bajo la dirección de Douglas, Marian pudo recordar esa experiencia y dejarla ir. Ella se dio cuenta que era una memoria antigua y ya no le servía. Ella la dejó ir. Ahora su energía estaba clara.

Y hoy en día Marian maneja su propio auto—nuevo, para rematar—y le encanta. Recuerdo que una noche había una terrible tormenta en Houston con muchas inundaciones. Me preocupaba mi esposa y cómo lidiaría con el tiempo. Cuando llegó a casa tarde esa noche, corrí a la cochera para recibirla.

Lo que vi me asombró. Marian tenía una sonrisa de oreja a oreja. Su rostro brillaba. Ella bajó el cristal y dijo, "¡Fue toda una aventura!"

Aun estar en un embotellamiento es algo que Marian ahora agradece. Ella sólo se calma y escucha música.

Y un día nos encontramos para almorzar en coches por separado. Luego, yo estaba detrás de ella en un semáforo. Vi que movía los labios y tamborileaba con los dedos el volante. Me preguntaba si se estaba impacientando. Así que me acerqué más y me di cuenta que ¡estaba cantando y tamborileando al ritmo de la música!

¡Una verdadera transformación!

Al estar escribiendo este libro, Marian estuvo involucrada en un grave accidente automovilístico. Una furgoneta le chocó, y le pegó tan fuerte que rompió el eje trasero de su coche. A pesar del susto, Marian estaba bien, aunque no puedo decir lo mismo de su auto.

Pero aquí viene lo bueno: dos días después Marian estaba lista para comprar un coche y seguir conduciendo otra vez. No podía creerlo. Le dije que estaba orgulloso de ella, que mucha gente está muy asustada de conducir tan pronto después de un accidente... Marian nada más verme, sonrió y dijo, "¿Por qué? ¡Conducir es muy divertido!"

Douglas tiene un dicho, "Todo es energía." Lo que quiere decir es que todos somos sistemas de energía. Si tenemos claridad, la energía se mueve en una dirección. Si no tenemos claridad, la energía se mueve en varias direcciones, y sin poder pleno.

Caroline Myss, médico intuitiva y autora de Anatomía del espíritu [Anatomy of the Spirit], habla de estar "enchufado" al pasado. Si hubo una situación en su vida donde fue lastimado, abusado o tenía algo sin terminar, probablemente todavía está arrastrando ese asunto sin terminar. Todavía está enchufado a ese viejo evento. Esto significa que parte de su energía permanece allí, viviendo y quizás recreando de nuevo ese viejo evento.

Sé que esto es difícil de entender. Así que usemos otro ejemplo de Myss. Imagínese la energía que recibe cada día como dinero en efectivo. Usted despierta cada mañana con \$500 disponibles para usarlos ese día. Pero todavía está enojado porque su cónyuge le dijo algo malo anoche. Eso le va a costar. Está gastando \$50 para mantener esa energía viva en su ser.

Y supongamos que sigue enojado porque un amigo le debe dinero desde hace cinco años. Ahora está gastando \$100 para conservar vivo ese recuerdo.

Supongamos que fue abusado de niño. Está gastando otros \$100 para conservar esa memoria dentro de sí. Despertó con \$500 para gastar, pero antes de salir de la cama se ha gastado la mitad en viejos recuerdos.

Cuando intente manifestar algo hoy, no tendrá toda su energía disponible para realizarlo. Cuando reciba claridad sobre viejos eventos, heridas y creencias, tendrá más energía para crear lo que desea hoy. Y cuanto más energía tenga ahora, más recibirá.

Va a estar como la supermodelo que dijo un día, "No me levanto por menos de

\$10,000 al día.”

Otro dicho de Douglas es, “La energía que proyectas son los resultados que obtienes.”

Sí, él es buenísimo para crear oraciones espectaculares como esa. Pero creo que quiere decir que las creencias que usted tiene crean los resultados que obtiene. Si está enviando subconscientemente vibraciones que atraen condiciones pésimas, va a experimentar condiciones pésimas.

Uno de mis clientes escribió un libro sobre niños que habían sido abusados. Él señaló que el criminal podía seleccionar fácilmente a la persona que iba a agredir. Aquel niño siempre enviaba vibraciones que decían “pobre de mí” o “soy una víctima”. Aunque no llevamos letreros en la espalda o en la frente, de alguna manera la energía que portamos crea las situaciones que tenemos. “La energía que proyectas son los resultados que obtienes.”

Si se da cuenta que está creando eventos parecidos—como mi amigo que ha estado casado siete veces hasta ahora—sabrás que está encerrado en un patrón que continuará creando esos eventos hasta que sea disuelto.

Mi buena amiga Karol Truman, autora del gran libro Los sentimientos que se entierran con vida nunca mueren [Feelings Buried Alive Never Die], lo dijo así:

“La supresión continua de sentimientos y emociones sin resolver es lo que causa los problemas que experimentamos en nuestras vidas.”

Ya oigo lo que dice, “¿Cómo puedo salir de este patrón?”

Uno de los principios fundamentales de la obra de Douglas Norment es que todo es energía. No es un concepto nuevo. Stuart Wilde lo menciona en sus libros. Joseph Murphy lo menciona en sus obras. Bob Proctor habla de esto en sus seminarios. Los científicos también lo están descubriendo. No hay nada más que energía formada en cosas que luego nombramos, como mesas, sillas, casas, coches, gente.

Lo que pasa es que usted y yo somos diferentes a mesas, sillas, casa y coches porque somos espirituales. ¡Ese es el milagro de nuestras vidas!

Como me dijo Bob Proctor una vez, “Aunque todo es energía, la diferencia entre gente y objetos es que somos espirituales. Eso significa que tenemos los medios para alterar e influenciar otras energías. Podemos cambiar la energía de una mesa, silla, casa, coche o hasta otra gente.”

Y si llevamos esto más allá, significa que todos estamos conectados. Si es que no somos más que energía y todos somos uno, entonces lo que usted hace me afecta a mí, y lo que yo hago le afecta a usted, aunque estemos a kilómetros o hasta continentes de distancia.

¿Entiende?

Ah.

Bueno, yo tampoco, al principio.

Así que veamos un par de relatos que pueden ayudar.

Un día un cliente me contrató para que fuera su genio de promoción. Me dio un montón de dinero y contraté personas para que me ayudaran. Todo iba bien. Los meses pasaron. Luego un día cayó la bomba.

Mi cliente de repente me mandó una carta diciendo que le había mentido. Eran dos páginas de puro dolor para leer. Era bastante confusa y me hizo sentirme mareado, confundido y pasmado. Me reuní con mi equipo y hasta llamé a mi cliente. No sabía por qué estaba pasando esto. Le envié al cliente una carta de dos páginas explicando mi posición. Al día siguiente recibí otra carta de dos páginas, casi igual de escandalosa. Por fin fui a ver a Douglas. "La palabra clave es confianza," señaló Douglas.

"Dices una y otra vez que no confió en ti. Veamos como se relaciona esto contigo. ¿En qué área de tu vida no confías?"

Douglas siempre hace eso. Él te hace ver tu propia vida para ver qué tiene que ver con tu queja. De alguna manera, usamos nuestras experiencias como espejos. Usamos lo externo para ver lo que estamos haciendo por dentro. (No se me pierda).

Lo pensé y dije, "Bueno, nunca he hecho una promoción como esta antes. Me ha contratado para dirigir toda su campaña de mercadotecnia y espera que lleve a su personal a la victoria. Creo que no confío en que pueda lograrlo."

"Y eso es lo que tu cliente está percibiendo a nivel de energía. Esa es la señal que estás emitiendo."

"¿Qué hacemos?"

"¿Estás dispuesto a soltar el miedo y sentir confianza?"

"Sí."

Y eso es lo único que fue necesario. Sentí un cambio dentro de mí y sabía que podía confiar en mí mismo para realizar el trabajo. Me dejé llevar y respiré hondo de alivio. Sentí que pasó tan fácilmente porque ya estaba casi aclarado sobre el problema. No tuve que trabajar mucho para aclarar las creencias viejas.

Ahora, aquí viene lo bueno.

Fui a casa y llamé a mi cliente. Él contestó y parecía tener una paz sorprendente. Le dije que iba a hacer un gran trabajo para él.

