



Elogios para

Intentar es conseguir

y las Enseñanzas de Abraham

« ¡Enseñanzas maestras de los grandes maestros del universo!»

Doctor Wayne W. Dyer,

Autor de El poder de la intención

«Pido que todo el mundo, en todo el planeta, lea Intentar es conseguir, porque es un libro sobre sanación, poder y amor escrito de una forma práctica y con un estilo directo. La energía y las palabras de Abraham te aliviarán, consolarán, guiarán y te darán poder personal.»

Doreen Virtue,

Autora de Lo que nos dicen los ángeles

«Si existe un libro para cambiar positivamente el curso de tu vida, es éste. ¡Saca tu rotulador y prepárate para disfrutar de la dicha de estar vivo! Jerry y Esther Hicks y las Enseñanzas de Abraham te muestran con sabiduría, humor y gracia cómo transformar los retos de la vida en triunfos personales. Me encanta este libro y las Enseñanzas de Abraham, y lo recomiendo sin reserva alguna.»

Denise Linn,

Autora de I'll Can Forgive, So Can You

«El sorprendente poder de «Intentar es conseguir» es absolutamente fabuloso! Hace muchos años que conozco a Jerry y Esther y son auténticos. Este libro puede transformar todos los aspectos de tu vida.

Christiane Northrup,

Autora de Madres e hijas - Sabiduría de una relación que dura toda la vida

«En Intentar es conseguir, Abraham hace hincapié en la importancia de tomar las riendas del poder de tus pensamientos, que repercutirá en todo lo que hagas. Es un libro fascinante que recomiendo sin reservas a todo aquel que esté dispuesto a explorar el poder ilimitado de la mente.

Gary Renard,
Autor de La desaparición del universo

Intentar es conseguir

El sorprendente poder de la Intención deliberada

URANO

Argentina - Chile - Colombia - España
Estados Unidos - México - Uruguay - Venezuela

Este libro está dedicado a la larga lista de maestros que comparten con entusiasmo nuestro libro insignia, Pide y se te dará, con cientos de miles de personas en todo el mundo, y muy especialmente al sorprendente despliegue de poderosos maestros que han ofrecido su apoyo a nuestras obras...

Su buena disposición para incluir sus respetados nombres a nuestro trabajo ha hecho posible que las Enseñanzas de Abraham puedan estar al alcance de aquellas personas que buscan lo que estas enseñanzas ofrecen.

Índice Introducción de Louise L. Hay: ¡Cuando los discípulos están preparados, aparece el maestro! Prefacio por Jerry Hicks.....

Introducción a Abraham por Esther Hicks.....

Capítulo 1: Una nueva forma de contemplar la vida.....

- Todas tus preferencias son escuchadas y respondidas...
- Eres un poderoso creador de Primera Línea.....

Capítulo 2: La vida en el planeta Tierra mejora incesantemente.....

- Hay una gran satisfacción en la Creación Deliberada...
- El Arte de Permitir tu Intención Deliberada.....
- El sorprendente poder de tu Intención Deliberada.....

Capítulo 3: La muerte como un nuevo comienzo.....

- Estás aquí por tu Intención Deliberada.....
- Has venido aquí con la esperanza de producir nuevos deseos.....

Capítulo 4: Eres una extensión vibratoria de lo No-Físico.....

- Tus emociones te indican tu relatividad No-Física.....
- La Conexión, tu estado más natural de existencia.....

Capítulo 5: Has venido a este mundo a crear tu propia experiencia.....

- Sintonización vibratoria con quien-realmente-eres.....
- El Ser Interior y tu Sistema de Guía Emocional.....
- Siente tu estado de Equilibrio de Energía.....

Capítulo 6: El atractivo poder de tu Pensamiento Creativo....

- La poderosa Ley de Atracción universal.....
- Tu experiencia de la vida es única y personal.....

Capítulo 7: Estás manifestando la Esencia de lo que piensas...

- Cada persona tiene una gama vibratoria distinta.....
- ¿Cómo sientes el pensamiento?
- Nunca es demasiado tarde para cambiar de trayectoria.....

Capítulo 8: Cuando pides, siempre se te concede.....

- Has lanzado un Cohete de Deseo, ¿pero...?

Capítulo 9: La Verdad es lo único en que debes centrarte.....

- Eres el Creador de tu propia Verdad.....

Capítulo 10: Ser consciente, la clave para la Creación Deliberada.....

- ¿Puedes ajustar tus vibraciones actuales a las de tus nuevos deseos?

.....

Capítulo 11: Relatividad vibratoria y Equilibrio de Energía....

- ¿Cuál es el mejor camino hacia tus destinos deliberados?
- Posees un Sistema de Guía Emocional personal.....
- Tu Fuente se une inmediatamente a cada uno de tus deseos.....

Capítulo 12: Encuentra la sintonización con tu Fuente de Energía.....

- El aumento de la atención fomenta la intensidad emocional.....
- ¿Te estás centrando en lo que quieres?

Capítulo 13: La relatividad vibratoria respecto a mi cuerpo físico.....

Capítulo 14: La relatividad vibratoria respecto a mi hogar....

Capítulo 15: La relatividad vibratoria respecto a mi trabajo...

Capítulo 16: La relatividad vibratoria respecto a mis relaciones.....

Capítulo 17: La relatividad vibratoria respecto a mi abundancia económica.....

Capítulo 18: La relatividad vibratoria respecto a mi mundo...

Capítulo 19: La relatividad vibratoria respecto a mi Gobierno.

Capítulo 20: Vuelve a sintonizar con tu Vibración de Bienestar.....

- Equilibra las vibraciones entre tus deseos y creencias...

- Este es tu estado último de Equilibrio de Energía.....
- Capítulo 21: Encuentra la sintonización vibratoria con tu Ser Interior.....
 - ¿Estoy permitiendo mi Bienestar, o me estoy resistiendo a él?
 - La decisión más importante.....
 - Cómo percibes la libertad o su ausencia.....
- Capítulo 22: Tu punto de atracción y el factor de alivio.....
 - Tu Escala de Guía Emocional, de la permisión a la resistencia.....
 - Ésta es la escala de tus emociones básicas.....
 - Busca siempre aliviar tu resistencia.....
 - No hay una Fuente para lo «no deseado».....
- Capítulo 23: El equilibrio de las energías para una gozosa Creación Deliberada
- Ejemplos de cómo equilibrar el contraste de las frecuencias vibratorias
- Capítulo 24: Mi cuerpo
- Contrasta la situación de tu peso.....
- Contrasta la situación de tu salud.....
- Contrasta la situación de tu fatiga.....
- Contrasta la situación de tu declive físico.....
- Capítulo 25: Mi hogar.....
- Contrasta la situación del espacio en tu hogar.....
- Contrasta la situación del deterioro de tu hogar.....
- Contrasta la situación con tus vecinos.....
- Contrasta la situación del mantenimiento de tu hogar.....
- Capítulo 26: Mis relaciones.....
- Contrasta la situación padres-hijos.....
- Contrasta la situación de tu soledad.....
- Contrasta tu situación conyugal.....
- Contrasta la situación de la intromisión de tus padres...
- Capítulo 27: Mi trabajo.....
- Contrasta la situación con tus compañeros de trabajo...
- Contrasta tu situación laboral.....
- Contrasta tu situación de la carrera de actriz.....
- Contrasta la situación de tu abundancia.....
- Capítulo 28: Mi dinero.....
- Contrasta la situación de tu abundancia.....
- Contrasta la situación de tus problemas con el coche...
- Contrasta la situación de tu seguridad económica.....
- Contrasta la situación de tu endeudamiento.....
- Capítulo 29: Mi mundo.....
- Contrasta la situación de los conflictos y el hambre....
- Contrasta la situación planetaria.....
- Contrasta la situación de viajar.....
- Contrasta la situación medioambiental.....
- Capítulo 30: Mi Gobierno.....
- Contrasta la situación de tu Gobierno.....
- Contrasta la situación del déficit económico de tu Gobierno.....
- Contrasta la situación del orgullo nacional.....
- Contrasta la situación de la libertad de los ciudadanos...
- Capítulo 31: El valor de la relatividad vibratoria mejorada....
- ¿Has estado creando deliberadamente o por defecto? ...
- Estás realizando dos viajes a la vez.....
- Capítulo 32: El Viaje de la Acción y el Viaje Emocional.....
- Capítulo 33: Aplicar el proceso del

Libro-de-los-aspectos-positivos.....

- Situación del deterioro de tu hogar.....
- Situación con tus compañeros de trabajo.....
- Situación de tu Gobierno.....

Capítulo 34: Aplicar el proceso del Segmento de la Intencionalidad.....

- Situación de tu fatiga.....
- Situación laboral.....

Capítulo 35: Aplicar el proceso de Sería estupendo que... ..

- Situación del espacio en tu hogar.....
- Situación del deterioro de tu hogar.....
- Situación con tus vecinos.....
- Situación del mantenimiento de tu hogar.....
- Situación padres-hijos.....
- Situación conyugal.....
- Situación de la intromisión de tus padres.....
- Situación de tu endeudamiento.....
- Situación de los conflictos y el hambre.....
- Situación de tu Gobierno.....
- Situación del déficit económico de tu Gobierno.....

Capítulo 36: Aplicar el proceso de ¿Qué pensamiento hace que te sientas mejor?

.....

- Situación de tu declive físico.....
- Situación de tu carrera de actriz.....
- Situación de tus problemas con el coche.....
- Situación de tu seguridad económica.....
- Situación planetaria.....
- Situación medioambiental.....
- Situación del déficit económico de tu Gobierno.....
- Situación del orgullo nacional.....

Capítulo 37: Aplicar el Proceso de la cartera.....

- Contrasta tu situación económica y de abundancia actual.....

Capítulo 38: Aplicar el proceso de la

Rueda de la concentración.....

- Situación de tu fatiga.....
- Situación de tu soledad.....
- Situación con los compañeros de trabajo.....
- Situación de tu carrera de actriz.....

Capítulo 39: Aplicar el proceso de Descubrir el lugar de los sentimientos.....

- Situación conyugal.....
- Situación de abundancia.....
- Situación planetaria.....
- Situación padres-hijos.....
- Situación conyugal.....
- Situación de la intromisión de tus padres.....
- Situación de tu endeudamiento.....
- Situación de los conflictos y el hambre.....
- Situación de tu Gobierno.....
- Situación del déficit económico de tu Gobierno.....

Capítulo 36: Aplicar el proceso de ¿Qué pensamiento hace que te sientas mejor?

.....

- Situación de tu declive físico.....
- Situación de tu carrera de actriz.....

- Situación de tus problemas con el coche.....
- Situación de tu seguridad económica.....
- Situación planetaria.....
- Situación medioambiental.....
- Situación del déficit económico de tu Gobierno.....
- Situación del orgullo nacional.....

Capítulo 37: Aplicar el Proceso de la cartera.....

- Contrasta tu situación económica y de abundancia actual.....

Capítulo 38: Aplicar el proceso de la Rueda de la concentración.....

- Situación de tu fatiga.....
- Situación de tu soledad.....
- Situación con los compañeros de trabajo.....
- Situación de tu carrera de actriz.....

Capítulo 39: Aplicar el proceso de

Descubrir el lugar de los sentimientos.....

- Situación conyugal.....
- Situación de abundancia.....
- Situación planetaria.....

Capítulo 40: Aplicar el proceso de

Libérate de tu resistencia a no endeudarte.....

Capítulo 41; Aplicar el proceso de Delegar en el gerente.....

- Situación con tus vecinos.....
- Situación del mantenimiento de tu hogar.....
- Situación padres-hijos.....
- Situación de tu abundancia.....
- Situación de tu soledad.....
- Situación de la intromisión de tus padres.....
- Situación de tu carrera de actriz.....
- Situación de tu inestabilidad económica.....
- Situación de tu seguridad económica.....
- Situación de viajar.....
- Situación medioambiental.....
- Situación de tu Gobierno.....
- Situación del déficit económico de tu Gobierno.....
- Situación del orgullo nacional.....

Capítulo 42: Aplicar el proceso de Reivindica tu estado natural de salud.....

- Situación de tu declive físico.....

Capítulo 43: Aplicar el proceso de Ascender por la Escala Emocional.....

- Situación de la intromisión de tus padres.....
- Situación de tu seguridad económica.....
- Situación de los conflictos y el hambre.....
- Situación medioambiental.....
- Situación de la libertad de los ciudadanos.....

Capítulo 44: El valor de utilizar estos procesos.....

Capítulo 45: El 99 por ciento de toda creación se ha completado antes de que puedas verla.....

Capítulo 46: El sorprendente poder de la Intención Deliberada.....

Abraham en directo: preguntas y respuestas.....

- Un ministro descubre las enseñanzas de Jesús en las Enseñanzas de Abraham.....
- Un amante de los gatos tiene problemas con los animales en la nevera.....

- Consolar a tu pareja después de un diagnóstico poco alentador.....
- Preescolar genio que «no escuchará a su maestra».....
- La esperanza de dejar de medicarse para la diabetes....
- ¿Por qué no se conocen las Enseñanzas de Abraham en Egipto?
.....
- Quiere un millón de dólares sin ganárselos.....
- ¿Tenemos alguna responsabilidad de salvar a los demás?
- ¿Tienen que sufrir influencias los niños para que se sientan inapropiados?
.....
- Valora mucho su propio éxito.....
- Quiere apreciar más a su Ser divertido.....
- ¿Requiere nuestra conciencia nuestra forma física?
- El hijo que no habla con su madre (de la que va a heredar).....
- ¿Satisfecho con lo Que-Es o envidioso de los demás?....
- Abraham está bien muerto.....
- Abraham clausura el taller del Arte de Permitir.....
- Sobre los autores.....

Introducción

¡Cuando los discípulos están preparados, Aparece el maestro!

Por Louise L.

Hay autora de Usted puede sanar su vida

En este misterio denominado vida siempre estamos buscando res-puestas. Siempre hemos querido tener el control sobre nuestra vida, pero no hemos averiguado cómo. Siempre hemos deseado acabar con nuestros miedos, desde los más pequeños e íntimos respecto a nuestros cuerpos y relaciones, hasta los más importantes sobre la muerte, nuestro Gobierno y el mundo..., incluso hasta los que tenemos sobre la vida en otros planetas.

Este libro, sumamente alentador, trata de todos estos temas. No importa cuáles sean nuestros miedos o preocupaciones, Abraham no sólo tiene una respuesta, sino un proceso sencillo que podemos seguir para trascenderlos y alcanzar un nuevo nivel desde donde disfrutar de la vida.

Creo que los maestros conocidos como Abraham son algunos de los mejores que hay actualmente en el planeta. Sus palabras me han ayudado a trascender mi propia visión de la vida. Estoy muy agradecida a Jerry y a Esther Hicks por el tiempo y la devoción que han empleado en poner estas enseñanzas a nuestro alcance en este período del tiempo y del espacio. Hay un momento y una etapa para expandir nuestro conocimiento, y este momento es ahora. Por el mero hecho de tener este libro en sus manos el lector ya está recibiendo bendiciones y prosperidad.

Hace varios años que conozco a Abraham, a Jerry y a Esther Hicks. En el momento en que escuché las palabras de Abraham sentí una profunda conexión. «Estos maestros están haciendo un gran trabajo», pensé. Cuanto más en contacto estaba con las enseñanzas, más alabanzas tenía para ellos.

Con el tiempo llegué a conocer a Jerry y a Esther. Me quedé muy impresionada al ver cómo vivían sus enseñanzas. Eran dos personas sumamente felices que manifestaban experiencias positivas a cada instante. Se amaban mutuamente, y amaban la vida más que la mayor parte de las personas que conozco. Me encantaba ver que siempre parecían comunicarse entre ellos con alegría y risas. A mi corazón le hace mucho bien ver a personas que realmente disfrutaban de la vida en todo momento.

En Hay House estamos muy orgullosos de ser los editores de esta colección de libros y de tener la oportunidad de transmitir esta obra a todo el mundo. Pide y se te dará, el primer libro de esta colección, fue considerado (por el famoso autor Wayne Dyer) «un hito editorial que te ofrece una guía para comprender y poner en práctica tu destino».

Este libro, el segundo de la colección, te ayuda a profundizar en tí mismo. Fomenta tu auto confianza, a la vez que te ofrece numerosas herramientas que te ayudan a afrontar cualquier situación que se te presente. A medida que aumenta tu confianza en tí mismo, aprenderás que puedes conseguir lo que te propongas. Aprenderás a liberarte del esfuerzo y empezarás a practicar el Arte de Permitir. También te encantará descubrir lo fácil que es vivir la vida con esa alegría que siempre has deseado.

Te sugiero que hagas como yo y tengas ambos libros en tu mesilla de noche para leerlos por la mañana y al acostarte. Dormirás mejor, y empezarás tus días dejando que entre sólo el bien en tu vida..., y haciendo eso ¡te sentirás de maravilla!

LOUISE

Prefacio

Por Jerry Hicks

¿Has pensado alguna vez en tu propia evolución a la luz de los acontecimientos que fueron los principales catalizadores para que posteriormente te sintieras realizado?

En tu álbum de recuerdos agradables, ¿has conservado las imágenes mentales de esos momentos durante los cuales te pareció que sentías una influencia capaz de ayudarte a conseguir o manifestar lo que realmente querías ser, hacer o tener?

¿Recuerdas algunas veces —con oleadas de aprecio— a aquellas personas, libros y circunstancias, aparentemente casuales, que te ofrecieron palabras o experiencias que te aportaron una chispa de claridad filosófica?

Denomina a esas breves experiencias momentos decisivos, encrucijadas, indicadores, o incluso piedras de toque para un momento de bienestar especial..., pero, ¿no has sido consciente de sus efectos positivos y duraderos en tu vida?

He empezado a escribir este prefacio mientras estábamos aparcados en «nuestro» camino de tierra que va desde el río French Broad hasta el estanque estatal de los patos de Biltmore. Mi esposa, Esther, y yo llevamos 15 años impartiendo talleres en Asheville, Carolina del Norte. La orilla de este río es uno de nuestros lugares favoritos, solemos visitarlo cuando llegan los gansos en primavera, y luego cuando migran a millares en otoño desde Canadá, cruzando con decisión los cielos, mientras nosotros también nos cruzamos aquí con el cambio de estaciones, en nuestro ir y venir por este país. Aquí estoy sentado en la etapa más feliz de mi vida haciendo lo que tanto placer me aporta. Escribo esto con la intención de ofrecerte algunas razones prácticas para que practiques (y así

experimentes deliberadamente más de quién eres realmente) las Enseñanzas de Abraham.

Ellos nos han recordado muchas veces que «las palabras no enseñan; es la experiencia de la vida la que lo hace». Y aunque este sea un libro de palabras, las palabras poderosas que estás a punto de leer aquí te van a revelar algunas perspectivas nuevas que exaltarán tu espíritu, y que ahora puedes dejar que se conviertan en nuevas creencias que te generen buenos sentimientos.

Tus nuevas creencias a su vez pueden —por las Leyes del Universo—, generar experiencias nuevas y felices..., y a partir de tus experiencias sublimes de felicidad irás descubriendo ese conocimiento que ensalza la vida que tanto habías deseado.

Espero que este libro sea uno de esos tesoros que apreciarás siempre por suponer una guía aclaradora para todo aquello que siempre has querido ser, hacer o tener. Aunque la única revelación que hubiera recibido de este libro fuera la comprensión profunda que cambió mi vida de que tú creas tu propia verdad, ya habría sido suficiente. Leer que las «verdades» no son más que creencias que se han mantenido durante cierto tiempo, y que las «creencias» son pensamientos que se han repetido muchas veces, ha hecho que me diera cuenta del sorprendente poder del pensamiento.

No hace mucho oí que un empresario de mucho éxito decía (cuando se le preguntaba cómo era capaz de conseguir ese increíble grado de éxito): «Pienso a lo grande... Puesto que voy a pensar de todos modos, hace mucho tiempo que decidí, ¿por qué no hacerlo a lo grande?» Esta es una demostración del sorprendente poder del pensamiento.

Hace muchos años recuerdo que leí algo que había escrito uno de los grandes genios del siglo xx. Dijo lo siguiente: «La mayoría de los seres humanos utilizan menos de un uno por ciento de su verdadero potencial... El noventa y nueve por ciento de su potencial de ser, hacer o tener permanece siempre sin utilizar durante toda su vida». Este libro, El sorprendente poder de la Intención Deliberada, te revelará el proceso dinámico para utilizar, en esta vida, mayor cantidad de ese potencial utilizado. ¿Te has preguntado alguna vez cuánto potencial para ser feliz existe todavía en tu interior? ¿Has sido consciente alguna vez, incluso en los momentos más felices de tu vida, de cuánta felicidad puedes llegar a experimentar?

Aunque alguna vez te hayas sentido muy bien físicamente, ¿verdad que en el fondo sabías que podías estar aún mejor? Y cuando has revivido esas deliciosas relaciones que has compartido con personas en cuyas vidas has influido a la vez que te convertías en el Ser que ahora eres, ¿no eras consciente de que debía haber muchas más relaciones maravillosas con muchas otras personas inspiradoras que estaban esperando a que las dejaras entrar en la experiencia de tu vida?

En breve vas a conocer a Abraham, «maestros de maestros», como se han denominado a sí mismos. (Para los que seáis nuevos en estas enseñanzas, hacemos referencia a Abraham en plural por-que son una Conciencia Colectiva.) Algunos de los autores y filósofos más eminentes del mundo han descrito a Abraham como «los mayores maestros de nuestro planeta en la actualidad...» Cuando conocí a Abraham hace veinte años, yo también me sentí atraído por su arte para enseñar, y lo que más quería aprender era: ¿Cómo puedo ayudar a los demás a mejorar sus ingresos?

Recuerdo que (mientras vivía en una camper Volkswagen) leí el clásico de Napoleón Hill, Piense y hágase rico, donde decía: «Cuando la riqueza empieza a llegar, lo hace tan rápido, con tal abundancia, que uno se pregunta dónde se había estado escondiendo todos esos años...»

Piense y hágase rico sin duda me dio lo que había estado pidiendo. Tras descubrir ese libro en una mesa de centro de un pequeño hotel de carretera de Montana (y seguir al pie de la letra los principios allí expuestos), mi vida cambió por completo; de ganar lo justo para sobrevivir en el mundo del espectáculo a «no tener que ir a trabajar», y luego, en tan

sólo unos pocos años, monté un negocio de distribución multimillonario. Para quien quiera saber-lo, siempre he atribuido mi éxito a los principios que aprendí en ese libro.

Los principios me funcionaron tan bien que pronto empecé a pensar en Piense y hágase rico como libro de texto para enseñar a mis socios lo que había aprendido. Sin embargo, al cabo de unos años de hacerlo, fui consciente de que sólo unos pocos «alumnos» habían logrado montar un negocio de un millón de dólares. Aunque muchos lograron un éxito algo más que modesto, había otros que parecían no tener suerte en el aspecto económico por más seminarios que tomaran.

Al cabo de unos diez años y tras alcanzar todas mis metas iniciales en los negocios, empecé a buscar respuestas para ver cómo podía ayudar con mayor eficacia a las personas a lograr sus deseos..., y a raíz de esa «petición», a Esther y a mí se nos concedieron las Enseñanzas de Abraham.

No hay lugar en este breve prefacio para explicar con mayor detalle quién o qué es Abraham, ni cómo llegamos a conocerlos, pero si esa información te interesa, puedes descargar gratis por Internet una grabación de 74 minutos, An Introduction to Abraham, entrando en nuestra página Web: www.abraham-hicks.com, o puedes encargar el CD o cinta de audio en nuestra oficina, Abraham-Hicks Publications, P.O. Box 690070, San Antonio, TX 78269, o llamar al [830] 755-2299.

Aquí, sin embargo, resumo nuestra experiencia con Abraham: a Esther y mí se nos había dicho que aquietando la mente (meditando) durante 15 minutos al día, podríamos recibir las respuestas a lo que estábamos pidiendo, y aunque Esther tuvo algunas experiencias con sensaciones físicas extremadamente fuertes la primera vez que meditamos juntos, no fue hasta después de nueve meses de meditación diaria que experimentamos una forma de comunicación intelectual que tuviera algún sentido. Intelectual, en cuanto a que la cabeza de Esther empezó a moverse metódicamente, y descubrimos que su nariz estaba escribiendo letras, algo así como deletreando palabras sobre una pizarra invisible en el aire: «YO SOY ABRAHAM...»

Citaré la definición de Abraham sobre ellos mismos: Abraham no es una conciencia singular tal como vosotros la experimentáis en vuestros cuerpos individuales Abraham es una Conciencia Colectiva... No hay una Corriente de Conciencia No-Física, y cuando uno de vosotros plantea una pregunta, hay infinidad de puntos de Conciencia que se están canalizando a través de lo que os parece una única perspectiva (porque en este caso hay un ser humano, Esther, que lo está interpretando o articulando en palabras), por eso a vosotros os parece que es en singular... Somos multidimensionales, multifacéticos y, sin duda, somos una multiconciencia...

Inmediatamente empecé a hacer preguntas, y Abraham empezó a contestar (al principio, deletreando palabras mediante la nariz de Esther). Posteriormente, Esther empezó a traducir bloques de pensamiento No-Físico a nuestro idioma a través de su máquina de escribir, y unos meses después consiguió pronunciar palabras para los pensamientos que recibía de Abraham.

Unos pocos años antes, yo había descubierto la obra de Habla Seth (los autores de esta conocidísima obra, Jane Roberts y Robert Butts, la recibieron de un modo similar). Por eso comprendí, de algún modo, lo que nos estaba sucediendo, pero que nosotros supiéramos, ninguno de los dos habíamos pedido o esperábamos recibir la experiencia para nosotros. Yo esperaba y pedía hallar formas más útiles de enseñar a los demás a tener más éxito en sus vidas, pero no a través de esta vía.

Tanto Esther como yo deseábamos la sabiduría que Abraham estaba dispuesto a ofrecernos, pero ambos estábamos un poco re-celosos respecto a cómo encajaría en las perspectivas y procedimientos de nuestro ya bien establecido trabajo algo aparentemente tan extraño como este fenómeno. Para mí, los principios de mi trabajo tenían que ser fáciles de aprender y de enseñar. A menudo reafirmaba mi intención que era (y sigue siendo), que toda persona que entrara en contacto conmigo evolucionara o permaneciera

donde estaba al conocernos, pero sobre todo que nadie retrocediera jamás a raíz de haberme conocido. Para Esther, los principios simplemente tenían que demostrar que te sentías bien cuando los ponías en práctica.

Esther, al principio, sintió una resistencia física más o menos natural a permitir la experiencia de Abraham. Por ejemplo, cuando empezó ese «hablar en nombre de Abraham», se sentaba en una silla, con los ojos muy cerrados y las manos agarradas a los brazos de la misma, y su voz se proyectaba desde esa tensa postura física con un tono aparentemente estridente.

Con el paso de los años, y a medida que miles de personas seguían evocando las respuestas de Abraham a través de ella, su cuerpo empezó a relajarse. Primero abrió los ojos, luego soltó las manos y los brazos empezaron a gesticular, al cabo de unos años, su cuerpo pasó de estar sentado a estar de pie (agarrado a una silla o a un atril), y después a moverse ágilmente de un lugar a otro.

Simultáneamente, tras la relajación de su cuerpo, llegó la relajación de su voz. Si escuchas alguna de nuestras grabaciones antiguas, notarás lo que podría considerarse un acento extranjero de origen desconocido. Pero en la actualidad, después de casi veinte años de relajarse hablando en nombre de Abraham, la voz que escuchas ahora no suena muy distinta a la de Esther. Lo que notarás distinto es lo que yo denominaría la postura intelectual y la actitud de Abraham.

Una cosa más antes de concluir este prefacio: si has leído nuestro libro anterior, Pide y se te dará [Ediciones Urano], ya habrás visto que Abraham enseña que tenemos esta Tierra física para ex-perimentar la alegría del viaje creativo, y que no estamos aquí para arreglar o hacer nada. Abraham enseña que cualquier cosa que deseemos o hagamos sólo es porque creemos que, al lograrla, nos sentiremos mejor que ahora... y Abraham nos dice que no hay nada más importante que sentirse bien...

Entonces, si no estamos aquí para arreglar o hacer algo, ¿cómo sabremos si nuestra vida en la Tierra ha sido un éxito? Abraham nos enseña que el éxito no se mide por las cosas materiales que conseguimos. Nos dice que nuestro éxito se mide por el grado de felicidad que experimentamos durante nuestro viaje por la vida.

Así que, si buscas pruebas del éxito de alguien que esté utilizando las Enseñanzas de Abraham, simplemente presta atención al grado de alegría que está experimentando en ese momento, porque todo lo que decimos, hacemos o intentamos ser (¡sea lo que sea!) sólo es porque queremos sentirnos mejor.

Puede que descubras que la riqueza, la salud, las relaciones o los logros materiales no son lo que te trae la felicidad. Pero lo que te sorprenderá saber es que, encontrando y manteniendo deliberadamente el equilibrio vibratorio en tu camino intencionado hacia la felicidad, también atraerás todo lo que quieres ser, hacer o tener, a la vez que conseguirás esa dicha.

Esther y yo hemos usado durante veinte años las Enseñanzas de Abraham para conservar nuestra relación tan llena de alegría. Hemos atraído a un equipo de personas brillantes, encantadoras y muy competentes, así como a profesionales autónomos, que hacen que la evolución de esta filosofía fluya y crezca armoniosamente. También hemos atraído a amigos y socios espectaculares, sin olvidar el alegre recuerdo de aquellos con los que ya no nos relacionamos personalmente.

Nuestra salud es perfecta: no vamos al médico (salvo que sea por amistad), no nos hacemos revisiones ni tenemos un seguro de salud; sí, a veces tenemos algún problemilla, pero pronto se resuelve cuando regresamos al Equilibrio de Energía. Económicamente, el año pasado pagamos más impuestos que todo lo que habíamos ganado antes de conocer los principios de la Intención Deliberada. En otras palabras, ¡funciona!

Y, lo más importante de todo es que no conozco a dos personas más felices (a excepción, quizá, de nuestros nietos Laurel, Kevin y Kate). Esther y yo viajamos cada año

por casi sesenta ciudades distintas de Estados Unidos presentando a miles de personas el Arte de Permitir. Conducimos nuestro «autocar monstruo» (es una conversión de un autocar Prevost de trece metros de largo en un Maratón), y en la parte posterior lleva impreso con letras muy grandes y divertidas: SE SUPONE QUE LA VIDA HA DE SER DIVERTIDA.

Quizá también tú lo hayas experimentado, pero desde que tenía cinco años recuerdo haber deseado poder ayudar a la gente a que fuera más feliz. A medida que mi vida ha ido evolucionando, he descubierto múltiples formas de expresión para realizar distintas versiones. Mientras escribo esto para los lectores, siento un gran aprecio por esas personas (demasiadas para citarlas aquí) que han contribuido en mi gozosa experiencia de la vida. Y aunque probablemente no pueda atribuir a las Enseñanzas de Abraham que atrajeran a Abraham, sí les concedo el mérito de la impresionante evolución física de este mensaje. También les atribuyo el grado de felicidad que experimentamos Esther y yo, mientras tenemos la bendición de crear diferentes medios para transmitirte su filosofía de espiritualidad práctica basada en la dicha.

Con todo mi corazón, JERRY

[Rogamos tengas en cuenta que, puesto que no siempre existen las palabras en inglés para expresar con exactitud los pensamientos No-Físicos que recibe Esther, algunas veces utiliza combinaciones de palabras, a la vez que usa otras estándar de formas nuevas (por ejemplo, poniendo mayúsculas cuando normalmente deberían ir en minúsculas) a fin de expresar nuevas formas de ver la vida.]

Introducción a Abraham Por Esther Hicks

Hola, me llamo Esther y soy la traductora de la vibración de Abraham. Abraham me ha explicado que soy capaz de recibir en un nivel subconsciente de mi Ser humano, su intención vibratoria. Me han dicho que, en un nivel inconsciente, recibo señales como las que emite una emisora de radio, y que luego las traduzco con las palabras de mi mundo físico; que soy un puente entre el mundo físico, en el que estoy centrada, y el mundo No-Físico en el que ellos están centrados.

También me contaron que cuando empecé a recibir era una traductora especialmente buena para ellos porque no tenía opiniones o tendencias muy marcadas que obstaculizaran la recepción. No se trataba de que yo no perteneciera a nada en concreto, sino de que no iba en contra de nada. Casi siempre tomaba la vida tal como venía, y me encontraba en una situación vibratoria especialmente favorable cuando tuve mi primer contacto con Abraham.

Abraham ha explicado que todas las personas tienen la capacidad de recibir información de lo No-Físico, como me pasa a mí. Del mismo modo que todos podemos componer música o pintar hermosos cuadros, todo está allí para que cualquiera conecte con ello en cualquier momento desde cualquier lugar ventajoso físico en que nos encontremos. Al igual que existe una enorme variedad de formas en que las personas interpretan la música o el arte, también hay una enorme variedad de formas en que las personas interpretamos la Energía No-Física. Esto es para aclarar que siempre firmamos lo que yo interpreto de Abraham como Abraham-Hicks, para distinguir mi interpretación única de la de cualquier otra persona.

Al principio de traducir para ellos, me sugirieron que no leyera lo que otros habían escrito o escribían, puesto que querían que mi interpretación de ellos (Abraham) no estuviera contaminada por las opiniones ajenas. No querían que me preocupara de estar

recopilando información inconscientemente de los libros. Querían que estuviera segura de que era una traductora pura de lo que ellos estaban ofreciendo.

Ahora, después de todos estos años, de vez en cuando ojeo algo de lo que alguien nos haya mandado, y siempre puedo notar la compatibilidad vibratoria o la falta de la misma cuando lo leo. Abraham me ha asegurado que ahora ya no corro el riesgo de interferir en mi habilidad de escucharlos por leer, pero noto que a veces me cuesta más tiempo sintonizar con su pensamiento puro. Así que, aunque muchas personas nos envían libros, manuscritos o información en formatos varios con toda su buena voluntad, prefiero no leer nada, pues mi intención es traducir con la mayor claridad posible lo que Abraham está canalizando a través de mí.

Abraham me ha explicado que, pensamiento a pensamiento, frase a frase, conversación a conversación, nosotros (Abraham y Esther) hemos hallado formas únicas y precisas de explicar sus enseñanzas que siguen expandiéndose y aclarándose. Cuando ofrecen un bloque de pensamientos, hago todo lo que puedo (inconscientemente) para encontrar las palabras que más se adecúen a su significado. Cuando mis palabras y los significados de Abraham convergen, arrasamos con un torrente interesante, poderoso y aclarador. Cada vez que hablan de un tema, lo aclaran más.