"Lo sé," me dijo, asombrándose. "Hace un momento decidí confiar en el hombre que había contratado para el trabajo."

"¿Decidió hace un momento? ¿Cuándo?"

Sí, había decidido confiar en mí más o menos en el momento en que Douglas y yo tratamos el asunto de la confianza en mí. Una vez que yo tenía claridad, mi

cliente lo sintió. Una vez que emití una señal diferente, mi cliente la percibió.

¿Coincidencia? Pues déjeme contarle otro relato...

Otro cliente mío se hizo de fama y fortuna. Él es un corredor de Bolsa de 25 años que escribió un libro sobre la riqueza. Yo sabía que sería un éxito antes que él. Actué como su agente literario y consultor de promoción y me puse a buscar una casa editorial para su libro. Pero resultó que me abandonó y se fue con un agente en Dallas, excluyéndome de las ganancias de \$45,000 que hubiera recibido de su anticipo de \$300,000. Pero él es un muchacho honorable y dijo que me daría algo de dinero cuando recibiera su anticipo.

Pasaron los días.

Pasaron las semanas.

Pasaron los meses.

Nada.

Le escribí unas líneas amables. Le envié copias de mis artículos para compartir mi propio éxito. Le llamé unas veces y le dejé recados.

Aún así, nada.

Le pregunté a Douglas. Él sugirió que escribiera una carta al cliente y que explique mis sentimientos, exprese lo que quiero y le perdone. Fui a casa e hice eso. Me sentí bien.

Pero todavía, nada.

Fui a Douglas y le dije que hice lo que me dijo pero que no había recibido contestación.

"¿Qué significa eso?" preguntó.

"Significa que no se ha comunicado conmigo."

"¿Y?"

"Y significa que puede que me vaya a timar."

"Ahí está," anunció Douglas.

"¿Ahí está qué?" pregunté.

"Es el miedo de ser timado lo que está bloqueando tu energía. Esa es la creencia que te está estorbando."

"¿Cómo me deshago de ella?"

"Siente el sentimiento de ser timado."

Cerré mis ojos y así lo hice.

“Deja que te remonte a las otras veces en que has estado en experiencias donde formaste creencias sobre el dinero y la gente.”

Recordé cuando una compañía de Dallas me estafó un dinero que casi me maté para conseguir. Me sentí burlado. Llevé un rencor contra esta compañía durante casi ocho años. Inhalé hacia ese sentimiento y sentí un cambio dentro. Abrí mis ojos y sonreí.

“El dinero que te debe no tiene que venir de él,” explicó Douglas. “El universo es próspero y puede darte dinero en una gran cantidad de maneras. Deja la necesidad de que él te tenga que pagar y permítele al dinero venir a ti.”

Aceptar ese concepto es algo grande. Significa que debe abandonar totalmente todo rencor contra la gente. Significa confiar que conseguirá lo que quiere, siempre y cuando no tenga que ser de una manera en particular.

Sentí cuando lo dejé. Me sentí más liviano y más claro.

Y cuando llegué a casa había un recado telefónico—¡de mi cliente!

Después de seis meses de no saber nada, ¡de repente una llamada! Sonaba muy amable, muy amistoso, y dijo que me enviaría un cheque de cuatro cifras. Así lo hizo, y lo recibí al día siguiente. Siento que sólo un necio puede llamar esa experiencia una coincidencia. La conexión era demasiado obvia, y me sucede demasiado a menudo, para decir que fue mera casualidad.

Como dice Douglas, todo es energía y todos estamos conectados. Limpie la senda de energía y puede tener, hacer o ser cualquier cosa que desee.

Si siente que ha limpiado sus circuitos de energía y está libre del pasado pero no está recibiendo dinero o milagros ni nada, significa que no ha limpiado sus circuitos de energía ni ha librado el pasado.

Esto me sucedió hace algunos años. Después de tener unas sesiones con Douglas por teléfono, me di cuenta que mis ingresos no aumentaban. Estaba pagando mis cuentas y el dinero llegaba justo a tiempo para pagarlos, pero estaba peligrosamente cerca. Comencé a preocuparme. No era una buena señal. Mi preocupación era prueba de que debía aclarar asuntos inconclusos. Deseaba comunicarme con Douglas, pero no estaba disponible.

Luego un día Bill Ferguson se ofreció a darme una de sus sesiones. Bill es un exabogado de divorcios que ha creado una manera de ayudar a la gente a soltar el problema principal que sabotea sus vidas. Él ha estado en Oprah, y ha escrito varios libros, incluyendo Sana el dolor que maneja tu vida [Heal the Hurt that Runs Your Life]. Estaba ayudando a Bill con su publicidad y quería que yo experimentara lo que hace. Cuando dijo que podía tener una sesión con él, acepté. En particular porque era gratis. Ahora que la he tenido, hubiera pagado lo que sea por ella.

“La gente tiene sed de saber cómo encontrar la paz,” me dijo Bill cuando fui a su oficina en Houston. “Pero siguen buscando fuera de sí mismos y culpando a los

demás o a las circunstancias por sus sentimientos. Así no funciona la vida." Me pidió que pensara en un evento reciente que había tocado mi fibra sensible. Eso era fácil. Acababa de tratar con un cliente mío quien no estaba de acuerdo con mis ideas sobre cómo promover su negocio. Me sentí insultado y enojado.

"Mira que tu sentir no tenía nada que ver con la otra persona. Lo único que hizo la persona fue reactivar tu dolor, tocando tu fibra sensible indicada. Una vez que desconectas el dolor, tu fibra para dolor emocional se desvanece.

"Todos tenemos un dolor del pasado que maneja nuestra vida," agregó Bill. "Para uno, el dolor es el fracaso. Para otro, es el dolor de sentirse despreciable, inútil, indigno de ser amado, o alguna otra razón para no sentirse bien con uno mismo."

Él agregó que evitar estos sentimientos crea un dolor emocional.

"Hasta que una persona no libera el asunto principal, continuará operando," me dijo Bill. "Puedes tener noventa años y seguir recreando experiencias dolorosas debido a una creencia principal que aceptaste cuando tenías seis."

Aunque muchas psicoterapias creen que la gente tiene asuntos inconclusos del pasado, pocas dicen poder sanarlas rápidamente. Bill creó una nueva tecnología que le ayuda a la gente a liberar su dolor emocional—en menos de dos horas. Se puede decir que creó una manera de "sanar fibras".

"Escoge otro evento que te molestó," me dijo Bill.

Lo hice. Otra vez, fue fácil. Aunque no me había dado cuenta antes, comencé a ver un patrón. Casi siempre que me enojaba con alguien, era porque me sentía insultado.

"¿Qué significa que te sentías insultado?" sondeó Bill.

Después de un momento, me di cuenta de que significaba que no me sentía a la par. No debo estar a la par, según mi lógica, porque a esta gente no le gusta lo que estoy haciendo y acabo sintiéndome insultado.

Ahora Bill comenzó a echármelo en cara. "¿Cómo se siente no estar a la par?" preguntó.

Me estaba deprimiendo. Miré a Bill a su cara juvenil, preguntándome si de verdad quería hacerme sentir así de mal. Así era.

"Hasta que no puedas sentir plenamente el dolor que ha estado enterrado vivo dentro de ti, continuará operando y saboteando tu vida."

¡Uf! Para entonces estaba sintiendo que no valía la pena vivir.

"Si de verdad estás sintiendo el asunto principal para ti, debes sentir como que no vale la pena vivir."

"Ya estoy allí, Bill. Ya estoy allí," dije lentamente.

"¡Bien!" dijo Bill. "¿Cómo se siente no estar a la par?"
"Es el peor sentimiento que he tenido."

"¿Puedes aceptar que realmente no estás a la par?"

Batallé con esto. Aunque podía ver mi vida y hallar pruebas de que sí estaba a la par, tuve que admitir que no estaba a la par en todas las áreas. Y además tuve que admitir que esta creencia de que "no estaba a la par" estaba causando subconscientemente que me enojara con mis clientes y amigos. Había estado desperdiciando muchas oportunidades. Y hasta dinero.

"Sí. Puedo admitirlo."

En ese mismo momento algo cambió. Me sentí más liviano. Más relajado. Libre. Donde antes me sentía tenso y enojado, ahora me sentía relajado y calmado. Hasta feliz. Era como si hubieran desconectado un cable eléctrico gigante y de repente veía la vida diferente.

Bill y yo trabajamos en otras cosas antes de partir. Pero después de la sesión, advertí cambios enormes. Parecía que nada me irritaba como solía hacerlo. El día siguiente un cliente discutía sobre un anuncio que le hice y esta vez no perdí los estribos. Expliqué mis razones con calma. Y advertí que veía cada momento con amor y optimismo. Y vi que no tenía miedo de hacer cosas que antes no hacía, como tocar la guitarra enfrente de mis amigos. Antes no me sentía a la par. Y también advertí que el dinero comenzó a llegar. Una mañana días después de mi labor con Bill, una señora me envió un fax diciéndome que me enviaría un cheque de varios miles de dólares para comenzar a promover su negocio.

¿Qué sucedió? Ahora que la creencia principal estaba desconectada, había abierto centros de energía en mí para permitirle a la abundancia del universo venir a mí.

Y vaya que si vino a mí.

En el libro de Wayne Dyer, *Manifieste su destino* [Manifest Your Destiny], dice que si no está manifestando lo que desea, probablemente hay una escasez de amor en su mundo interno.

Esa es otra manera de descubrir dónde no tiene claridad interior. Piense en cómo se siente acerca de la gente involucrada en lo que desea crear. Si hay una "carga" negativa o sentir incómodo acerca de alguien, usted no tiene claridad con esa persona.

La mejor manera que conozco para obtener claridad es el perdón. Y la mejor manera de perdonar a alguien es sentir gratitud. Hablaré más sobre la gratitud un poco después, pero por ahora sepa que si se enfoca en lo que le gusta de la gente, sentirá gratitud, y luego empezará a perdonar, y luego recibirá claridad.

Y cuando tenga claridad, puede tener, hacer o ser cualquier cosa que desee.

He aquí otra manera fácil de tener claridad, y es algo que usted puede hacer solo. Lo aprendí de mi amigo Bob Proctor, en uno de sus famosos seminarios de Ciencia de obtener riquezas...

Tome dos hojas de papel.

En la primera hoja describa la situación negativa en que está. Describa el cuadro de la situación como es ahora, y de verdad sienta las emociones de ésta. Lo más seguro es que en esto no se sienta del todo bien. Pero tiene que entrar en ese sentimiento, porque cuanto más lo sienta, mejor lo liberará. En otras palabras, cualquier emoción que guardada, tarde o temprano deberá ser expresada. Mientras permanece suprimida, está obstruyendo su vibración interna. Libérela y libera la energía para ir a manifestar lo que desea. Deje que sus sentimientos salgan a la superficie a medida que describe esta situación o condición que no desea.

Ahora ponga a un lado esa hoja.

Coja la segunda hoja y comience a escribir cómo quisiera que fuera la condición o situación. Adéntrese al sentimiento de gozo asociado con tener o hacer o ser lo que desea. De verdad suméjase en esta energía positiva. Describa la situación como usted quiera que sea, y pinte este maravilloso cuadro tan completamente que lo pueda sentir a medida que lo escribe. Al igual que debía experimentar la emoción negativa para poder liberarla, ahora debe experimentar la emoción positiva para crear un nuevo cuadro para afianzarlo a su subconsciente. Cuanto más se enamora de esta nueva imagen y estos nuevos sentimientos, más rápido los manifestará.

Ahora coja la primera hoja, mírela y quémela.

Coja la segunda hoja, dóblela y llévela consigo durante una semana.

Eso es todo. Probablemente ya se haya librado de su bloqueo negativo. Y si alguna vez surgiese otra vez, realice el ejercicio otra vez.

¡Ya ve! ¡Qué fácil!

Por último, déjeme darle un método más para obtener claridad. Esto no le cuesta nada, no le lleva más de un minuto, no duele nada y está garantizado para funcionar cada vez que lo use.

¿Le interesa?

El método consiste en un simple guión que usted dice en voz alta para liberar una creencia o sentimiento que ya no desea, y para reemplazarlo con algo que prefiere. Lo aprendí de mi amiga Karol Truman, autora del sorprendente libro Los sentimientos que se entierran con vida nunca mueren...

Le daré el guión en un momento. Primero, entienda que este potente instrumento es tan simple, que es fácil descartarlo. Lo único que debe hacer es decir un par de párrafos de palabras. ¡Eso es todo!

Pero lo que hace el guión es reprogramar su estructura básica de ADN. Le habla a su espíritu y le pide que le ayude a obtener claridad al nivel más fundamental de su ser.

No quiero complicar las cosas tratando de explicar cómo funciona este proceso. Mi labor es proporcionarle las herramientas y mostrarle cómo usarlas. Después de todo, no necesita saber como funciona una máquina de fax para poder enviar o recibir un fax. Lo único que tiene que hacer es insertar el papel, y lo demás es automático.

El Guión es igual. Lo único que debe hacer es decirlo, poniendo en los lugares adecuados lo que está sintiendo en el momento en que se desea aclarar, y poner en el lugar adecuado lo que desea sentir. Esto tendrá más sentido una vez que conozca las palabras del Guión, así que helas aquí:

Espíritu, por favor localiza el origen de mi sentimiento o pensamiento negativo sobre (Escriba el sentimiento o creencia que desea liberar, aquí)
.....(1).....

Toma todos y cada uno de los niveles, capas, áreas y aspectos de mi ser sobre este origen. Analízalo y resuélvelo perfectamente, con la verdad de Dios.

Regresa en el tiempo, sanando cada incidente basado en el fundamento del primero, según la voluntad de Dios; hasta que estoy en el presente, lleno/a de la luz y la verdad, la paz y el amor de Dios, el perdón de mí mismo/a por mi percepción errónea, el perdón de cada persona, lugar, circunstancia y evento que contribuyeron a este sentimiento o pensamiento.

Con perdón total y amor incondicional, borro lo viejo de mi antiguo ADN, lo libero y lo suelto ¡ahora! ¡¡Siento (Escriba aquí la manera en que desea sentirse).....(2).....!! Permito que cada problema físico, mental, emocional y espiritual, y cada conducta inadecuada basada en los sentimientos viejos desaparezca pronto.

Gracias, Espíritu, por venir en mi ayuda y ayudarme a lograr la plenitud de mi creación. ¡Gracias, gracias, gracias! Te amo, y alabo a Dios de donde fluyen todas las bendiciones.

Simple, ¿no?

Ahora, si no cree que el Guión funcionará para usted, use el Guión en esa creencia.

En otras palabras, inserte (1) "Ayúdame a liberar mi duda sobre el poder de este Guión" en la primera línea en blanco. Allí es donde coloca la creencia o sentimiento que desea liberar.

En la segunda línea del Guión, inserte la creencia que prefiere, que puede ser: (2) "Ahora entiendo que toda creencia puede cambiar en sólo un momento, aun con un instrumento tan sencillo como este Guión".

Repito, este Guión es poderoso. Para una descripción detallada, lea el maravilloso libro de Karol. Mientras tanto, use el Guión siempre que sienta la necesidad de tener claridad.

Funciona--¡casi como por arte de magia! Y una vez que tenga claridad, ¡de verdad podrá tener cualquier cosa que se pueda imaginar!

¿No es esta una manera divertida, emocionante y hasta tonificante de vivir?

“Aprendemos las lecciones de la vida que debemos aprender de dos maneras: ya sea mediante obedecer las leyes naturales o mediante sufrir las consecuencias de no observar esas leyes... Ninguno de nosotros crea conscientemente el sufrimiento que experimentamos”

Karol Truman, Los sentimientos que se entierran con vida nunca mueren... , 1998

Paso Cuatro: Sienta lo maravilloso que sería tener, hacer o ser lo que desea

Los especialistas en mercadotecnia saben que la gente no actúa por razones lógicas, sino emocionales. La emoción tiene poder. La emoción también tiene el poder de crear lo que usted desea. Encuentre dentro de su ser lo que se sentiría tener, ser o hacer lo que desea, y comenzará a manifestar lo que desea. La energía de la emoción trabajará para atraerlo a lo que desea, mientras que atrae lo que desea hacia usted.