¡Qué divertido ha sido esto para mí! Puedo sentir el amor, la fuerza y la dicha que siente Abraham en su proceso de hablar a través de mí. Casi cada día recibimos alguna propuesta de alguna par-te del mundo para dar algún seminario sobre Abraham-Hicks, y nuestra agenda se engruesa un poco cada año. Sin embargo, en este momento no nos es posible hacer más cosas salvo que sea dejando de hacer otras.

Jerry y yo creemos que nuestro trabajo es conocer a tantas personas como podamos (en el formato de preguntas y respuestas)

para que el mensaje de Abraham siga expandiéndose, y no hay nada que nos guste más que estar en una sala llena de personas que asisten al taller de El Arte de Permitir que han venido a vernos con sus nuevas preguntas para Abraham.

Las preguntas que las personas plantean a Abraham, así como las que surgen de sus vidas privadas, son lo que hacen que el mensaje de Abraham siga aclarándose y expandiéndose. Siempre que Abraham da una sugerencia de cualquier tipo, Jerry y yo hacemos todo lo posible para comprenderla y aplicarla en nuestras vidas. Con el transcurso de los años, Abraham ha ofrecido muchos procesos, nos dicen amorosamente que son eternos arrobadores de procesos. De modo que cuando nos ofrecen otro, siempre busco la oportunidad para aplicarlo en mi vida, y recibo resultados inmediatos y satisfactorios. Cuando observo nuestra maravillosa forma de vida y veo los sorprendentes resultados que estamos experimentando en todas las áreas, siento la seguridad que procede del entendimiento de saber que creamos nuestra propia realidad y siento la satisfacción de haber creado esta hermosa realidad, quiero que todo el mundo comparta lo que hemos descubierto.

Damos unos sesenta talleres cada año y vamos de ciudad en ciudad en nuestro sorprendente autocar al que Abraham hace referencia cariñosamente como el «autocar monstruo». Seguimos encontrando lugares preciosos para aparcar, pasear y escribir nuestros libros. Pues encontrar un lugar donde nos sintamos bien es esencial para relajarnos y poder recibir de Abraham. Cuando es-tamos en casa, en Texas, puedo elegir entre muchos lugares tranquilos, privados y bellos donde puedo sentarme a recibir el mensaje de Abraham. Pero mi lugar favorito es nuestra maravillosa casa del árbol. Siempre siento una gran expectación sobre lo que dirá Abraham cuando trepo hacia la copa del árbol con mi ordenador portátil y me establezco en la deliciosa Energía de Abraham.

Cuando cerré los ojos y me relajé a la espera de recibir lo que sabía que iba a ser un nuevo y maravilloso libro, Abraham me dijo: Esther, estas palabras fluirán con facilidad. Mucha gente está leyendo Pide y se te dará, y sus preguntas para pedir aclaraciones ya

nos están llegando. Por lo tanto, escribir este libro, que aunque distinto, es una continuación del primero, será fácil para tí. Disfruta de este proceso. Estamos disfrutando de tu felicidad en tu casa del árbol. Ahora, empecemos...

1

Una nueva forma de contemplar la vida

Contrariamente a lo que creen muchos de nuestros amigos físicos, la vida en el planeta Tierra está pasando por su mejor momento... ¡y está mejorando! Esta poderosa y exacta afirmación no se basa sólo en nuestra observación de los intrincados detalles de la vida en la Tierra, sino también en nuestro conocimiento de las potentes Leyes del Universo, y en nuestra comprensión de que todas las cosas se expanden y mejoran continuamente.

La gente suele quejarse de la vida moderna diciendo que le falta algo que recordaba haber disfrutado anteriormente, y anhela regresar a esas épocas o formas de vida. Pero nosotros nunca miramos al pasado para recordar tiempos mejores, porque comprendemos que lo que está sucediendo ahora y que lo que vendrá después siempre conllevará lo mejor que la vida puede ofrecernos.

La gente suele malinterpretar su papel en este espléndido proceso de la expansión eterna, viéndose humildemente como algo insignificante en el gran esquema de las cosas. Algunas personas creen que Dios, o algún Poder Superior, lo ha creado todo, incluidas ellas, y que ahora están en el planeta Tierra trabajando para conseguir un estado de mayor Iluminación, o la aprobación de Dios. Otros han llegado a la conclusión de que no existe Dios, y por lo tanto, no se esfuerzan por agradar a nadie.

Desde nuestra ventajosa posición, con nuestra perspectiva más amplia y No-Física, comprendemos el poder, el propósito y el valor del Ser Humano, de la mente humana y del pensamiento humano, porque sabemos que eres la Primera Línea del pensamiento. Comprendemos el valor de la diversidad en la que vives, y el propósito de los contrastes que observas. Sentimos la claridad que se crea cuando te concentras en tu entorno, y nos regocijamos en la expansión del pensamiento que surge a raíz de tu exposición a las experiencias de tu vida. Comprendemos la creación, y comprendemos el poder del pensamiento.

No estás en tu cuerpo físico luchando para llegar a lo No-Físico, puesto que no estás separado de ello; eres una extensión —una extensión de Primera Línea— de esa Energía No-Física. No estás en el planeta Tierra para intentar regresar a lo No-Físico, sino que estás invocando a lo No-Físico en el exterior justo donde te encuentras ahora. Y en esa invocación, Todo-lo-que-Es se expande, y tu invocación es la razón de la expansión.

Todas tus preferencias son escuchadas y respondidas

Cuando vives consciente de tu entorno y de todos sus componentes opuestos, se produce el proceso natural de aclarar tus preferencias personales. Unas veces estas preferencias son tan conscientes que hablas de ellas como tus deseos, otras son más sutiles y no pronuncias palabras, puesto que estas preferencias tienen lugar en muchos planos de tu Existencia. Hasta las células de tu cuerpo son puntos de Conciencia que están experimentando contrastes y aclarando sus preferencias. De hecho, todo lo que te rodea —los animales, los árboles, incluso las rocas, la tierra y el polvo— son Conciencias pulsátiles y vivas que experimentan contrastes y que tienen sus preferencias. Estas preferencias vivas y pulsátiles tienen poder de invocación.

Dicho de un modo más sencillo, nos gusta decir: Cuando pides, se te concede. Siempre se te concede. Se te concede todas las veces. Sin excepción... Cuando tú, otra persona o cosa pide, siempre se le concede.

Este sencillo proceso de exposición a la experiencia, que hace que la Conciencia aclare sus preferencias personales, pone en marcha una invocación vibratoria que provoca la Eterna expansión del Universo.

Cuando te das cuenta de que todo lo que ves a tu alrededor en tu realidad tiempo-espacio es Conciencia, que cada punto de Conciencia está teniendo una experiencia donde se crean sus propias preferencias, y que cada una de ellas es escuchada y respondida, entonces comprendes, como lo hacemos nosotros, que todo marcha perfectamente.

Eres un poderoso creador de Primera Línea

Estás en la Primera Línea del pensamiento, de la experiencia y de la expansión. Ten por seguro que no estás solo, puesto que todo lo que ha habido con anterioridad sabe dónde estás, qué estás haciendo y qué estás pidiendo. El aspecto No-Físico de tu yo que está en la Primera Línea es la experiencia de la expansión, de disfrutar de las ideas nuevas, y de unirse a ti gozosamente a medida que avanzas hacia tu poderoso futuro.

Deseamos que recuerdes todo lo que eres para que puedas disfrutar de esta ventajosa posición de Primera Línea del modo en que tú habías planeado al venir a este mundo físico.

No sois Seres inferiores que necesitan la iluminación. No sois partículas insignificantes en un vasto Universo sin fin. No sois hijos olvidados o perdidos intentando encontrar el camino de regreso a casa... Sois poderosos creadores que estáis en la Primera Línea cabalgando sobre la ola de expansión más significativa que jamás ha tenido lugar. ¡Deseamos que recobréis vuestra conciencia de esto para que, mientras estéis en este cuerpo físico, podáis gozar de una dicha deliberada y consciente!

2

La vida en el planeta Tierra mejora incesantemente

Cada generación que vive en el planeta se beneficia de las experiencias de la vida de las generaciones anteriores. Suponemos que esta afirmación es obvia para la mayoría de los lectores; sin embargo, es una afirmación mucho más poderosa de lo que la mayoría puede entender a simple vista.

Cuando contemplas esta afirmación desde tu estado de conciencia de la Ley de Atracción (lo semejante atrae a lo semejante), y cuando recuerdas que todo lo que existe en tu realidad física tiempo-espacio existe gracias a una petición intencionada desde esta misma realidad tiempo-espacio, empiezas a entender la importancia de todos aquellos que se han centrado, de todos los que han vivido el contraste y de todos los que han estado pidiendo: pidiendo respuestas a sus preguntas, solución a sus problemas, mejora de sus situaciones y satisfacción de sus deseos.

Esta vivencia del contraste, que provoca que nos centremos en el deseo, invoca la Energía Creativa del Universo y, de hecho, es lo que hace que la vida evolucione. Se podría decir con exactitud que esta vivencia del contraste equivale a la petición o al deseo que invoca la Energía de la Vida. Hay una gran satisfacción en la Creación Deliberada. Hemos hablado a menudo del Proceso Creativo, y también hemos explicado que eres el creador de tu propia experiencia. Muchas personas están empezando a ver la correlación entre lo que piensan, cómo sienten ese pensamiento, y lo que se manifiesta como respuesta a ese enfoque. Cada vez hay más personas en todo el mundo que están

siguiendo la visión de la Creación Deliberada, centrándose intencionadamente en creaciones personales específicas, y encuentran una gran satisfacción en ello.

Nos gusta ver a nuestros amigos físicos concentrándose deliberadamente en sus pensamientos a la vez que observan sus respuestas emocionales a los mismos, guiando de ese modo la creación en las experiencias de sus vidas hacia resultados cada vez más placenteros. Hay mucha satisfacción en ello.

Nos gusta ver a nuestros amigos físicos vivir situaciones que no deseaban, para luego modificar deliberadamente su enfoque, cambiando así lo que sienten y su punto de atracción, lo que a su vez conduce a resultados diferentes y más satisfactorios. Hay mucha satisfacción en ello.

Centrarse deliberadamente es Creación Deliberada, y hay mucha satisfacción en crear deliberadamente resultados placenteros. Resulta satisfactorio cambiar la condición de un cuerpo enfermo a uno sano. Es satisfactorio atraer dinero para poder comprar muchas cosas satisfactorias. Es satisfactorio cambiar las relaciones, vivir en una casa nueva y conducir un coche nuevo. Es satisfactorio controlar todas las trampas físicas de las experiencias de tu vida...

El Arte de Permitir tu Intención Deliberada

No hace mucho les dijimos a Jerry y a Esther que cambiaran el nombre de los seminarios de Abraham-Hicks, que hasta entonces se llamaban «La Ciencia de la Creación Deliberada», por el de «El Arte de Permitir», porque la Creación Deliberada es mucho más que obtener resultados placenteros o mejorar ciertas condiciones. La Creación Deliberada es «Permitir» tu conexión personal con el Flujo de Bienestar y con todo lo que consideras bueno.

Aunque no cabe duda de que la creación está directamente relacionada con los resultados o la manifestación de los objetos y situaciones deseados, en realidad lo está más con el proceso de la creación. En otras palabras, es maravilloso atraer y, por consiguiente, poseer un bonito coche nuevo, pero la vida es el proceso para conseguirlo.

En realidad, la vida se basa en sentir un ligero descontento con tu vehículo actual... para poder sentir el suave proceso de aclarar las preferencias personales respecto a otra cosa distinta... para poder sintonizar con la idea y los detalles del vehículo deseado... para poder ser testigos conscientes del movimiento de fuerzas y situaciones que se producen para conseguir la adquisición.

La vida es en realidad un proceso de continuo enfoque desde nuevos puntos de vista más ventajosos. La vida siempre fluye hacia tí y a través de ti, pues la percatación consciente y deliberada de la misma es lo último cuando se vive de verdad.

Conseguir una meta es manifestación; dirigir y mantener tu equilibrio vibratorio conscientemente es Vivir Deliberadamente, que en realidad es lo que llamamos el Arte de Permitir.

El sorprendente poder de tu Intención Deliberada

Este innovador libro trata sobre aprender a comprender la importancia de la Intención Deliberada para conseguir un resultado final, a la vez que te ocupas del equilibrio de tu Energía. No obstante, su principal objetivo es enfatizar que seas consciente del equilibrio de tu Energía, en lugar de que te centres en los resultados. Esta importante distinción es la que ha generado este libro El sorprendente poder de la Intención Deliberada.

Cuando llegues a entender y a practicar con eficacia los procesos que exponemos aquí, no sólo alcanzarás tus metas deseadas y resultados con mayor rapidez, sino que disfrutarás de cada uno de los pasos del camino incluso antes de que se manifiesten tus

deseos. Tu vida se convertirá en un viaje gozoso, en lugar de ser una larga y dolorosa maldición entre momentos esporádicos de satisfacción temporal en el proceso de conseguir el objeto deseado.

3

La muerte como un nuevo comienzo

La mayoría de las personas no saben a ciencia cierta quiénes son. No están seguras de dónde proceden ni de adonde van. Pero, lo más importante es que no saben por qué están en el planeta Tierra.

Te ofrecemos nuestra visión de quién eres —y dónde encajas en el gran esquema de Todo-Lo-Que-Es— porque entendemos lo importante que es esa perspectiva para ti. Cuando recuerdes quién eres y recobres tu sentido de continuidad absoluta del lugar de donde procedes y al que te diriges, tu poderoso ahora será infinitamente más satisfactorio.

Quizá la vía más fácil para comprender la plenitud de tu Ser es que empecemos a hablar de tu muerte física. Esto puede resultar un poco extraño si eres uno de nuestros amigos físicos que ve la «muerte» como el «fin» de su experiencia de la vida. Sin embargo, nosotros no vemos lo que tú denominas experiencia de la «muerte» como el fin de todo, porque eres un Ser Eterno que no tiene fin.

Del mismo modo que lo que denominas «muerte» no es el fin de tu experiencia de la vida, lo que llamas «nacimiento» no era el principio. Eres Conciencia Eterna que se expresa en una gloriosa e interminable danza de la Conciencia. Nunca dejarás de existir. Cuando experimentas lo que denominas «muerte física» (aclaramos bien estas palabras, puesto que no existe la muerte), retiras tu Conciencia del poderoso punto de enfoque que conoces como tu personalidad física y te concentras totalmente en lo No-Físico. En el momento de ese cambio de enfoque, dejas atrás todos los sentimientos de inferioridad, dudas, preocupaciones, odios, ira y -en un momento del tiempo demasiado corto para medirlo-vuelves a emerger a la perspectiva gozosa y pura de la Energía Positiva que en realidad eres.

Cuando tomas la decisión de adoptar un cuerpo físico, sólo una parte de la Conciencia global que eres se centra temporalmente en ese cuerpo. Cuando experimentas la «muerte física», esa parte de la Conciencia se retira del cuerpo físico y vuelve a centrarse en lo No-Físico.

Estás aquí por tu Intención Deliberada

Concentrar la Conciencia en un cuerpo físico no es algo que se pueda tomar a la ligera desde nuestra perspectiva No-Física. Tienes la intención clara y deliberada de proyectar la Conciencia en esta realidad tiempo-espacio, y vienes a este cuerpo con gran entusiasmo. Estás lleno de grandes expectativas por estas razones:

- Sabes que eres un Ser Eterno.
- Entiendes el valor de tu Ser.
- Sabes perfectamente quién eres.
- No dudas de lo que vales ni de tu dignidad.

- Entiendes que la vida en esta realidad tiempo-espacio implica estar en la Primera Línea del pensamiento.
- Sabes que vienes a un entorno estable.
- Sabes que el Bienestar es el orden dominante de este entorno.
- Sabes que es un entorno con una tremenda variedad de componentes interesantes.
- Entiendes las Leyes del Universo y la esencia de la creación
- Eres un creador maestro y lo sabes.
- Te gusta la experiencia de crear.
- Sabes que lo haces bien.
- Entiendes y apreciada Ley de Atracción.
- Conoces su justicia y aprecias su coherencia.
- Estás deseando ofrecer tu nueva perspectiva para que el entorno que te rodea pueda inspirar tus nuevas preferencias personales y deseos.
- Disfrutas de la sensación de un deseo nuevo y fresco.
- Entiendes la respuesta Universal de tu deseo nuevo y fresco.
- Te encantará lo que el sentimiento de deseo invoca en ti y a través de ti.
- Entiendes que este sentimiento de deseo es el sentimiento de la Vida.
- No te preocupa el contraste, porque entiendes su propósito.
- Sabes que es por tu interacción con el contraste y la variedad por lo que se formularán tus deseos.
- Esperas con entusiasmo y sin ningún tipo de reserva la nueva conciencia del deseo, que es el resultado inevitable de esta participación de Primera Línea en la vida.
- No vienes con la expectativa de conseguir nada, porque recuerdas sabiamente la naturaleza Eterna de ti mismo y de Todo-Lo-Que-Es.
- Sabes que la vida nunca dejará de expandirse, y que tu propósito no es —ni el de nadie— completarla o terminarla.
- Entiendes que la expansión es el resultado natural de con-centrarte en el contraste, porque sabes que éste hará que pidas.
- Sabes que cuando pides, siempre se te concede, por consiguiente no deseas evitar el contraste, porque entiendes el poder de concentración del contraste.
- Sabes que la variedad y el contraste harán que determines las características de tus preferencias personales, y que cada una de estas preferencias, grandes o pequeñas, serán atendidas en el mismo momento en que se producen.

Es necesario que sepas apreciar los contrastes de tu entorno para que experimentes conscientemente el continuo de quién-eres-realmente.

Has venido aquí con la esperanza de producir nuevos deseos

Queremos ayudarte a reivindicar el entusiasmo y las expectativas que sentías por esta gloriosa experiencia de la vida cuando entras-te en este cuerpo físico y en esta realidad tiempo-espacio. No has venido a este mundo a arreglar algo que estuviera estropeado o a ayudar a redirigir un mundo perdido.

No has venido a demostrar tu valía o a conseguir una recompensa a tus esfuerzos mientras estás en este cuerpo... Has venido aquí conociendo plenamente tu valor y con el conocimiento de la perfección de los mundos, físico y No-Físico, a este entorno de contrastes que sabías que produciría deseos nuevos y personales: deseos con el poder de invocar Energía, Conciencia y Todo-Lo-Que-Es en esta nueva creación de Primera Línea.

Sabías que eres Vida en el proceso de vivir la Vida, en la creación de más Vida.

Pero, lo más importante es que sabías (y tu parte No-Física todavía lo sabe) que la razón de todo esto es ¡la felicidad!

4

Eres una extensión vibratoria de lo No-Físico

Aunque te conozcas en este cuerpo físico, si eres como la mayoría de nuestros amigos físicos, no te conoces realmente como te conocemos nosotros. Ves tu naturaleza física: la carne, la sangre y los huesos, por así decirlo. Sin duda, reconocemos que también eres todo eso, pero además de la manifestación física que conoces como tu cuerpo, sabemos que eres Conciencia, Vibración, y una extensión de la Corriente de Energía que procede de la Fuente.

Eres mucha más Vibración y Energía que el Ser físico que reconoces como tú. Sólo cuando te entiendes como Ser Vibratorio puedes reconocer el continuo de Energía Vibratoria que en realidad eres. Sólo en el reconocimiento consciente de ese continuo puedes realizar la verdadera razón de tu existencia aquí en este cuerpo, o disfrutar realmente de ese proceso.

Con frecuencia la gente se desorienta cuando intenta verse como Vibración, o Energía, porque está acostumbrada a observar sólo las manifestaciones físicas de esas vibraciones. En tu observación del mundo y de todas sus características físicas, es muy fácil involucrarse tanto en los resultados de las vibraciones... que pasas por alto las vibraciones responsables de esos resultados.

Tus emociones te indican tu relatividad No-Física

Tu cuerpo físico nació con unos intérpretes vibratorios tan sofisticados y exactos que a menudo no eres consciente de que los tienes o de que los utilizas para definir tu realidad física, pero estamos en un mundo vibratorio, y todo lo que percibes se debe a tu habilidad para interpretar la vibración:

- Tus ojos interpretan la vibración, y por consiguiente tienes el sentido de la vista.
- Tus orejas interpretan la vibración, y por consiguiente tienes el sentido del oído.
- Tu nariz interpreta la vibración, y por consiguiente tienes el sentido del olfato.
- Tu piel interpreta la vibración, y por consiguiente tienes el sentido del tacto.
- Tu lengua interpreta la vibración, y por consiguiente tienes el sentido del gusto.

Tu habilidad para entender la continuidad de quién eres como Ser No-Físico Eterno (y quién eres en tu cuerpo físico) procede de los intérpretes vibratorios que denominas emociones.

Tus emociones te indican en todo momento tu relación vibratoria entre tu Yo No-Físico y tu yo físico. Nada es más importante para tí que esta relación, y nada puede potenciar más tu experiencia física que entender tus emociones, puesto que ellas son las que te dicen todo lo que necesitas saber sobre tu relación entre tu yo físico y tu Yo No-Físico.

La Conexión, tu estado más natural de existencia

Con tu Intención Deliberada y algo de práctica, no sólo serás consciente de tu relación con tu Yo No-Físico, sino que podrás mantener una sintonización vibratoria constante con él. Nosotros lo denominamos estado consciente de sintonización vibratoria

deliberada con tu Fuente de Energía... el Arte de Permitir. Es el arte de permitir la presencia plena de quien eres en este poderoso momento en Primera Línea.

Siempre que consigues esta maravillosa Conexión te sientes más vivo, sientes entusiasmo, pasión, amor, apreciación, claridad, vitalidad y entusiasmo. En otras palabras, te permites beneficiarte de todo aquello en lo que te has convertido, estar presente en este momento clave de la creación. Es la experiencia creativa óptima, es la máxima expresión de la vida, y es tu estado más natural de existencia.

De modo que esta Conexión con quién-eres-realmente se logra mediante la sintonización vibratoria. Es una sintonización de señales vibratorias, por así decirlo, similar a la que se produce cuando sitúas el dial de tu radio en una frecuencia para escuchar la música que emite una emisora en concreto. Sabes que si quieres escuchar lo que se emite en 98,7 MHz, has de sintonizar el dial en el punto 98,7 de la FM. Las frecuencias han de converger para que puedas recibir con claridad.

Aunque tu cuerpo físico no esté equipado con un dial o un medidor que te marque la frecuencia desde la que estás emitiendo, tus emociones te proporcionan una información equivalente. Cuando prestas atención a tus emociones, literalmente sientes tu camino hacia la sintonización vibratoria con tu Fuente.

5

Has venido a este mundo a crear tu propia experiencia

Una vez que entablas la conexión consciente entre tu personalidad física (lo que conoces como yo, aquí en este cuerpo) y la Conciencia Eterna No-Física (tu verdadero Yo), puedes proseguir con el propósito por el que viniste a esta experiencia física de la vida.

Ser consciente de tu continuidad —ser consciente de que no comenzaste con este nacimiento físico, sino que no es más que una continuidad de quién-eres-realmente— es esencial para vivir esta experiencia de la vida del modo más satisfactorio y pictórico posible.

Otro componente importante para una experiencia de vida física satisfactoria es el reconocimiento de lo que vales y de tu dignidad, y sólo puedes darte cuenta de ello mediante una verdadera Conexión con esa parte No-Física que hay en ti. En otras palabras, si no te das cuenta conscientemente de quién-eres-realmente y no consigues sintonizar con las vibraciones de tu verdadera esencia, no existe un sustituto físico para esa Conexión.

Algunas personas intentan llenar su sentimiento de vacío cuando no están sintonizadas con las vibraciones de su Ser Interior No-Físico, Conciencia, Dios, Fuente o Energía (hay muchos nombres para esa parte No-Física de ti) de diversas formas: algunas buscan la aprobación de los demás, otras buscan esa aprobación intentando modificar su conducta a fin de seguir las reglas o directrices de un grupo u otro, y otras intentan despuntar en su conducta personal comparando su conducta con la de otros a los que están observando, pero no hay sustituto para tu sintonización vibratoria con tu Yo. Sintonización vibratoria con quien-realmente-eres No hay nada más importante que la sintonización vibratoria, o el mantenimiento del continuo, entre tu yo y tu Yo, puesto que cada momento de tu vida se ve afectado por tu Conexión o ausencia de la misma con tu

Ser Interior, con ese Yo Total en que te has convertido, con ese Yo que eras antes de nacer en este cuerpo físico.

Una vez que comprendes quién-eres-realmente y trabajas conscientemente para conseguir tu sintonización vibratoria con tu esencia y mantenerla, el resto de tu vida entrará en una maravillo-sa sintonización. Sin embargo, si no te encaminas hacia esa Conexión, nada de lo que puedas hacer llenará el vacío u ocupará el lugar de esa sintonización.

Unas veces te ves inducido a la sintonización al observar algo bonito o porque interactúas con otra persona que está experimentando su propia sintonización. Otras te tropiezas con tu sintonización sin darte cuenta de lo que estás haciendo, quizás a través de apreciar alguna cosa... Pero ser verdaderamente consciente del valor de tu sintonización y entender cómo conseguirla y mantenerla, es la experiencia óptima de la vida. Nosotros lo llamamos Creación Deliberada. El Ser Interior y tu Sistema de Guía Emocional Ser consciente de la variación vibratoria entre las vibraciones que emites en este momento y las de tu Ser Interior es literalmente lo que forma tu Sistema de Guía Emocional. Cuando piensas en el continuo entre tu yo y tu Yo, todo encaja perfectamente.

Siente tu estado de Equilibrio de Energía

Llegar a ser consciente de tu relación-vibratoria-de-este-momento con la vibración de tu Fuente es fundamental para que seas feliz y para la creación deliberada de tu propia vida. Sentir la armonía vibratoria entre los pensamientos que tienes en este momento y los que tiene tu Ser Interior respecto a este momento es la Conexión Deliberada, y cuando puedes sentir conscientemente la desarmonía vibratoria o de sintonización entre esos dos puntos vibratorios, te estarás percatando de manera consciente de tu Sistema de Guía Emocional.

Buscar deliberadamente pensamientos que consigan sintonizar tus dos puntos vibratorios es el verdadero sentido del Equilibrio de Energía. Cuando sintonizas con tu Yo, experimentas el equilibrio de tu Energía y sintonizas con el verdadero poder de tu Ser. No hay sustituto para esta sintonización.

Desde tu estado de energía equilibrada, experimentas la claridad, la vitalidad, el entusiasmo, el bienestar físico y la abundancia en todas las cosas que consideras buenas, así como un exuberante esta-do de felicidad. Este es el estado natural de quién-eres-realmente.

6

El atractivo poder de tu Pensamiento Creativo

Aunque no seas del todo consciente de tu naturaleza vibratoria, eres un Ser vibratorio que vive en un Universo Vibratorio. De hecho, ¡todo vibra!

Cuando le prestas atención a algo: a una idea, a un recuerdo, a una situación que estás observando, a un sueño o fantasía que estás visualizando..., estás activando una vibración. Cuando tu enfoque provoca esa activación, ese contenido vibratorio se convierte en tu punto de atracción. Siempre que piensas en algo, su contenido vibratorio se convierte en una parte activa de tu esencia vibratoria, y el sujeto de tu atención empieza a acercarse a ti.

La mayoría de las personas no se dan cuenta de que pensar en algo es invitar a que se manifieste la esencia de ese «algo». Por su-puesto, cuando tomaste la decisión de venir a este cuerpo, comprendías la naturaleza vibratoria de tu mundo y de este Universo, y estabas entusiasmado, porque creías en tu capacidad de concentrarte deliberadamente.

El conocimiento de la naturaleza vibratoria de tu Universo es reconfortante y estimulante: reconfortante, en el sentido de que sabes que no tienes nada que temer porque no puede venir nada que no hayas invitado, y estimulante, en el sentido de que sabes que puedes atraer todo lo que desees para disfrutar de su gozosa experiencia.

Cuando te das cuenta de que con tus vibraciones atraes a todas las cosas que llegan a tu vida y de que tienes el control de lo que sucede, tu mundo se abre a nuevos horizontes... No necesitas limitar tu experiencia con una postura de guardia o de protección, porque nada que no desees irrumpirá en tu experiencia. Eres el creador de tu propia experiencia, y nadie tiene poder sobre la misma. Eso es así para todos.

La poderosa Ley de Atracción universal

Del mismo modo que la ley de la gravedad responde sistemática-mente a toda la materia física de nuestro planeta, la Ley de Atracción responde sistemáticamente a todas las vibraciones. Toda proyección de pensamiento, tanto si enfocas el pasado, el presente o el futuro, es vibración y tiene poder de atracción. Cada pensamiento emite una señal, parecida a las ondas de radio, que la Ley de Atracción reconoce y con la que sintoniza. Esta poderosa y persistente Ley de Atracción (lo semejante atrae a lo semejante) ofrece resultados persistentes como respuesta a la vibración que emites. No existen respuestas incoherentes o arbitrarias que hagan que la Ley de Atracción sea incomprensible. Es consecuente, justa y siempre responde; es poderosa y la mejor amiga del Creador Deliberado. Tu comprensión consciente de la poderosa coherencia de la Ley de Atracción —y tu comprensión de su funcionamiento junto con la utilización consciente de tu Sistema de Guía Emocional— te sitúa en la ventajosa posición de crear una vida maravillosa y feliz.

Elegir deliberadamente tus objetos de atención y retinar las características de tu concentración utilizando tu Sistema de Guía Emocional, te convierte en un Creador Deliberado que realiza su intención para esta experiencia de vida física; puesto que de este modo permites que la perspectiva de tu Fuente esté presente en esta experiencia de Primera Línea mientras cabalgas sobre la gloriosa ola de llevar el pensamiento más allá de donde se encontraba hasta ahora.

Tu experiencia de la vida púnica y personal

Aunque sepas que otros tienen experiencias similares, tú eres una experiencia de vida única. En otras palabras, a medida que te desenvuelves en tu mundo interactuando con los componentes de tu realidad tiempo-espacio, experimentando la variedad y el contraste que te rodea, constantemente vas aclarando tus preferencias personales de manera automática. Y cuando permaneces en tu perspectiva de Primera Línea, tus preferencias y deseos únicos brotan de tu interior emitiendo señales vibratorias. Esas vibraciones, en virtud de la Ley de Atracción, atraen otras vibraciones homologas hacia sí, todo lo que eres —y todo lo que es tu Ser Interior o tu Fuente— experimenta la expansión de esa atracción.

La parte No-Física de ti se regocija con esta expansión innovadora, pues no existe un lugar más glorioso en toda la existencia que estar en esta Primera Línea experimentando por ti mismo esta nueva conciencia.

Escribimos este libro porque deseamos que experimentes por ti mismo el júbilo de esta innovadora perspectiva. Queremos que sientas la inmensa alegría de estar en la Primera Línea del pensamiento, que seas totalmente consciente de la velocidad de la vida que fluye a través de ti...

Las generaciones futuras se beneficiarán de los deseos que ahora emanan de ti y de su subsiguiente poder de atracción, pero nuestro deseo es que tú también recibas su beneficio. ¡Aquí mismo, ahora mismo!

7

Estás manifestando la Esencia de lo que piensas

Cuando empiezas a comprender la naturaleza vibratoria del pensamiento y el modo en que la Ley de Atracción responde a la misma, empiezas a darte cuenta de por qué eres el creador de tu propia realidad. Todo lo que llega a tu vida lo hace como respuesta a un enfoque previo en tus pensamientos, pero hasta que no comprendes la naturaleza vibratoria de los mismos y descubres un modo comparativo de reconocerla, no tienes el control deliberado sobre tu experiencia.

La creación deliberada es mucho más que elegir deliberadamente un objeto de atención y centrarte en el mismo. Durante un tiempo, es bueno elegir deliberadamente el objeto de tu atención, también has de sentir el contenido vibratorio de tu pensamiento a fin de controlar deliberadamente tu creación. Por ejemplo, puede que enfoques el tema de la abundancia económica. Pero este tema, al igual que todos los demás, encierra una gran variedad. En un extremo nos encontramos con el pensamiento de la presencia de la abundancia económica, mientras que en el otro está el pensamiento de la ausencia de abundancia económica. De modo que, siendo muy simplistas, todo tema se puede contemplar como dos temas: lo que se desea y la ausencia de lo que se desea.

Cada persona tiene una gama vibratoria distinta

Cuando decimos a nuestros amigos físicos: «Recibes lo que piensas», a veces se sienten confundidos, puesto que creen que han «estado pensando» en que querían conseguir más dinero, un cuerpo más saludable, una relación mejor o un trabajo más satisfactorio.

A veces nos dicen que habían estado pensando muy claramente en ganar más dinero, y que no entienden por qué (si lo que decimos es cierto) no se manifiesta ese dinero en su experiencia.

Pero el tema del dinero encierra una gama vibratoria variada. El asunto del dinero oscila desde la esplendorosa abundancia que siempre fluye, hasta la desesperada ausencia de la misma. El mero hecho de concentrarse en el tema o la idea del dinero no es más que el comienzo de un proceso necesario de concentrarse o de moldear la Energía Vibratoria que se requiere para atraer el dinero a tu experiencia.

Dirigir tu pensamiento al tema del dinero es una buena forma de dar el primer paso, pero luego es necesario comprender en qué punto de esta extensa gama de posibilidades vibratorias relativas al dinero te encuentras. ¿Hacia qué extremo de esta gama vibratoria te decantas? ¿Te acercas más a la espléndida abundancia, o estás más próximo a la ausencia desesperada de la misma? Cuando entiendes tus emociones puedes responder fácilmente a esta pregunta, pues-to que cuando eres consciente de las mismas entiendes el contenido vibratorio de tus pensamientos. El modo en que te sientes cuando te concentras en un pensamiento es lo que más importa. ¿Cómo sientes el pensamiento? Algunas personas empiezan a reconocer el hecho de que obtienes lo

que piensas. Pero nos gustaría aclarar esa afirmación diciendo: Obtienes lo que sientes respecto a lo que piensas. I

Entonces, ¿en qué lugar te encuentras de la resbaladiza escala de posibles vibraciones respecto al dinero? Quizá dices con frecuencia que quieres más dinero, pero si siempre estás decepcionado o incluso tienes miedo de no tener suficiente, tus vibraciones respecto al mismo no coincidirán con tu afirmación de deseo. Según sean las vibraciones que emitas, así será tu punto de atracción. Lo que en realidad sucede en tu experiencia respecto al tema del dinero es que siempre coincide con la esencia de las vibraciones que emanas.

Observar lo que se está manifestando o lo que te está sucediendo, puede darte una lectura exacta del lugar que ocupas en la Escala Vibratoria de posibilidades. Ser consciente de ello puede resultar tremendamente útil. Pero también es posible que seas consciente de la Escala Vibratoria antes de que se manifiesten las cosas en tu experiencia, y esa es una forma mucho más satisfactoria de abordar el control deliberado de la experiencia de tu vida.