Ya sé. Ya sé. Me estoy poniendo filosófico otra vez. Estoy escribiendo sobre conceptos espirituales, con los cuales muy poca gente se puede identificar. Es fácil ver por qué. Desde la cuna nos enseñan a prestar atención a la realidad, a obedecer las leyes del hombre, a adorar libros y líderes. Y aunque esto puede ayudar a nuestra sociedad a funcionar más fácilmente, nos limita (de hecho, no ha funcionado, pero eso es el tema de otro libro). Creer en líderes, reglas y autoridades externas le limita en crear la vida que desea. Una vez le dije a una amiga que creer en un gurú puede limitar su propio poder de manifestar lo que ella quería. Cuando le entrega su poder a otra persona está gastando su propia energía en la dirección de aquél.

Una de las energías más potentes que usted puede experimentar es la gratitud. Sienta gratitud por cualquier cosa y usted cambia su manera de sentir. Siéntase agradecido por su vida, sus pulmones, su hogar, este libro; no importa. Una vez que se sienta agradecido, está dentro de una energía que puede crear milagros.

Douglas me enseñó esto. Recuerdo que fui a verlo cuando estaba pelado y deprimido. Una de las primeras cosas que él hizo fue guiarme a darme cuenta que tenía mucho en mi vida. Cuando usted compara su vida con la de otras personas que viven en países del tercer mundo, rápidamente se da cuenta que está viviendo la vida de un Rey o Reina. Probablemente tiene comida, agua y abrigo, al igual que un refrigerador, una televisión, un radio y quizás una computadora. Millones de personas no. Sepa que es bendecido con una gran abundancia en este mismo momento, sienta gratitud por esto, y así atraerá aún más abundancia.

Mi amigo Jonathan Morningstar una vez se curó a sí mismo de una terrible enfermedad con una simple oración de gratitud de un solo renglón.

Jonathan tenía neumonía doble. Parecía que nada le ayudaba. Luego se sintió inspirado a escribir una oración simple pero potente, que repitió cada hora, la grabó y la escuchaba, y la escribió en letreros que ponía por toda su casa. Él convirtió esta oración simple en parte de su mismo ser.

Y en menos de veinticuatro horas, Jonathan fue sanado.

¿Cuál fue la sencilla oración que usó?

“Gracias Dios por todas las bendiciones que tengo y por todas las bendiciones que estoy recibiendo.”

No soy científico ni pretendo poder explicar cómo funciona esto. De alguna manera su energía envía señales que atrae más de lo mismo que está enviando. Como el niño que subconscientemente dice que es una víctima, usted envía señales que atraen lo mismo que está enviando. Cambie sus señales y cambiará sus resultados. Cambie su energía y cambiará lo que experimenta. “La energía que usted emite son los resultados que obtiene.”

Repito, la gratitud puede cambiar todo. Simplemente comience a sentir verdadera gratitud por lo que tiene. Mire sus manos, o este libro, o su mascota, cualquier cosa que le provoque amor y gratitud. Permanezca en este sentimiento.

Esta es la energía que le ayudará a manifestar lo que desea.

Otra energía que usted puede experimentar es la energía que proviene de imaginar lo que se sentiría al tener, ser o hacer lo que desea. Esto puede ser divertido.

Imagínese qué bueno sería tener lo que quiere, ser lo que desea o hacer lo que sueña. Sienta los sentimientos electrizantes que provienen de estas imágenes. Estos sentimientos crean la vida que desea. Pueden manifestarlo a su favor. De alguna manera esos sentimientos le guían y le dirigen a hacer las cosas que realizarán estos eventos.

El gran pensador alemán Goethe tal vez lo dijo mejor que nadie cuando escribió el siguiente mensaje inspirador:

“Si uno no está comprometido, hay titubeo, la oportunidad de echarse para atrás, siempre ineficacia.

En cuanto a todo acto de iniciativa hay una verdad fundamental, cuya ignorancia aniquila un sinnúmero de ideas e innumerables planes: y el momento en que uno se compromete a sí mismo, entonces la providencia se mueve también.

Muchas cosas ocurren para ayudar a uno que de otra manera nunca hubiesen ocurrido.

Un manantial de eventos proviene de la decisión, procurando en favor de uno toda clase de

incidentes, uniones y ayuda material inesperados que ningún hombre hubiese soñado que llegarían en su camino.

Todo lo que puedas hacer o soñar hacer, ¡comiéndalo! La audacia tiene genio, poder y magia en ella”.

Una vez estaba en Seattle para ver a unos amigos. Una noche encendí el televisor y vi el final de una entrevista fascinante de Larry King con el famoso actor y cantante Andy Griffith. Andy hablaba de una de sus primeras películas. Sin saberlo, él dijo algo metafísico cuando habló de un director que le dijo:

“La cámara es sólo una máquina. Graba solamente lo que le das. Lo único que tienes que hacer es pensar algo y sentirlo, y la cámara lo grabará.”

Luego pasaron a una escena de la película de la que hablaba Griffith, cuando debía de ver a una mujer con un rostro lleno de lujuria. Se veía a leguas en los ojos del actor que estaba proyectando pensamientos bastante calurosos. Larry King dijo después, “Fue una de las miradas más ‘clasificadas X’ en la historia del cine.”

El universo es como la cámara de películas. Piensa algo y siente algo, y el universo lo grabará y lo proyectará. El consejo que recibió Andy Griffith de joven es el consejo que yo le quiero dar: cuando usted sabe lo que desea, lo único que tiene que hacer es pensarlo y sentirlo. Eso es todo. El universo—el espíritu de todo lo que existe—grabará su señal y la proyectará.

Esto es algo muy poderoso. Cuando Douglas y yo practicamos esto, nuestros niveles de energía subieron hasta el cielo. Teníamos tanta energía corriendo por nuestros seres que los mismos enchufes eléctricos en nuestros hogares se incendiaron. ¡Es la verdad! Cuando vivía en la pocilga donde apenas podía pagar la renta, el sistema eléctrico se quemó. El casero tuvo que pagar \$7,000 para repararlo.

Cuando Douglas comenzaba a experimentar con la energía, la caja de fusibles de su cochera se incendió.

Aunque ésta no es la razón por la cual me llaman “Sr. Fuego” [Mr. Fire], sí demuestra que cuando uno hace cambios internos, se realizan cambios externos. Douglas tuvo que reemplazar la caja de fusibles de su casa. El casero tuvo que reemplazar todo el sistema eléctrico en la casa. Pero a medida que mi energía aumentaba, también tuve que mudarme a una casa más grande con mejores cables eléctricos.

Repito, lo que usted comprende en el mundo interno crea lo que experimenta en la realidad externa.

Douglas y yo estábamos almorzando en un buen restaurante chino un día cuando advertí que casi no había clientes en el lugar. Los dueños parecían preocupados. Estaban apiñados al rededor la caja registradora hablando. Generalmente ellos vienen a nosotros, sonrían, platican y nos tratan como reyes. Era evidente que algo andaba mal. Le mencioné esto a Douglas, diciendo “Parece que les preocupa el dinero.”

Douglas contestó, “Por eso están preocupados.”

Al principio mi mente paró en seco. Pero luego, me eché a reír. Douglas me dijo que le contara el chiste. Le expliqué lo mejor que pude:

"¿Acaso eras un maestro Zen en otra vida o algo así?" Comencé. "Lo que acabas de decir es una de esas verdades profundas que sacan los maestros Zen."

"¿Qué quieres decir?"

"Dije que estas personas estaban preocupadas acerca del dinero y tú dijiste que por eso es que estaban preocupadas acerca del dinero. Para el mundo externo, eso no tiene sentido."

"Pero es la verdad," explicó Douglas. "Su preocupación por el dinero era algo que ya estaba dentro de ellos que se manifestó. Ahora lo ven en su mundo exterior. Han manifestado su creencia."

Luego prosiguió contándome sobre de un hombre con el que trabajó que tenía un restaurante indio que estaba fracasando. La clientela estaba por los suelos. Él fue a una sesión con Douglas y se dio cuenta que lo que menos quería era administrar un restaurante. Una vez que tenía claridad, se deshizo del restaurante y lo vendió. Como resultado, los clientes empezaron a acudir bajo la nueva gerencia.

"Una vez que te encargas del interior, mostrarás los resultados en el exterior," dijo Douglas.

En otra ocasión él me dijo, "Cuando entiendes la lección, no necesitas las experiencias."

Aunque todo este intercambio le parezca extraño, ha sido la verdad en mi experiencia también. Una vez una compañía me contrató para ayudarles a promover uno de sus seminarios en Dallas. Les dije lo que deberían hacer y luego me enojé cuando vi que hicieron todo lo contrario. Estaban echando a perder su propio éxito.

Hablé con Douglas al respecto. Él me preguntó qué recibiría. En otras palabras, ¿Cuál sería mi beneficio? Suponiendo que una parte de mí mismo creó que la compañía hiciera todo al revés, ¿cómo me beneficiaría? Lo pensé por un momento y tenía la respuesta.

"Su error elimina de mi persona toda presión del éxito," dije. "Me contrataron para ayudarles a hacer del seminario todo un éxito. No estaba seguro de poder lograrlo. Pero al no hacerme caso casi han garantizado el fracaso del seminario. Cuando fracase, puedo señalarles a ellos con el dedo y decir, "Es su culpa, no la mía'."

Volvemos al mismo asunto de que lo que estamos haciendo y sintiendo por dentro tiene mucho que ver con lo que experimentamos.

No importa en qué situación se encuentre, cierta parte de su ser ayudó a crearla.

Conéctese a ella, deje ir las creencias y la energía vieja, y proseguirá a crear lo que le serviría mejor y le traerá más gozo. Una de las mejores maneras de hacer esto es enfocarse en lo que desea, en cómo se sentiría tenerlo, serlo o hacerlo.

Una técnica maravillosa para ayudarle en esta área se llama "el guión." –Pide y se te dará–.

Escuché de este método por primera vez de Jerry y Esther Hicks. El concepto es aparentemente simple:

Sólo imagínese que ya tiene lo que desea y escriba una escena que lo describa. Descríbala con tal detalle que pueda sentirlo. Imagínese que es un director de películas y escriba un guión de lo que quiere experimentar. Sumérgase verdaderamente en lo que escribe. Siéntalo. Nótelo. Experimentelo.

Tengo un cuaderno lleno de guiones. Cada uno que he escrito se ha vuelto realidad. Le repito, cuando lo piensa y cuando lo siente, se hace realidad.

Vale la pena mencionar en este momento que sus tarjetas de presentación, membrete, volantes, cartas de venta y anuncios— todo lo que produce o contrata a alguien para producir a fin de promover su negocio— lleva presente su energía.

Recuerde algún folleto de propaganda o carta que recibió en su correo. Tan pronto como lo vio, tuvo un sentir acerca del servicio. Quizá tuvo un sentir instantáneo que decía "esto parece interesante" o momento instantáneo que le dijo "a la basura".

No estoy hablando solamente de la apariencia, aunque tal vez tuvo algo que ver. Cuando usted o alguien que contrata crea un documento de promoción, pone sus pensamientos y sentimientos en lo que crean. La gente no tiene que ser telepática para percibir esta vibración. Si subconscientemente usted no cree en su producto o servicio, esto saldrá en sus materiales de promoción. La gente lo sentirá. Y no tendrá clientes.

Repito, los sentimientos traen milagros. Cuando sabe lo que quiere, y tiene claridad al respecto, y puede sentir la energía de lo que quiere, comenzará a atraerlo hacia usted. Y cuando siente esta energía claramente, creará documentos de promoción que lo conlleven. He aquí un ejemplo de lo que quiero decir:

Cuando escribí una carta de ventas para un producto de software que me encantaba, recibí resultados increíbles. La gente leyó la carta y sintió mi sinceridad y los beneficios del producto. Como resultado, más del seis por ciento de ellos envió cheques. Y en el ámbito de mercado por correo directo, eso es excelente.

Pero cuando escribí una carta de ventas para ofrecer un servicio en el que no creía, casi no recibí respuestas. ¿Por qué? El mismo escritor creó ambas cartas. Pero mi falta de creencia en el segundo producto fue presentada a la gente y ellos percibieron mi vibración y "simplemente sabían" que mejor no lo debían ordenar.

Otro ejemplo es la propaganda que recibí para asistir a un taller en Seattle. Lo único que vi fue una fotocopia oscura de la propaganda original. Así que no fui impresionado por colores brillantes, letras hermosas, copia inteligente o gráficas increíbles. Pero algo acerca del volante me dijo "inscríbete para este evento". Así lo hice. Cuando hablé con otras personas en el seminario, todas

dijeron que tuvieron el mismo sentir. Muchos agregaron, "la verdad no sé ni por qué estoy aquí. Vi la invitación y sabía que debía estar aquí." La gente que organizó el seminario tenía claridad sobre lo que querían. Esta confianza apareció en sus folletos. Y la gente vino.

Contrasté esto con la compañía con la cual trabajé una vez, que quería tener un seminario acerca de mercadotecnia en Internet. Esta compañía sólo buscaba ganancias. No había afecto en su negocio ni un deseo sincero de servir a la gente. Esa actitud salió en sus folletos. Cuando organizaron el evento, esperaban que más de doscientas personas asistieran. Sólo veinte se presentaron.

He notado que mucha gente tiene una actitud negativa acerca de los anuncios. Yo creo que ésta es una visión contraproducente. Un anuncio puede ayudarle a promover su negocio. Puede ser otra voz que trabaje a su favor.

Un día estaba cenando con Jerry y Esther Hicks y un amigo. Estábamos hablando de mercadotecnia en general y de los anuncios en particular. Mi amigo dijo, "No tienes que anunciarte."

"No tienes que," dije, "pero es una buena idea. Un buen anuncio puede aumentar un negocio."

"La última vez que pusimos un anuncio en una revista," comenzó Jerry, "recibimos tantas respuestas que no pudimos atenderlas todas. Tuve que cancelar el anuncio hasta que pudiéramos contratar más personal."

"No importa lo que pongas en el anuncio," agregó Esther. "La gente siente quién eres y lo que ofreces y toma una decisión basada en ese sentir."

Jerry y Esther me han contratado para escribir sus anuncios antes porque saben que yo creo en su trabajo. Si yo no creyera en ellos, los anuncios que yo creo para ellos lo demostrarían. Y si ellos no creyeran en su trabajo, la persona que ellos contratasen para escribir sus anuncios revelaría esa actitud.

Mi amiga Sandra Zimmer, quien está a cargo del Centro de Expresión Personal en Houston, también conoce el poder de la mercadotecnia con espiritualidad.

Sandra infunde conscientemente sus anuncios con energía. Sandra verdaderamente medita sobre su anuncio, enviando su energía dentro del anuncio. Como resultado, sus anuncios tienen una calidad magnética. Una vez me dijo que la gente guarda sus anuncios hasta por siete años. Sé que había visto los anuncios de Sandra desde hacía muchos años, antes de conocerla en persona. Aunque sus anuncios no se veían diferentes, se sentían diferentes. Simplemente había algo acerca de sus anuncios que los hacía memorables. Ese algo era la propia energía de Sandra.

"Es importante anunciarse," me dijo Sandra una vez. "Pero lo que hace funcionar a los anuncios es la energía que les pones. Verdaderamente es la ley de atracción."

Repito, su persona interna crea los resultados externos. Aun sus artículos de promoción llevan su energía. Esté claro, sienta la energía de lo que quiere hacer, ser o tener, e irá naturalmente en la dirección de manifestar lo que desea.

Cuando estaba en Australia en mayo de 1999, aprendí que muchas semillas no se abren y crecen a menos que sean quemadas primero.

En el cuerpo humano, abrimos nuestras semillas del deseo con el calor de la emoción. Siempre que siente amor o temor, dos emociones muy fuertes, está subiendo el calor. Y ese calor llega a su mente interna y abre las semillas, la imagen de lo que desea y eso se logra mediante el sentimiento.

El punto de este paso es que debe sentir con gozo la energía de lo que desea hacer, ser o tener. Como escribió Joseph Murphy en su librito, *Cómo atraer dinero* [How to Attract Money], "el sentimiento de las riquezas produce riquezas."

Sienta el gozo de tener lo que desea— siéntalo en este mismo momento—y comenzará a atraerlo hacia usted y a usted hacia éste.