Nunca es demasiado tarde para cambiar de trayectoria

Puedes ser consciente de tu punto de atracción después de su manifestación (después de que suceda) o antes de su manifestación (antes de que suceda). Como es natural, nosotros hacemos hincapié en que seas consciente en todo momento de la dirección hacia donde te diriges. Sería como ir en coche, con un destino concreto en tu mente, pero por el camino equivocado, en dirección contraria a tu destino, sin que te dieras cuenta de que te has equivocado de sentido hasta haber llegado al final. Siempre puedes corregir tu rumbo, pero cuanto antes te des cuenta de que te has salido del camino, más satisfactorio será el viaje.

La clave para la agradable creación deliberada es elegir intencionadamente los temas de tus pensamientos a la vez que prestas atención a cómo te sientes con cada uno de ellos, pues a menos de que seas consciente de tus sentimientos, no puedes saber dónde te encuentras en la resbaladiza escala vibratoria de posibilidades.

8

Cuando pides, siempre se te concede

Cuando tomaste la decisión de habitar este cuerpo físico en esta realidad tiempo-espacio, comprendías la abundancia ilimitada de este entorno. No sentías rivalidad alguna con quienes tenías que compartir este planeta, puesto que entendías correctamente que tu entorno puede expandirse en proporción a los deseos que nacen de estar expuesto al mismo. Te excitaba la idea de relacionarte con muchas personas y de experimentar un amplio espectro de intenciones, ideas, creencias y deseos. Entendías el valor de la inmensa variedad y de los contrastes, porque sabías que estimularían tu pensamiento; sabías que las preferencias o deseos sólo pueden surgir de la exposición al contraste. Entendías bien el valor de generar deseos, puesto que comprendías su poder invocador. Sabías que todo lo que pidieras se te concedería, todo sin excepción.

Veamos esto desde el punto de vista vibratorio: eres consciente de tu entorno, el cual estimula tus preferencias personales. Esas preferencias, tanto si las manifiestas en voz alta como si no, hacen que emitas una vibración (una petición), y la poderosa Ley de Atracción responde a tus vibraciones con otras vibraciones afines que coinciden con las tuyas.

Has lanzado un Cohete de Deseo, ¿pero...?

Parece bastante sencillo: el contraste genera deseo; todo deseo recibe una respuesta... De modo que si esto es correcto, quien quiera que desee algo ha de convertirse en el rápido receptor de ese deseo. Entonces, ¿cómo puede ser que desees tener más dinero o una mejor condición física y no lo consigas?

La respuesta a esta pregunta frecuente se encuentra en tu grado de conciencia de tu Resbaladiza Escala Vibratoria. Una situación intensa puede provocar el lanzamiento de un poderoso deseo. Y en el momento de ese lanzamiento, durante un breve período de tiempo estás en una vibración afín para conseguirlo. De hecho, suele ser un período tan breve de sintonización vibratoria que lo denominamos Cohete del Deseo. Pero si, con el paso del tiempo, has ido generando pensamientos que se han registrado en alguna otra parte de la Escala Vibratoria, es muy probable que hayas practicado un patrón o hábito de pensamiento que sea bastante distinto de lo que estás pidiendo en estos momentos.

Siempre que tienes un pensamiento, activas la vibración de ese pensamiento que está en tu interior. Cuando activas una vibración, atraes otros pensamientos afines, que hacen que te resulte cada vez más fácil seguir pensando en ese pensamiento. Cuando enfocas con frecuencia el pensamiento que has activado, éste se convierte en un pensamiento activado dominante o en una creencia. (Una creencia no es, en realidad, más que un pensamiento en el que te quedas pensando.) Por supuesto, la Ley de Atracción hace que te resulte más fácil pensar el pensamiento, porque centras tu atención en él, y la subsiguiente activación de su vibración provoca que la Ley de Atracción te traiga más pensamientos similares, y por ende, una mayor reconfirmación.

9

La Verdad es lo único en que debes centrarte

Ahora puedes comprender mejor que eres un Ser Vibratorio y que creas tu propia realidad. Además, ya estás empezando a entender que al centrarte en tus pensamientos creas tu propia realidad, porque tus pensamientos son vibraciones, y la Ley de Atracción responde a esas vibraciones. Por consiguiente, cada vez que te centras en una cosa — pasada, presente o futura—, inicias el proceso de creación.

Cuando tu atención se centra en algo que estás observando en el presente; en algo que estás considerando, reflexionando o recordando del pasado; en algo que estás explicando, imaginando o fantaseando, estás emitiendo una vibración... y la Ley de Atracción responde a la misma. Cada vez que vuelves a ese tema, aumenta el proceso de atraer otras vibraciones de la misma frecuencia, de modo que tu señal sobre ese tema se vuelve más fuerte.

Cuanto más te centras en un asunto, más activa es esa vibración y más atraes su vibración homóloga. Al final, en tu experiencia, empezarás a ver que las pruebas físicas se ajustan a lo que has estado sintiendo respecto a ese asunto.

Eres el Creador de tu propia Verdad

Cuando consideras una idea, activas una vibración, y la Ley de Atracción te ofrece otras ideas que tienen la misma frecuencia vibratoria. A la vez que continúas reflexionando sobre algo, te llegan más pensamientos que se ajustan a los tuyos; y a medida que prosigue la activación de esa idea, ésta se vuelve más fuerte y aumenta su poder de atracción. Con el tiempo, empezarán a ocurrirte cosas en tu experiencia de la vida que se ajustarán a esas ideas. En general, cuando llegas a ese punto, denominas la experiencia como táctica o verdadera. Y nadie podrá negar que sea fáctica o verdadera,

porque la evidencia física estará ante ti apoyándola. No obstante, en lugar de denominarla verdad o hecho, la denominamos creación; lo llamamos la respuesta natural del Universo a la vibración que has activado persistentemente... No vale la pena centrarse en cosas que no se desean (lo que provoca una activación de la vibración en tu interior) y a las que la Ley de Atracción responderá, creando, por consiguiente, una realidad que no desees.

Con frecuencia las personas alegarán que su razón para prestar su atención a ese tema es porque es cierto. Pero, aunque haya muchos temas que sean ciertos y que te gustaría experimentar personalmente, hay muchos otros que también lo son y que no te gustarían vivir.

No importa si es cierto o no, sino si quieres o no quieres experimentar su veracidad en tu experiencia. *¡Todo aquello en lo que te centras durante un periodo de tiempo lo bastante largo se hace realidad! ¡Es una ley!*

10

Ser consciente, la clave para la Creación Deliberada

Tu prosperidad se potenciará inmediatamente cuando entiendas y comiences a utilizar tu propio Sistema de Guía Emocional.

Mediante tu exposición continuada a la experiencia de la vida te ves estimulado a la atención constante, lo que significa que cada día y durante todo el día te estás concentrando en algo, y que ese enfoque provoca la activación de una vibración en tu interior. La mayoría de las personas no se dan cuenta de que son Seres Vibratorios que viven en un Universo Vibratorio, ni tampoco de que con sus vibraciones están atrayendo su propia realidad. Por lo tanto, la mayoría de las personas hacen poco o ningún esfuerzo para enfocar deliberadamente sus pensamientos.

En este trepidante entorno, con tantas cosas a tener en cuenta, supondría una tarea hercúlea ser consciente de todos los pensamientos. De hecho, la criba y la selección de estos datos no es posible. Afortunadamente, no tienes que seleccionar la pléthora de pensamientos que se mueven a través de ti, pues la Ley de Atracción tiende de forma natural a realizar ese proceso de selección.

Todo en el Universo es Conciencia. Y toda Conciencia es Vibración o Energía. Y toda Conciencia tiene la capacidad de concentrarse (hasta una ameba unicelular). Toda Conciencia tiene una experiencia, y toda Conciencia tiene su percepción personal de la misma, y así nacen las preferencias de esa percepción personal.

La exposición al contraste y a la variedad de la vida propicia la emanación continuada de preferencias personales desde todos los puntos de Conciencia. Cuando la exposición a tus experiencias consigue que una preferencia personal (o deseo) vea la luz, emana de ti una vibración (un cohete de deseo), y tu Ser Interior, tu Fuente, Todo-Lo-Que-Es empieza a responder inmediatamente a esa petición. En otras palabras, cuando pides (desde cualquier nivel de tu Ser), siempre recibes.

¿Puedes ajustar tus vibraciones actuales a las de tus nuevos deseos?

Cuando esa parte No-Física de ti recibe tu petición, se entusiasma con tu cohete de deseo y centra su atención unidireccional hacia el deseo que acabas de concebir. En otras palabras, tu Ser Interior se convierte al instante en un homólogo vibratorio de tu nuevo deseo, y por consiguiente recibe de inmediato el beneficio del lanzamiento de tu deseo vanguardista. Tú, sin embargo, desde tu perspectiva física, generalmente no eres

el homólogo vibratorio perfecto para tu nuevo deseo, pues éste ha surgido del contraste, y por lo tanto todavía tienes una mezcla de vibraciones respecto al mismo.

En el momento en que se lanza el nuevo deseo o preferencia, se produce una discrepancia en la vibración de tu Ser Interior o Fuente (que inmediatamente sintoniza con tu nuevo deseo) y tu perspectiva física personal (que todavía mantiene una mezcla de vibraciones). Ahora tu trabajo consiste en activar en tu interior la vibración sólo de esos aspectos que se ajustan a tu nuevo deseo. Ahí es donde entra en acción tu Sistema de Guía Emocional, pues-to que tus emociones son indicadores de la sintonización o discordancia vibratoria.

Por ejemplo, estás conversando con una persona que está muy ocupada y que en realidad no quiere dedicar su tiempo a hablar contigo. Esta persona se comporta contigo de una manera cortante, incluso grosera. Esta experiencia hace que emane una preferencia por tu parte. Y aunque no puedas o no le pongas palabras, el hecho es que prefieres ser tratado con más respeto. Entonces irradia de ti una nueva preferencia, y tu Ser Interior inmediatamente sintoniza con la idea de ser tratado con más respeto. Sin embargo, tú todavía no has encontrado la sintonización. Todavía recuerdas la actitud de esa persona, sus palabras y acciones groseras. Tus vibraciones son una mezcla de cómo quieres ser tratado y cómo acabas de serlo. No te has ajustado a tu nuevo deseo, aunque tu Ser Interior sí lo ha hecho.

Si eres consciente de cómo te sientes, puedes notar la discordia entre la vibración de tu Ser Interior y tu vibración en este momento. De hecho, eso es lo que siempre indican tus vibraciones: Una emoción de sentirse bien indica una sintonización vibratoria entre la perspectiva de tu Ser Interior y tú. Una emoción de sentirse mal indica una discordancia vibratoria entre tu Ser Interior y tú.

Otro ejemplo: al revisar tu correspondencia, descubres que te reclaman el pago de varios recibos, y cuando los sumas, te das cuenta de que no tienes suficiente dinero para pagar todo lo que debes en ese momento. Entonces emana de ti el deseo de conseguir dinero, tu Ser Interior se centra inmediatamente en la idea de tener más ingresos y se deleita en ella. Sin embargo, sigues revisando tu montón de facturas enfrentándote a la realidad del momento. «Tengo más facturas pendientes que dinero para pagarlas», piensas, lamentándote. No has sintonizado con tu nuevo deseo, y la emoción negativa que sientes (preocupación, ira, frustración) indica tu discordancia con tu Fuente.

No hay deseo, sea cual sea, que pueda manifestarse en tu experiencia siempre que exista una diferencia vibratoria entre tu deseo y la vibración que has emitido. Has de practicar la sintonización vibratoria con tus deseos antes de que éstos puedan realizarse en tu experiencia.

Esta es la razón por la que nos referimos a tus emociones como tu Sistema de Guía Emocional, puesto que éstas te ayudan a reconocer la relación entre la vibración de tu deseo y la que estás emitiendo. No es necesario considerar otros factores en el proceso de conseguir algo que desees: lo que piensen los demás, lo que han vivido, lo que están viviendo, lo que tú has vivido en el pasado y lo que vives ahora, nada de eso tiene ningún efecto en tu capacidad de conseguir el objeto de tus deseos. Sólo importa la relatividad vibratoria entre tu deseo y tú.

11

Relatividad vibratoria y Equilibrio de Energía

La relación vibratoria entre tú y tu Fuente es la esencia de tu Sistema de Guía Emocional. Tu sistema de guía, al igual que todas las guías, se basa en algo con relación a otra cosa.

Pongamos por ejemplo el navegador GPS de tu vehículo. Aunque tiene la capacidad de señalarte tu localización exacta, no te sirve de nada hasta que programas tu destino deseado. Cuando el navegador tiene esa información, puede empezar a calcular una ruta desde el lugar donde te encuentras hasta donde deseas ir. Del mismo modo, la relación entre tu peso actual y el deseado es la base de la guía emocional que recibes. La relación entre tu actual situación económica y la cantidad de dinero en efectivo que te gustaría tener en tu cuenta bancaria es la base de la guía emocional que recibes.

La relación entre donde te encuentras ahora y el lugar hacia donde te diriges es la base de tu sistema de guía personal. Aunque no dispongas de un sistema de navegación electrónico, entiendes la relatividad entre donde estás y adonde quieres ir, y sin esa información no puedes avanzar con ninguna claridad en tu viaje... Simplemente te moverás de un sitio a otro. La Relatividad Vibratoria existe en todos los temas: en los muy importantes, en los menos importantes, en los que se repiten muchas veces al día y en aquellos en los que piensas sólo de vez en cuando. En todas las cosas dispones de una ayuda útil y precisa, puesto que no existe ningún asunto en tu vida que esté exento de Relatividad Vibratoria.

¿Cuál es el mejor camino hacia tus destinos deliberados?

Si has utilizado alguna vez un GPS en un vehículo, sabrás lo que es programar un destino y luego, por alguna razón, desviarte de la ruta. Puede que algo haya llamado tu atención por el camino, por lo que has hecho un giro inesperado... Al momento, tu GPS empieza a indicarte que te has desviado de la ruta. Aunque le expliques tus razones, seguirá diciéndote que te has desviado de la ruta, porque en lo que respecta a tu navegador, te has desviado del camino. Por supuesto, puedes reprogramar el sistema para que se ajuste a tu nueva decisión, y tu sistema de guía se reorganizará y trazará una nueva ruta, pero mientras mantengas la intención específica del lugar hacia donde quieres ir y sigas avanzando en dirección contraria, seguirá sonando la alarma.

Ahora podrías decir: «Pero, Abraham, sin duda hay más de un camino para llegar a mi destino». Estamos de acuerdo contigo: hay muchos caminos, muchas vías satisfactorias que te conducirán a tu destino deseado. De hecho, la dicha de la vida se encuentra en el camino. Sin embargo, el GPS de tu coche está considerando la información dentro de su sistema único. Ha establecido dónde te encuentras, y dentro de su sistema de información hay muchas rutas posibles. De modo que considerando todos esos factores, tu navegador te indica la mejor ruta que puede ofrecerte. Dicho de otro modo, no puede tomar decisiones u ofrecer una guía que se aparte de la información que contiene su sistema.

Posees un Sistema de Guía Emocional personal

Tu Sistema de Guía Emocional personal actúa de forma similar a un sistema de navegación electrónico. No puedes recibir información fuera de las rutas (o creencias) que contiene el sistema. Tu Sistema de Guía Emocional se basa sólo en vibraciones activas (creencias) y en su relación con su destino deseado. (Recuerda, una creencia, en realidad, no es más que un pensamiento en el que continúas pensando.)

Tus emociones son los indicadores de la relación vibratoria entre las vibraciones activas que hay en tu interior. Has venido a este cuerpo físico como una extensión de la Fuente de Energía, y la vibración de tu Fuente siempre es una vibración activa dentro de ti. Mientras exploras la variedad y el contraste de la experiencia de tu vida, emites las vibraciones de las preferencias naturales respecto al modo en que te gustaría que fueran las cosas en forma de señales vibratorias (parecidas a las señales electrónicas). Literalmente, estás lanzando dichas señales hacia tu experiencia futura.

Siempre que una preferencia o deseo nace en tu interior a raíz de algo que estás viviendo, esa señal vibratoria lanza un cohete de deseo y comienza a amasar poder y claridad en tu futuro vibratorio, en lo que cariñosamente llamamos tu depósito vibratorio. Está reservado especialmente para ti. Nadie puede entrar en él y arrebatártelo, privándote de tu propia creación. Permanece allí, pulsátil —cobrando fuerza, impulso y aclarándose— mientras tú prosigues corrigiendo tus deseos a la vez que procesas más experiencias distintas. El contraste en el que estás centrado te proporciona una base maravillosa para que lances tus deseos únicos, puesto que cuando estás experimentando algo que no te gusta, siempre comprendes mejor lo que realmente deseas.

Tu Fuente se une inmediatamente a cada uno de tus deseos

Cuando te centras en esta realidad tiempo-espacio, contemplando la vida desde tu perspectiva única, constantemente estás emitiendo señales nuevas para que mejore la experiencia de tu vida. En el momento en que tus cohetes de deseo emanan de ti, tu Fuente de Energía se une a ellos. De hecho, sin duda, esa es la razón por la que seguimos afirmando inequívocamente que cuando pides, siempre se te concede, puesto que la Fuente de Energía reconoce tu deseo, está de acuerdo con él, lo conoce y fluye con el mismo... El poder de tu Fuente se une inmediatamente con tu deseo. Y entonces, la relatividad vibratoria entre tu recién lanzado deseo —que se ha unido con la Energía de la Fuente— y tus pensamientos habituales del momento o creencias sobre el mismo tema, se vuelven evidentes. Literalmente puedes sentir el acuerdo o la falta del mismo entre las frecuencias de estas energías.

Si sacas tus facturas pendientes del buzón y te das cuenta de que no tienes suficiente dinero para pagarlas todas, emitirás el deseo de conseguir dinero hacia tu futuro vibratorio. Y en el momento de ese lanzamiento, la Fuente de Energía fluirá con tu cohete de deseo. Si continúas angustiado por la falta de dinero en tu cuenta bancaria para pagar esas facturas, tu vibración será muy distinta a la de tu deseo, y la emoción de preocupación o miedo será el indicador de tu discordia vibratoria.

Si algún ser querido te ha tratado mal, se disparará un cohete de deseo de ser tratado mejor, tu Fuente estará de acuerdo y responderá a tu petición... Tu Fuente forma literalmente un vínculo vibratorio con tu petición o deseo y éste se concede al momento. La Fuente fluye con tu deseo y lo ve tal como lo has pedido, pero si continúas recordando o centrándote en la experiencia dolorosa, te apartas de las vibraciones de tu propia petición; hay una discordia vibratoria entre la vibración de tu deseo y la que estás emitiendo cuando te centras en el maltrato.

Si la vibración de lo-que-es es la que domina en tu interior respecto al tema de tu relación, ésta no podrá mejorar. El sufrimiento emocional que sientes es tu indicador de que la relatividad vibratoria entre el lugar donde te encuentras ahora y tu deseo debe mejorar. Si quieres recibir el beneficio de tu petición, has de hallar un modo de emitir una vibración que se ajuste a tu deseo y a tu Fuente.

12

Encuentra la sintonización con tu Fuente de Energía

Cuando te centras en el interior de tu cuerpo físico, eres una extensión de la Fuente de Energía No-Física. Tu Yo Eterno se centra aquí en este cuerpo físico. El Ser gozoso y de mente clara que es la Totalidad de todo lo que eres, fluye hacia tí y a través de tí en este cuerpo (pero tu Ser Interior o Fuente no piensa por tí). No eres una marioneta

saludando en nombre de ese Ser más Grande. Eres un creador plenamente consciente que expresa sus deseos únicos en esta realidad física del tiempo-espacio. Eres libre de elegir el rumbo de tus propios pensamientos.

De este modo, tu Sistema de Guía Emocional existe para ayudarte a determinar, en cada momento, la relación entre la vibración de aquello en lo que te estás concentrando ahora y la perspectiva de tu Ser Interior.

Te has centrado en tu cuerpo físico, has interactuado con otras personas, has vivido los detalles de la experiencia de tu vida y te has encontrado con muchos contrastes que han provocado que lanzaras muchos cohetes de deseo. Podrías decir que esos deseos están esperando en alguna parte de tu experiencia futura para que puedas realizarlos. Nosotros preferimos decir que están retenidos y que están siendo atendidos por tu Fuente de Energía en una especie de depósito vibratorio. Son tu creación, te pertenecen, y simplemente están esperando a que sintonices con sus vibraciones. Ahora has de sentir cómo sintonizar. Tu Sistema de Guía Emocional (tus sentimientos) es tu indicador constante de la sintonización vibratoria entre tus vibraciones activas o dominantes (creencias) y los deseos que has lanzado y que esperan realizarse o manifestarse en la experiencia de tu vida.

Cuando te concentras en el objeto de tu deseo, puedes notar armonía o discordia: cuanto mejor te sientes, más sintonizado estás con tu deseo. Cuanto peor te sientes, menos sintonizado estás.

El aumento de la atención fomenta la intensidad emocional

Cuando el objeto de tu deseo se activa en tu interior gracias a la atención que le prestas, puedes sentir dónde te encuentras en la resbaladiza escala de vibraciones. Puedes notar si te inclinas hacia la abundancia de tu deseo o hacia la falta de abundancia de ese deseo. Tus emociones indican tus creencias actuales respecto a tu deseo actual.

Si la experiencia de tu vida ha propiciado que lanzaras muchos cohetes de deseo respecto a un tema, la mente de Energía está fluyendo con mayor fuerza hacia ese deseo en particular. Si ese es el caso, las emociones que sientes serán más fuertes respecto a ese tema. Cuanta más atención prestas, más responde la Ley de Atracción, más rápida se mueve la Energía, y puedes reconocer la sensación de la Energía precipitándose a través de esas emociones que describes como entusiasmo, pasión, exuberancia o júbilo.

Pero, ¿qué está sucediendo cuando notas las emociones negativas y más fuertes de la ira, el odio o el miedo? Esas potentes emociones, sin duda, también indican que la Energía se mueve con rapidez. (En otras palabras, tu experiencia de contraste ha provocado que lanzaras poderosos cohetes de deseo, y la Fuente de Energía está fluyendo hacia ellos.) Sin embargo, las emociones negativas que estás sintiendo se deben a la relatividad vibratoria entre tu deseo activo (que tiene toda la atención de tu Fuente) y tu vibración activa del momento (donde se centra ahora tu atención).

¿Te estás centrando en lo que quieres?

Tu Sistema de Guía Emocional te está informando basándose en dos factores importantes: uno, el poder de tu deseo (o la velocidad vibratoria de tu deseo) provocado por la cantidad de experiencias contrastantes y el número de cohetes de deseo que has lanzado, y dos, la dirección de tu enfoque en este momento. En otras palabras, tu Sistema de Guía Emocional te está ofreciendo una guía poderosa y exacta respecto a la relación vibratoria entre dónde te encuentras ahora y hacia dónde te diriges.

Si la experiencia de tu vida ha provocado que llegaras al punto donde quieres algo realmente, y en un momento dado te centras en lo opuesto a ese deseo, sentirás una fuerte emoción negativa. Pero si tu deseo es fuerte y tus pensamientos actuales están

sintonizados con sus vibraciones, sientes una fuerte emoción positiva. Tus emociones son indicadores precisos de la relatividad vibratoria entre lo que quieres ser y el punto en el que te encuentras ahora, y tu Sistema de Guía Emocional es exacto y siempre está a tu disposición. En realidad, es un sistema totalmente fiable.

13

La relatividad vibratoria respecto a mi cuerpo físico

A continuación exponemos algunos ejemplos de la relatividad vibratoria entre los deseos y creencias comunes que observamos en muchas personas respecto a sus cuerpos. En primer lugar, expondremos el deseo común que tienen respecto a sus hogares, y luego una lista de creencias comunes. A continuación, entre corchetes, tras esas creencias, indicaremos el grado de compatibilidad vibratoria entre los deseos y las creencias.

Para que puedas realizar cualquier deseo, o antes de que algo se pueda manifestar en tu experiencia vital, debe haber una compatibilidad vibratoria entre tus deseos y tus creencias.

A medida que leas cada uno de los temas de esta lista, observa si se debilita tu resistencia, o si mejora tu relación vibratoria entre el deseo que estás afirmando y la creencia que comúnmente le asocias.

Deseo: Quiero vivir una vida larga y saludable en este cuerpo.

Creencia: No es probable vivir una vida larga y saludable porque existen muchas enfermedades mortales en mi historial familiar. [Esta creencia es incompatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: He nacido en unos tiempos muy distintos a los de mis padres, a los de mis abuelos y bisabuelos. [Esta creencia es más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Hoy tengo mayor acceso a la alimentación y a la información, lo que me ayuda a mantener una buena salud. [Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Deseo: Quiero vivir una vida larga y saludable en este cuerpo.

Creencia: Mis padres no gozaban de muy buena salud. [Esta creencia es incompatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Mis padres y yo hemos vivido vidas muy diferentes. Nuestros entornos son distintos, no comemos lo mismo, y nuestra visión de nosotros mismos es diferente. [Esta creencia es más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: No existe relación alguna entre la salud de mis padres y la mía. [Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Deseo: Quiero vivir una vida larga y saludable en este cuerpo.

Creencia: En nuestra sociedad actual hay muchas enfermedades. [Esta creencia es incompatible con las vibraciones del deseo ex-presado.]

Creencia: He estado rodeado de muchas enfermedades y de la posibilidad de contraerlas durante mucho tiempo, pero no las he contraído. [Esta creencia es más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: La existencia de una enfermedad no significa que yo vaya a contraerla. [Esta creencia es algo más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Mi cuerpo, que es inteligente, a menudo ha entrado en contacto con enfermedades a las que ha hecho frente sin problemas aunque yo no fuera consciente de ello. [Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Deseo: Quiero vivir una vida larga y saludable en este cuerpo.

Creencia: Aunque se están descubriendo nuevas curas para algunas enfermedades, siempre salen otras nuevas. [Esta creencia es incompatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: La media de buena salud física sigue aumentando en todo el mundo. [Esta creencia es más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Las enfermedades que medran en la ausencia de sintonización vibratoria no pueden afectar a alguien que está sintonizado con sus vibraciones. [Esta creencia es algo más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: La resistencia de otras personas a su Bienestar no tiene nada que ver conmigo y mi Bienestar. [Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Deseo: Quiero vivir una vida larga y saludable en este cuerpo.

Creencia: La mayoría de las personas terminan experimentando un declive físico. [Esta creencia es incompatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia. Cada persona experimenta un grado de declive físico diferente. No necesariamente hemos de enfermarnos al final de nuestra vida física. [Esta creencia es más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: La longevidad en este cuerpo físico y el declive no tienen por qué estar relacionados. [Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo ex-presado.]

Deseo: Quiero vivir una vida larga y saludable en este cuerpo.

Creencia: A medida que envejezco en este cuerpo físico, es inevitable que disminuyan mi fuerza y mi resistencia. [Esta creencia es incompatible con las vibraciones del deseo expresado)

Creencia: Cuando observo a personas que están Padeciendo un deterioro físico, no conozco los detalles de la experiencia de su vida. (Esta creencia es más compatible con las vibraciones del deseo expresado)

Creencia: Hay personas fuertes y débiles a todas las edades, la edad no es un factor determinante. [Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo Expresado)

Deseo: Quiero consentir y conservar un peso corporal saludable y que resulte atractivo.

Creencia: Es muy difícil mantener el peso ideal que deseo sin hacer ejercicios agotadores cada día y sin privarme de las cosas que quiero comer. [Esta creencia es incompatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Cuando observo a los demás, veo que hay una gran variedad en su nivel de actividad y en el consumo de comida, lo que provoca una gran variedad de resultados. [Esta creencia es más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Podré encontrar un estilo de vida que me resulte cómodo y que me ofrezca los resultados que deseo. [Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Deseo: Quiero ser ágil y flexible.

Quiero que mi cuerpo se mueva con facilidad y sentirme bien cuando lo haga.

Creencia: A medida que me hago mayor, me noto más rígido, frágil y menos flexible. [Esta creencia es incompatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Hay muchas personas mayores que se sienten bien y que son flexibles, y también hay muchas personas jóvenes que no se encuentran bien y no tienen flexibilidad. La edad no es un factor determinante. [Esta creencia es más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Observo que cuando decido mover mi cuerpo deliberadamente cada día, mejora mi condición física ¡en cualquier momento y todas las veces! [Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo ex-presado.]

Deseo: Quiero claridad de pensamiento.

Quiero aprender fácilmente y retener lo que he aprendido.

Creencia: Muchas veces estoy confundido y no retengo las cosas que leo o aprendo. [Esta creencia es incompatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: He observado que mi memoria es buena cuando estoy tratando un tema que me interesa. [Esta creencia es más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Cuando quiero claridad y cuando me centro deliberadamente, tengo la mente clara. [Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo expresado]

Deseo: Quiero claridad mental. Quiero recordar dónde he puesto las cosas.

Creencia: No puedo recordar dónde pongo las cosas. [Esta creencia es incompatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Aunque a veces no recuerdo dónde he puesto algo, al final siempre lo encuentro. [Esta creencia es más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Si tomo una decisión sobre el mejor lugar para guardar algo y pienso en la razón por la que considero que es un buen sitio, recuerdo fácilmente que lo he puesto allí. [Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

No cabe duda de que has llegado a muchas opiniones y creencias sobre muchas cosas. Puede que hayas visto algunas de las tuyas reflejadas en los ejemplos que acabas de leer. Pero la pregunta más importante que has de plantearte es: ¿es esta creencia compatible con mi deseo? Porque si no lo es, no podrás conseguirlo. Intenta decir o pensar algo que te haga sentirte mejor, que sea más compatible con tu deseo. Si sigues probando, encontrarás algo que te haga sentirte mejor. Cuando practicas sentirte mejor y sigues buscando mejores pensamientos, conduces tu vibración (y tu punto de atracción) a un punto donde sólo pueden sucederte cosas buenas.

Algunas de tus creencias te benefician y otras no. Ser consciente de la relatividad vibratoria entre tu deseo activo y tus creencias activas te ayudará a salir adelante. Descubrirás que no te costará encontrar y activar creencias que armonicen con tus deseos, y cuando lo hagas, tus deseos deliberados serán tu realidad manifestada.

14

La relatividad vibratoria respecto a mi hogar

A continuación exponemos algunos ejemplos de la relatividad vibratoria entre los deseos y las creencias comunes que vemos en muchas personas respecto a sus hogares. En primer lugar, expondremos el deseo común que tienen respecto a sus hogares, y luego una lista de creencias comunes. A continuación, entre corchetes, después de las creencias, indicaremos el grado de compatibilidad vibratoria entre los deseos y las creencias.

INTENTAR ES CONSEGUIR –PIDE Y SE TE DARÁ-Esther y Jerry Hicks - 35 - 150

Para que puedas realizar cualquier deseo, o antes de que algo se pueda manifestar en tu experiencia vital, debe existir una compatibilidad vibratoria entre tus deseos y tus creencias.

A medida que leas cada uno de los temas de esta lista, observa si se debilita tu resistencia, o si mejora tu relación vibratoria entre el deseo que estás afirmando y la creencia que comúnmente le asocias.

Deseo: Quiero comprarme una casa fabulosa.

Creencia: No puedo permitirme el tipo de casa en la que quiero vivir. [Esta creencia es incompatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Hay algunas diferencias de precio en casas de esa categoría. [Esta creencia es más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Cuando se dan circunstancias propicias, es posible encontrar tesoros ocultos en el mercado inmobiliario. [Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Deseo: Quiero controlar mi entorno personal.

Creencia: Aunque haya normas en mi barrio, no se obliga a cumplirlas. Mis vecinos hacen lo que les da la gana, sin tener ninguna consideración hacia mí. [Esta creencia es incompatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: La mayoría de mis vecinos también quieren un barrio agradable para ellos. [Esta creencia es más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: En general, las cosas van bastante bien en mi barrio. [Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Deseo: Quiero que mi hogar sea un lugar seguro.

Creencia: Cualquiera tiene acceso a este barrio, no hay modo de proteger mi propiedad. [Esta creencia es incompatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Cuando piensen todas las casas y propiedades que existen, me doy cuenta de que no es tan fácil que irruman en mi casa. [Esta creencia es más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Mi propiedad no está marcada por una intención negativa. Todo está bien en mi hogar. [Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Deseo: Quiero que mi hogar cuente con los avances modernos para mi descanso y comodidad.

Creencia: Se pueden comprar muchas cosas que hacen la vida más fácil y cómoda, pero son muy caras. [Esta creencia es incompatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Los aparatos y electrodomésticos que hacen más cómoda la vida son

asequibles y puedo comprarlos. [Esta creencia es más compatible con las vibraciones del deseo ex-presado.]

Creencia: Puedo hacer muchas cosas sobre las que tengo el control completo, que aportan comodidad a mi hogar. [Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Deseo: Quiero comprar una casa.

Creencia: Para comprar una casa he de dar una entrada importan-te y ahora gasto todo lo que gano. [Esta creencia es incompatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: En estos momentos, la economía funciona de tal modo que casi cualquiera (si realmente lo desea) puede comprarse una casa. [Esta creencia es más compatible con las vi-braciones del deseo expresado.]

Creencia: Sé que cuando finalmente decida que voy a comprar una casa, hallaré la forma de conseguirlo. [Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Deseo: Quiero encontrar una casa que me satisfaga para el resto de mis días.

Creencia: Aunque exista en alguna parte ese lugar perfecto, no sé cómo encontrarlo, si estará disponible o si podré comprarlo. [Esta creencia es incompatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: La experiencia me ha demostrado que soy un ser I cambiante y que mis gustos y deseos respecto a todas las cosas también cambian. [Esta creencia es más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: No es necesario encontrar una casa que me guste para siempre. Buscaré una que me guste para el momento presente y posteriormente tomaré otra decisión. [Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Algunas personas dicen que el mero hecho de intentar alcanzar algo un poco mejor no parece que pueda tener mucha repercusión para cambiar nada. «¿Qué bien puede hacer expresarlo con palabras distintas? ¿No es acaso una forma de negación? Me han enseñado que he de decirlo de este modo y que he de enfrentarme a la realidad.»

Queremos que entiendas que este proceso te ayudará a crear una realidad diferente y más placentera. Si continúas viendo las cosas tal como son y hablas de ellas tal como son, no va a cambiar nada. No puedes verlas al instante de forma totalmente distinta, pero sí puedes moldear con facilidad tu visión hacia lugares donde te sientas cada vez mejor en cada asunto importante. A medida que haces esos cambios vibratorios y sientes los avances emocionales, la discrepancia vibratoria entre tus deseos y tus creencias desaparecerá; estarás perfectamente alineado con lo que deseas y lo que se manifieste en tu vida reflejará todos esos cambios.

¿Por qué querrías aceptar o «enfrentarte a una realidad» que no fuera placentera

cuando puedes crear una que si lo es?