"Todo el proceso de riquezas mentales, espirituales y materiales se puede resumir en una sola palabra: gratitud."

Su poder infinito para ser rico por Joseph Murphy, 1966

Paso Cinco: Déjese llevar

Hace años descubrí que a la mayoría de nosotros, incluyéndome a mí, no nos gusta dejarnos llevar porque no hay ninguna lucha. No hay drama. Muchos de nosotros sentimos que si no estamos peleando y batallando, no sentimos que estamos logrando nada o yendo a ningún lugar. La batalla nos da un sentido de logro. Cuando menos podemos decir, "Bueno, lo intenté."

El ego recibe una carga en el esfuerzo. El ego siente que está haciendo algo que vale la pena. Pues está bien. Si su ego necesita esa palmadita en la espalda, déjelo que se esfuerce por algunas de las cosas que desea. Pero la verdad es que no tiene que batallar. Repito, puede ser de otra manera... una manera más fácil.

Solía enseñar una clase titulada "El juego interno de la redacción" [The Inner Game of Writing]. Seguía el modelo de la obra de Tim Gallwey, quien escribió *El juego interno del tenis* [The Inner Game of Tennis] y co-escribió otros libros de "juegos internos". Lo que descubrí fue que tenemos cuanto menos dos seres distintos dentro de nosotros, no dos personalidades, más bien dos aspectos de nuestra mente. Gallwey los llamó el Ser Uno y el Ser Dos.

El Ser Uno se puede comparar con su ego, la parte de su ser que quiere controlar.

El Ser Dos se puede comparar al maestro interno dentro de usted, la parte de su ser que está conectada a todas las cosas.

La labor del Ser Uno es seleccionar lo que usted desea y dejarse llevar. La labor del Ser Dos es traérselo a usted.

Gallwey aprendió que cuando la gente aprendía a dejarse llevar y a confiar, casi siempre conseguían lo que querían, y venía mucho más fácil que si peleaban

por ello.

El mismo concepto funciona en su vida. Escoja lo que quiere y deje que Dios o el Universo (sea lo que sea para usted) se lo traiga. Deje que organice los eventos que manifestarán su deseo. Abandone la necesidad de saber cómo usted manifestará algo. Saber cómo puede ser una limitación. Si usted desea manifestar algo pero no puede ver conscientemente cómo crearlo, podría darse por vencido. La mente consciente no puede ver todas las posibilidades. Abandone el control y usted liberará al universo para que le traiga lo que desea.

¿Difícil de tragar? Déjeme contarle este relato...

Cuando estaba escribiendo mi libro, Los siete secretos perdidos del éxito [The Seven Lost Secrets of Success], estaba obsesionado. Pasé dos años de mi vida en una misión para hacer tributo a Bruce Barton, un hombre que influyó en nuestro país, pero que de alguna manera pasó desapercibido en la historia. Un día recibí una llamada de un doctor en el oeste de Texas. Quería contratarme para que le escribiera un libro. Aunque estaba renuente, ir a verlo parecía ser lo más acertado. Volé hacia su ciudad, hablé con él, negociamos un contrato y regresé a Houston con un buen cheque en mis manos, una iguala no reembolsable para contratarme para escribir su libro.

Pasaron semanas. Luego meses. Durante este tiempo concentré la mayor parte de mi energía en escribir mi libro sobre Barton. Casi no trabajé en el libro del doctor, y nunca supe de él. Por fin decidí que debería ir a verlo, y debería presentarle parte del material. Así que hice una reserva de vuelo y empecé a escribir su libro. Pero sucedió algo muy raro. Siempre que llamaba a la oficina del doctor, nadie contestaba el teléfono. Sucedió así varios días. Luego, un día antes de mi partida, alguien contestó el teléfono. Era el gerente del doctor.

"Bill, habla Joe Vitale," comencé.

"Hola Joe." Su voz sonaba avergonzada.

"¿Qué sucede? Nadie ha contestado el teléfono por varios días."

"Bueno, ha habido un cambio de planes."

"¿Qué?"

Bill masculló algo. Le pedí que lo repitiera. No podía dar crédito a lo que escuché.

"El doctor está en la cárcel," dijo.

Mentiría si digo que estaba atónito. Estaba en shock.

Estupefacto.

"¿¿El doctor está en la cárcel?!?" Espeté. "Bill, ¿qué está pasando?"

"Bueno, el doctor infringió su libertad condicional."

“¿Quieres decir que ha estado en la cárcel ANTES?”

“Bueno, el doctor le envió una bomba a su ex esposa y lo pescaron y lo mandaron a la cárcel,” explicó Bill.

“Luego le permitieron salir y ser doctor otra vez, pero no podía jugar con armas ni bombas.”

“No me digas,” dije.

“Sí, encontraron bombas en su escritorio.”

Me tomó tiempo recuperarme de este evento. Pero quiero que advierta el milagro aquí. Cuando firmé un contrato con el doctor, él me dio una cifra grande de dinero. Dinero no reembolsable. Dinero que me permitió trabajar en mi libro sobre Barton. Y luego, cuando el doctor fue a la cárcel, fui librado de su contrato. Después de todo no tuve que escribir su libro.

De alguna manera Dios o el Universo (o como quiera que usted llame a los entes invisibles que detentan el poder) creó el marco para este evento fenomenal. ¿Podría yo haber organizado tal evento? Es muy improbable. ¿Cómo hubiera escrito el anuncio?

“Se solicita doctor: Debe ser un ex convicto, que quiera escribir un libro, y que esté dispuesto a regresar a la cárcel en seis meses para que yo pueda quedarme con su dinero.”

No lo creo.

Repito, cuando usted sabe lo que quiere y tiene claridad, será atraído a lo que desea y los eventos se lo traerán a usted. Douglas ve esto todo el tiempo. Cuando dos doctores en Seattle no se ponían de acuerdo en una oficina que necesitaban, fueron a ver a Douglas. Después de una sesión fueron aclarados. Dentro de veinticuatro horas encontraron la oficina que necesitaban, y firmaron el contrato de arrendamiento.

Yo vi el mismo efecto cuando mi esposa y yo queríamos comprar una casa. Si está tratando de manifestar algo que tiene que ver con otra persona, los dos deben tener claridad antes de que puedan manifestar el evento. Había trabajado conmigo mismo para comprar la casa que quería. Pero aún así las cosas no salían bien. Por fin mi esposa fue a ver a Douglas. Ella pudo aclarar algunas creencias viejas acerca de su autoestima y el dinero. Al día siguiente llamaron las personas de bienes raíces. Tres días más tarde nos mudamos a nuestra casa. ¡Y esto fue después de casi doce meses de tardanzas!

¿Quiere un ejemplo del mundo de los negocios?

Dan Poynter es un buen amigo y un experto internacional en el mundo coche editorial. Él ha escrito varios libros, incluyendo el famoso Manual de coche edición [Self-Publishing Manual]. Dan también conduce seminarios de fin de semana en su casa sobre cómo coche publicar y promover su propio libro. Él ha estado ofreciendo este seminario por más de diez años, ha ayudado a cientos de personas, pero siempre se le ha hecho difícil que la gente se inscriba para el evento. Un

día Dan me llamó y me pidió ayuda.

"Joe, quiero que me escribas un folleto que sea tan potente que la gente se inscriba para mi seminario sin que yo tenga que hacer nada."

Vea lo que Dan estaba haciendo. Él sabía lo que no quería (casi forzar a la gente para que venga a su seminario) y sabía lo que sí quería (que la gente llame y se registre fácil y naturalmente). De estos dos pasos fue guiado a llamarme. Cuando accedí a crear un folleto para Dan, ¿qué fue lo que él tuvo que hacer?

Dejarse llevar.

Tenía que dejarse llevar. Tenía que confiar que había contratado a la persona indicada y que todo saldría bien. Aunque él no lo sabía, "dejarse llevar" es un paso clave en el proceso de manifestación. Él lo estaba siguiendo de manera intuitiva.

Diseñé una propaganda para Dan; le encantó, y lo imprimió. Unas semanas después le llamé y él dijo, "Mi seminario ya está agotado."

"¿De verdad?" grité contento. Pero Dan me puso el alto.

"Pero no fue debido a tu folleto," dijo.

"O, ¿No?"

"El seminario se agotó hace dos semanas y apenas envié el folleto de propaganda nuevo la semana pasada. Hubo un retraso en el envío."

"Pues, ¿qué pasó?" pregunté. "¿Cómo es que se agotó?"

Dan no lo sabía. Pero calculo que fue así: Como usted ya sabe, la energía que uno proyecta trae los resultados que uno obtiene. Cuando Dan expresó su intención nueva, y permitió que yo creara su folleto nuevo, él estaba cambiando la señal interna que estaba enviando. Una vez que usted cambia la manera en que es por dentro, su mundo externo cambia. Dan ni siquiera tuvo que enviar su folleto. La gente percibió las señales en el aire y respondió.

¿Descabulado? Puede ser. Pero como he señalado durante este libro, la energía que proyecta atrae y crea los resultados que obtiene. Cambie su energía interna y cambiará sus resultados.

(Y que quede claro: después vi a Dan en Chicago, donde me dijo que debido a mi nuevo folleto, su seminario de agosto se agotó el JUNIO anterior.)

El siguiente relato revela cómo es que mi último sueño (y en muchos sentidos el más grande de mis sueños) se hizo realidad. Lo comparto con usted con la esperanza de que le inspire a ir en pos de sus propios sueños. Tiene mucho que ver con el poder de tener una intención y dejarse llevar...

Si nunca ha visto el gran catálogo famoso de Nightingale-Conant de audio casetes sobre negocios, motivación, autoayuda, relaciones, salud y espiritualidad, tome ahora mismo el teléfono y llame al 1-800-525-9000. O visite su página en <http://www.nightingale.com>. Pida el catálogo. Es gratis y vale la

pena echarle un vistazo.

Por muchos años había querido tener mi propio programa de casetes en el catálogo de Nightingale-Conant. Lo quería por el prestigio, al igual que las utilidades. Quería estar en la lista de los grandes: Tony Robbins, Tom Peters, Deepak Chopra, Bob Proctor, Joe Vitale, Brian Tracy y Wayne Dyer.

Pero hasta el otoño de 1998, este deseo había sido sólo un sueño. A pesar de que siempre le había enviado a Nightingale-Conant mis libros nuevos tan pronto como habían sido publicados, parece ser que nunca pude despertar su interés acerca de mi trabajo.

Pero nunca me di por vencido. Simplemente tenía presente ese sueño, confiaba que algo sucedería tarde o temprano y seguí haciendo lo mío: escribir lo que esperaba que fuesen libros informativos e inspiradores.

Y luego sucedió algo sorprendente.

Un día una persona comenzó a mandarme correo electrónico, haciéndome preguntas acerca de mercadotecnia en general y P.T. Barnum en particular. Era un aficionado de Barnum y le encantó mi libro, Los clientes nacen cada minuto [There's a Customer Born Every Minute]. Contesté a todas sus preguntas, encantado de ayudar.

Luego un día recibí una sorpresa. La persona me envió una carta-e diciendo, "Si alguna vez quieres que tu material sea considerado por Nightingale-Conant, nada más dilo. Soy su Gerente de Proyectos de Promoción."

Imagínese mi sorpresa. O mi gozo.

De inmediato envié por correo de entrega inmediata todos mis libros, mi video y mi curso por correspondencia (seis casetes y un cuaderno de trabajo) a mi amigo nuevo en Nightingale-Conant. No le gustó nada de lo que le mandé. Más bien, le ENCANTÓ todo lo que mandé. Y allí mismo comenzamos el largo proceso de convencer a Nightingale-Conant sobre mí.

Después de once meses de llamadas, faxes y muchos envíos de Fed-Ex, me complace anunciar que Nightingale-Conant tiene mi primer producto.

Este relato increíble ilustra muchas lecciones:

... El gran poder relacional de Internet (Mi amigo de Nightingale-Conant me encontró mediante mi página).

... El milagro de tener a alguien que crea en usted. (Mi contacto creyó en mí en gran medida, y me lo dijo una y otra vez durante once meses.)

... La verdadera magia que ocurre cuando se está alineado con el propósito de su vida y haciendo lo que le trae gozo a su corazón...

... Y el poder de dejarse llevar.

Y estoy seguro que hay otras lecciones de este relato, lecciones que usted ve y yo no. Sólo estoy compartiendo esto con usted con la esperanza de prenderle fuego su corazón, de despertar algo en su alma y de animarlo a que vaya en pos de—y

consiga— sus propios sueños.
Y he aquí algo más que considerar:

De acuerdo a investigaciones realizadas en la Fundación Spindrift acerca del poder de la oración, una oración de "Que se haga Tu voluntad" obtiene más del doble de los resultados que una oración específica de "dame esto". Por eso es que es tan importante terminar su petición de lo que desea con las palabras mágicas, "Esto, o algo mejor".

Cuando estaba escribiendo mi libro acerca de P.T.Barnum, fui a la sepultura del famoso empresario en Bridgeport, Connecticut. Allí tuve una experiencia conmovedora, sobre la cual escribí en mi libro. Pero lo que quiero compartir con usted aquí es lo que vi escrito en la lápida de Barnum. Para mi sorpresa, grabado en la lápida estaban estas palabras mágicas, palabras en las que Barnum confió a través de toda su colorida vida:

"No se haga mi voluntad, sino la tuya."

Esas palabras mágicas funcionaron para Barnum, ayudándole a sobrevivir catástrofes personales y profesionales, y ayudándole a convertirse en uno de los primeros millonarios de Estados Unidos, y esas palabras pueden funcionar para usted también.

En otras palabras, confíe en el universo.

Puede pedir lo que desee hacer, ser o tener, pero también esté dispuesto a que el universo le dé algo mejor. Termine todas sus peticiones con la frase, "Esto, o algo mejor" y estará diciéndole al universo que "Hágase Tu voluntad" es de suma importancia.

¿Por qué es así? Porque el universo puede ver el cuadro amplio mientras que su ego no.

Su único trabajo es pedir lo que desea, y después moverse según el codeo interno para hacer las cosas, como hacer llamadas telefónicas, escribir cartas, visitar alguna persona en particular o lo que sea. Bob Proctor, en su maravilloso libro, Usted nació rico, lo dice así:

"Aprende a seguir la susurrante voz que habla mediante sentimientos, no palabras; sigue lo que 'oyes' por dentro, en vez de lo que otros puedan decirte que hagas."

El universo mismo se moverá para llevarlo hacia lo que desea, y moverá las cosas que desea hacia usted. Lo único que tiene que hacer es dejarse llevar, al mismo tiempo que realiza las sugerencias internas. Abandone el miedo, la duda, la preocupación, la desilusión y cualquier otro sentimiento negativo que pueda hacerle sentir decaído.

El famoso poeta y sabio Rumi escribió algo que quizá le ayude aquí:

"Algunas cosas que no suceden, evitan desastres."

Considérelo. Lo que le estoy pidiendo que haga es que confíe. Confíe que cuando algo sucede, es bueno; y confíe en que cuando algo que desea no sucede, también es bueno.

“He aquí un relato final acerca de dejarse llevar.”

Asistí al curso de tres días de Bob Proctor llamado “La Ciencia de las riquezas” en Denver durante junio de 1999. Fue una experiencia que me amplió la mente. Le animo a que tome el curso en vivo si le es posible, o cuando menos invierta en el curso por correspondencia. Hay tantas cosas que recibirá del material que el punto donde está ahora parecerá la pobreza después de que absorba los materiales y se haga rico.

Pero una idea que quiero compartir del curso de Bob es esta cita:

“Todo lo que te sucede en la vida te está moviendo en la dirección de tus metas.”

Considere esto. Esta cita dice que todo, sin falta, sin excepción, le está moviendo hacia sus sueños.

Así que si le sucede algo que piensa que es malo, recuerde que sucedió para hacerlo avanzar. Su labor es encontrar lo positivo dentro de lo negativo, o cuando menos confiar que hay un positivo por ahí, aunque no pueda verlo en ese momento.

Esto puede ser difícil de aceptar, al principio. Pero la verdad es que es una manera iluminada de vivir su vida. Me encanta esta cita y agradezco a Bob Proctor por decirla. Lo que me está diciendo es que debo dejarme llevar y confiar que la vida misma me está llevando hacia mis deseos.