15

La relatividad vibratoria respecto a mi trabajo

A continuación citamos algunos ejemplos de relatividad vibratoria entre los deseos comunes y las creencias que vemos en las personas respecto a su trabajo, ocupación o empleo. Primero mencionaremos un deseo común que suelen tener respecto a su trabajo, y luego una lista de creencias comunes. A continuación, entre corchetes, después de las creencias indicaremos el grado de compatibilidad vibratoria.

Para que puedas realizar cualquier deseo, o antes de que algo se pueda manifestar en la experiencia de tu vida, debe existir una compatibilidad vibratoria entre tus deseos y tus creencias.

A medida que leas cada uno de los temas de esta lista, observa si se debilita tu resistencia, o si mejora tu relación vibratoria entre el deseo que estás afirmando y la creencia que comúnmente le asocias.

Deseo: Quiero un trabajo más satisfactorio.

Creencia: Esto es lo que me han enseñado a hacer, pero estoy cansado de hacer siempre lo mismo. [Esta creencia es incompatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: AL principio mi trabajo era más interesante, cuando era nuevo para mí. [Esta creencia es más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Igual que aprendí a hacer este trabajo, puedo aprender muchas otras cosas nuevas. [Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo expresado)

Deseo: Quiero un trabajo mejor remunerado.

Creencia: No puedo ganar más dinero haciendo esto, porque esto es lo que se gana con este trabajo. [Esta creencia es incompatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Hay empresas que pagan mejor que otras, y hay muchas otras aparte de la empresa para la que estoy trabajando. (Esta creencia es más compatible con las vibraciones del deseo expresado)

Creencia: Puedo encontrar otra empresa que valore más lo que yo puedo ofrecer. [Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo expresado.)

Deseo: Quiero un entorno laboral más agradable.

Creencia: Este entorno laboral es odioso. [Esta creencia es incompatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Si pongo en práctica algunas buenas ideas y un poco de buena voluntad,

puedo mejorar mi entorno laboral de inmediato. [Esta creencia es más compatible con las vibraciones del deseo expresado).

Creencia: Visualízate la puesta en práctica de buenas ideas y con la determinación de ver las cosas distintas, este lugar no estará tan mal. [Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Deseo: Quiero trabajar con personas agradables.

Creencia: No tengo control personal sobre las personas que trabajan aquí, y la persona con la que comparto despacho es muy desagradable. [Esta creencia es incompatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Veo una gran variedad de personalidades en mi puesto de trabajo. [Esta creencia es más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Me gusta mucho esa chica tan simpática que contesta al teléfono. [Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Deseo: Quiero un trabajo que estimule mi crecimiento personal.

Creencia: Me siento estancado en mi trabajo porque no hay oportunidades para mejorar. [Esta creencia es incompatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Posiblemente haya oportunidades para mejorar que he pasado por alto. [Esta creencia es más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: El trabajo que busco debe estar en alguna parte, lo reconoceré en cuanto lo vea. [Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Deseo: Quiero ser libre.

Creencia: No tengo libertad en mi trabajo, tengo la sensación de pasarme la vida en él. [Esta creencia es incompatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Mi trabajo es variado, y en parte es agradable. [Esta creencia es más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: He elegido estar aquí y puedo elegir marcharme cuando lo desee. [Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Cuando te relacionas con otras personas, a veces te resulta más difícil elegir tus pensamientos. Parece muy natural observar las circunstancias que te rodean y luego tener una reacción visceral a las mismas. Pero cuando descubres tu habilidad para tamizar esas experiencias y elegir deliberadamente perspectivas que te hagan sentirte mejor, empiezas a comprender que eres invencible en el plano creativo. Con el tiempo, podrás ver la conexión con tus propios deseos, pase lo que pase a tu alrededor. Cuando aprendas a ejercer tú sientas bien.

16

La relatividad vibratoria respecto a mis relaciones

A continuación citamos algunos ejemplos de relatividad vibratoria entre los deseos comunes y las creencias que vemos en las personas respecto a sus relaciones. Primero mencionaremos un deseo común que suelen tener respecto a sus relaciones, y luego una lista de creencias comunes. A continuación, entre corchetes, después de las creencias, indicaremos el grado de compatibilidad vibratoria.

Para que puedas realizar cualquier deseo, o antes de que algo se pueda manifestar en la experiencia de tu vida, debe existir una compatibilidad vibratoria entre tus deseos y tus creencias.

A medida que leas cada uno de los temas de esta lista, observa si se debilita tu resistencia, o si mejora tu relación vibratoria entre el deseo que estás afirmando y la creencia que comúnmente le asocias.

Deseo: Quiero encontrar a mi pareja perfecta.

Creencia: Hace mucho tiempo que la busco. Todas las personas estupendas que he conocido ya tenían pareja. [Esta creencia es in-compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Acabo de decidir que estoy realmente preparado para encontrar una pareja. Me alegro de que ésta no apareciera antes de estar preparado. [Esta creencia es más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Cuando decido algo, siempre me sale bien. [Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Deseo: Quiero mejorar mi relación con mi pareja.

Creencia: Todo lo que hago parece enfurecer a mi pareja [Esta creencia es incompatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Al principio nuestra relación era estupenda. [Esta creencia es más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Me encantaría volver a ese antiguo sentimiento de amarnos mutuamente. [Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Deseo: Quiero mejorar mi relación con mis padres.

Creencia: Aunque hace años que soy adulto, mi madre todavía piensa que ha de decirme lo que he de hacer. [Esta creencia es incompatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: El interés que mi padre siente por mí procede de un sentimiento genuino de que yo tenga una buena vida. [Esta creencia es más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Mi madre en realidad quiere lo mejor para mí, aunque lo que diga y haga tenga poco o ningún efecto sobre mi vida. [Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Deseo: Quiero mejorar mi relación con mis hijos.

Creencia: Mi hija se cree que yo soy el medio a través del cual conseguirá todo lo que desea. [Esta creencia es incompatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Cuando tenía la edad de mi hijo, veía la vida de un modo muy distinto a como la veo ahora, pero no tanto como él la ve en estos momentos, al menos eso creo. [Esta creencia es más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Los dos estamos cambiando continuamente, y eso es bueno. [Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Deseo: Quiero mejorar la relación con mi jefe.

Creencia: Mi jefe no parece ser consciente de lo que valgo. [Esta creencia es incompatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Quiero hacer que las cosas sean muy diferentes en el trabajo. [Esta creencia es más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Me siento bien con el trabajo que realizo independientemente de que los demás lo valoren o no. [Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Deseo: Quiero llevarme bien con la gente.

Creencia: La gente no me entiende. Soy como un pez fuera del agua. [Esta creencia es incompatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Hay mucha gente diferente. Con algunas personas no me llevo bien. [Esta creencia es más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Tengo una buena relación con esa persona. [Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Cuando empieces a entrenar deliberadamente tu perspectiva hacia esos sentimientos de bienestar, nosotros siempre aconsejamos empezar por algo fácil. En otras palabras, no te concentres en tu relación más conflictiva ni utilices la que hayas escogido para probar tus avances en la relatividad vibratoria, dónde estás y dónde quieres estar. Cuando te hayas demostrado que puedes hallar fácilmente mejores perspectivas en la mayoría de los temas, entonces podrás concentrarte en situaciones más difíciles. Con

el tiempo, descubrirás que tienes un control absoluto sobre tus sentimientos, sobre tu enfoque, sobre tu punto de atracción y sobre todas las experiencias que se presentan en tu vida.

17

La relatividad vibratoria respecto a mi abundancia económica

A continuación citamos algunos ejemplos de relatividad vibratoria entre los deseos comunes y las creencias que vemos en las personas respecto a su abundancia económica. Primero mencionaremos el deseo común que suelen tener en cuanto a su economía, y luego una lista de creencias comunes. A continuación, entre corchetes, después de las creencias, indicaremos el grado de compatibilidad vibratoria.

Para que puedas realizar cualquier deseo, o antes de que algo se pueda manifestar en la experiencia de tu vida, debe existir una compatibilidad vibratoria entre tus deseos y tus creencias.

A medida que leas cada uno de los temas de esta lista, observa si se afloja tu resistencia, o si mejora tu relación vibratoria entre el deseo que estás afirmando y la creencia que comúnmente le asocias.

Deseo: Quiero tener más dinero.

Creencia: Estoy harto de no tener dinero para hacer las cosas que me gustaría hacer. [Esta creencia es incompatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Si me planifico bien, puedo cambiar algunas cosas para que me cunda más el dinero. [Esta creencia es más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Estoy muy contento de tener suficiente dinero para conseguir lo que deseo. [Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Deseo: Quiero que el dinero me llegue con más facilidad.

Creencia: Tengo la sensación de que malgasto mucho tiempo intentando ganar dinero. [Esta creencia es incompatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: No cabe duda de que habrá alguna cosa que pueda hacer para ganar más dinero por hora. [Esta creencia es más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Estoy contento de tener este don de comerciante que me ayuda a pagar las facturas. [Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Deseo: Quiero sentirme bien respecto a tener dinero.

INTENTAR ES CONSEGUIR –PIDE Y SE TE DARÁ-Esther y Jerry Hicks - 42 - 150

Creencia: Mi madre decía que el dinero no hace la felicidad. De hecho, cree que te arruina la vida. [Esta creencia es incompatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: He visto personas con y sin dinero que eran felices, y he visto personas con y sin dinero que no lo eran. El dinero no tiene por qué arruinarte la vida. [Esta creencia es más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: El dinero me hace sentir libre. Me ayuda a trascender mis limitaciones y me ofrece nuevas oportunidades. [Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Deseo: No quiero sentirme mal porque otras personas no tengan dinero.

Creencia: Me encanta mi coche nuevo de lujo, pero me siento mal porque ese hombre no tiene dónde vivir. [Esta creencia es incompatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Entiendo que, aunque no me compre este coche, eso no solucionará el problema de vivienda de ese hombre. [Esta creencia es más compatible con las vibraciones del deseo ex-preso.]

Creencia: Cada cual tiene el dinero que espera y que se permite tener. [Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Deseo: Quiero conseguir estabilidad económica.

Creencia: Por más que lo intento y por más que trabaje, siempre parece haber algo que impide que siga adelante. [Esta creencia es incompatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: No tengo mucho control sobre cuánto dinero ganaré esta semana, pero sí lo tengo sobre lo que voy a gastar. [Esta creencia es más compatible con las vibraciones del deseo ex-preso.]

Creencia: Me voy estabilizando gradualmente. [Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Deseo: Quiero librarme de mis deudas.

Creencia: Estoy muy cansado de tener tantas deudas. Tengo unos gastos fijos mensuales tan altos que apenas me queda nada de mi sueldo para disfrutar de la vida. [Esta creencia es incompatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: La deuda responsable no es tan mala; me ha permitido disfrutar de algunas cosas, que de otro modo no hubiera podido disfrutar. [Esta creencia es más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Con o sin deudas puedo conseguir estabilidad económica. Algunas de las entidades con mayor éxito de este planeta son las que tienen

las mayores deudas. [Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Cuando decidas que vas a mejorar la relación vibratoria entre lo que quieres respecto al dinero y lo que crees en estos momentos, empiezas a ver resultados inmediatos. Puesto que el dinero afecta a tu vida de tantas formas distintas, piensas en él con bastante frecuencia. Por lo tanto, si pones un poco de esfuerzo para sentirte mejor cuando aparezca el tema económico, pronto cambiaras de punto de atracción. Enseguida notarás la mejoría en la relación vibratoria entre tus deseos y tus creencias.

18

La relatividad vibratoria respecto a mi mundo

A continuación citamos algunos ejemplos de relatividad vibratoria entre los deseos comunes y las creencias que vemos en las personas respecto a su mundo. Primero mencionaremos un deseo común que suelen tener respecto a su mundo, y luego una lista de creencias comunes. A continuación, entre corchetes, después de las creencias, indicaremos el grado de compatibilidad vibratoria.

Para que puedas realizar cualquier deseo, o antes de que algo se pueda manifestar en la experiencia de tu vida, debe existir una compatibilidad vibratoria entre tus deseos y tus creencias.

A medida que leas cada uno de los temas de esta lista, observa si se debilita tu resistencia, o si mejora tu relación vibratoria entre el deseo que estás afirmando y la creencia que comúnmente le asocias.

Deseo: Quiero que el mundo sea un lugar más feliz.

Creencia: Hay mucho sufrimiento en el mundo. [Esta creencia es incompatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Vivo una vida bastante buena. [Esta creencia es más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Mira qué feliz es esa niña. [Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Deseo: Quiero que no haya discordia entre las personas.

Creencia: Hay demasiados conflictos y guerras hoy en día. [Esta creencia es incompatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: No hay conflictos en todo el mundo. [Esta creencia es más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Hay muchas personas en el mundo que viven felices. [Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Deseo: Quiero que el mundo sea un lugar seguro.

INTENTAR ES CONSEGUIR –PIDE Y SE TE DARÁ–Esther y Jerry Hicks - 44 - 150

Creencia: ¿Qué pasaría si alguna catástrofe como un terremoto, un tsunami o una explosión nuclear acaban con el Bienestar de este planeta? [Esta creencia es incompatible con las vibraciones del de-seo expresado.]

Creencia: Hace mucho tiempo que vivimos bajo la amenaza de tales eventos —y también con su realidad—, y no sólo seguimos existiendo, sino que somos capaces de sentir entusiasmo.

[Esta creencia es más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: El Bienestar es la fuerza dominante en este planeta. [Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Deseo: Quiero que el mundo sea un lugar saludable.

Creencia: Hay muchas amenazas para nuestra salud hoy en día. [Esta creencia es incompatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Aunque hay lugares verdaderamente tóxicos, hay muchos otros maravillosos. [Esta creencia es más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Nuestro planeta tiene un tremendo poder de re-generación. [Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Deseo: Quiero conocer más de este mundo.

Creencia: Este mundo es inmenso y sólo experimento una pequeña parte del mismo. Siento que me estoy perdiendo muchas cosas. [Esta creencia es incompatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: La tecnología hace que el mundo sea mucho más accesible. Puedo ver lugares y recopilar información sobre ellos antes de visitarlos. [Esta creencia es más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Me encanta explorar mi mundo. Voy a empezar a prestarle más atención dondequiera que me encuentre.

[Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Antiguamente, antes de que la tecnología en nuestro planeta nos permitiera enterarnos de lo que está sucediendo en cualquier aldea o ciudad de la Tierra, podíamos observar a quienes nos rodeaban, y, por lo general, mantener nuestra atención en nuestro Bienestar. Pero, en los tiempos modernos, con toda la importancia que se da a los conflictos, las guerras y los desastres naturales, tu observación del mundo —a través del filtro negativo de los medios de comunicación— te ofrece una perspectiva totalmente distorsionada del Bienestar en tu planeta.

Nada propicia más tu percepción de impotencia que los constantes recordatorios gráficos de las tragedias que ocurren a diario con las que no tienes nada que ver y que no puedes cambiar.

Deseamos que entiendas que esas cosas no tienen nada que ver con tu trabajo. Tu trabajo es conseguir el Equilibrio de tu Energía, y cuando lo hagas, tu mundo estará perfectamente sintonizado.

19

La relatividad vibratoria respecto a mi Gobierno

A continuación citamos algunos ejemplos de relatividad vibratoria entre los deseos comunes y las creencias que vemos en las personas respecto a su Gobierno. Primero mencionaremos un deseo común que suelen tener respecto a su Gobierno y luego una lista de creencias comunes. A continuación, entre corchetes, después de las creencias, indicaremos el grado de compatibilidad vibratoria.

Para que puedas realizar cualquier deseo, o antes de que algo se pueda manifestar en la experiencia de tu vida, debe existir una compatibilidad vibratoria entre tus deseos y tus creencias.

A medida que leas cada uno de los temas de esta lista, observa si se debilita tu resistencia, o si mejora tu relación vibratoria entre el deseo que estás afirmando y la creencia que comúnmente le asocias.

Deseo: Quiero líderes inteligentes y responsables en mi Gobierno.

Creencia: Los líderes de mi Gobierno parecen tontos e irresponsables. [Esta creencia es incompatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Probablemente en mi Gobierno hay algunos políticos con talento e inteligencia, con mucha experiencia y comprensión de distintas áreas. [Esta creencia es más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Me gustó lo que oí de mi Gobierno respecto a este tema. [Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Deseo: Que mi Gobierno refleje los deseos e intereses del pueblo al que representa.

Creencia: Los políticos nos dicen una cosa cuando están de campaña electoral, pero cuando han sido elegidos, hacen lo que más les interesa a ellos. [Esta creencia es incompatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Nuestro Gobierno es una entidad tremendamente compleja. Aunque en algunos aspectos no haya demasiado equilibrio, en otros sirven con eficacia al pueblo. [Esta creencia es más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Vivir en esta maravillosa nación tiene muchas ventajas. [Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Deseo: Quiero que mi Gobierno entienda que está para servir a su pueblo.

Creencia: Nuestro Gobierno se ha convertido en un medio que ha olvidado que trabaja para el pueblo que lo ha elegido. [Esta creencia es incompatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Aunque a veces nuestro Gobierno no sea eficaz, no creo que estuviéramos mejor sin él. [Esta creencia es más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Nuestro Gobierno está formado por muchos departamentos y políticos con buenas intenciones. [Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Deseo: Quiero que mi Gobierno sea justo y equilibrado.

Creencia: La administración de nuestro actual Gobierno ni siquiera tiene en cuenta que puede que haya otros puntos de vista que merezcan ser escuchados. [Esta creencia es incompatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Reconozco que mi Gobierno parece injusto y poco equilibrado cuando no comparto sus puntos de vista. Quizá nuestro desacuerdo forme parte de ese proceso de equilibrio.

[Esta creencia es más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Aunque a veces no estoy de acuerdo con la dirección que toman los que están en los cargos políticos, nuestro sistema de gobierno garantiza que ningún partido puede estar indefinidamente en el mando. Por lo tanto, el equilibrio se acaba produciendo, aunque tarde algún tiempo. [Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Deseo: Quiero un Gobierno que sea respetado por otros Gobiernos y por el mundo entero.

Creencia: Me avergüenzan las acciones de mi Gobierno, me parece arrogante y egoísta respecto a las otras naciones. [Esta creencia es incompatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Mi opinión sobre mi Gobierno y la respuesta de la gente de otras naciones se basa en una información muy limitada. [Esta creencia es más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: La presencia de mi nación y los esfuerzos de mi Gobierno, en el pasado y en el presente, han supuesto una gran aportación a este mundo. [Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Deseo: Quiero un Gobierno fiscalmente responsable.

Creencia: Si mi Gobierno fuera un negocio normal, como gasta más de lo que ingresa, estaría en bancarrota y fuera del mercado en el plazo de un año. [Esta creencia es incompatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Me doy cuenta de que mi preocupación por la irresponsabilidad fiscal de mi Gobierno se basa más en mi miedo respecto a lo que deparará el futuro que en

lo que realmente está sucediendo en estos momentos. [Esta creencia es más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Creencia: Aunque aumente el tamaño de nuestro Gobierno y el dinero que se gasta sea cada vez mayor, la experiencia general de la vida de las personas de esta nación es cada vez mejor. [Esta creencia es todavía más compatible con las vibraciones del deseo expresado.]

Muchas personas, cuando deciden buscar el equilibrio de su Energía, rechazan la idea de dar el beneficio de la duda a alguien con quien están en total desacuerdo. No hay punto de vista, respecto a los temas gubernamentales (o ningún otro tema, respecto a ese asunto) hacia el que queramos que tomes partido, a favor o en contra. Sólo deseamos que encuentres la manera de sintonizar contigo mismo. Pues cuando lo haces, tu propia vida y tu mundo reflejarán ese equilibrio, y hasta que no lo hagas, no hay suficiente acción en el mundo que compense la falta de sintonización de las Energías.

20

Vuelve a sintonizar con tu Vibración de Bienestar

Si eres como la mayoría de la gente, leer los anteriores ejemplos de deseos y creencias te habrá activado muchas vibraciones en tu interior. Probablemente habrás sentido que estabas de acuerdo o en desacuerdo con algunos de los casos que has leído, pues es fácil perder de vista nuestro verdadero objetivo cuando leemos una lista de temas que pueden afectar a algunos aspectos específicos de tu vida. Pero lo que queremos que recuerdes es la importante premisa que exponemos aquí: es necesario que la vibración de tu deseo y la vibración de tu creencia coincidan, pues sin esa sintonización vibratoria, no estás sintonizado. Mientras no lo estés, no puedes permitirte el Bienestar que has estado pidiendo que entre en tu experiencia.

Al leer los ejemplos anteriores (y al final de este capítulo te animamos a volver atrás y que los vuelvas a leer), puede que hayas reconocido que estabas de acuerdo con los deseos (o con algunos de ellos) que ofrecíamos como ejemplos, y que también estabas de acuerdo con muchos de los primeros ejemplos que dábamos de creencia incompatible con el deseo afirmado.

En otras palabras, es muy normal que una persona desee más dinero y que simplemente crea que no hay bastante dinero.

Es muy normal que una persona desee perder peso y que crea que no le funciona ninguna dieta.

Es muy normal que una persona desee tener un cuerpo sano y crea que no hay cura para su enfermedad

Equilibra las vibraciones entre tus deseos y creencias

El propósito de los ejemplos que hemos ofrecido ha sido ayudar-te a comprender que tu trabajo consiste en conseguir un equilibrio vibratorio entre tus deseos y tus creencias. Si en estos momentos tu cuerpo está sano o si cuentas con todo el dinero que quieras gastar, puedes observar el estado actual de tu situación y hablar del mismo —tal como es— sin provocar una discordia vibratoria entre tus deseos y tus creencias. Pero, si en algún tema, las cosas no son como te gustaría, no puedes seguir hablando de ellas tal como son sin provocar una discordia vibratoria entre tu deseo y tu creencia. Esa discordia

vibratoria impedirá que se realice tu deseo. Recuerda, tus emociones te indicarán al momento tu desequilibrio vibratorio.

Este es tu estado último de Equilibrio de Energía

Cuando vuelvas a leer los ejemplos de creencias y deseos que te hemos ofrecido, intenta ser consciente de tu sentimiento de discordia entre el deseo afirmado y el primer ejemplo de creencia que hemos puesto. Luego observa si sientes alivio cuando lees el segundo ejemplo de creencia, y si sientes más alivio al leer el tercer ejemplo.

Para empezar a experimentar una notable mejoría en la experiencia de tu vida — sobre cualquier tema que sea importante para ti—, sólo tienes que entender y luego mejorar deliberadamente la relación vibratoria entre tu deseo y tu creencia', este es el equilibrio último de Energía.

Es fácil perderse en la discusión de lo que está bien y lo que está mal o si algo es cierto o no. Muchos argüirán: «Pero esto es lo que está pasando y no puedo negar que está pasando». Dirán que hay muchos otros que están de acuerdo con ellos respecto a esta injusticia o esa situación inapropiada. Pero queremos que te des cuenta de que tu atención respecto a esas cosas —que se activan en tu interior enfrentando vibraciones a tus deseos— impedirá que puedas hallar esa mejoría que estás buscando. No puedes proseguir fomentando una activación vibratoria dentro de ti que se oponga a tus intenciones, y esperar que éstas se cumplan. Primero has de sintonizar la vibración de tu Ser.

21

Encuentra la sintonización vibratoria con tu Ser Interior

Es muy importante que mantengas una permanente conciencia de la relatividad vibratoria entre tu actual punto de concentración y el punto de concentración de tu Ser Interior. Si recuerdas que la atención de tu Ser Interior se centra sobre el resultado que desees —y si luego intentas encontrar la sintonización vibratoria con tu Ser Interior—, encontrarás la sintonización vibratoria con el resultado que desees.

Existen muchas razones valiosas y que te ayudan a sentirte bien para sintonizar con tu Ser interior cuenta/Quién-eres-real-mente:

- Que esa parte No-Física de ti es la suma de todo aquello en lo que te has convertido y, por ende, es extraordinariamente sabia.
- Que esa parte No-Física de ti es la Fuente de Energía y que, por lo tanto, es el equivalente vibratorio del amor y del Bienestar.
- Esa vibración de tu Ser Interior es Energía Pura y Positiva (libre de la resistencia de tus reglas) y por lo tanto, es extraordinariamente poderosa y eficaz.

Entonces, cuando realizas el esfuerzo de acercarte a la sintonización vibratoria con esa parte No-Física de ti, te abres a esa sabiduría, amor, Bienestar y poder. Cuando estás sintonizado con tu Fuente, experimentas la claridad, la vitalidad, el entusiasmo, la pasión y el Bienestar natural que hay en ti. ¿Estoy permitiendo mi Bienestar, o me estoy resistiendo a él? Cuando hablamos de tu sintonización vibratoria con tu Fuente, nos estamos refiriendo a. permitir. Cuando hablamos de tu falta de sintonización vibratoria con tu Fuente, nos estamos refiriendo a menos permisión. Cuanto menos sintonizado estás y menos permites la Conexión con tu Fuente, estás en un estado de mayor resistencia vibratoria: resistencia a medrar, al bienestar, a la claridad, a la abundancia y a tu Bienestar personal. La sensibilidad a tus emociones te ayudará a ser consciente de

cuánto permites o te resistes en un momento dado: Cuanto mejor te sientes, más permites la Conexión con tu Fuente. Cuanto peor te sientes, menos permites la Conexión con tu Fuente.

La decisión más importante Cuando decidas ser consciente de la relatividad vibratoria que existe entre tu Fuente y tú, habrás tomado la decisión más importante de tu vida, puesto que habrás activado conscientemente tu Sistema de Guía personal y nunca más volverás a estar perdido. Cuando entiendas tus emociones y lo que significan, y por lo tan-to puedas mejorar deliberadamente cómo te sientes a través de una elección deliberada de pensamientos que te hacen sentirte mejor, no habrá deseo que no puedas cumplir con facilidad... Todo lo que desees fluirá sin problemas y con rapidez dentro de los cauces de tu experiencia.

Ahora, a medida que las intenciones nuevas siguen naciendo en ti, tu creencia en tu habilidad para ponerlas en práctica también aumentará. Empezarás a sentirte libre, invencible, entusiasmado y dichoso. Te sentirás como sedente tu Ser Interior: disfrutando del contraste que produce el deseo que invoca la Energía creadora de mundos, cabalgando en la ola de la rápida corriente de esta creación de Primera Línea.

En términos más sencillos, la relación vibratoria entre tú y tu Ser Interior se traduce en la diferencia entre las emociones agradables y las desagradables. Las emociones agradables indican una sintonización con tu Fuente o el permiso de acceder a ella; mientras que las emociones desagradables indican una falta de sintonización o una resistencia a la Energía de tu Fuente.

Cómo percibes la libertad o su ausencia

Cuando consideras la extensión de las emociones que van desde las agradables como la alegría, el amor y la apreciación... hasta la depresión, la desesperación, el miedo y el desconsuelo, ¿puedes sentir el poder que tienen esas emociones agradables, y cuan negativas son las desagradables? ¿No sientes la sensación de libertad en un extremo de la escala, y la falta de la misma en el otro?

El extremo de los sentimientos agradables en tu Escala de Guía

Emocional coincide con la vibración de la libertad percibida. El ex-tremo de las sensaciones desagradables en tu Escala de Guía Emocional coincide con la vibración percibida de falta de libertad. La libertad o la falta de la misma realmente es subjetiva porque —tanto si lo entiendes como si no— eres totalmente libre, puesto que nadie puede entrar dentro de ti e introducirte una vibración, pues-to que son sólo tus vibraciones las que influyen en la forma personal que tienes de experimentar la vida. Por lo tanto, tiene un valor tremendo que reconozcas, desde tu propio punto de vista, el sentimiento de libertad absoluta o de poder personal que indican algunas emociones, y los sentimientos de esclavitud total o falta de poder personal que indican otras.

Tú Ser Interior o Fuente entiende que, en cualquier condición, eres libre para crear tu deseo, pero cuando percibes que no lo eres, esas emociones negativas, que surgen de la depresión, la desesperación o el miedo, indican tu falta de sintonización. Tu Ser Interior o Fuente sabe que eres libre para crear lo que desees en cualquier situación; de modo que cuando percibes que eres libre, notas sentimientos de confirmación, adaptación, concordancia de una emoción positiva que indican tu sintonización con tu Fuente

De modo que, cuando llegues a la conclusión de que nada es más importante que sentirte bien, habrás logrado la realización más importante, porque habrás decidido controlar deliberadamente la relación vibratoria entre tu Fuente y tú. Has decidido utilizar el Sistema de Guía con el que has nacido para controlar la relatividad vibratoria entre tu enfoque actual-y su subsiguiente vibración-y la de tu Ser Interior. Has decidido inclinarte hacia tu Conexión con tu Fuente. Has decidido medrar en lugar de desconectarte. Has

elegido la claridad, la vitalidad, el entusiasmo y la abundancia de todas las cosas que consideras buenas; has elegido la felicidad.

22

Tu punto de atracción y el factor de alivio

Vamos a ofrecer una sentencia que encierra una gran sabiduría, pero que también es muy evidente: Estás donde estás. Lo que has pensado y lo que piensas ahora ha producido tu creación de lo-que-es, en tu experiencia de la vida. Y, por lo tanto, ¡eso es lo que hay! Sin embargo, queremos que lleves toda tu atención a la relatividad vibratoria entre donde te encuentras ahora y donde quieres estar, puesto que ahí es donde se encuentra tu poder. Ahí es donde reside tu genio creativo.

La diferencia vibratoria entre donde te encuentras y donde quieres estar es la arena creativa a la que has venido a jugar: a la Primera Línea de la Creación. Aquí es donde has venido a experimentar y a disfrutar, nunca a completar.

De modo que el lugar donde te encuentras ahora y cómo te sientes equivale a tu punto de atracción vibratorio. Si eres consciente, gracias a tus sentimientos puedes saber si tu percepción de lo dónde estás está en armonía con la vibración de tu Fuente.

Si ahora mismo tienes la intención de conseguir el mejor ajuste con la vibración de tu Fuente, entonces estarás consiguiendo, o sintiendo, pensamientos cada vez mejores, y a medida que encuentras mejores pensamientos, experimentarás un gran alivio.

Tu Escala de Guía Emocional, de la permisión a la resistencia

Imagina una Escala de Guía Emocional con los pensamientos agradables en un extremo y los desagradables en el otro. Y ahora, identifica que ese extremo agradable equivale a permitir, y que el desagradable equivale a la resistencia. De modo que es evidente que, según los pensamientos que elijas, puedes desplazarte hacia cualquiera de los extremos de la misma.

También es evidente que cuanto más te alejes de un extremo, más cerca estarás del otro. Es decir, este pensamiento es más agradable; este pensamiento es peor. Este pensamiento agradable indica permisión; este pensamiento desagradable indica resistencia... Esta es la escala de tus emociones básicas

1. Alegría/Conocimiento/Poder personal/Libertad/Amor/Gratitud
2. Pasión
3. Entusiasmo/Ilusión/Felicidad
4. Expectativas positivas/Creencias
5. Optimismo
6. Esperanza
7. Satisfacción
8. Aburrimiento
9. Pesimismo
10. Frustración/Irritación/Impaciencia
11. Agobio
12. Decepción
13. Dudas
14. Inquietud
15. Culpabilidad
16. Desánimo

17. Ira
18. Venganza
19. Odio/Rabia
20. Envidia
21. Inseguridad/Remordimientos/Falta de autoestima
22. Temor/Desconsuelo/Depresión/Desesperación/
Impotencia

Puesto que a menudo se usan las mismas palabras para dar a entender cosas diferentes, y palabras distintas para dar a entender las mismas cosas, estas etiquetas de palabras para tus emociones no son del todo exactas para cada persona que sienta esa emoción. De hecho, etiquetar las emociones con palabras puede causar confusión y distraernos del propósito real de nuestra Escala de Guía Emocional.

Lo que más importa es llegar conscientemente a un sentimiento mejorado. La palabra con la que lo describamos no importa.

Busca siempre aliviar tu resistencia

Una forma bastante eficaz de equilibrar tu Energía es buscar siempre sentimientos de alivio. Un sentimiento de alivio siempre indica que ha mejorado tu vibración, y también que has liberado una resistencia, o que ha habido un aumento de permisión; y si estuviéramos en tu cuerpo físico, haríamos que el factor de alivio fuera la parte más importante de nuestra conciencia personal.

Cuando buscas continuamente una forma de ver todas las cosas que te haga sentirte un poco mejor, te vas acercando cada vez más a ver el mundo como lo ve tu Ser Interior. En el proceso dejarás atrás tu resistencia.

Tu propia resistencia es el único factor que evita que realices todas las cosas maravillosas que deseas.

La enfermedad es resistencia.

La confusión es resistencia

La pobreza es resistencia.

La tristeza es resistencia.

Los accidentes de coche son resistencia...

Todas las cosas que consideras malas existen sólo por tu resistencia a tu Bienestar natural.

No hay una Fuente para lo «no deseado»

No entras en una habitación y buscas el interruptor de oscuridad, porque sabes que no hay un interruptor que inunde la habitación de oscuridad, que oculte la fuente de luz. Por el mismo principio, no hay una fuente de enfermedad o de maldad, sino tan sólo una resistencia ejercida contra la Fuente de Bienestar.

Buscar alivio, en cada momento, con cada pensamiento, con cada tema, te acercará cada vez más a tu Fuente de Bienestar. Cuando te preocupas de cómo te sientes, e intentas deliberadamente ver las cosas de modo que te hagan sentirte mejor (ver el lado bueno de las cosas en lugar del malo), permites más y te resistes menos, y las circunstancias y acontecimientos de tu vida empezarán a reflejar inmediatamente esos cambios. Alivio indica liberar la resistencia, que es lo mismo que avanzar hacia más permisión. Es una utilización eficaz de tu Sistema de Guía Emocional.

El equilibrio de las energías para una gozosa Creación Deliberada

La variedad, o contraste, que te rodea tiene un valor tremendo, puesto que encierra datos de los que surgen tus preferencias y deseos personales. Eres un creador, y creas a través de tu poder de concentración. En cada momento y cada experiencia que vives, la variedad de tu vida inspira el lanzamiento de nuevos deseos y la corrección de los anteriores. Y, de esta manera, el deseo que en-focas nunca deja de fluir de tu interior.

La expansión del Universo depende de este proceso: el contraste provoca que nos concentremos en un deseo, y luego, por la Ley de Atracción, ese deseo recibe respuesta de la Fuente de Energía. En otras palabras, cuando pides, siempre se te da.

Muchos arguyen que han estado pidiendo, pero que no han conseguido nada. Nosotros les explicamos que siempre que alguien pide algo, desde cualquier punto de vista, siempre se le con-cede. Pero la petición a la que nos estamos refiriendo no es la formulación de frases o palabras, sino la emisión de las vibraciones que emanan de tí de forma natural cuando exploras el contraste. No puedes dejar de pedir, ya que pedir es el resultado más natural e importante del entorno de contrastes al que estás enfocado.

La razón (la única razón) por la que las personas que han estado pidiendo algo se encuentran en situaciones en las que no han recibido es porque sus vibraciones están separadas de su propio deseo; han de equilibrar las frecuencias vibratorias de lo que quieren y de lo que en realidad está activado en su interior.

Ejemplos de cómo equilibrar el contraste de las frecuencias vibratorias Los siguientes ejemplos ilustran de qué modo te puedes beneficiar del contraste natural de tu entorno físico utilizando tu Sistema de Guía Emocional y mejorando deliberadamente la relación vibratoria entre tus deseos y tus creencias. Estos ejemplos demostrarán el proceso del Equilibrio Deliberado de las Energías para el propósito de la creación gozosa:

Situación actual por contrastar: Primero, describiremos una situación común de lo que-es. (Observa las creencias que están activas en ti en esta situación.)

Deseo(s) resultante(s): A continuación enumeraremos los de-seos que nacen de ese contraste. (Puesto que siempre que estás en una situación en la que sabes lo que no quieres, en ese momento de contraste siempre sabes con mayor claridad qué es lo que sí quieres.)

Emoción(es) o indicación (es) resultante(s) de la discordia vibratoria: Luego citaremos las emociones que indican las actuales vibraciones (creencias) que están activas.

Esfuerzo deliberado para mejorar la relación vibratoria entre mi nuevo deseo y mi creencia actual: Te ofreceremos una serie de afirmaciones para que te ayuden a conseguir la vibración (creencia) activa actual que esté sintonizada con tu deseo. (A medida que va-yas leyendo, observa si puedes sentir una mejora en la relatividad vibratoria entre los deseos y las creencias.)

Recuerda que el sentimiento de alivio indica tanto la liberación de la resistencia como la mejora en la relación vibratoria entre el deseo y la creencia. En otras palabras: cuanto mejor te sientes, más equilibradas estarán tus Energías. (Por supuesto, también podrías decir:

«Cuanto más equilibradas están mis Energías, mejor me siento».)

Resultado: Al final señalaremos la mejora específica en la relación vibratoria entre el deseo y la creencia tal como se evidencia en la emoción de sentirse mejor.

No hay comprensión que pueda ser más importante que ésta, puesto que cuando comprendes el proceso de atraer deliberada-mente la vibración de tus creencias para que sintonicen con las vi-braciones de tus intenciones, serás el Creador Deliberado de tu experiencia y no habrá intenciones que no puedas realizar.

Recuerda, si la vida que estás viviendo cuenta con los recursos para producir en tu interior cualquier deseo específico, es porque también existen los recursos para que puedas recibir o manifestar totalmente ese deseo.

24

Mi cuerpo

Contrasta la situación de tu peso: Me sobran 25 kilos. He probado muchas dietas diferentes. Todas funcionan hasta cierto punto, durante un tiempo, y pierdo algo de peso... pero vuelvo a recuperarlo, e incluso gano más. La ropa no me sienta bien; no me gusta mi aspecto y no sé qué hacer.

Deseos resultantes: Quiero hallar la forma de perder peso.
Quiero poder mantener un peso que me resulte cómodo.
Quiero sentirme bien y tener buen aspecto.

Emociones o indicaciones resultantes de la discordia vibratoria: Me siento frustrado/a. Me siento decepcionado/a.(Hay una importante discordia vibratoria entre mi deseo y mis creencias.)

Esfuerzo deliberado para mejorar la relación vibratoria entre mi nuevo deseo y mi creencia actual:

- He tenido la experiencia de perder peso en otras ocasiones.
- Soy consciente de que algunas cosas me han funcionado.
- Cuando me concentro en algo, suelo obtener resultados.
- He pesado más de lo que peso ahora.
- Tengo alguna ropa que me sienta bastante bien.
- Me gusta llevar mi nuevo conjunto gris.

Resultado: (La relatividad vibratoria ha mejorado.)

Contrasta la situación de tu salud: Me han hecho un diagnóstico que me ha asustado. Estoy especialmente preocupado al respecto porque mis padres sufrieron ambos la misma enfermedad, y sé que muchos otros miembros de mi familia han muerto a causa de la misma.

Deseo resultante: Quiero estar sano.

Emociones o indicaciones resultantes de la discordia vibratoria: Tengo miedo.
(Existe una significativa discordia vibratoria entre mi deseo y mis creencias.)

Esfuerzo deliberado para mejorar la relación vibratoria entre mi nuevo deseo y mi creencia actual:

- Un diagnóstico no es una sentencia de muerte.

- Hay mucha gente que se ha recuperado de esta enfermedad.
- Existen muchos grados de esta misma enfermedad.
- Hay casos más benignos de la enfermedad.
- No me encuentro mal.
- En realidad tengo un cuerpo vigoroso.
- Siempre me he recuperado muy rápido de las enfermedades.

Resultado: (La relatividad vibratoria ha mejorado.)

Contrasta la situación de tu fatiga: Me falta energía. Siempre es-toy cansado/a. Me cuesta llegar al final del día. Tengo muchos problemas para hacer todo lo que tengo que hacer y no disfruto de nada porque estoy muy cansado/a. Me siento agobiado/a.

Deseos resultantes: Quiero más energía. Quiero sentirme bien.
Emociones o indicaciones resultantes de la discordia vibratoria: Me siento agobiado/a. (Existe una significativa discordia vibratoria entre mi deseo y mis creencias.)

Esfuerzo deliberado para mejorar la relación vibratoria entre mi nuevo deseo y mi creencia actual:

- Siempre me las arreglo para conseguir lo que realmente necesito.
- Cuando decido algo, puedo hacer lo que sea necesario.
- Observo que mi energía fluctúa.
- Hay momentos en los que me siento mejor que otros.

Resultado: (La relatividad vibratoria ha mejorado.) Contrasta la situación de tu declive físico: Me preocupa que mi cuerpo se esté deteriorando. No tengo la energía que tenía antes, ni puedo hacer las cosas que me gustaba hacer. Tengo molestias y dolores, me duelen las rodillas cuando ando y ya no me atrevo a correr. Tengo miedo de ir empeorando. Estoy preocupado/a.

Deseos resultantes: Quiero sentirme bien físicamente. Quiero tener un cuerpo sano durante el resto de mi vida.

Emociones o indicaciones resultantes de la discordia vibratoria: Estoy preocupado/a. (Existe una significativa discordia vibratoria entre mi deseo y mis creencias.)

Esfuerzo deliberado para mejorar la relación vibratoria entre mi nuevo deseo y mi creencia actual:

- He estado bastante sano/a durante la mayor parte de mi vida.
- Incluso cuando era mucho más joven, a veces tenía el cuerpo rígido.
- Recuerdo que me habían dolido los músculos cuando estaba en el instituto.

Resultado; (La relatividad vibratoria ha mejorado.)

25 Mi hogar

Contrasta la situación del espacio en tu hogar: Mi hogar es un caos. Es muy pequeño, y las zonas de almacenaje están tan mal diseñadas que no sé dónde poner las

cosas. Incluso cuando intento limpiar y ordenar, creo más desorden que antes. Me siento frustra-do/a. Estoy agobiado/a.

Deseos resultantes: Quiero que mi casa esté ordenada. Quiero que tenga mejor aspecto. Quiero poder encontrar las cosas.

Emociones o indicaciones resultantes de la discordia vibratoria: Me siento frustrado/a. Estoy agobiado/a. (Existe una significativa discordia vibratoria entre mi deseo y mis creencias.)

Esfuerzo deliberado para mejorar la relación vibratoria entre mi nuevo deseo y mi creencia actual:

- Antes era más ordenado/a que ahora.
- He vivido en lugares más pequeños que éste.
- Tengo más cosas de las que realmente necesito.
- Podría sacarme algunas cosas de encima y tendría más espacio.
- No tengo por qué hacerlo todo a la vez.

Resultado: (La relatividad vibratoria ha mejorado.)

Contrasta la situación del deterioro de tu hogar: He vivido en el mismo lugar durante mucho tiempo y ya estoy cansado. Ya no cubre nuestras necesidades, pero no podemos permitirnos cambiar de sitio. Me doy cuenta de que busco excusas para no estar en casa, porque no me siento bien cuando estoy allí. Me siento frustrado. Siento rabia y pesimismo.

Deseos resultantes: Quiero una casa más grande y mejor. Quiero estar bien en casa. Quiero ganar más dinero para comprar una casa mejor.

Emociones o indicaciones resultantes de la discordia vibratoria: Me siento frustrado. Siento rabia y pesimismo. (Existe una significativa discordia vibratoria entre mi deseo y mis creencias.)

Esfuerzo deliberado para mejorar la relación vibratoria entre mi nuevo deseo y mi creencia actual:

- He acumulado algunas cosas que me gustan.
- Cuando me trasladé a esta casa, me gustaba.
- Tuvimos suficiente dinero para comprar esta casa.
- Hacer algunas reformas podría estar bien.
- Esas reformas revalorizarían mi hogar.

Resultado: (La relatividad vibratoria ha mejorado.)

Contrasta la situación con tus vecinos: Antes me gustaba este barrio, pero luego vinieron a vivir otros vecinos en la casa de al lado y son terribles. Su perro utiliza nuestro jardín como retrete, tienen tres o cuatro coches viejos aparcados en su camino de entrada a la casa en lugar de tenerlos en la cava, y me da apuro que vengan visitas a mi casa. Me siento culpable, deprimido, y estoy enfadado.

Deseos resultantes: Quiero vivir en un barrio bonito. Quiero tener vecinos más considerados.

Emociones o indicaciones resultantes de la discordia vibratoria: Me siento culpable, deprimido, y estoy enfadado.

(Existe una significativa discordia vibratoria entre mi deseo y mis creencias.)

Esfuerzo deliberado para mejorar la relación vibratoria entre mi nuevo deseo y mi creencia actual:

- Mis invitados me han hecho comentarios sobre mis vecinos.
- La gente que vivía antes en esa casa era muy limpia.
- Puede que estos vecinos no estén aquí mucho tiempo.
- Tienen una niña que es un encanto.
- Me siento bien cuando estoy en nuestro acogedor jardín de la parte de atrás.

Resultado: (La relatividad vibratoria ha mejorado.)

Contrasta la situación del mantenimiento de tu hogar: Mantener nuestra casa nos está costando una fortuna. No está muy bien construida, y ahora que ya tiene diez años todo se empieza a romper. Cada vez que me doy la vuelta se ha de reparar algo. Me siento frustrado, saturado, decepcionado y desanimado.

Deseos resultantes: Quiero que todo en mi casa funcione como debería. Quiero una casa nueva.

Emociones o indicaciones resultantes de la discordia vibratoria: Me siento frustrado, saturado, decepcionado y desanimado. (Existe una significativa discordia vibratoria entre mi deseo y mis creencias.)

Esfuerzo deliberado para mejorar la relación vibratoria entre mi nuevo deseo y mi creencia actual:

- Me gusta tener siempre las cosas al día.
- Tengo un listón muy alto para el mantenimiento de mi casa.
- Es normal que cuantas más comodidades haya, más mantenimiento se necesite.
- Aprecio todas las comodidades que tiene esta casa.
- Mi familia siempre ha sido muy feliz en esta casa.

Resultado: (La relatividad vibratoria ha mejorado.)

26

Mis relaciones

Contrasta la situación padres-hijos: Tengo una hija adulta que siempre está enfadada conmigo. Por más tiempo que pase con ella, nunca es suficiente. Cuando nos vemos, ¡no para de quejarse por-que apenas estamos juntos! Estoy muy ocupado/a y no tengo demasiado tiempo para estar con ella, pero cuando la veo, se comporta de una forma muy desagradable. Me siento culpable. Estoy enfadado/a, me siento decepcionado/a.

Deseos resultantes: Quiero disfrutar de estar con mi hija.

Quiero que mi hija se sienta bien conmigo. Quiero que mi hija sea feliz.

Emociones o indicaciones resultantes de la discordia vibratoria: Me siento culpable. Estoy enfadado/a, me siento decepcionado/a. (Existe una significativa discordia vibratoria entre mi deseo y mis creencias.)

Esfuerzo deliberado para mejorar la relación vibratoria entre mi nuevo deseo y mi creencia actual:

- Nuestra relación (quizá todas las relaciones) cambia continuamente.
- Hemos tenido nuestros más...
- ... y nuestros menos.
- Tiene una personalidad maravillosa.
- Tiene un novio muy agradable.
- Me gusta que quiera que estemos más tiempo junto.

Resultado: (La relatividad vibratoria ha mejorado.) Contrasta la situación de tu soledad: No tengo muchos amigos/as. En realidad, no tengo ningún/a amigo/a de verdad, y no es muy divertido ir solo/a por la vida. En el pasado tuve amistades, pero ninguna verdadera. Parece que la gente sólo va a ver qué puede sacar de mí, pero sin dar nada a cambio. Me siento decepcionado/a. Me siento solo/a.

Deseos resultantes: Quiero un/a amigo/a de verdad. Quiero una amistad que beneficie a ambas partes.

Emociones o indicaciones resultantes de la discordia vibratoria: Me siento decepcionado/a. Me siento solo/a. (Existe una significativa discordia vibratoria entre mi deseo y mis creencias.)

Esfuerzo deliberado para mejorar la relación vibratoria entre mi nuevo deseo y mi creencia actual:

- Siempre he sido bastante independiente.
- No soporto que me necesiten o necesitar a alguien.
- Me gustan las conversaciones interesantes.
- Me gustan las cosas divertidas, y siempre es agradable reír con los demás.

Resultado: (La relatividad vibratoria ha mejorado.)

Contrasta tu situación conyugal: Todavía amo a mi esposa, pero nuestra relación no es como solía ser. Cuando nos casamos, no veía la hora de llegar a casa para estar con ella, y ahora, si he de ser sincero, casi me da miedo volver a casa. Se queja mucho de todas las cosas, y creo que me culpa de todo lo que no funciona como ella desea. No quiero marcharme, pero tampoco es agradable estar con ella. Me siento frustrado, me siento culpable, estoy enfadado.

Deseos resultantes: Quiero tener ganas de ir a casa. Quiero estar bien con mi mujer. Quiero volver a estar enamorado. Quiero que mi esposa me ame. Quiero que ella sea feliz.

Emociones o indicaciones resultantes de la discordia vibratoria: Me siento frustrado, me siento culpable, estoy enfadado. (Existe una significativa discordia vibratoria entre mi deseo y mis creencias.)

Esfuerzo deliberado para mejorar la relación vibratoria entre mi nuevo deseo y mi creencia actual:

- Recuerdo cuando conocí a mi esposa.
- Ella siempre se ha esforzado mucho por ser eficiente.
- Una casa ordenada es muy importante para ella.
- Mi esposa ha creado un hogar ordenado y práctico.
- Mi esposa trabaja fuera y también se encarga de la casa.
- Mi esposa es una persona sorprendente.

Resultado: (La relatividad vibratoria ha mejorado.)

Contrasta la situación de la intromisión de tus padres: Hace más de diez años que no vivo en casa de mis padres, pero mi madre todavía piensa que ha de decirme lo que tengo que hacer; por eso la evito, porque no me gusta que me den órdenes. Entonces se enfada y eso empeora las cosas. Pero cuando estamos juntos/as, me trata como si yo no supiera cómo vivir mi vida. Me siento culpable, estoy enfadado/a.

Deseos resultantes: Quiero que mi madre no se meta en mis cosas y me deje vivir mi propia vida. Quiero que sea más fácil estar con mi madre. Quiero que mi madre entienda que vivo solo/a y que puedo tomar mis propias decisiones.

Emociones o indicaciones resultantes de la discordia vibratoria: Me siento culpable, estoy enfadado/a. (Existe una significativa discordia vibratoria entre mi deseo y mis creencias.) i

Esfuerzo deliberado para mejorar la relación vibratoria entre mi nuevo deseo y mi creencia actual:

- Los padres tienen el mérito de guiar a sus hijos.
- Ha de ser difícil estar acostumbrado a hacer algo y luego dejar de hacerlo.
- Sé que mi madre quiere lo mejor para mí.
- Puedo aceptar sus sugerencias o no hacerle caso.
- !
- A veces sus sugerencias son útiles.
- Las sugerencias de mi madre son bienintencionadas.

Resultado: (La relatividad vibratoria ha mejorado.)

27

Mi trabajo

Contrasta la situación con tus compañeros de trabajo: Comparto mi despacho con una persona a la que no puedo soportar. No encuentra nada bien y no para de hablar. No le gusta su trabajo y me trata como si fuera tonta cuando yo quiero hacer el mío. Desea-ría que se marchara o que la despidieran. La vida es demasiado corta para pasar tanto tiempo con alguien desagradable. Estoy irritable, me siento culpable, estoy enfurecida.

Deseos resultantes: Quiero trabajar con personas agradables. Quiero sentirme bien en mi trabajo.

Emociones o indicaciones resultantes de la discordia vibratoria: Estoy irritable, me siento culpable, estoy enfurecida. (Existe una significativa discordia vibratoria entre mi deseo y mis creencias.)

Esfuerzo deliberado para mejorar la relación vibratoria entre mi nuevo deseo y mi creencia actual:

- He aprendido a concentrarme cuando estoy en el trabajo.
- Puesto que sé concentrarme, consigo sacar adelante mucho trabajo.
- No sé qué es lo que realmente le molesta.
- Tiene una sonrisa preciosa.
- Estoy segura de que también a ella le gustaría sentirse mejor en el trabajo.

Resultado: (La relatividad vibratoria ha mejorado.)

Contrasta tu situación laboral: Tengo un sueldo bastante bueno, en comparación con lo que ofrecen en muchos otros trabajos, pero no tengo ganas de ir a trabajar. Llevo bastante tiempo haciendo lo mismo y no me siento motivado. A nadie parece importarle lo que hago salvo cuando cometo un error. Los días pasan muy despacio... y luego he de volver y hacer lo mismo al día siguiente. Estoy aburrido, estoy pesimista.

Deseos resultantes: Quiero un trabajo más interesante y estimulante. Quiero tener ganas de ir a trabajar. Quiero sentir entusiasmo por mi trabajo.

Emociones o indicaciones resultantes de la discordia vibratoria: Estoy aburrido, siento pesimismo. (Existe una significativa discordia vibratoria entre mi deseo y mis creencias.)

Esfuerzo deliberado para mejorar la relación vibratoria entre mi nuevo deseo y mi creencia actual:

- Cuando me pongo a hacer algo, disfruto haciéndolo.
- Unas cosas me gustan más que otras.
- A veces invento juegos divertidos con las tareas.
- Me lo paso bien mejorando mi método para realizar el trabajo.
- Creo que voy a ponerlo en práctica en todas mis tareas.
- Voy a observar más formas en las que puedo ser útil.
- Realmente me gusta sentir que soy útil.

Resultado: (La relatividad vibratoria ha mejorado.)

Contrasta tu situación de la carrera de actriz: Desde que era pequeña he querido ser actriz. Tomé algunas clases y descubrí que era bastante buena. De vez en cuando hago algunos papeles, pero ninguno interesante, ni que realmente valga la pena. Es muy duro. Hay muchas personas que se presentan a los castings para un mismo papel, y siento que no tengo ninguna oportunidad. Quizá debería olvidarme de ello y buscar un trabajo de verdad. Me siento frustrada y decepcionada.

Deseos resultantes: Quiero conseguir grandes papeles. Quiero un papel en el que pueda darme a conocer como una gran actriz. Quiero conseguir papeles que me sirvan para conseguir más trabajos.

Emociones o indicaciones resultantes de la discordia vibratoria: Me siento frustrada y decepcionada. (Existe una significativa discordia vibratoria entre mi deseo y mis creencias.)

Esfuerzo deliberado para mejorar la relación vibratoria entre mi nuevo deseo y mi creencia actual:

- Consigo algunos papeles.
- Voy ganando experiencia.
- Voy teniendo las ideas más claras respecto al trabajo que realmente quiero.
- Con este trabajo realmente conozco a gente interesante.
- He recorrido un largo camino.
- Me ha ido muy bien en algunos castings.
- Me encanta cómo me siento cuando me ha ido bien en un casting.

Resultado: (La relatividad vibratoria ha mejorado.)

Contrasta la situación de tu abundancia: Mi marido y yo hemos tenido trabajo durante años, y hemos ahorrado algo de dinero, no mucho, pero sí lo suficiente para vivir un año. Tuvimos en realidad una gran idea para comenzar un trabajo nuevo, propio, y un amigo con suficiente dinero nos concedió un préstamo para comenzar nuestro negocio, pero ahora, después de dos años, seguimos recurriendo a nuestro dinero ahorrado para salir adelante, y nuestros ahorros se agotan rápidamente. Me siento preocupada y desanimada.

Deseos resultantes: Quiero que nuestro negocio salga adelante. Quiero que los dólares fluyan generosamente en nuestro negocio. Quiero que nuestro negocio nos proporcione un maravilloso estilo de vida.

Emociones o indicaciones resultantes de la discordia vibratoria: Me siento preocupada y desanimada. (Existe una significativa discordia vibratoria entre mi deseo y mis creencias.)

Esfuerzo deliberado para mejorar la relación vibratoria entre mi nuevo deseo y mi creencia actual:

- Me alegra que hayamos sido capaces de crear nuestro propio negocio.
- Me alegra que nuestra amiga creyera en nuestro proyecto.
- Estamos ganando bastante más dinero que cuando comenzamos.
- Se nos ocurren más cosas que hacer que cuando comenzamos.
- Nuestros clientes habituales nos aprecian.
- Ciertamente aprecio a nuestros clientes habituales.

Resultado: (La relatividad vibratoria ha mejorado.)

Contrasta la situación de tu abundancia: Nunca salgo adelante económicamente. Parece que siempre salen imprevistos y he de gastarme todo lo que gano, mi tarjeta de crédito está temblando, de hecho gasto más de lo que gano. Trato de controlar nuestros gastos, pero todo está muy caro. Mi esposa trabaja y eso es una ayuda, pero a medida que nuestros hijos crecen, gastan más. Estoy preocupado, me siento desanimado.

Deseos resultantes: Quiero tener suficiente dinero para hacer las cosas que quiero y que he de hacer. Quiero saldar mis deudas. Quiero ser capaz de hacer cosas buenas para mi familia.

Emociones o indicaciones resultantes de la discordia vibratoria: Estoy preocupado, me siento desanimado. (Existe una significativa discordia vibratoria entre mi deseo y mis creencias.)

Esfuerzo deliberado para mejorar la relación vibratoria entre mi nuevo deseo y mi creencia actual:

- Tenemos un estilo de vida cómodo.
- No se me ocurre nada que realmente necesitemos que no tengamos.
- Vivimos mucho mejor que nuestros padres cuando tenían nuestra edad.
- Nuestros hijos rara vez se quejan de que les falte algo.
- Nuestros hijos están entusiasmados con su vida.
- Es muy gratificante ser padre de semejantes hijos.

Resultado: (La relatividad vibratoria ha mejorado.)

Contrasta la situación de tus problemas con el coche: He estado trabajando y ahorrando desde que dejé de estudiar y conseguí juntar lo suficiente para dar una buena entrada para mi coche. Encontré un coche de segunda mano que parecía fantástico, y pagué más de la mitad al contado, de modo que ahora los plazos son muy pequeños. Pero a los dos meses empecé a tener problemas, así que tuve que pedir un préstamo para repararlo. Ahora entre los plazos que pago por la compra del coche y los del préstamo para repararlo suman más que si hubiera comprado uno nuevo. Me siento culpable, me siento desanimado, estoy furioso.

Deseos resultantes: Quiero un coche nuevo. Quiero un coche que valga lo que pago por él.

Emociones o indicaciones resultantes de la discordia vibratoria: Me siento culpable, me siento desanimado, estoy furioso. (Existe una significativa discordia vibratoria entre mi deseo y mis creencias.)

Esfuerzo deliberado para mejorar la relación vibratoria entre mi nuevo deseo y mi creencia actual:

- El mecánico pudo repararme el coche.
- Ahora no funciona mal.
- Me alegro de haber podido encontrar una forma de pagar la reparación.
- Recuerdo lo que me entusiasmé cuando vi este coche.
- A simple vista el coche no ha cambiado desde la primera vez que lo vi.
- Me encanta conducir este coche.

- Este coche ha sido una buena compra para mí en estos momentos.

Resultado: (La relatividad vibratoria ha mejorado.)

Contrasta la situación de tu seguridad económica: Mi esposo y yo hemos trabajado toda nuestra vida. Siempre hemos sido muy comedidos con nuestros gastos, porque sabíamos que llegaría el día en que querríamos jubilarnos. Nos las habíamos arreglado para ahorrar una respetable suma. Nuestro hijo, que es agente de Bolsa, nos dijo que debíamos dejarle invertir nuestro dinero para tener más cuando nos jubiláramos. Le dimos el dinero para que lo administrara, y ahora no queda nada, se ha esfumado todo el trabajo de nuestra vida. No veo cómo podremos jubilarnos algún día. Estoy preocupada, desanimada. Me siento culpable. Estoy furiosa. Siento inseguridad y miedo.

Deseos resultantes: Quiero tener seguridad económica. Quiero poder retirarme algún día. Quiero seguir queriendo a mi hijo y confiar en él.

Emociones o indicaciones resultantes de la discordia vibratoria: Estoy preocupada, desanimada. Me siento culpable. Estoy furiosa. Siento inseguridad y miedo. (Existe una significativa discordia vibratoria entre mi deseo y mis creencias.)

Esfuerzo deliberado para mejorar la relación vibratoria entre mi nuevo deseo y mi creencia actual:

- Nuestro hijo, a quien amo profundamente, lo hizo con buena intención.
- Tampoco habíamos planificado retirarnos in-mediatamente.
- Disfruto con el estímulo que me proporciona mi trabajo.
- Hay muchos aspectos maravillosos en nuestra vida.
- Nuestros planes de futuro también nos han servido de otras formas.

Resultado: (La relatividad vibratoria ha mejorado.)

Contrasta la situación de tu endeudamiento: Varias compañías de tarjetas de crédito me enviaron tarjetas concediéndome crédito. Lo único que tenía que hacer era llamar al número que me daban y activarlas para poder utilizarlas. Compré algunas cosas que necesitaba, hasta que agoté todo el crédito de la primera tarjeta, luego seguí utilizando la segunda, y luego otra y otra. Ahora tengo una deuda tan alta que apenas me llega para cubrir los gastos básicos. Me siento culpable, desanimado, inseguro, tengo miedo.

Deseos resultantes: Quiero más dinero para pagar mis deudas. Quiero tener suficiente dinero para poder comprar lo que necesito.

Emociones o indicaciones resultantes de la discordia vibratoria: Me siento culpable, desanimado, inseguro, tengo miedo. (Existe una significativa discordia vibratoria entre mi deseo y mis creencias.)

Esfuerzo deliberado para mejorar la relación vibratoria entre mi nuevo deseo y mi creencia actual:

- Estoy contento de que las empresas de crédito confiaran en mí.
- Siempre he alardeado de cumplir con mis compromisos.
- Me lo pasé bien comprando las cosas que necesitaba.
- Mi vida es mucho más cómoda gracias a esas cosas.

Resultado: (La relatividad vibratoria ha mejorado.)

29 Mi mundo

Contrasta la situación de los conflictos y el hambre: Todo nuestro mundo es un gran caos. Hay muchas guerras, conflictos y mucha gente que sufre... No entiendo por qué teniendo tanta tecnología y tantos recursos, todavía hay tantas personas que pasan hambre. Deberíamos haber hecho mejor las cosas. Estoy desanimado, me siento culpable, estoy furioso.

Deseos resultantes: Quiero que haya suficiente comida. Quiero que todo el mundo se lleve bien.

Emociones o indicaciones resultantes de la discordia vibratoria: Estoy desanimado, me siento culpable, estoy furioso. (Existe una significativa discordia vibratoria entre mi deseo y mis creencias.)

Esfuerzo deliberado para mejorar la relación vibratoria entre mi nuevo deseo y mi creencia actual:

- La mayor parte de lo que me rodea es armonioso.
- Rara vez veo personas que se mueran de hambre o que sufran a mi alrededor.
- En el mundo hay mucho más bienestar que enfermedad.
- Probablemente siempre ha habido conflictos en el mundo.
- No cabe duda de que el nivel de vida en todo el mundo está mejorando.
- En la mayor parte del mundo las cosas están mejorando.

Resultado: (La relatividad vibratoria ha mejorado.)

Contrasta la situación planetaria: El planeta parece inestable. Hay muchos terremotos, desprendimientos de tierra, tsunamis y huracanes que de pronto arrasan una zona provocando una gran destrucción. Tengo miedo de que mi familia salga de casa, le pase algo y quedemos separados, heridos, o de que suceda algo aún peor. Estoy preocupado. Me siento inseguro. Tengo miedo.

Deseos resultantes: Quiero que mi familia esté a salvo. Quiero que vivamos muchos años y que seamos felices.

Emociones o indicaciones resultantes de la discordia vibratoria: Estoy preocupado. Me siento inseguro. Tengo miedo. (Existe una significativa discordia vibratoria entre mi deseo y mis creencias.)

Esfuerzo deliberado para mejorar la relación vibratoria entre mi nuevo deseo y mi creencia actual:

- Estas cosas han sucedido siempre
- En general, la mayoría de las personas han sobrevivido.
- Muchas veces se puede avisar a la gente a tiempo para evacuarlas
- Vivimos en un planeta cambiante y siempre será así.

- Es fácil preocuparse por las cosas que no tienen nada que ver conmigo.

Resultado: (La relatividad vibratoria ha mejorado.)

Contrasta la situación de viajar: Me siento muy limitado, tengo la sensación de que sólo estoy explorando o conociendo una pequeñísima parte de este mundo. Hay muchos lugares que me gustaría visitar, pero no tengo bastante tiempo para ir muy lejos o quedar-me el tiempo suficiente para descubrir los lugares. Siento que me estoy perdiendo muchas cosas. Estoy aburrido, decepcionado.

Deseos resultantes: Quiero explorar el mundo. Quiero tener más experiencias y más expansivas.

Emociones o indicaciones resultantes de la discordia vibratoria: Estoy aburrido, decepcionado. (Existe una significativa discordia vibratoria entre mi deseo y mis creencias.)

Esfuerzo deliberado para mejorar la relación vibratoria entre mi nuevo deseo y mi creencia actual:

Todavía tengo mucho tiempo por delante para viajar.

- Ahora sería una buena idea recopilar información sobre distintos lugares.
- Creo que haré una lista de lugares a los que me gustaría ir.
- Hay algunos sitios a los que es más barato viajar. ¡
- Será divertido hacer una larga lista de destinos interesantes.
- Algún día disfrutaré alargando la lista a la vez que voy tachando lugares.

Resultado: (La relatividad vibratoria ha mejorado.)

Contrasta la situación medioambiental: Creo que estamos destruyendo el planeta. El aire está contaminado. No se puede beber el agua porque es veneno. Los peces se están muriendo, la capa de hielo de los polos se está derritiendo. Me siento culpable. Estoy enfadado. Me siento inseguro. Tengo miedo.

Deseos resultantes: Quiero vivir en un entorno saludable.

Quiero que nuestro planeta sobreviva por el bien de las generaciones futuras.

Emociones o indicaciones resultantes de la discordia vibratoria: Me siento culpable. Estoy enfadado. Me siento in-seguro. Tengo miedo. (Existe una significativa discordia vibratoria entre mi deseo y mis creencias.)

Esfuerzo deliberado para mejorar la relación vibratoria entre mi nuevo deseo y mi creencia actual:

- La tecnología ha creado filtros maravillosos para conseguir agua potable.
- La mayor parte del agua no está contaminada.
- Los cambios climáticos son cíclicos y solemos olvidarnos de ello.
- Hay zonas contaminadas y zonas que no lo están.
- Todavía respiro y bebo agua y no me he muerto.
- Mis preocupaciones respecto al planeta pueden ser infundadas.

Resultado: (La relatividad vibratoria ha mejorado.)

30

Mi Gobierno

Contrasta la situación de tu Gobierno: Estoy harto de la ineficacia del Gobierno. Te piden tantos requisitos que has de contratar a alguien sólo para hacer trámites. Ni siquiera puedes conseguir que te respondan a una pregunta por teléfono. He malgastado mucho tiempo intentando averiguar cómo hacer bien las cosas a la primera. Necesitamos un sistema burocrático más eficaz. Me siento frustrado, agobiado y culpable.

Deseos resultantes: Quiero un Gobierno eficiente. Quiero que los requisitos que me pide el Gobierno sean fáciles de cumplimentar.

Emociones o indicaciones resultantes de la discordia vibratoria: Me siento frustrado, agobiado y culpable. (Existe una significativa discordia vibratoria entre mi deseo y mis creencias.)

Esfuerzo deliberado para mejorar la relación vibratoria entre mi nuevo deseo y mi creencia actual:

- Con el tiempo, siempre acabo entendiendo qué es lo que me piden.
- Puedo aprender los nuevos procedimientos cada vez que cambian las cosas.
- Es muy difícil la organización cuando hay tan-tas personas implicadas.
- Todas las grandes organizaciones han de mejorar sus vías de comunicación.
- Un Gobierno tiene propósitos y ventajas viables.

Resultado: (La relatividad vibratoria ha mejorado.)

Contrasta la situación del déficit económico de tu Gobierno: Nuestro Gobierno es un desastre. Cuando necesita dinero, lo toma arbitrariamente de los contribuyentes. No existe responsabilidad económica, el dinero se gasta de una manera absurda, y luego se quejan de que no hay bastante para las cosas que realmente necesitamos. ¡Qué caos! No sé quién puede arreglar esto. Estoy decepcionado, me siento culpable, estoy furioso.

Deseos resultantes: Quiero que los impuestos que pago se gas-ten correctamente.

Emociones o indicaciones resultantes de la discordia vibratoria: Estoy decepcionado, me siento culpable, estoy furioso. (Existe una significativa discordia vibratoria entre mi deseo y mis creencias.)

Esfuerzo deliberado para mejorar la relación vibratoria entre mi nuevo deseo y mi creencia actual:

- No entiendo la política económica del Gobierno.
- Yo no podría administrar fácilmente esas enormes sumas de dinero.
- De todos modos, el Gobierno sigue funcionando.
- Hay ventajas en su funcionamiento.
- Si el Gobierno desapareciera mañana, lo echaríamos de menos.

- El Gobierno nos proporciona una estabilidad valiosa.

Resultado: (La relatividad vibratoria ha mejorado.)

Contrasta la situación del orgullo nacional: Cuando era pequeño, me sentía muy orgulloso de mi país. Me emocionaba cuando oía canciones patrióticas, y me encantaba escuchar historias sobre las cosas que habían sucedido en la formación de nuestra nación.

Pero ya no me siento patriota, creo que ahora sé demasiado. No me gustan las decisiones que está tomando mi Gobierno. Estoy decepcionado, me siento culpable, estoy furioso.

Deseo resultante: Quiero sentirme orgulloso de mi país.