Y a medida que me dejo llevar, confío y doy gracias por mi vida, me siento diferente e irradío una vibración diferente al mundo, y vienen a mí mejores cosas y mejores experiencias.

Repito, el secreto es aprender a dejarse llevar.

“Todo lo que te sucede en la vida te está moviendo en la dirección de tus metas.”

Bob Proctor

La fórmula del millón de dólares

“¿Qué es lo más difícil de crear en la vida que quieres?” me preguntó una amiga mientras almorzábamos.

Lo pensé un momento y respondí, “Aprender a dejar de tratar de ideártelas para conseguir lo que quieres.”

Mi amiga se veía confundida.

Preguntó, “¿Qué quieres decir?”

“Si tratas de ideártelas cómo conseguirás ese coche nuevo, o esa casa nueva, o esa relación nueva vas a limitarte a lo que tu ego puede ver y hacer,” expliqué. “Entrégale tu meta a tu subconsciente, que está conectado al espíritu de todo y de todos, y deja que te traiga tu meta a ti y a ti a tu meta. Sólo sigue los codeos internos y aprovecha las oportunidades que vienen en camino, y llegarás.”

Bueno, no estoy seguro si mi amiga entendió lo que le estaba tratando de decir. Pero unos días después yo estaba sentado en una limosina, siendo llevado a una cena con ocho personas maravillosas y ricas que han alcanzado sus posiciones por esfuerzo propio. Todas esas personas comenzaron de la nada. Muchos de ellos comenzaron como yo: con los bolsillos vacíos y esperanzas en sus corazones.

Al estar sentado en la limosina, parte de mí no creía dónde estaba.

“¿Cómo llegué aquí?” Recuerdo haberme preguntado. “Estoy en una hermosa limosina, con gente hermosa a mi alrededor, yendo una hermosa cena que van a pagar otras personas hermosas. Yo soy sólo un chamaco don nadie de Ohio que se fue de la casa para buscar fama y fortuna. Solía cabar zanjas, conducir camiones, trabajar en la tierra, la lluvia y el calor, y nunca tenía suficiente para pagar mis cuentas. ¿Cómo llegué a esta limosina?”

A medida que lo pensaba, sabía que el secreto estaba en la fórmula de cinco pasos que le he revelado en este libro. En breve, el secreto para aumentar su clientela o manifestar cualquier cosa que usted desee es:

1. Sepa lo que no quiere.
2. Seleccione lo que desea.
3. Aclare todas las creencias negativas y contraproducentes.
4. Sienta cómo sería tener, hacer o ser lo que desea.
5. Déjese llevar. Actué sobre los impulsos intuitivos y permita que se manifiesten los resultados.

La verdad es que no hay “una sola y única manera” para lograr algo en este mundo. Hay gente que obtiene coches nuevos ganándoselos, otros batallan para pagarlos, otros pagaron por ellos felizmente, otros de otras maneras. Lo que le

dije a mi amiga en la iglesia es la verdad: no puedes organizar el mundo para hacer lo que quieres. Más bien, declara tus intenciones y deja que el mundo se arregle a sí mismo para traerte tus metas.

Yo estaba en esa limosina porque no planeé estar ahí.

Permití, actué, confié y acepté.

Seguí la fórmula de cinco pasos.

Y cuando la limosina llegó, me subí.

Por último, no puedo encontrar mejor manera para concluir este libro que con esta cita de Frances Larimer Warner, escrita en 1907. Cuando me entrevistaron en un programa una noche, me pidieron que leyera esta cita dos veces. Luego todo mundo guardó silencio por un momento mientras el significado de estas palabras llegó a su corazón.

Concluyo este libro con esas mismas palabras, y le deseo "velocidad de Dios" para realizar todos sus sueños.

Y cuando llegue su limosina, ¡súbase!

"Si plantamos una semilla en la tierra sabemos que el sol brillará y la lluvia regará, y dejamos que la Ley traiga los resultados... Bueno, el deseo que se forja es la semilla, cuando cierra sus ojos esporádicamente imaginando que eso es el sol, y su expectativa constante, aunque no ansiosa, es la lluvia y el cultivo necesarios para tener resultados totalmente seguros... "

Frances Larimer Warner,

Nuestro suministro invisible: primera parte 1907



LAURA FOLETTO (Resumen profesional)

ACTIVIDADES

- 1991/2007 Terapia individual en Consultorio
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
- 2003/7 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

laurafolletto@abrazarlavida.com.ar

54 – 11 – 4783 – 4942

ABRAZAR LA VIDA

ACTIVIDADES

- **TERAPIA EN CONSULTORIO**

Aprende los recursos para facilitarte una vida plena, co-creando tu realidad. No te resignes al dolor y al vacío: encuéntrate y encuentra las relaciones y las situaciones especiales para ti. [Consulta](#).

- **LIBROS DIGITALES – CURSO ON LINE:
“ENCUENTRA TU VERDAD Y CREA TU VIDA”**

A través de seis Módulos, encontrarás paso a paso recursos físicos, emocionales, mentales y espirituales para lograr lo que deseas, integrando todas las facetas de tu vida en la unidad que realmente eres y conectándote con la maravilla de la Vida.

- **AYUDA ON LINE – TERAPIA POR INTERNET**

Para ti, que no tienes acceso o no deseas una terapia convencional en consultorio o viajas o no tienes tiempo. Para solucionar problemas puntuales o crisis personales, familiares o laborales. Para hacer cambios enriquecedores, a través de métodos simples y eficientes. Para vivir más feliz, sereno, productivo y en uso de tus recursos y potencialidades. Te ofrecemos soluciones a través de Internet (por e-mail o chat o Skipe). *Puedes consultar algo en una única sesión o hacerlo por el tiempo que decidas.* Costos accesibles. [Infórmate](#).

- **ENCUENTROS VIVENCIALES**

Realizamos Talleres o Seminarios en tu barrio o ciudad.
Si deseas organizarlo, [contáctanos](#).

- **CONSULTAS PARA PERSONAS DEL INTERIOR Y EXTERIOR**

Si viajas a Buenos Aires, te proponemos Consultas personalizadas, de acuerdo a tu tiempo y necesidad.
Solicita información [aquí](#)

SERVICIOS GRATUITOS

- **CURSO ¡CAMBIA TU ACTITUD!**

Recursos prácticos para liberar el estrés, amigarte con tu cuerpo, comprenderte mejor y sacar a relucir el enorme potencial que traes aplicados a tu vida personal y laboral. Disfruta de una hermosa vida solicitándolo [aquí](#)

- **E-BOLETIN QUINCENAL**

Un newsletter con contenidos para reflexionar y compartir ayudas concretos con la Comunidad de Abrazar la Vida.
Participa, [suscribiéndote](#)

- **TIPS**

Al suscribirte al Boletín, recibirás quincenalmente TIPS con artículos, servicios y todo lo que necesitas para sentirte mejor.

- **PERLITAS DE SABIDURÍA Y AMOR**
Consejos prácticos para hacer en cualquier momento y volver cuando te pierdes en el estrés. Un único envío: [pídelo](#).
- **BLOG**
Un diario personal que puede inspirarte nuevas ideas y conductas. Visítalo y deja tus comentarios: <http://abrazarlavida.blogspot.com>
- **¡CONSULTA PROFESIONAL GRATUITA!**
Si deseas recibir una orientación sobre lo que te sucede, te invito a [escribirme](#) o, si vives en Buenos Aires, te ofrezco una sesión sin cargo.

ABRAZOS

- **REGALOS PARA EL CORAZÓN**
Presentaciones de Power Point con imágenes y sonidos para deleitarte e inspirarte. **¡Nuevas!** *Tres Meditaciones originales de Abrazar la Vida* para relajarte y centrarte.
- **PALABRAS PARA EL ALMA**
Libros digitales para acompañarte a realizar los cambios que anhelas.
- **LIBRO DIGITAL EXCLUSIVO: ¡DISFRUTA TU TRABAJO!**
Consejos y prácticas concretas y efectivas para disolver el estrés, mejorar el ambiente laboral y lograr una actitud positiva y centrada.

TU SITIO DE TERAPIA Y RECURSOS
PARA AYUDARTE A CREAR TU VIDA



abrazar la vida

www.abrazarlavida.com.ar
laurafolletto@abrazarlavida.com.ar