Emociones o indicaciones resultantes de la discordia vibratoria: Estoy decepcionado, me siento culpable, estoy furioso. (Existe una significativa discordia vibratoria entre mi deseo y mis creencias.

Esfuerzo deliberado para mejorar la relación vibratoria entre mi nuevo deseo y mi creencia actual:

- Mis opiniones no se basan en un estudio profundo.
- No me gustaría estar en el lugar del Gobierno.
- No he conocido personalmente a ninguno de esos líderes históricos.
- En realidad, no sé si las cosas están peor hoy en día.

Resultado: (La relatividad vibratoria ha mejorado.)

Contrasta la situación de la libertad de los ciudadanos: Nuestras libertades personales están desapareciendo rápidamente. Nuestro Gobierno parece haberse vuelto loco al utilizar sus tácticas de armamento pesado bajo la excusa de «hacerlo por el bien de todos». ¿Qué hay de mi propio bien? ¿Qué pasa con el bien de los que son como yo? Se han vuelto locos. Sé que esto no era lo que pensaban los fundadores de nuestra nación. Probablemente se estén retorciendo en sus tumbas. Estoy decepcionado, me siento culpable, estoy furioso. Me siento inseguro, siento pena y me siento impotente.

Deseos resultantes: Quiero que nuestros líderes sigan los preceptos de los fundadores de nuestra nación. Quiero que se respeten las libertades que propusieron nuestros fundadores.

Emociones o indicaciones resultantes de la discordia vibratoria: Estoy decepcionado, me siento culpable, estoy furioso. Me siento inseguro, siento pena y me siento impotente.

(Existe una significativa discordia vibratoria entre mi deseo y mis creencias.)

Esfuerzo deliberado para mejorar la relación vibratoria entre mi nuevo deseo y mi creencia actual:

No importa quién salga elegido porque a mí personalmente no me afecta demasiado.

Mis decisiones afectan a mi vida mucho más que las del Gobierno.

Puedo experimentar libertad aunque esté en un lugar u otro.

El Gobierno no se interpone en mis elecciones personales.

No he conocido personalmente a los fundado-res de nuestra nación. Si los fundadores de nuestra nación hubieran vivido hasta ahora, probablemente habría llegado a conclusiones similares a las de nuestros políticos actuales.

Resultado: (La relatividad vibratoria ha mejorado.)

31

El valor de la relatividad vibratoria mejorada

Con frecuencia, muchas personas cuando reflexionan sobre la idea de que son los creadores de su propia realidad, arguyen que es extraordinariamente difícil estar en una situación no deseada y a la vez crear pensamientos más agradables sobre su experiencia futura. La gente dice que sería mucho más sencillo crear un futuro brillante y hermoso desde una experiencia más agradable en el presente. Comprendemos su punto de vista y estamos de acuerdo en que es más fácil sentirse bien bajo condiciones positivas que bajo otras negativas. Por consiguiente, entendemos que las personas deseen que las cosas les hubieran ido mejor para que en el presente pudieran prepararse con mayor alegría para el futuro.

Algunas personas están muy resentidas por sus experiencias anteriores cuando recuerdan los detalles desagradables de algunas injusticias, o incluso los abusos físicos que sufrieron en su infancia. Con frecuencia están a la defensiva, y no discutimos su derecho a estarlo. Muchas veces estamos de acuerdo en que bajo las condiciones en las que han vivido, su respuesta negativa esté justificada. Pero también añadimos siempre que aunque lo esté, esa emoción negativa sigue indicando que se aterran a una experiencia desde la cual no pueden recibir lo que realmente desean.

Sin embargo, en general, eso sólo sirve para enfurecerlas aún más, porque se sienten así y punto, y han mantenido esa actitud durante tanto tiempo que nuestras palabras (aunque encierren sa- biduría) no las disuaden de seguir practicando su creencia respecto a las injusticias que han experimentado.

¿Has estado creando deliberadamente o por defecto?

Muchos de nuestros amigos físicos sienten que se activa un profundo recuerdo cuando les explicamos que son los creadores de su realidad. Realmente quieren crear su realidad. Muchos de ellos, con el tiempo, vibran con la idea de que son Seres vibratorios que viven en un Universo vibratorio. Y a veces incluso aceptan la idea de que han nacido con un Sistema de Guía Emocional que les ayuda a conocer el contenido de su propia emisión vibratoria, lo cual les sirve para saber, en todo momento, si lo que están en proceso de crear les será placentero cuando llegue. Pero, la mayoría de las personas, hasta las que aceptan conscientemente su naturaleza vibratoria y su Sistema de Guía Emocional, siguen emitiendo sus vibraciones —y por ende creando la mayor parte de su realidad— por defecto. Lo hacen de este modo porque la mayoría de las vibraciones que emiten son una respuesta a la realidad que están observando en lugar de ser una respuesta a la realidad que prefieren.

Hay algo muy compulsivo respecto a lo que ya se ha materializado en tu experiencia. Lo llamas realidad; hecho; evidencia; prueba. Lo documentas por escrito y con fotos. Lo llamas historia... y con todo ello, pasas por alto su naturaleza totalmente temporal (sea la que sea). Desde nuestra perspectiva, has permitido que tu «realidad» ocupe un lugar más importante en tu percepción de la vida del que se merece, y debido a

tu constante atención a tu «realidad» actual, retrasas tu progreso hacia la recepción de experiencias más agradables en el «presente».

Nos gustaría que comprendieras que el AHORA es, en su mayor parte, el trampolín desde el cual saltas a la siguiente fase. Y que la VIDA, en realidad, trata de AVANZAR hacia lo que viene a continuación. Queremos que recuerdes la exquisita naturaleza de con-centrarte en la SENSACIÓN DE CREAR TU PROPIA REALIDAD en lugar de conceder tanta acción a la REALIDAD QUE ESTÁS CREANDO. ¿Te das cuenta de la diferencia?

Estás realizando dos viajes a la vez

Recientemente visitamos a una mujer que sufría mucho debido a su artritis en las caderas. Su estado de realidad actual era de constante malestar físico.

Si pudiéramos hacerle entender que su dolorosa condición física sólo es el lugar temporal en el que se encuentra, entonces podría empezar a avanzar inmediatamente hacia una condición de mejoría. Si pudiéramos conseguir que enfocara hacia DÓNDE está AVANZANDO en lugar de hacerlo en la REALIDAD que está experimentando ahora... Si pudiéramos conseguir que se centra-ra en la SENSACIÓN de AVANZAR HACIA un lugar de mayor bienestar en lugar de hacerlo en la REALIDAD a la que parece haber llegado, su situación empezaría a mejorar inmediatamente.

Nos gustaría ayudarla a que viera que en su experiencia están teniendo lugar dos viajes al mismo tiempo: el Viaje de la Acción (o la realidad de sus caderas artríticas) y el Viaje Emocional (la emoción que ha elegido sentir) en el transcurso de sus días.

Desde su realidad actual, o desde el trampolín desde el cual se catapultará a sus próximas experiencias, tiene estas opciones:

- Le duelen las caderas debido a su artritis y tiene miedo, ira, está preocupada, se siente culpable o desesperada.
- Tiene dolor en las caderas y siente esperanza.

Como podemos ver, su situación actual de dolor en las caderas es su Viaje de la Acción. Lo que está sucediendo. Es la realidad. Esa es su condición actual. Y sin duda podemos entender por qué ocupa su atención. Pero, si aunque sólo fuera por un momento, pudiera centrarse en su Viaje Emocional, aceptara que sus caderas le duelen temporalmente, dejara a un lado el Viaje de la Acción durante un tiempo y se concentrara en las opciones de su Viaje Emocional, su punto de atracción vibratorio empezaría a cambiar. Al hacer eso, su condición física también se transformaría.

No puedes seguir emitiendo la misma vibración que te ha conducido a donde estás e intentar llegar a un lugar diferente. Has de hacer algo distinto con tu atención, con tu enfoque y con tu vibración.

32

El Viaje de la Acción y el Viaje Emocional

Concéntrate en la idea de mover tu cuerpo físico de un lugar a otro. Quizá te encuentras en tu coche, en la autopista, conduciendo hacia otra ciudad, o caminando por un sendero en un bosque con una mochila cargada de comida y suministros. En cada uno de los ejemplos, probablemente tienes una idea clara de tu destino. Supuestamente vas de un lugar a otro con la intención de llegar a alguna parte. A esto lo llamaremos tu Viaje de la Acción (tu actual viaje de la acción).

Este viaje actual se puede describir con términos muy tácticos: puedes identificar la distancia que quieres viajar. Puedes describir el tiempo que hace. Puedes calcular con bastante exactitud tu hora aproximada de llegada.

Hay muchos aspectos directos, fáciles de comprender y cuantificables en este Viaje de la Acción en el que te has embarcado.

Ahora queremos dirigir tu atención hacia otra parte de tu viaje. Y será esta perspectiva del mismo la que establecerá el tono de todo lo que sucederá posteriormente en tu experiencia de la vida. Tus viajes no son sólo las experiencias simples y llanas de desplazarte de un lugar a otro, sino que de lo que realmente se trata es de cómo te sientes durante los mismos. A este aspecto de tus experiencias lo denominamos tu Viaje Emocional.

De modo que lo que queremos que entiendas es que nunca estás tan sólo en uno de estos viajes. En todo momento estás realizando dos viajes a la vez: tu Viaje de la Acción (tu conciencia del tiempo y del espacio y de las cosas que ya se han manifestado) y tu Viaje Emocional (tu respuesta vibratoria a tu poderoso momento en el tiempo, a raíz del cual se forjan todas las experiencias futuras).

Hay infinitas combinaciones de Viajes de la Acción y Viajes Emocionales, y daremos algunos ejemplos de los mismos. Queremos que sepas que el aspecto más importante de cualquier viaje es el emocional, porque si eres consciente de cómo te sientes y si eres capaz de modificar deliberadamente esos sentimientos, entonces (y sólo entonces) tendrás el control consciente de todos los resultados futuros en la experiencia de tu vida. A esto lo llamamos Creación Deliberada.

Por otra parte, si principalmente te concentras en tu Viaje de la Acción, en observar y responder a las cosas que están sucediendo en estos momentos en tu experiencia, en dejar que tus sentimientos sigan sin más los patrones de tus observaciones, sin hacer el más mínimo esfuerzo para guiar tus sentimientos, sino que simplemente respondes a las situaciones y a las circunstancias..., no tendrás ningún control consciente de la experiencia de tu vida. A esto lo llamamos crear por defecto.

33

Aplicar el proceso del Libro-de-los-Aspectos-Positivos

La acción de concentrarte en alguna cosa provoca que se active una vibración en tu interior, y cuanto mejor te sientes cuando estás concentrado, más beneficiosa será tu concentración. Siempre que buscas deliberadamente los Aspectos Positivos de las cosas, estás activando vibraciones positivas. Ahora bien, no es importante que encuentres la vibración perfecta o la mejor, pero la búsqueda deliberada de los Aspectos Positivos de una situación automáticamente te conduce a la dirección correcta.

A veces, si algo te ha estado preocupando, no es fácil escribir una lista larga (o ni tan siquiera corta) de sus Aspectos Positivos. Pero, siempre que tomas la determinación de encontrar un aspecto positivo, normalmente lo encuentras. Y una vez que encuentras uno y lo activas en tu interior, puedes encontrar otro y luego otro, hasta que a los 15 o 20 minutos de concentrarte en un tema consigues cambiar significativamente la vibración sobre el mismo.

El proceso es simple: busca una libreta que sea cómoda de usar y escribe en la portada: MI LIBRO DE LOS ASPECTOS POSITIVOS. Abre la primera página y escribe: ASPECTOS POSITIVOS DE... (Y luego escribe el tema con el que quieres mejorar tu relación vibratoria). Luego escribe tu lista de Aspectos Positivos sobre el mismo.

No intentes forzar estas ideas, has de dejar que fluyan con facilidad hacia el papel. Escribe mientras te fluyan pensamientos y luego lee lo que has escrito y disfruta de

tus propias palabras. Puede serte útil concentrarte en la situación y luego preguntarte: « ¿Qué es lo que me gusta de ti? ¿Cuáles son tus Aspectos Positivos?»

Este proceso funciona mejor si la gama de tu Escala de Guía Emocional se encuentra entre los siguientes extremos:

1. Alegría/Conocimiento/Poder Personal/Libertad/Amor/Gratitud
2. Pasión
3. Entusiasmo/Ilusión/Felicidad
4. Expectativas Positivas/Creencia
5. Optimismo
6. Esperanza
7. Satisfacción
8. Aburrimiento
9. Pesimismo
10. Frustración/Irritación/Impaciencia

Si te encuentras mucho peor, entonces quizás haya otros procesos más eficaces para ayudarte a mejorar tu relatividad vibratoria. Pero hemos observado que cualquiera que tenga una Intención Deliberada respecto a cualquier tema, puede mejorar su estado de ánimo; y cuando lo hace, las cosas empiezan a mejorar en su experiencia. ¡La Ley de Atracción insiste en que tiene que ser así!

A continuación hay algunos ejemplos sobre cómo te puede ayudar el proceso de los Aspectos Positivos a librarte de la resistencia y a mejorar la relatividad vibratoria entre lo que está sucediendo ahora y lo que te gustaría que sucediera.

Situación del deterioro de tu hogar: He vivido en el mismo lugar durante mucho tiempo y ya estoy cansado. Ya no cubre nuestras necesidades, pero no podemos permitirnos cambiar de sitio. Me doy cuenta de que busco excusas para no estar en casa, porque no me siento bien cuando estoy allí. Me siento frustrado. Siento rabia y pesimismo.

Aspectos positivos de mi hogar actual

- Mis cosas han estado en el mismo lugar durante mucho tiempo y sé dónde están.
- Estar en un lugar conocido proporciona estabilidad.
- Hemos hecho muchas reformas aquí, así que ahora podemos pasar nuestro tiempo libre haciendo lo que nos gusta.
- Si seguimos aquí mantendremos nuestros amigos y con-tactos profesionales.
- El correo y otros servicios funcionan muy bien aquí.
- Es agradable ver cómo florece nuestro jardín.
- Algunos árboles y arbustos son como viejos amigos.

Situación con tus compañeros de trabajo: Comparto mi despacho con una persona a la que no puedo soportar. No encuentra nada bien y no para de hablar. No le gusta su trabajo y me trata como si fuera tonta cuando yo quiero hacer el mío. Desearía que se marchara o que la despidieran. La vida es demasiado corta para pasar tanto tiempo con alguien desagradable. Estoy irritable, me siento culpable, estoy enfurecida.

Aspectos positivos de mi compañera de trabajo

- Me alegro de tener un empleo.

- Me alegro de cobrar un sueldo cada mes.
- Me gusta la estabilidad económica que me proporciona mi trabajo.
- Me lo paso bien con el resto de la gente que trabaja allí.
- Mi trabajo requiere concentración y me gusta sentirme productiva.
- Mi compañera de trabajo tiene su mesa ordenada.
- Siempre va muy arreglada.
- Tiene una risa encantadora.
- Tiene un buen curriculum en nuestro campo.
- Aprende rápido.

Situación de tu Gobierno: Estoy harto de la ineficacia del Gobierno. Te piden tantos requisitos que has de contratar a alguien sólo para hacer trámites. Ni siquiera puedes conseguir que te respondan a una pregunta por teléfono. He malgastado mucho tiempo intentando averiguar cómo hacer bien las cosas a la primera. Necesitamos un sistema burocrático más eficaz. Me siento frustrado, agobiado y culpable.

Aspectos positivos del Gobierno

- Me alegro de que el Gobierno se ocupe de algunas de las cosas de las que a mí no me gustaría ocuparme.
- Nuestro Gobierno emplea a muchas personas y eso beneficia a la economía.
- Nuestro Gobierno y nuestras leyes nos aportan una plataforma estable.
- Hay algunos pensadores progresistas con talento en nuestro Gobierno.
- Los que forman nuestro Gobierno no ocuparán siempre sus cargos.

Cuando lees estos ejemplos o cuando afrontas asuntos en tu vida, es fácil perderse en el debate ideológico respecto a la corrección, justicia, veracidad o realidad de los mismos. Pero hay muchas cosas que son ciertas, cosas que ha creado alguien, en alguna parte, que tú no quieres crear en tu experiencia y hay cosas de tu pasado que aunque sean ciertas, no quieres que se repitan en el futuro.

Cuando te interesa lo suficiente como para anotarlo en tu Libro de los Aspectos Positivos, es seguro que, con mucho menos esfuerzo y energía del que gastarías debatiendo la verdad o los hechos con otra persona, podrás mejorar la relación entre la vibración de tu deseo y la vibración de tu creencia. Este proceso de los Aspectos Positivos, te ayudará a mejorar tus vibraciones... Disfruta de tu nuevo sentimiento; felicítate por mejorar tu relatividad vibratoria; avanza cada día, y con el tiempo, se te revelará la evidencia de tu logro.

34

Aplicar el proceso del Segmento de la Intencionalidad

El proceso del Segmento de la Intencionalidad es aquel en el que defines las características vibratorias del segmento del tiempo en el que te encuentras. Es una forma de preparar el camino vibratorio, por así decirlo, para un viaje más fácil y alegre. Te ayudará a centrarte menos en las cosas que sientes que están bien ahora y más en cómo quieres sentir las. Es un poderoso proceso que hace hincapié en el Viaje Emocional, mientras que le resta fuerza al Viaje de la Acción.

Este proceso te ayudará a concentrarte deliberadamente en tus pensamientos. Te servirá para ser más consciente de dónde están ahora tus pensamientos y para elegir más conscientemente los que emites. Con el tiempo, te resultará muy natural detenerte un

momento cada vez que entras en un nuevo segmento y diriges deliberadamente tu intención o expectativas.

Cada vez que cambian tus intenciones entras en un nuevo segmento: si estás fregando los platos y suena el teléfono... entras en un nuevo segmento. Cuando entras en tu coche... entras en un nuevo segmento. Cuando entra otra persona en la habitación... en-tras en un nuevo segmento.

Si dedicaras el tiempo necesario a conseguir que el pensamiento que corresponde a tu expectativa para el segmento comenzara incluso antes de entrar en el mismo, podrías regular su tono más específicamente que si entras en el segmento y luego empiezas a observarlo como es. En otras palabras, el Segmento de la Intencionalidad se centra en tu Viaje Emocional, no en el Viaje de la Acción.

Siempre que establezcas tus intenciones sobre cómo quieres sentirte y cómo te gustaría que se desarrollara un segmento, será positivo.

Este proceso funciona mejor si la gama de tu Escala de Guía Emocional se encuentra entre los siguientes extremos:

4. Expectativas Positivas/Creencia
5. Optimismo
6. Esperanza
7. Satisfacción
8. Aburrimiento
9. Pesimismo
10. Frustración/Irritación/Impaciencia
11. Agobio

Situación de tu fatiga: Me falta energía. Siempre estoy cansado/a. Me cuesta llegar al final del día. Tengo muchos problemas para hacer todo lo que tengo que hacer y no disfruto de nada porque estoy muy cansado/a. Me siento agobiado/a.

Nuevo segmento: Termino de trabajar. Me detengo en la tienda de comestibles y compro varias cosas de comer y productos de limpieza. Ahora ya he aparcado en el camino de entrada a mi casa y he desconectado el motor del coche, pero antes de salir del mismo para descargar mi compra, decido aplicar el Proceso del Segmento de la Intencionalidad:

Este nuevo segmento implica: Llevar la compra del coche a la casa y colocarla en su sitio.

Mis intenciones-para este nuevo segmento: Durante este segmento, quiero sentirme eficiente. Quiero sentirme productivo/a. Quiero sentir que soy organizado/a. Quiero sentirme bien en mi cuerpo. Quiero valorar lo que he comprado y sentir apreciación por mi cocina.

Situación laboral: Tengo un sueldo bastante bueno, en comparación con lo que ofrecen en muchos otros trabajos, pero no tengo ganas de ir a trabajar. Llevo bastante tiempo haciendo lo mismo y no me siento motivado. A nadie parece importarle lo que hago salvo cuando cometo un error. Los días pasan muy despacio...y luego he de volver y hacer lo mismo al día siguiente. Estoy aburrido, estoy pesimista.

Nuevo segmento: Me he duchado, vestido y desayunado. Ahora me dirijo al trabajo y acabo de aparcar mi coche. Antes de entrar, he decidido quedarme en el coche

durante dos o tres minutos para aplicar este proceso del Segmento de la Intencionalidad:

Este nuevo segmento implica: Una reunión de una hora, en la que nos reunimos todo el departamento con la supervisora. Cada lunes tenemos esta reunión.

Mis intenciones para este nuevo segmento: Quiero llegar a la hora. Quiero que se note que el fin de semana me ha sentado bien. Quiero sentir que mi mente está clara y contenta. Quiero disfrutar de los compañeros con los que me reúno. Quiero que esta reunión sea productiva.

Quiero sentirme feliz de haber ido a la reunión, y que los otros se alegren de que haya estado ahí. Este proceso del Segmento de la Intencionalidad puede parecer demasiado sencillo o simple para que pensemos que es válido, pero una aplicación deliberada del mismo transformará una vida sin un centro, llena de experiencias insatisfactorias, en una vida dinámica y apasionada.

Este proceso mejora la relación entre la vibración de tu actual creencia y la de tu deseo, porque hace que dejes de centrarte en lo que-es, para que lo hagas en lo que está en camino. Con algo de práctica, puedes llegar a convertirte en un adepto a aumentar tus expectativas positivas. Cuando tu emoción negativa es tan pequeña como la gama que acabamos de indicar, no supondrá un salto vibratorio tan grande para ti ser más optimista respecto a tu experiencia futura. Pero si sientes una emoción negativa más fuerte de la que hemos indicado en la gama para este proceso, puede que no lo pases muy bien si anticipas la llegada de un segmento positivo, y podrías seguir llevando el sentimiento negativo que tienes ahora al segmento siguiente. Si te das cuenta de que te sucede eso, interrumpe el proceso, ya que no te servirá de nada, puesto que en el próximo segmento sólo te concentrarías en lo que no quieres.

Sé alegre y ten esperanza al empezar el proceso, y con el tiempo sentirás la fuerza y la certidumbre, mientras instruyes deliberadamente a las Fuerzas Universales y a los factores interrelacionados a comportarse exactamente como has indicado. Con la práctica, este Proceso del Segmento de la Intencionalidad te otorgará la sensación de ser un gran artista o creador que dicta todos los resultados, que identifica todos los detalles, y que deliberadamente esculpe los pormenores de la experiencia de su vida, puesto que tú eres el creador de la experiencia de tu vida.

35

Aplicar el proceso de Sería estupendo que.,.

La mayoría de las personas han sido educadas para ser objetivas —en el sentido de que observan los más y los menos, los pros y los contras—, pero al ver los dos aspectos de las cosas, también activan vibraciones contradictorias, que provocan una resistencia a lo que en realidad desean. Cuando dices: «Quiero que suceda esto, pero todavía no ha sucedido», no sólo no estás activando la vibración de tu deseo, sino que activas la de la ausencia del mismo, y entonces no consigues nada. A menudo, cuando no pronuncias la segunda parte de la frase y sólo dices: «Quiero que suceda esto», en tu interior hay una vibración que no se ha pronunciado y que sigue reteniéndote en el estado de no permitir tu deseo.

Pero cuando dices: «Sería estupendo que este deseo se hiciera realidad», consigues una expectativa diferente cuya naturaleza no ofrece tanta resistencia. La relatividad vibratoria entre tu deseo y tu creencia está ahora mucho más sintonizada.

Este proceso funciona mejor si la gama de tu Escala de Guía Emocional se encuentra entre los siguientes extremos:

4. Expectativas Positivas/Creencia
5. Optimismo
6. Esperanza
7. Satisfacción
8. Aburrimiento
9. Pesimismo
10. Frustración/Irritación/Impaciencia
11. Agobio
12. Decepción
13. Dudas
14. Inquietud
15. Culpabilidad
16. Desánimo

Situación del espacio en tu hogar: Mi hogar es un caos. Es muy pequeño y las zonas de almacenaje están tan mal diseñadas que no sé dónde poner las cosas. Incluso cuando intento limpiar y ordenar, creo más desorden que antes. Me siento frustrado. Estoy agobiado.

Sería estupendo que...

... pudiera encontrar un lugar a mano para poner algunas cosas.
... pudiera deshacerme de algunas cosas que no necesito para tener más espacio.
... tuviéramos un cobertizo en el jardín para almacén.
... mi esposo vendiera su coche viejo y así nos quedaría más espacio en el garaje.
... pudiera encontrar tiempo para mejorar las cosas.
... una persona verdaderamente organizada pudiera venir a ayudarme... o a inspirarme.

Situación del deterioro de tu hogar: He vivido en el mismo lugar durante mucho tiempo y ya estoy cansado. Ya no cubre nuestras necesidades, pero no podemos permitirnos cambiar de sitio. Me doy cuenta de que busco excusas para no estar en casa, porque no me siento bien cuando estoy allí. Me siento frustrado. Siento rabia y pesimismo.

Sería estupendo que...

... pudiéramos crear un espacio en el jardín de atrás.
... pudiéramos encontrar muebles nuevos para la sala de estar a precio de saldo.
... pudiéramos deshacernos de los trastos que no necesitamos y que nos están quitando espacio.
... encontraríamos una casa nueva que se ajustara a nuestro presupuesto.
... pudiéramos hacer una hermosa sala de estar en la parte de atrás de la casa.
... pudiéramos pintar por dentro y por fuera con colores nuevos...

Situación con tus vecinos: Antes me gustaba este barrio, pero luego vinieron a vivir otros vecinos en la casa de al lado y son terribles. Su perro utiliza nuestro jardín como retrete, tienen tres o cuatro coches viejos aparcados en su camino de entrada a la casa en lugar de tenerlos en la acera de la calle y me da apuro que vengan visitas a mi casa. Me siento culpable, deprimido, y estoy enfadado.

Sería estupendo que...

- ... los vecinos se marcharan a otra parte.
- ... su perro encontrara otro sitio mejor para hacer sus necesidades.
- ... su perro respondiera al poder de mi mente.
- ... vendieran todos esos coches viejos.
- ... yo estuviera equivocado respecto a ellos y en realidad fueran muy agradables.
- ... yo estuviera tan ocupado en mi jardín que no me enterara de lo que pasa en el suyo.

Situación del mantenimiento de tu hogar: Mantener nuestra casa nos está costando una fortuna. No está muy bien construida, y ahora que ya tiene diez años todo se empieza a romper. Cada vez que me doy la vuelta se ha de reparar algo. Me siento frustrado, agobiado, decepcionado y desanimado.

Sería estupendo que...

- ... pudiéramos encontrar un buen técnico que nos hiciera las reparaciones.
- ... esto fuera lo último que rompemos durante un tiempo.
- ... las cosas que compramos duraran más tiempo.
- ... pudiéramos comprar cosas de buena calidad que fueran más resistentes.
- ... pudiéramos relajarnos y aceptar las cosas que suceden constantemente.
- ... nuestros ingresos fueran cada vez mayores.

Situación padres-hijos: Tengo una hija adulta que siempre está enfadada conmigo. Por más tiempo que pase con ella, nunca es suficiente. ¡Cuando nos vemos, no para de quejarse porque apenas estamos juntos! Estoy muy ocupado/a y no tengo demasiado tiempo para estar con ella, pero cuando la veo, se comporta de una forma muy desagradable. Me siento culpable. Estoy enfadado/a, me siento decepcionado/a.

Sería estupendo que...

- ... pudiéramos encontrar un poco más de tiempo para divertirnos juntos.
- ...pudiéramos charlar un poco todos los días y ponernos al corriente.
- ... la viera sonreír más a menudo
- ... su vida estuviera llena de las cosas que a ella le gusta hacer.
- ... su vida fuera gratificante y maravillosa para ella.
- ... siempre pudiéramos hacernos sentir bien mutuamente.

Situación conyugal: Todavía amo a mi esposa, pero nuestra relación no es como solía ser. Cuando nos casamos, no veía la hora de llegar a casa para estar con ella, y ahora, si he de ser sincero, casi me da miedo volver a casa. Se queja mucho de todas las cosas y creo que me culpa de todo lo que no funciona como ella desea. No quiero marcharme, pero tampoco es agradable estar con ella. Me siento frustrado, me siento culpable, estoy enfadado.

Sería estupendo que...

- ... pudiéramos sentirnos como al principio.
- ... estuviera impaciente por que llegara el momento de entrar en casa para estar con ella.
- ... ella encontrara alguna actividad que realmente le gustara hacer.
- ... ambos pudiéramos aligerarnos y divertirnos más.
- ... ella pudiera deshacerse de las cosas que le preocupan.
- ... siempre pudiéramos ser buenos amigos.

Situación de la intromisión de tus padres: Hace más de diez años que no vivo

en casa de mis padres, pero mi madre todavía piensa que ha de decirme lo que tengo que hacer, por eso la evito, porque no me gusta que me den órdenes. Entonces se enfada y eso empeora las cosas. Pero cuando estamos juntos/as, me trata como si yo no supiera cómo vivir mi vida. Me siento culpable, estoy enfadado/a.

Sería estupendo que...

- ... mi madre pudiera encontrar un nuevo hobby que le ocupara todo su tiempo.
- ... una de sus amigas pudiera inspirarle algo diferente.
- ... se diera cuenta de que realmente soy una persona responsable.
- ... yo no permitiera que me afectara tanto.
- ... simplemente pudiera quererla tanto que no notara la intromisión.
- ... solamente estuviéramos juntos cuando los dos estamos felices.

Situación de tu endeudamiento: Varias compañías de tarjetas de crédito me enviaron tarjetas concediéndome crédito. Lo único que tenía que hacer era llamar al número que me daban y activarlas para poder utilizarlas. Compré algunas cosas que necesitaba, hasta que agoté todo el crédito de la primera tarjeta, luego seguí utilizando la segunda, y luego otra y otra. Ahora tengo una deuda tan alta que apenas me llega para cubrir los gastos básicos. Me siento culpable, desanimado, inseguro, tengo miedo.

Sería estupendo que...

- ... no tuviera deudas.
- ... pudiera pagar los plazos de mis tarjetas de crédito cada mes.
- ... pudiera encontrar tarjetas de crédito a intereses más bajos.
- ... pudiera pagar los saldos pendientes y quedarme sólo con un par.
- ... pudiera encontrar el modo de ganar más dinero.
- ... apareciera una solución que no he tenido en cuenta y se resolviera mi problema.

Situación de los conflictos y el hambre: Todo nuestro mundo es un gran caos. Hay muchas guerras, conflictos, y mucha gente que sufre... No entiendo por qué teniendo tanta tecnología y tantos recursos, todavía hay tantas personas que pasan hambre. Deberíamos haber hecho mejor las cosas. Estoy desanimado, me siento culpable, estoy furioso.

Sería estupendo que...

- ... pudiéramos ayudarnos más mutuamente.
- ... la gente pudiera sentir su propio poder personal.
- ... los impuestos que pagamos se usaran de forma más productiva.
- ... nadie pasara hambre.
- ... todo el mundo fuera feliz.
- ... pudiéramos respetar nuestras diferencias

Situación de tu Gobierno: Estoy harto de la ineficacia del Gobierno. Te piden tantos requisitos que has de contratar a alguien sólo para hacer trámites. Ni siquiera puedes conseguir que te respondan a una pregunta por teléfono. He malgastado mucho tiempo intentando averiguar cómo hacer bien las cosas a la primera. Necesitamos un sistema burocrático más eficaz. Me siento frustrado, agobiado y culpable.

Sería estupendo que...

- ... pudiéramos diseñar un sistema burocrático más eficiente.
- ... pudiera contratar a alguien que entendiera de este tema y que pudiera hacerlo por mí.

- ... a través de la experiencia, encontrarán un sistema mejor.
- ... la nueva tecnología nos ayudara.
- ... se pudiera desarrollar un nuevo sistema de almacenamiento de datos.
- ... la solución estuviera a la vuelta de la esquina.

Situación del déficit económico de tu Gobierno: Nuestro Gobierno es un desastre. Cuando necesita dinero, lo toma arbitrariamente de los contribuyentes. No existe responsabilidad económica, el dinero se gasta de una manera absurda, y luego se quejan de que no hay bastante para las cosas que realmente necesitamos. ¡Qué caos! No sé quién puede arreglar esto. Estoy decepcionado, me siento culpable, estoy furioso.

Sería estupendo que...

- ... apareciera alguien con un buen curriculum financiero y con perspicacia.
- ... el péndulo se decantara hacia un extremo más eficiente.
- ... tuviera tanto dinero que no me importara cómo gastarlo.
- ... todos prosperáramos económicamente.
- ... cada uno hiciera su parte.
- ... pudiéramos encontrar a algunos líderes con talento y que tuvieran una nueva visión sobre la economía.

En el transcurso del día surgen muchas situaciones diferentes que provocan la activación de una extensa variedad de vibraciones en tu interior. Te sientes bien respecto a algunas cosas, no tan bien respecto a otras, y mal en algunos casos. Este proceso de «Sería estupendo que...» puede ayudarte a que te sientas mejor casi cada vez que estás dispuesto a centrarte en esa dirección.

Decir las palabras «Sería estupendo que...» te sintoniza con una vibración mejor y te inspira un enfoque deliberado. Decir estas palabras también inicia una activación positiva incluso antes de que pronuncies las otras que también están relacionadas con el tema.

Si juegas deliberadamente a este juego mientras conduces, estás en una cola o en cualquier momento en que tu atención no necesita estar en ninguna otra parte, la relatividad vibratoria entre tus deseos y tus creencias sobre un millar de temas mejorará, y los deseos que están ahí fuera retenidos en tu depósito vibratorio empezarán a mostrarse en tu experiencia.

Entrar conscientemente en este juego provocará una mejoría gradual en la relación vibratoria entre donde estás y donde quieres estar en cada área de tu vida. Este proceso de «Sería estupendo que,..» es divertido y sorprendentemente poderoso.

36

Aplicar el proceso de **¿Qué pensamiento hace que te sientas mejor?**

Este proceso funciona mejor si puedes sentarte durante unos minutos a poner tus pensamientos por escrito. Con el tiempo, cuando tengas práctica en este juego, te bastará con revisar los pensamientos en tu mente, pero escribirlos sobre papel te ayuda a concentrarte mucho más, lo cual te facilita que sientas el rumbo del pensamiento que has elegido.

INTENTAR ES CONSEGUIR –PIDE Y SE TE DARÁ-Esther y Jerry Hicks - 78 - 150

Para empezar: en primer lugar, escribe algunas frases breves sobre cómo te sientes en estos momentos respecto al tema. Puedes describir lo que ha sucedido, pero lo más importante es que escribas cómo te sientes. (Esto te ayudará a reconocer más fácilmente cualquier mejora a medida que avanzas en el proceso.)

Cuando hayas escrito algunas frases que indiquen cómo te sientes realmente ahora, escribe esto: voy a buscar algunos pensamientos respecto a este tema que me ayuden a sentirme un poco mejor. Luego, escribe una serie de pensamientos breves que se te ocurran y que puedan ayudarte a mejorar tus sentimientos respecto al tema. (Al final de cada frase, evalúa si te sientes mejor, igual o peor que al principio.)

Al centrarte —con la intención de mejorar tu estado de ánimo—, mejorarás la relación vibratoria entre tus deseos y tus creencias; y luego, con el tiempo, estas situaciones deben mejorar. Tus manifestaciones siempre siguen la dirección de tu vibración: cuando te sientes mejor, las cosas mejoran. Cada vez. Este proceso funciona mejor si la gama de tu Escala de Guía Emocional se encuentra entre los siguientes extremos:

4. Expectativas Positivas/Creencia
5. Optimismo
6. Esperanza
7. Satisfacción
8. Aburrimiento
9. Pesimismo
10. Frustración/Irritación/Impaciencia
11. Agobio
12. Decepción
13. Dudas
14. Inquietud
15. Culpabilidad
16. Desánimo
17. Ira

Situación de tu declive físico: Me preocupa que mi cuerpo se esté deteriorando. No tengo la energía que tenía antes, ni puedo hacer las cosas que me gusta hacer. Tengo molestias y dolores, me duelen las rodillas cuando ando y ya no me atrevo a correr. Tengo miedo de ir empeorando. Estoy preocupado.

Voy a buscar algunos pensamientos respecto a este tema que me ayuden a sentirme un poco mejor

- Debería caminar más a menudo, pero no lo consigo. (Igual)
- Podría dar un paseo corto y regresar en cualquier momento si me noto cansado.(Mejor)
- No tengo suficiente energía para caminar. (Peor)
- Si camino un poco todos los días, estaré más fuerte. (Mejor)
- Con el tiempo, puede que vuelva a disfrutar de mis paseos.(Mejor)
- No tengo que correr el maratón hoy día. (Mejor)
- Puedo elegir hasta dónde y a qué velocidad caminar.(Mejor)
- Pero cuando camino me duelen las rodillas. (Peor)
- Si voy despacio, probablemente no tendré problemas.(Mejor)

- Mi cuerpo ha respondido bien al ejercicio con anterioridad. (Mejor)
- Hace mucho tiempo que no hago ejercicio. (Peor)
- Si decido caminar un poco todos los días, podré hacerlo.(Mejor)
- Creo que voy a intentarlo. (Mejor)
- Espero que pronto empezaré a sentirme mejor. (Mejor)
- Será estupendo sentirme fuerte y vital de nuevo. (Mejor)

Situación de tu carrera de actriz: Desde que era pequeña he querido ser actriz. Tomé algunas clases y descubrí que era bastante buena. De vez en cuando hago algunos papeles, pero ninguno interesante, o que realmente valga la pena. Es muy duro. Hay muchas personas que se presentan a los castings para un mismo papel y siento que no tengo ninguna oportunidad. Quizá debería olvidar-me de ello y buscar un trabajo de verdad. Me siento frustrada y decepcionada.

Voy a buscar algunos pensamientos respecto a este tema que me ayuden a sentirme un poco mejor

- Estoy cansada de ir a castings y no conseguir ningún papel.(Peor)
- No sé qué tendría que cambiar. (Peor)
- No entiendo por qué esa persona consiguió el papel!. (Peor)
- Estoy consiguiendo más experiencia como actriz. (Mejor)
- Ahora entiendo el funcionamiento de los castings. (Mejor)
- Ahora no estoy tan nerviosa cuando voy a un casting. (Mejor)
- Incluso las actrices famosas han pasado por esto. (Mejor)
- Si ellas pasaron por esto, yo también podré. (Mejor)
- Me voy a sentir muy bien cuando consiga un gran papel.(Mejor)
- Sé que puedo hacer lo que me pidan. (Mejor)
- Cuando miro hacia atrás, veo un gran progreso. (Mejor)
- Me voy a relajar e intentar divertirme más. (Mejor)

Situación de tus problemas con el coche: He estado trabajando y ahorrando desde que dejé de estudiar y conseguí juntar lo suficiente para dar una buena entrada para mi coche. Encontré un coche que parecía fantástico y pagué más de la mitad al contado, y así ahora los plazos son muy pequeños. Pero a los dos meses empecé a tener problemas, así que tuve que pedir un préstamo para reparar-lo. Ahora, entre los plazos que pago por la compra del coche y los del préstamo para repararlo suman más que si hubiera comprado uno nuevo. Me siento culpable, me siento desanimado, estoy furioso.

Voy a buscar algunos pensamientos respecto a este tema que me ayuden a sentirme un poco mejor

- Es muy injusto. (Peor)
- Sabían que era un coche defectuoso cuando me lo vendieron. (Peor)
- Han faltado a la ética. (Peor)
- Al menos ahora el coche funciona bien. (Mejor)
- Me ha causado mucha angustia. (Peor)
- Si miro el coche por fuera, me gusta. (Mejor)
- Estoy cumpliendo con los plazos. (Mejor)
- Aprendemos con la experiencia. (Mejor)

- Ya me he quejado suficiente. Creo que ya es hora de seguir adelante. (Mejor)

Situación de tu seguridad económica: Mi esposo y yo hemos trabajado toda nuestra vida. Siempre hemos sido muy comedidos con nuestros gastos, porque sabíamos que llegaría el día en que querríamos jubilarnos. Nos las habíamos arreglado para ahorrar una respetable suma. Nuestro hijo, que es agente de Bolsa, nos dijo que debíamos dejarle invertir nuestro dinero para tener más cuando nos jubiláramos. Le dimos el dinero para que lo administrara, y ahora no queda nada, se ha esfumado todo el trabajo de nuestra vida. No veo cómo podremos jubilarnos algún día. Estoy preocupada, desanimada. Me siento culpable. Estoy furiosa. Siento inseguridad y miedo.

Voy a buscar algunos pensamientos respecto a este tema que me ayuden a sentirme un poco mejor

- ¿Cómo hemos podido ser tan estúpidos? (Peor)
- Nuestro hijo no debería haber jugado con nuestro dinero.(Peor)
- Su supervisor debía haberle insistido en la diversificación.(Peor)
- Lo superaremos. (Mejor)
- De todos modos, todavía no íbamos a retirarnos. (Mejor)
- Seguimos teniendo nuestros ingresos. (Mejor)
- Tampoco usábamos ese dinero. (Mejor)
- Siempre hemos hecho frente a todo lo que nos ha sucedido. (Mejor)
- Ya saldremos adelante. (Mejor)
- Todavía tenemos tiempo para solucionarlo. (Mejor)

Situación planetaria: El planeta parece inestable. Hay muchos terremotos, desprendimientos de tierra, tsunamis y huracanes que de pronto arrasan una zona provocando una gran destrucción. Tengo miedo de que mi familia salga de casa, le pase algo y quedemos separados, o de que suceda algo aún peor. Estoy preocupado. Me siento inseguro. Tengo miedo.

Voy a buscar algunos pensamientos respecto a este tema que me ayuden a sentirme un poco mejor

- Sería terrible verme afectado por una de esas tragedias.(Peor)
- Es aterrador pensar en las posibilidades. (Peor)
- He vivido muchos años y no he pasado por ninguna de estas cosas. (Mejor)
- Nuestra tecnología sigue mejorando y nos permite conocer muchos de estos sucesos con antelación. (Mejor)
- Mis hijos están alerta y saben lo que harían en esas situaciones. (Mejor)
- Ninguno de nosotros ha experimentado una tragedia personal de este tipo. (Mejor)
- Preocuparme no es una forma productiva de emplear mi tiempo. (Mejor)

Situación medioambiental: Creo que estamos destruyendo el planeta. El aire está contaminado. No se puede beber el agua porque es veneno. Los peces se están muriendo, la capa de hielo de los polos se está derritiendo. Me siento culpable. Estoy enfadado. Me siento inseguro. Tengo miedo.

Voy a buscar algunos pensamientos respecto a este tema que me ayuden a sentirme un poco mejor

- Hemos de cuidar mejor de nuestro planeta. (Peor)
- La gente es muy egoísta y no está dispuesta a hacer lo que se ha de hacer. (Peor)
- He visitado la ciudad donde crecí y he comprobado que no ha cambiado mucho. (Mejor)
- Algunas zonas están más contaminadas que otras. (Mejor)
- Eso ya era así hace 50 años. (Mejor)
- Ahora somos más conscientes y se han regulado las emisiones contaminantes. (Mejor)
- Las cosas están empezando a cambiar. (Mejor)
- Sigue habiendo mucho Bienestar a pesar de todo. (Mejor)

Situación del déficit económico de tu Gobierno: Nuestro Gobierno es un desastre. Cuando necesita dinero, lo toma arbitrariamente de los contribuyentes. No existe responsabilidad económica, el dinero se gasta de una manera absurda, y luego se quejan de que no hay bastante para las cosas que realmente necesitamos. ¡Qué caos! No sé quién puede arreglar esto. Estoy decepcionado, me siento culpable, estoy furioso.

Voy a buscar algunos pensamientos respecto a este tema que me ayuden a sentirme un poco mejor

- Si un negocio funcionara así, se hundiría. (Peor)
- Es evidente de que no tienen ni la menor idea de lo que están haciendo. (Peor)
- Estoy mejor ahora que cuando tenía diez años. (Mejor)
- Estoy mejor ahora que hace cinco años. (Mejor)
- En realidad, no me afectan mucho sus actuaciones. (Mejor)
- Si me hubiera involucrado personalmente, quizá sería más tolerante. (Mejor)
- No es mi trabajo solucionar esto. (Mejor)
- Creo que puedo centrarme en las cosas que puedo hacer. (Mejor)

Situación del orgullo nacional: Cuando era pequeño, me sentía muy orgulloso de mi país. Me emocionaba cuando oía canciones patrióticas, y me encantaba escuchar historias sobre las cosas que habían sucedido en la formación de nuestra nación. Pero ya no me siento patriota, creo que ahora sé demasiado. No me gustan las decisiones que está tomando mi Gobierno. Estoy decepcionado, me siento culpable, estoy furioso.

Voy a buscar algunos pensamientos respecto a este tema que me ayuden a sentirme un poco mejor

- La política de asuntos exteriores de mi Gobierno es terrorífica. (Peor)
- No puedo estar de acuerdo con las acciones que lleva a cabo mi Gobierno. (Peor)
- Me siento avergonzado por la conducta de mi presidente. (Peor)
- Todavía creo en los ideales sobre los que se fundó esta nación. (Mejor)
- Todavía puedo discernir la diferencia entre esos ideales y una persona. (Mejor)
- Cuando hay algo que realmente está mal, con el tiempo siempre acaba cambiando. (Mejor)

- Todo el mundo actúa desde su punto de vista. (Mejor)
- He de elegir por mí mismo. (Mejor)
- Todavía creo en nuestra nación. (Mejor)
- No hay otro lugar donde me gustaría vivir. (Mejor)
- Mis propias acciones son las que me representan. (Mejor)

Este proceso de ¿Qué pensamiento hace que te sientas mejor? llega justo a la esencia de la relatividad vibratoria. Cuando juegas este juego, estás utilizando tu Sistema de Guía Emocional de la forma más consciente posible. Estás afirmando algo deliberadamente, observando cómo te sientes, y eligiendo otra afirmación con la intención de mejorar el sentimiento. Este proceso es la esencia de lo que llamamos Creación Deliberada.

No requiere esfuerzo observar lo que tienes delante, ni tampoco prestar atención al primer pensamiento que aparece por tu mente, pero sí requiere un esfuerzo deliberado elegir lo que quieres pensar. Cuando tomas las decisiones basándote en cómo cada uno se siente respecto a lo que acabas de pensar, puedes estrechar el abismo vibratorio entre donde estás y donde quieres estar, y pronto tendrá lugar la manifestación. Esto es la auténtica Creación Deliberada.

37

Aplicar el Proceso de la cartera

Queremos que recuerdes que lo que estás viviendo actualmente no es tan importante como el modo en que lo sientes, porque lo que vives cambia constantemente. Algunas personas al leer estas pala-bras discrepan porque creen que las cosas no cambian, al menos para ellas.

Si sientes que las cosas no cambian, o que lo hacen muy lentamente, esta es la razón: estás entregando la mayor parte de tu atención a lo que-es y muy poca a lo que-te-gustaría- vivir.

Puesto que el dinero desempeña un papel muy importante en tu experiencia cotidiana, un pequeño ajuste en la relación vibratoria entre tu deseo y lo que sueles activar en torno al tema puede su-poner una gran diferencia en tu experiencia. Si lo que deseas es tener más dinero, pero siempre que piensas en ello te preocupas o te frustras, tu Sistema de Guía Emocional te está indicando que vas en la dirección opuesta. Has de mejorar la relación vibratoria entre tu deseo y los pensamientos que sueles tener sobre el tema antes de que las cosas puedan cambiar. Y al igual que con todas las cosas, una mejora en tu estado de ánimo significa que vas en dirección hacia tu deseo.

Es natural que la abundancia fluya con facilidad a tu experiencia, y el Proceso de la cartera te ayudará a emitir una vibración compatible con la recepción del dinero, no con la ausencia del mismo.

Este proceso funciona mejor si la gama de tu Escala de Guía Emocional se encuentra entre los siguientes extremos:

4. Expectativas Positivas/Creencia
5. Optimismo
6. Esperanza
7. Satisfacción
8. Aburrimiento

9. Pesimismo
10. Frustración/Irritación/Impaciencia
11. Agobio
12. Decepción
13. Dudas
14. Inquietud
15. Culpabilidad
16. Desánimo

Proceso de la cartera: primero, consigue un billete de 100 dólares y pónelo en el monedero o cartera. Llévalo siempre encima, y cuando tengas en la mano la cartera, recuerda que allí está tu billete. Siéntete feliz de que esté allí, y recuérdate a menudo la sensación de seguridad que te provoca.

Ahora, en el transcurso del día, toma nota de todas las cosas que podrías comprar con ese billete. Guardando el billete, en lugar de gastarlo al momento, recibes su ventaja vibratoria cada vez que piensas en él. En otras palabras, si tuvieras que recordar tus cien dólares y gastarlos en lo primero que se te pasara por la mente, sólo recibirías la ventaja de sentir tu bienestar económico una vez. Pero si gastas mentalmente esos cien dólares 20 o 30 veces al día, recibirás el sentimiento de la ventaja vibratoria de haber gastado dos mil o tres mil dólares.

Cada vez que reconoces que en tu cartera tienes la posibilidad de comprar esto o aquello, aumentas tu sentido de bienestar económico una y otra vez, y de ese modo tu punto de atracción empieza a cambiar: podía haber tenido eso. Podía haber tenido aquello. Puedo comprar eso...

Y, puesto que realmente tienes los medios para hacerlo (no estás fingiendo algo que no es), no hay duda de que puedan obstaculizar o enturbiar las aguas de tu flujo económico. El Proceso de la cartera es un proceso simple, pero poderoso, y cambiará tu punto de atracción económico.

Lee Contrasta tu situación actual económica y de abundancia en el ejemplo siguiente y observa si puedes identificar las vibraciones de resistencia que están impidiendo que las personas del ejemplo experimenten alguna mejora. Luego, cuando leas los ejemplos que damos de aplicación deliberada del Proceso de la cartera, observa si puedes sentir el cambio vibratorio.

Contrasta tu situación económica y de abundancia actual: Mi esposo y yo hemos trabajado durante muchos años y hemos ahorrado algo de dinero, no mucho, pero sí lo suficiente para vivir todo un año. Realmente tuvimos una gran idea para montar nuestro negocio, y teníamos un amigo que podía aportar suficiente dinero para ayudarnos a empezar, pero ahora, después de dos años, todavía estamos sacando dinero de nuestros ahorros para poder vivir, y nuestros ahorros se agotan con rapidez. Estoy preocupada y desanimada.

Proceso de la cartera: Hemos decidido dar una vuelta en coche. Cada uno lleva un billete de cien dólares. Nuestro plan en la hora siguiente será dirigirnos a la zona comercial que tenemos cerca de casa y gastar mentalmente esos cien dólares reales una y otra vez.

Cada vez que alguno de los dos vea algo que le gusta, vamos a experimentar la alegría de gastarlo mentalmente. Al fin y al cabo, tenemos el dinero, aquí y ahora, de modo que realmente podríamos comprar lo que quisiéramos. Vamos a dar una vuelta y a mirar escaparates, a ver qué llama nuestra atención y a comprarlo mentalmente si nos

apetece.

- Cenemos aquí esta noche. Me encanta este restaurante.
- Vayamos a la floristería a comprar un ramo de flores gi-gante.
- Voy a comprar esa barbacoa para ponerla en el jardín.
- Vamos a comprar ese columpio para nuestros nietos.
- Vamos a hacer un pedido de leña para estar preparados para cuando tengamos que encender la chimenea.
- Voy a programar un día en el balneario.
- Me voy a cortar el pelo.
- Me voy a comprar unos zapatos.
- Yo también.
- ¡Me encanta esa alfombra! ¡Está a muy buen precio!
- Me encantaría tener dos de esos tres maceteros grandes.
- Me gustan esas luces de exterior para el árbol.
- Vamos a comprar un buzón nuevo.
- Y mantillo para los bancos de flores de la parte de delante.
- Voy a llevar el coche para que me lo laven a mano.
- Me encanta esa mecedora. Vamos a comprarla para el porche.
- ¿Qué me dices de esas mangueras de riego?

Cuando juegas a este juego por primera vez, es posible que al identificar las cosas que quieres comprar actives tu sentimiento de que no tienes suficiente dinero, de modo que durante los primeros minutos puede que notes un aumento del malestar en lugar de una sensación de alivio. Pero a medida que vas jugando, si con cada artículo que identificas te detienes y reconoces: sí, si realmente quisiera, tengo el dinero, aquí y ahora, para hacer esta compra, tu malestar se aliviaría. Cuando llevas un tiempo jugando, ese malestar desaparece del todo. Una vez haya desaparecido el malestar, la resistencia también desaparece. Y cuando la resistencia desaparece... tu situación económica empieza a mejorar.

38

Aplicar el proceso de la Rueda de la concentración

El proceso de La rueda de la concentración quizá sea el proceso más poderoso que podemos ofrecer para ayudarte a mejorar rápida-mente la relación vibratoria entre tus creencias y tus deseos actuales. Cuando experimentas el proceso de la Rueda de la concentración, puedes sentir la mejoría que tiene lugar en la sintonización vibratoria de tus Energías. Imagina que estás cerca de un carrusel en un parque y que tienes intención de abordarlo, pero va tan rápido que cuando lo intentas, te resulta imposible. La diferencia entre la velocidad del carrusel y la tuya es demasiado grande, de modo que te ves lanzado hacia los arbustos. Pero si el carrusel redujera la marcha, en algún momento podrías saltar, y luego cuando volviera a acelerar, podrías mantener el equilibrio.

Algo similar sucede cuando se produce una variación en el impulso de tu deseo y el de tu creencia. Tu deseo tiene que disminuir la marcha para que puedas acceder a él en algún momento, o tu creencia ha de acelerar para que se produzca la sintonización.

Al centrarte en este proceso, puedes reducir lo suficiente el impulso vibratorio de tu deseo como para poder acceder al mismo, y cuando lo has hecho, puedes aumentar la

velocidad de la vibración.

Este proceso de la Rueda de la concentración funciona mejor si la gama de tu Escala de Guía Emocional se encuentra entre los siguientes extremos:

8. Aburrimiento
9. Pesimismo
10. Frustración/Irritación/Impaciencia
11. Agobio
12. Decepción
13. Dudas
14. Inquietud
15. Culpabilidad
16. Desánimo
17. Ira

Ahora explicamos el proceso de la Rueda de la concentración. Dibuja un gran círculo en una hoja de papel. Luego dibuja otro más pequeño, de unos cinco centímetros de diámetro, en el centro del círculo más grande. Ahora siéntate y mira el círculo pequeño, siéntete cómo te concentras en él. Luego cierra un momento los ojos y lleva tu atención a lo que ha sucedido para que se produjera la emoción negativa en tu interior e identifica exactamente qué es lo que no quieres.

Ahora te repites: «Bueno, ya sé claramente lo que no, quiero.
¿Qué es lo que sí quiero.»

Este proceso te será útil si intentas identificar lo que no quieres y lo que sí quieres observando cómo te quieres sentir al respecto.

Ahora escribe una frase corta respecto a lo que sí quieres en el círculo pequeño que has dibujado en el centro de la hoja.

A continuación, intenta escribir frases alrededor del círculo exterior que sean afines a lo que quieres. Cuando encuentres una frase que se acerque lo suficiente, lo sabrás. En otras palabras, sentirás si tu frase no encaja, si te echa del carrusel y te proyecta a los arbustos, por así decirlo, o si por el contrario se acerca lo suficiente a tu deseo y sintoniza con el mismo.

La razón por la que el proceso de la Rueda de la concentración es tan eficaz es porque las frases que escribes las has elegido tú. Son frases generales en las que ya crees y que son afines a tu deseo. La razón por la que funciona es porque la Ley de Atracción es tan poderosa que, cuando retienes un pensamiento por un tiempo tan pequeño como 17 segundos, aparece otro pensamiento similar, y una vez que esos dos pensamientos se han unido, se produce una combustión que hace que tus pensamientos tengan aún más fuerza.

A medida que vas encontrando pensamientos adicionales que te ayudan a sentirte bien, los vas escribiendo en el perímetro del círculo más grande. Empieza a las doce en punto y luego sigue a la 1, a las 2, etc., hasta completar las 12 horas de la esfera con frases positivas.

(Ahora, después de escribir en la posición de las 11.00 horas, haz un círculo para resaltar las palabras que escribiste en un principio en el centro de tu Rueda de la concentración, y observarás que sientes mayor afinidad vibratoria con ese pensamiento, cuando sólo unos minutos antes estabas muy lejos de la misma.)

Situación de tu fatiga: Me falta energía. Siempre estoy cansado/a.

Me cuesta llegar al final del día. Tengo muchos problemas para hacer todo lo que

INTENTAR ES CONSEGUIR –PIDE Y SE TE DARÁ-Esther y Jerry Hicks - 86 - 150

tengo que hacer y no disfruto de nada porque estoy muy cansado/a. Me siento agobiado/a.

Mi frase sobre lo que no quiero: No quiero sentirme cansado/a.

Mi frase sobre lo que sí quiero: Quiero estar fuerte, alegre y lleno/a de energía.

Mi primer intento de subir al carrusel (puedes sentir si has sido proyectado a los arbustos o si tu frase se ha acercado lo suficiente a tu deseo como para subir al mismo): He de controlarme. (No has subido.)

No puedo seguir así. (No has subido)

Recuerdo haberme sentido mejor otras veces. (Has subido.)

(Esa frase estaba lo bastante cerca de las vibraciones de tu deseo, por lo que se ha acoplado al mismo. Entonces, escríbela en tu rueda de la concentración a las 12. A medida que van surgiendo otras frases afines, las vas escribiendo alrededor del reloj, por así decirlo, a la 1, a las 2, etc.)

Generalmente estoy contento, (a la 1)

Me gusta sentirme bien. (a las 2)

(Tu enfoque ya ha provocado una mejora suficiente en la relación vibratoria entre donde te encuentras y hacia donde te diriges, como para permitirte permanecer en el carrusel. Así que saca el máximo provecho y sigue. Cuantas más frases escribas que sean afines a tu deseo, más te estabilizarás en esta nueva vibración mejorada.)

Mi cuerpo responde, (a las 3)

Ya me encuentro mejor, (a las 4)

Cada día me siento más fuerte, (a las 5)

Estoy esperando salir a pasear para charlar, (a las 6)

Es muy regenerador salir cada día a pasear, (a las 7)

Es un día maravilloso, (a las 8)

Tengo un cuerpo estupendo, (a las 9)

Me gusta sentirme tan bien. (a las 10)

Hay muchas cosas que me gusta hacer, (a las 11)

(Este juego ha hecho que te centraras en el sentimiento de la varianza vibratoria entre donde te encuentras y hacia donde te diriges, y en este breve período, tu relatividad vibratoria ha mejorado tremendamente; de hecho, ha mejorado tanto, que ahora puedes escribir una frase en el círculo pequeño del centro de tu rueda de la concentración donde te encuentras vibratoriamente en estos momentos, que sea afín a la frase que expresa tu deseo): ¡Me siento fuerte, alegre y lleno/a de energía!

Situación de tu soledad: No tengo muchos/as amigos/as. En realidad, no tengo ningún/a amigo/a de verdad, y no es muy divertido ir solo/a por la vida. En el pasado tuve amistades, pero ninguna verdadera. Parece que la gente sólo va a ver qué puede sacar de mí, pero sin dar nada a cambio. Me siento decepcionado/a. Me siento solo/a.

Mi frase de lo que no quiero: No quiero estar solo/a.

Mi frase de lo que sí quiero: Quiero encontrar a un/a buen/a amigo/a.

Mi primer intento de subir al carrusel (puedes sentir si has sido proyectado a los arbustos o si tu frase se ha acercado lo suficiente a tu deseo como para subir al mismo): Es difícil encontrar a un/a buen/a amigo/a. (No has subido)

En realidad nunca he tenido un/a amigo/a de verdad. (No has subido.)

INTENTAR ES CONSEGUIR –PIDE Y SE TE DARÁ-Esther y Jerry Hicks - 87 - 150

Veo otras personas que tienen buenas relaciones. (Has subido.)

(Esa frase estaba lo bastante cerca de las vibraciones de tu deseo por lo que se ha acoplado al mismo. Entonces, escríbela en tu rueda de la concentración a las 12.)

He conocido a algunas personas con las que me gusta estar, (a la 1)

No es algo que deba forzar para que suceda, (a las 2)

En cuanto conozca a alguien sabré inmediatamente si quiero conocerle mejor, (a las 3)

En general, cuando realmente me gusta alguien, el agrado es mutuo. (A las 4)

(Tu resistencia ha disminuido mucho. Tu relación vibratoria ha mejorado notablemente, sigue adelante...)

En realidad no he puesto demasiado empeño en conocer a nadie.(a las 5)

Hay gente encantadora por todas partes, (a las 6)

También hay otras personas que buscan relaciones, (a las 7)

A medida que me encuentro mejor, también aparecen personas que se encuentran mejor, (a las 8)

Hay muchas formas de conocer a gente nueva, (a las 9)

Me gusta estar con la gente, (a las 10)

Esto parece un nuevo comienzo, (a las 11)

(Como ahora estás sintonizado, escribe en el centro del círculo lo siguiente): Estoy entusiasmado con los nuevos amigos que están en camino.

Situación con los compañeros de trabajo: Comparto mi despacho con una persona a la que no puedo soportar. No encuentra nada bien y no para de hablar. No le gusta su trabajo, y me trata como si fuera tonta cuando yo quiero hacer el mío. Desearía que se marchara o que la despidieran. La vida es demasiado corta para pasar tanto tiempo con alguien desagradable. Estoy irritable, me siento culpable, estoy enfurecida.

Mi frase de lo que no quiero: No quiero compartir mi espacio con alguien tan desagradable.

Mi frase de lo que sí quiero: Quiero pasar mi tiempo con personas agradables.

Mi primer intento de subir al carrusel (puedes sentir si has sido proyectado a los arbustos o si tu frase se ha acercado lo suficiente a tu deseo como para subir al mismo): Me gustaría que la despidieran. (No has subido.)

Me gustaría que trasladaran a una de las dos. (No has subido.)

Me gusta sentirme bien en el trabajo. (Has subido.)

(Esa frase estaba lo bastante cerca de las vibraciones de tu deseo por lo que se ha acoplado al mismo. Entonces, escríbela en tu círculo de enfoque a las 12.)

Me gusta mucho lo que hago en el trabajo todo el día. (a la 1)

Soy buena en mi trabajo, (a las 2)

(Tu vibración ha mejorado mucho, saca el máximo provecho y sigue adelante hasta que domine esta vibración más positiva y los buenos sentimientos.)

- Me gusta demostrarme que tengo la capacidad de centrarme, (a las 3)
Con frecuencia, cuando mi mente está clara, los demás siguen mis consejos, (a las 4)
4) No me va a hacer ningún daño trabajar dando un buen ejemplo.
(a las 5)
Ella ha de tener un fuerte deseo, (a las 6)
En realidad, no sé todo lo que está haciendo mi compañera de trabajo, (a las 7)
Soy muy afortunada por lo bien que me va la vida. (a las 8)
La mayoría de mis amigos son estupendos, (a las 9)
Si lo intento, puedo llevarme bien con la mayoría de la gente, (a las 10)
Estoy dispuesta a esforzarme más para encontrar la armonía, (a las 11)

(Y ahora escribe en el centro del círculo): Espero sinceramente que mejore nuestra relación.

Situación de tu carrera de actriz: Desde que era pequeña he querido ser actriz. Tomé algunas clases y descubrí que era bastante buena. De vez en cuando hago algunos papeles, pero ninguno que sea interesante, ni que realmente valga la pena. Es muy duro. Hay muchas personas que se presentan a los castings para un mismo papel y siento que no tengo ninguna oportunidad. Quizá debería olvidarme de ello y buscar un trabajo de verdad. Me siento frustrada y decepcionada.

Mi frase de lo que no quiero: No quiero trabajar tanto sin obtener resultados.

Mi frase de lo que sí quiero: Quiero conseguir un gran papel.

Mi primer intento de subir al carrusel (puedes sentir si has sido proyectado a los arbustos o si tu frase se ha acercado lo suficiente a tu deseo como para subir al mismo): Voy a un casting casi cada día. (No has subido.)

Estoy segura de que habrá alguien que quiera contratarme.

(No has subido.)

El casting de la semana pasada fue muy interesante.

(Has subido.)

(Tu relatividad vibratoria se ha acercado lo suficiente para que puedas subir al carrusel, escribe esa frase a las 12.)

Me gusta conocer gente interesante, (a la 1)

He sentido que estaba relajada y que hice un buen trabajo, (a las 2)

No pasa nada si no soy la que buscan para ese papel en concreto.(a las 3)

En realidad sólo quiero que me elijan si el papel es adecuado para mí. (a las 4)

Hay muchos buenos actores que han pasado por lo mismo que yo.(a las 5)

Cada casting me da más experiencia, (a las 6)

He hecho tantos castings que ya no me pongo nerviosa, (a las 7)

Siento que estoy cada vez más cerca, (a las 8)

Notó que con cada entrevista aumenta mi confianza en mí misma. (a las 9)

Creo que cada vez lo hago mejor, (a las 10)

Me encanta ser actriz, (a las 11)

(La vibración de tu deseo y la de tu creencia son afines en este momento. Escribe la siguiente frase en el centro del círculo): Disfrutaré mucho con los grandes papeles que me ofrecerán algún día.

Tras haberte concentrado en algo no deseado durante algún tiempo y haber activado de ese modo vibraciones que no eran acordes con lo que realmente querías, es más difícil trasladar tu atención a lo que quieres. Pero has de encontrar la manera de centrar tu atención de forma distinta para poder crear algo diferente. Este proceso de la Rueda de la concentración ha sido diseñado por esa razón. Te ayuda a saltar al carrusel desde donde te encuentras, y luego a hacer que emitas vibraciones cada vez más elevadas. Este proceso te ayudará a pasar de la resistencia a la no resistencia más rápido que ningún otro.

La clave de la fuerza de este proceso se encuentra en su propio nombre: Concentración. Siempre que te tomes el tiempo necesario para concentrarte en algo y escribirlo, tu concentración (y fuerza) aumenta. El proceso de dibujar el círculo grande hace hincapié en tu intento deliberado de concentrarte, y luego, al exponer dónde te encuentras al principio, amplía la discordia vibratoria que existe en el presente. Todavía se requiere mayor concentración para subir al carrusel a la primera; ese es el momento en que se produce el mayor cambio vibratorio. Una vez que has escrito tu primera frase a las 12, no necesitas tanto esfuerzo para seguir ahí; cuando añades otra y luego otra, tu vibración se estabiliza, y la relación vibratoria entre tu deseo y tu creencia mejora.

Debemos utilizar este proceso en todos los asuntos que nos interesan. Debemos utilizarlo para mejorar las situaciones, las relaciones, para atraer más dinero y para mejorar nuestra condición física... Es un proceso que merece la pena aprender y aplicar. Puede transformar tu vida.

39

Aplicar el proceso de Descubrir el lugar de los sentimientos

El proceso de Descubrir el lugar de los sentimientos es el más eficaz para asegurarte de que estás emitiendo una vibración que te será útil, te ayudará a darte cuenta de lo que estás atrayendo. Es un proceso en el que se utiliza la imaginación para hacer ver que tu deseo ya se ha realizado y que en estos momentos estás viviendo los detalles del mismo.

Cuando te concentras en lo que sientes cuando vives tu deseo, no puedes sentir en modo alguno la ausencia del mismo. De modo que con la práctica, puedes conectar con la escala, por así decirlo, para que aunque todavía no se haya manifestado tu deseo, estés ofreciendo una vibración como si así fuera, y entonces será.

Tu meta, en este proceso, es invocar imágenes que te hagan emitir una vibración que permita tu deseo. Tu meta es crear imágenes que te hagan sentirte bien; tu meta es descubrir el lugar de los sentimientos de cómo sería si consiguieras tu deseo, en lugar de descubrir el lugar de los sentimientos de cómo sería si no lo consiguieras.

Puedes utilizar una técnica del recordatorio y recordar un momento más parecido al que deseas; puedes usar la técnica de la imaginación e imaginar o fingir que está sucediendo ahora, o puedes centrarte en alguien que ya está viviendo tu deseo; y cuando te concentras en los detalles del mismo, activarás su esencia vibratoria en tu interior. En realidad no es necesario que experimentes algo para emitir esa vibración, pero cuando la emites, no pasa mucho tiempo hasta que la vives.

Cuanto más juegas a este proceso de Descubrir el lugar de los sentimientos, más hábil te vuelves jugando y más te diviertes. Cuando finges o recuerdas selectivamente, activas nuevas vibraciones y cambia tu punto de atracción. Cuando cambia tu punto de atracción, tu vida mejora respecto a todos los temas para los cuales has descubierto un

nuevo Lugar de los sentimientos.

Este proceso funciona mejor si la gama de tu Escala de Guía Emocional se encuentra entre los siguientes extremos:

10. Frustración/Irritación/Impaciencia
11. Agobio
12. Decepción
13. Dudas
14. Inquietud
15. Culpabilidad
16. Desánimo
17. Ira

Situación conyugal: Todavía amo a mi esposa, pero nuestra relación no es como solía ser. Cuando nos casamos, no veía la hora de llegar a casa para estar con ella, y ahora, si he de ser sincero, casi me da miedo volver a casa. Se queja mucho de todas las cosas, y creo que me culpa de todo lo que no funciona como ella desea. No quiero marcharme, pero tampoco es agradable estar con ella. Me siento frustrado, me siento culpable, estoy enfadado.

La técnica de recordar. Recuerdo el día en que nos conocimos. Enseguida me fijé en ella. Me gustaba su aspecto y me encantaba lo divertida que era. Recuerdo cómo me escuchaba cuando yo hablaba, y lo bien que me sentía porque estaba interesada en lo que yo decía. Al momento supe que era una persona con la que quería pasar más tiempo...

(Recordar algo del pasado que te hace sentirte bien es una poderosa herramienta para mejorar tu vibración, porque cuando recuerdas esos tiempos mejores, activas la misma vibración de entonces. Por otra parte, es imposible que te concentres en lo que está sucediendo y en lo que ha sucedido al mismo tiempo.)

La técnica de imaginar. Me imagino saliendo feliz de la oficina por el trabajo que he realizado. Me visualizo entrando en el coche. Estoy orgulloso de este coche. Realmente es hermoso. Visualizo que conecto el CD y que suena la canción favorita de mi esposa. Sonrío porque me acuerdo de que ayer llevó mi coche y que se puso esa música. Siempre sucede lo mismo cuando usa mi coche, se deja los cedes en el reproductor. Ahora estoy deseando llegar a casa y estar con ella. Es una mujer alegre que siempre me anima cuando estoy a su lado. Soy un hombre con suerte...

(Observa que en esta visualización no sucede nada serio. No estás intentando hacer que suceda algo. No estás intentando cambiar a tu esposa o reformarla. Sólo estás fabricando una historia con un único propósito: conseguir sentirte bien al mismo tiempo que te centras en algo que es importante para ti. Esta visualización, aunque pueda ser una ficción total, ha cambiado la relación entre la vibración que has estado emitiendo últimamente respecto a tu esposa y la vibración que deseas respecto a ella. Ahora las cosas han de mejorar y, por lo menos, en estos momentos te sientes bien.)

Situación de abundancia: Mi esposo y yo hemos trabajado duran-te muchos años y hemos ahorrado algo de dinero, no mucho, pero sí lo suficiente para vivir todo un año. Realmente tuvimos una gran idea para montar nuestro negocio, y teníamos un amigo que podía aportar suficiente dinero para ayudarnos a empezar, pero ahora, después de dos

años, todavía estamos recurriendo a nuestro dinero ahorrado para salir adelante, y nuestros ahorros se agotan rápidamente. Estoy preocupada y desanimada.

La técnica de recordar. Recuerdo lo bien que me sentí cuando cobré mi primer cheque. No tenía recibos que pagar, y tener tanto dinero de golpe en la mano me hizo sentirme rica. Estaba entusiasmada ante la idea de que cada semana iba a recibir otro cheque, y otro...

(Reactivar un recuerdo que te hace sentirte bien es una técnica muy importante, porque se trata de algo que te ha sucedido realmente, por lo que tiene una naturaleza táctica o real y encierra una vibración poco contradictoria para ti. En otras palabras, te la crees. Cuando accedes a tu pasado y activas una creencia que encaja con tu deseo actual, en ese momento has sintonizado con tus vi-braciones, y a partir de ahí mejoran tus manifestaciones.)

La técnica de imaginar. Estoy extendiendo el último cheque con el que acabaré de pagar a nuestro amigo el dinero que nos prestó para montar nuestro negocio. Está sorprendido y complacido de que pudiéramos hacerlo tan rápido. Puedo visualizar la felicidad de mi esposo mientras le entrega el cheque. Son muy buenos amigos. Fue maravilloso que nuestro amigo creyera en nuestra idea, es fantástico que haya salido bien y que estemos teniendo tanto éxito. Y eso que sólo estamos empezando. Todavía queda mucho dinero que descubrir, experimentar y disfrutar...

(No puedes concentrarte en lo que quieres y en lo que no quieres a un mismo tiempo. Al utilizar tu imaginación para invocar deliberadamente un escenario en el que te sientes bien, al momento te distraes de una realidad no deseada y tu vibración cambia al instante, permitiendo tu sintonización vibratoria con tus deseos.)

Si realmente comprendieras el poder de tu vibración, nunca volverías a centrarte en una realidad no deseada, puesto que tu realidad es muy temporal y se puede adaptar fácilmente a las situaciones, acontecimientos, escenarios y condiciones que te agraden.

Situación planetaria: El planeta parece inestable. Hay muchos terremotos, desprendimientos de tierra, tsunamis y huracanes que de pronto arrasan una zona provocando una gran destrucción. Tengo miedo de que mi familia salga de casa, le pase algo y quedemos separados, heridos, o de que suceda algo aún peor. Estoy preocupado. Me siento inseguro. Tengo miedo.

Técnica de recordar. Recuerdo mi infancia, cuando todavía vi-vía en casa de mis padres. Había dos grandes lilos en nuestro jardín, cerca de la valla. Mi madre me dejaba sacar mantas al jardín y me fabricaba una tienda de campaña entre los dos lilos sujetándola con pinzas para la ropa. Me pasaba muchas horas allí, arreglándola, volviendo a hacerla, y jugando con los juguetes que me había llevado de mi habitación.

(Como ves, no es necesario que resuelvas los problemas del mundo —o ni tan siquiera los de tu propia vida— para que te sientas mejor. Sólo recordando un momento agradable de un tiempo pasado, puedes volver a activar tu vibración de Bienestar, y cuando sientes de forma estable Bienestar, eso es lo único que puedes experimentar.)

La técnica de imaginar. Me veo junto a mi esposa y mis hijos saliendo del coche para entrar en este maravilloso hotel de montaña. No es un lugar muy conocido, pero vamos cada año. Los niños siempre están deseando venir aquí porque pueden campar a sus anchas. Siempre conocen a otros niños, y este entorno libre y seguro es fantástico para todos. No seguimos ninguna agenda estricta. Sólo hacemos lo que nos apetece, y cuando nos apetece.

(El ejercicio de pensar pensamientos para producir deliberada-mente un sentimiento en lugar de pensar un pensamiento y luego responder con un sentimiento, es una herramienta extraordinaria-mente valiosa. Cuando te ocupas de tus sentimientos, controlas tus vibraciones y la relación entre tus deseos y creencias.)

Muchas personas creen que soñar despierta o fantasear es una pérdida de tiempo. Nosotros lo contemplamos como una forma de utilizar tu Sistema de Guía Emocional con el propósito de dirigir el poder de tu mente para activar la vibración que será tu punto de atracción. Lo vemos como una poderosa Creación Deliberada. No hay mucha diferencia entre recordar e imaginar, puesto que en cualquiera de los casos, el objeto de tu atención no está ocurriendo en tu realidad del ahora. Cuando te concentras de forma positiva, independientemente de lo que esté sucediendo en estos momentos, activas una vibración que atrae algo diferente a tu experiencia. Pero si insistes en prestar tu atención sólo a la realidad del momento, nada puede cambiar.

40

Aplicar el proceso de Libérate de tu resistencia a no endeudarte

Este proceso funciona mejor si la gama de tu Escala de Guía Emocional se encuentra entre los siguientes extremos:

10. Frustración/Irritación/Impaciencia
11. Agobio
12. Decepción
13. Dudas
14. Inquietud
15. Culpabilidad
16. Desánimo
17. Ira
18. Venganza
19. Odio/Rabia
20. Envidia
21. Inseguridad/Remordimientos/Falta de autoestima
22. Temor/Desconsuelo/Depresión/Desesperación/Impotencia

Para iniciar el proceso de Libérate de tu resistencia para no endeudarte busca una libreta con columnas, a ser posible con tantas columnas como gastos mensuales tienes. Ahora empieza por la columna de la izquierda y escribe un encabezamiento que describa tu gasto más importante. Por ejemplo, si el gasto mensual más importante es la hipoteca de tu casa, lo escribes como encabezamiento: HIPOTECA DE LA CASA. A continuación, en la primera línea, debajo del título, escribe la cantidad que pagas. Luego haz un círculo alrededor de la cantidad, que representa la cantidad que estás obligado a pagar cada mes, y luego en la tercera línea, escribe la suma total que debes en esta categoría de HIPOTECA DE LA CASA.

A continuación, en la segunda columna, escribe el segundo pago más importante, en la tercera, el tercero, y así sucesivamente. Encima de tus columnas escribe en el centro de la página la siguiente afirmación: Deseo cumplir mi palabra en cuanto a todas estas obligaciones económicas, y en algunos casos, incluso conseguiré el doble de lo

que necesito.

Cada vez que te llega una factura, coges tu hoja con columnas y ajustas, si es necesario, la cantidad mínima que necesitas cada mes. Si coincide con lo que habías escrito, escribe la misma cifra.

La primera vez que te llegue una factura, o cuando llegue el momento de realizar el pago de la categoría que se encuentra en ; el extremo derecho (en otras palabras, el pago más pequeño que realizas cada mes), escribe el cheque duplicando el importe. Y al hacerlo, escribe la nueva cantidad como saldo pendiente.

Esto puede resultar un tanto extraño cuando empiezas con este juego, pero aunque no tengas suficiente dinero para pagar todo lo que debes en todas las columnas, sigues doblando la cantidad en la última columna de la derecha. Alégrate, porque no sólo has cumplido tu nueva promesa contigo mismo de hacer todo lo posible para realizar todos los pagos, sino que en algunos casos hasta has duplicado la cantidad.

Puesto que ahora contemplas tus finanzas de una forma nueva, tu vibración empezará a cambiar enseguida. Cuando empieces a sentir un poco de orgullo por haber sido capaz de mantener tu palabra, tu vibración cambiará. Cuando mantengas tu promesa de doblar algunos pagos, tu vibración cambiará, y con este cambio, por pequeño que sea, las cosas empiezan a cambiar en tu situación económica.

Si dedicas el tiempo necesario para introducir todos los pagos que realizas en las columnas, tu nuevo enfoque empezará a activar circunstancias de manera positiva en torno al tema del dinero. En lugar de desanimarte cuando te llega otra factura, sentirás entusiasmo por anotar esa cantidad en tu cuaderno. Con este cambio de actitud y de vibración, las cosas empezarán a cambiar en tu aspecto económico.

Aparecerá dinero que no esperabas. Surgirán gangas, y te cundirá más el dinero; sucederá todo tipo de cosas inusuales en el plano económico, y cuando pasen, sé consciente de que todas ellas tienen lugar como respuesta a tu nuevo enfoque y al cambio que ha tenido lugar en tu vibración.

A medida que vayas teniendo ingresos extras, estarás dispuesto a realizar otro pago de la columna de la derecha. Pronto habrás pagado la deuda más pequeña y podrás eliminar esa columna.

Poco a poco irán desapareciendo todas las columnas a medida que tu diferencial económico entre tus ingresos y tus gastos se acentúa.

Tu sensación de bienestar económico mejorará desde el primer día que juegues a este juego. Si te tomas el juego en serio, tu vibración en cuanto al dinero cambiará de tal modo que pagarás todas tus deudas en muy poco tiempo, tal como deseabas.

No hay nada de malo en tener deudas, pero si para ti suponen una pesada carga, tu vibración respecto al dinero será de resistencia. Cuando la carga se levanta, cuando te sientes más ligero y más libre, tu resistencia desaparece, y ahora estás en posición de permitir que el Bienestar fluya con abundancia a través de tu experiencia.

Cualquier proceso que te ayude a sentirte mejor, también provocará un cambio en tu vibración respecto al dinero. De cualquier forma, este proceso es especialmente potente si tienes problemas económicos, porque te ayudará a ver tu situación desde otra perspectiva. .

Sin darte cuenta, día a día habrás ido adoptando un patrón vibratorio respecto al dinero como respuesta a lo que está sucediendo en el presente; en cambio antes, cuando sólo reaccionabas a la situación con sentimientos, no tenías control vibratorio.

Este proceso de Libérate de tu resistencia a no endeudarte te genera el mismo enfoque responsable al que te has acostumbrado respecto al dinero, en cuanto a que te pide que anotes e identifiques tu deuda o deudas, pero, al mismo tiempo, también te conduce a una perspectiva diferente. Cuando pienses en lo que puedes hacer en lugar de pensar en lo que no puedes hacer, enseguida empezarás a notar un cambio. Es un enfoque pragmático, con un toque lúdico, que dirigirá tu Energía hacia la dirección de tu

deseo.

Si prosigues en el proceso durante unas semanas, en ese breve período de tiempo los temores que has desarrollado respecto al dinero se habrán sustituido por esperanza, alegría y entusiasmo. Este juego te ayudará a librarte de tus deudas, si eso es lo que desees; te ayudará a que, de una vez por todas, equilibres tu Energía en lo que respecta al tema del dinero, y te prometemos que, una vez que hayas equilibrado tu Energía respecto al dinero, también habrás equilibrado tu estado de cuentas. Pero sin haber equilibrado tu Energía no puede haber equilibrio económico.

41

Aplicar el proceso de Delegar en el gerente

Imagina que eres el dueño de una gran corporación y que miles de empleados trabajan para tí. Tienes empleados que trabajan en la cadena de producción y en el márketing de tus productos, administradores, contables, economistas, asesores, artistas, expertos en publicidad... Miles de personas, todas ellas trabajando para que tu compañía tenga éxito.

Ahora imagina que no trabajas personalmente con ninguna de estas personas, pero tienes un gerente que sí, y que las entiende, las aconseja y las dirige. De modo que cada vez que tienes una idea nueva, se la comentas a tu gerente, quien a su vez dice: «Me encargaré de ello ahora mismo». Y lo hace, con eficiencia, rigor y precisión. Como a ti te gusta.

Puede que ahora te estés diciendo: «Me encantaría tener un gerente así, alguien en quien pudiera confiar, que pudiera actuar en mi nombre».

Nosotros te respondemos: Tienes un gerente que está haciendo eso o mucho más. Tienes un gerente que trabaja continuamente para ti y que se llama Ley de Atracción, y sólo tienes que pedir para que este Gerente Universal corra en tu ayuda.

La clave del éxito de este proceso es hacer peticiones con la expectativa de que se cumpla tu petición. Es como pedirle a alguien en quien confías, que nunca te ha fallado, que haga algo, teniendo la certeza de que lo va a hacer. Esta es la actitud que has de tomar para hacer tus peticiones al Universo. Haz tus peticiones con la actitud de estar seguro de los resultados.

Este proceso funciona mejor si la gama de tu Escala de Guía Emocional se encuentra entre los siguientes extremos:

10. Frustración/Irritación/Impaciencia
11. Agobio
12. Decepción
13. Dudas
14. Inquietud
15. Culpabilidad
16. Desánimo
17. Ira

Situación con tus vecinos: Antes me gustaba este barrio, pero luego vinieron a vivir otros vecinos en la casa de al lado y son terribles. Su perro utiliza nuestro jardín como retrete, tienen tres o cuatro coches viejos aparcados en su camino de entrada a la casa en lugar de tenerlos en la acera, y me da apuro que vengan visitas a mi casa. Me siento culpable, deprimido y estoy enfadado.

Pero ahora recuerdo que tengo a este Gerente Universal competente, eficiente y dispuesto que trabaja sólo para mí. Entonces le pido lo siguiente, hago todo lo posible por

recordar que este gerente es muy bueno y que satisfará eficazmente mis peticiones:

Me gustaría que este perro se buscara otro sitio que no fuera mi jardín para hacer sus necesidades.

Me gustaría que esos coches viejos no estuvieran en esta calle.

Me gustaría tener una buena relación con mis vecinos.

Quiero sentirme orgulloso de vivir en esta calle.

Gracias por cuidar de estas cosas.

Situación del mantenimiento de tu hogar: Mantener nuestra casa nos está costando una fortuna. No está muy bien construida, y ahora que ya tiene diez años todo se empieza a estropear. Cada vez que me doy la vuelta se ha de reparar algo. Me siento frustrado, agobiado, decepcionado y desanimado.

Pero ahora recuerdo que tengo a este Gerente Universal competente, eficiente y dispuesto que trabaja sólo para mí. Entonces le pido lo siguiente, mientras hago todo lo posible por recordar que este gerente es muy bueno y que satisfará eficazmente mis peticiones:

Por favor, encuéntrame un técnico que cobre un precio justo, que sea hábil y versátil.

Me gustaría que me dijera qué es lo que realmente se ha de cambiar.

Por favor, localízame esos productos a buen precio.

Quiero darme cuenta de las ventajas de vivir en esta propiedad vieja.

Quiero que se eliminen las antiguas desventajas de esta casa vieja.

Eso es todo por el momento. Gracias por cuidarte de esto.

Situación padres-hijos: Tengo una hija adulta que siempre está enfadada conmigo. Por más tiempo que pase con ella, nunca es suficiente. Cuando nos vemos, ¡no para de quejarse por que apenas estamos juntos! Estoy muy ocupado y no tengo demasiado tiempo para estar con ella, pero cuando la veo se comporta de una forma muy desagradable. Me siento culpable. Estoy enfadado, me siento decepcionado.

Pero ahora recuerdo que tengo a este Gerente Universal competente, eficiente y dispuesto que trabaja sólo para mí. Entonces le pido lo siguiente, mientras hago todo lo posible por recordar que este gerente es muy bueno y que satisfará eficazmente mis peticiones:

Que pueda ver las mejores cualidades de mi hija.

Que mi hija pueda ver mis mejores cualidades.

Recuérdanos a ambos, varias veces al día, lo buena que es nuestra vida.

Organiza una cita que resulte maravillosa.

Cuídate de algunos de estos detalles en los que he pasado tanto tiempo.

Eso es todo por el momento, gracias por cuidarte de esto.

Situación de tu abundancia: Mi esposo y yo hemos trabajado durante muchos años y hemos ahorrado algo de dinero, no mucho, pero sí suficiente para vivir todo un año. Realmente tuvimos una gran idea para montar nuestro negocio, y teníamos un amigo que podía aportar suficiente dinero para ayudarnos a empezar, pero ahora, después de dos años, todavía seguimos recurriendo a nuestro dinero ahorrado para salir adelante, y nuestros ahorros se agotan con rapidez. Estoy preocupada y desanimada.

Pero ahora recuerdo que tengo a este Gerente Universal competente, eficiente y dispuesto que trabaja sólo para mí. Entonces le pido lo siguiente, mientras hago todo lo posible por recordar que este gerente es muy bueno y que satisfará eficazmente mis

peticiones:

Por favor, consigue que tengamos un buen flujo de clientes.
Inspira algún rumor para que la gente se entere de nuestro negocio en esta zona.
Inspíranos para realizar todas las acciones apropiadas.
Haz que nuestro amigo se dé cuenta de nuestro sincero aprecio por su ayuda.
Apórtanos los empleados que necesitamos para dirigir este negocio en expansión.
Eso es todo por ahora. Gracias por cuidarte de esto.

Situación de tu soledad: No tengo muchos amigos. En realidad, no tengo ningún amigo de verdad, y no es muy divertido ir solo por la vida. En el pasado tuve amistades, pero ninguna verdadera. Parece que la gente sólo va a ver qué puede sacar de mí, pero sin dar nada a cambio. Me siento decepcionado. Me siento solo.

Pero ahora recuerdo que tengo a este Gerente Universal competente, eficiente y dispuesto que trabaja sólo para mí. Entonces le pido lo siguiente, haciendo todo lo posible por recordar que este gerente es muy bueno y que satisfará eficazmente mis peticiones:

Por favor, arregla algunas circunstancias en las que pueda conocer a algunas personas agradables.
Organiza que pueda conocer personas que sean afines a mí.
Me gustaría que fueran interesantes, divertidas e independientes.
Prefiero conocer personas de un modo natural y no forzado.
Me gustaría que esto empezara ahora mismo.
Eso es todo por ahora. Gracias por cuidar de estas cosas.

Situación de la intromisión de tus padres: Hace más de diez años que no vivo en casa de mis padres, pero mi madre todavía piensa que ha de decirme lo que tengo que hacer, por eso la evito por-que no me gusta que me den órdenes. Entonces se enfada, y eso empeora las cosas. Pero cuando estamos juntos, me trata como si yo no supiera cómo vivir mi vida. Me siento culpable, estoy enfadado/a.

Pero ahora recuerdo que tengo a este Gerente Universal competente, eficiente y dispuesto que trabaja sólo para mí. Entonces le pido lo siguiente, haciendo todo lo posible por recordar que este gerente es muy bueno y que satisfará eficazmente mis peticiones:

Por favor, recuérdale a mi madre que yo ya soy mayor.
Por favor, hazle ver lo competente que soy.
Por favor, calma amorosamente la intranquilidad de mi madre.
Guía a mi madre hacia otras cosas interesantes en la que pueda centrar su atención.
Ayuda a mi madre para que pueda darse cuenta de cuánto la quiero.
Organiza nuestro tiempo juntas para que las dos nos sintamos de maravilla.
Eso es todo por ahora. Gracias por cuidarte de esto.

Situación de tu carrera de actriz: Desde que era pequeña he querido ser actriz. Tomé algunas clases y descubrí que era bastante buena. De vez en cuando hago algunos papeles, pero ninguno que realmente valga la pena. Es muy duro. Hay muchas personas que se presentan a los castings para un mismo papel, y siento que no tengo ninguna oportunidad. Quizá debería olvidarme de ello y buscar un trabajo de verdad. Me siento frustrada y decepcionada.

Pero ahora recuerdo que tengo a este Gerente Universal competente, eficiente y dispuesto que trabaja sólo para mí. Entonces le pido lo siguiente, haciendo todo lo posible por recordar que este gerente es muy bueno y que satisfará eficazmente mis peticiones:

Organízame buenos castings.
Haz saber al mundo que estoy aquí y que soy buena.
Coloca mi curriculum encima de todos los demás.
Pon en cola a los profesores que puedan potenciar mi talento.
Eso es todo por ahora. Gracias por cuidarte de esto.

Situación de tu inestabilidad económica: Nunca salgo adelante económicamente. Parece que siempre salen imprevistos y he de gastarme todo lo que gano; mi tarjeta de crédito está temblando, de hecho gasto más de lo que gano. Trato de controlar nuestros gastos, pero todo está muy caro. Mi esposa trabaja y eso es una ayuda, pero a medida que nuestros hijos crecen, gastan más. Estoy preocupado, me siento desanimado.

Pero ahora recuerdo que tengo a este Gerente Universal competente, eficiente y dispuesto que trabaja sólo para mí. Entonces le pido lo siguiente, haciendo todo lo posible por recordar que este gerente es muy bueno y que satisfará eficazmente mis peticiones:

Haz que me aumenten el sueldo.
Haz que aumenten el sueldo de mi esposa.
Encuétranos tarjetas de crédito a intereses más bajos.
Recuérdame con frecuencia lo buena que es nuestra vida.
Fomenta el aprecio en mí y en mi esposa por las cosas maravillo-sas de las que gozamos.
Guíanos, de alguna manera, para tomar las mejores decisiones en cuanto al dinero desde el punto en el que estamos ahora.
Eso es todo por ahora. Gracias por cuidar de estas cosas.

Situación de tu seguridad económica: Mi esposo y yo hemos trabajado toda nuestra vida. Siempre hemos sido muy comedidos con nuestros gastos, porque sabíamos que llegaría el día en que querríamos jubilarnos. Nos las habíamos arreglado para ahorrar una respetable suma. Nuestro hijo, que es agente de Bolsa, nos dijo que debíamos dejarle invertir nuestro dinero para tener más cuando nos jubiláramos. Le dimos el dinero para que lo administrara, y ahora no queda nada, se ha esfumado todo el trabajo de nuestra vida. No veo cómo podremos jubilarnos algún día. Estoy preocupada, desanimada. Me siento culpable. Estoy furiosa. Siento inseguridad y miedo.

Pero ahora recuerdo que tengo a este Gerente Universal competente, eficiente y dispuesto que trabaja sólo para mí. Entonces le pido lo siguiente, haciendo todo lo posible por recordar que este gerente es muy bueno y que satisfará eficazmente mis peticiones:

Ayúdanos a recobrar nuestra prosperidad.
Encuentra una forma más rápida de que se revaloricen nuestros recursos.
Señálanos algunas de las ventajas de las que disponemos actualmente y que a lo mejor se nos han pasado por alto.
Que nuestro hijo sepa que no le guardamos ningún resentimiento.
Inspira en nosotros una actitud de «empezar de nuevo».
Eso es todo por ahora. Gracias por cuidarte de esto.

Situación de viajar: Me siento muy limitado, tengo la sensación de que sólo estoy explorando o conociendo una pequeñísima parte de este mundo. Hay muchos lugares que me gustaría visitar, pero no tengo bastante tiempo para ir muy lejos o quedarme el tiempo suficiente para descubrir los lugares. Siento que me estoy perdiendo muchas cosas. Estoy aburrido, decepcionado.

Pero ahora recuerdo que tengo a este Gerente Universal competente, eficiente y dispuesto que trabaja sólo para mí. Entonces le pido lo siguiente, haciendo todo lo posible por recordar que este gerente es muy bueno y que satisfará eficazmente mis peticiones:

Prepárame un paraje en mi itinerario para unas vacaciones de exploración.

Trázame una ruta satisfactoria que cumpla muchos de mis múltiples objetivos en este primer viaje.

Mira a ver qué puedes hacer respecto a conseguir precios especiales para todo lo que implica el viaje.

Apórtame la información necesaria a medida que la vayas encontrando, aunque el viaje todavía está en ciernes.

Organízame la financiación para este viaje y para futuros viajes.

Eso es todo por ahora. Gracias por cuidarte de esto.

Situación medioambiental: Creo que estamos destruyendo el planeta. El aire está contaminado. No se puede beber el agua porque es veneno. Los peces se están muriendo, la capa de nieve de los polos se está derritiendo. Me siento culpable. Estoy enfadado. Me siento inseguro. Tengo miedo.

Pero ahora recuerdo que tengo a este Gerente Universal competente, eficiente y dispuesto que trabaja sólo para mí. Entonces le pido lo siguiente, haciendo todo lo posible por recordar que este gerente es muy bueno y que satisfará eficazmente mis peticiones:

Asegúrate de que todos los parámetros de la Tierra funcionan correctamente (es decir, la órbita terrestre, el movimiento del agua alrededor del planeta, la fuerza de la gravedad...)

Restaura la pureza de nuestras aguas.

Que el clima sea propicio para el Bienestar en la Tierra.

Dame muestras del Bienestar en la Tierra siempre que te sea posible.

Eso es todo por ahora. Gracias por cuidarte de esto.

Situación de tu Gobierno: Estoy harto de la ineficacia del Gobierno. Te piden tantos requisitos que has de contratar a alguien sólo para hacer trámites. Ni siquiera puedes conseguir que te respondan a una pregunta por teléfono. He malgastado mucho tiempo intentando averiguar cómo hacer bien las cosas a la primera. Necesitamos un sistema burocrático más eficaz. Me siento frustrado, agobiado y culpable.

Pero ahora recuerdo que tengo a este Gerente Universal competente, eficiente y dispuesto que trabaja sólo para mí. Entonces le pido lo siguiente, haciendo todo lo posible por recordar que este gerente es muy bueno y que satisfará eficazmente mis peticiones:

Que aparezcan personas competentes para trabajar en el Gobierno.

Ayuda a nuestro Gobierno a crear directrices y formularios sencillos.

Que en mi vida aparezcan personas que entiendan los trámites y puedan ayudarme.

Encuentra el modo de que podamos cumplir fácilmente con estos requerimientos.

Recuérdame a menudo las cosas que me interesan y a las que debo prestar atención.

Eso es todo por ahora. Gracias por cuidarte de esto.

Situación del déficit económico de tu Gobierno: Nuestro Gobierno es un

desastre. Cuando necesita dinero, lo toma arbitrariamente de los contribuyentes. No existe responsabilidad económica, el dinero se gasta de una manera absurda, y luego se quejan de que no hay bastante para las cosas que realmente necesitamos. ¡Qué caos! No sé quién puede arreglar esto. Estoy decepcionado, me siento culpable, estoy furioso.

Pero ahora recuerdo que tengo a este Gerente Universal competente, eficiente y dispuesto que trabaja sólo para mí. Entonces le pido lo siguiente, haciendo todo lo posible por recordar que este gerente es muy bueno y que satisfará eficazmente mis peticiones:

Guía a nuestros dirigentes políticos hacia la responsabilidad fiscal.

Arregla las cosas para que podamos obtener más beneficios por cada impuesto que pagamos.

Dame alguna prueba de que la eficiencia del Gobierno mejora.

Haz que surjan líderes que quieran hacer mejor las cosas.

No quiero tanto partidismo, y me gustaría ver un interés genuino en solucionar los problemas

Eso es todo por ahora. Gracias por cuidarte de esto.

Situación del orgullo nacional: Cuando era pequeño me sentía muy orgulloso de mi país. Me emocionaba cuando oía canciones patrióticas, y me encantaba escuchar historias sobre las cosas que habían sucedido en la formación de nuestra nación. Pero ya no me siento patriota, creo que ahora sé demasiado. No me gustan las decisiones que está tomando mi Gobierno. Estoy decepcionado, me siento culpable, estoy furioso.

Pero ahora recuerdo que tengo a este Gerente Universal competente, eficiente y dispuesto que trabaja sólo para mí. Entonces le pido lo siguiente, haciendo todo lo posible por recordar que este gerente es muy bueno y que satisfará eficazmente mis peticiones:

Inspira y prepara a la siguiente generación de líderes políticos.

Haz que los líderes políticos puedan oír las intenciones de los ciudadanos de esta nación.

Que haya líderes que respondan a los deseos de sus ciudadanos.

Muéstrame cosas que me hagan sentirme orgulloso de mi nación.

Proporciona información a nuestros líderes para que puedan tenerla en cuenta.

Recuerda a nuestros líderes que han de ser responsables con nosotros.

Eso es todo por ahora. Gracias por cuidarte de esto.

Cuando juegas a esto por primera vez, quizá descubras que estás retando a tus propias peticiones en la medida en que dudas de que tu gerente vaya a cumplir tus deseos. Por supuesto, si tus dudas imperan sobre tus deseos, así será y no obtendrás prueba alguna de que tus intenciones se vayan a realizar.

Si sigues jugando y vas entrando en el espíritu de delegar en este Gerente Universal, tus dudas desaparecerán, tus expectativas irán en aumento y obtendrás las pruebas que te confirmarán el poder de tu propia mente. El día en que seas plenamente consciente del asombroso poder de tus intenciones será un día extraordinario.

No podemos describirte todos los recursos que tienes en tus manos porque desafían toda descripción y están listos para salir en tu ayuda. Sólo necesitas un medio para acceder a ellos, y el proceso de Delegar en el gerente es la herramienta que necesitas para conseguirlo. Con el tiempo este proceso cambiará tu percepción de la vida, y cuando ésta cambie, tu vida cambiará.

Aplicar el proceso de Reivindica tu estado natural de salud

Realiza este proceso mientras yaces tendido en un sitio, cuanto más cómodo mejor. Elige un momento en que dispongas al menos de 15 minutos de tranquilidad.

Este proceso funciona mejor si la gama de tu Escala de Guía Emocional se encuentra entre los siguientes parámetros:

10. Frustración/Irritación/Impaciencia
11. Agobio
12. Decepción
13. Dudas
14. Inquietud
15. Culpabilidad
16. Desánimo
17. Ira
18. Venganza
19. Odio/Rabia
20. Envidia
21. Inseguridad/Remordimientos/Falta de autoestima
22. Temor/Desconsuelo/Depresión/Desesperación/Impotencia

Ahora escribe la siguiente lista breve en un lugar donde te sea cómodo leerla, y luego, cuando te eches, léetela despacio,

- Es natural que mi cuerpo esté sano.
- Aunque no sepa qué hacer para encontrarme mejor, mi cuerpo sí lo sabe.
- Tengo billones de células, todas con una Conciencia individual, y que saben cómo lograr su equilibrio individual.
- Cuando empecé a enfermar no sabía lo que sé ahora.
- Si entonces hubiera sabido lo que sé ahora, no habría enfermado.
- No tengo por qué entender la causa de esta enfermedad.
- No es necesario que explique cómo vivo esta enfermedad.
- Sólo tengo que liberarme suave y paulatinamente de esta enfermedad.
- No importa por qué se originó, porque ahora está remitiendo.
- Es normal que mi cuerpo se tome algún tiempo para empezar a sintonizar con mis nuevos pensamientos sobre el Bienestar.
- No tengo ninguna prisa en resolver esto.
- Mi cuerpo sabe lo que tiene que hacer.
- El Bienestar es natural para mí.
- Mi Ser Interior es muy consciente de mi cuerpo físico.
- Mis células están pidiendo lo que necesitan para medrar, y la Fuente de Energía responde a esas peticiones.
- Estoy en muy buenas manos.
- Ahora me relajo para permitir la comunicación entre mi cuerpo y mi Fuente.
- Lo único que he de hacer es relajarme y respirar.
- Puedo hacerlo.

Puedo hacerlo fácilmente. Ahora, estírate y disfruta de la comodidad de tu colchón, concéntrate en la respiración: inspiración, espiración... Respira profundamente y con comodidad. No fuerces tu respiración. No intentes hacer que suceda nada, tu única misión es relajarte y respirar.

Es muy probable que empieces a notar sensaciones agradables y suaves en todo tu cuerpo. Sonríe y reconoce que es tu Fuente de Energía que responde a la petición de tus células. Ahora estás notando el proceso de sanación. No hagas nada para intentar favorecerlo o intensificarlo. Sólo relájate, respira, y deja que suceda.

Si cuando te has estirado sentías alguna molestia, sigue el mismo proceso. Sin embargo, si es muy desagradable, te ayudará incluir estas frases en tu lista escrita y oral:

- Este malestar es un indicador de que la fuente está respondiendo a mi petición celular de Energía.
- Esta sensación de dolor es un indicador maravilloso de que la ayuda está en camino.
- Me voy a relajar porque entiendo que esta sensación de dolor me está indicando una mejoría. Ahora, si puedes, duérmete.

Sonríe consciente de que Todo está bien. Respira, relájate y confía.

Situación de tu declive físico: Me preocupa que mi cuerpo se esté deteriorando. No tengo la energía que tenía antes, ni puedo hacer las cosas que me gusta hacer. Tengo molestias y dolores, me duelen las rodillas cuando ando y ya no me atrevo a correr. Tengo miedo de ir empeorando. Estoy preocupado.

Mi cuerpo está formado por carne y huesos, pero también es vibración.

Mi aspecto físico y cómo me siento es el resultado de mi vibración.

Mi cuerpo está bien en estos momentos y todo está bien.

Mi cuerpo está cambiando constantemente y todo está bien.

Mi emisión vibratoria afecta a los cambios que se producen en mi cuerpo.

El declive físico se debe a la vibración, no al paso del tiempo.

Puede pasar el tiempo y mejorar mi vibración

El declive físico ni es natural ni es necesario

No necesito esperar a que otros lo sepan o lo demuestren

Puedo empezar ahora, o cuando quiera, para demostrar esto.

Un cambio vibratorio no me proporcionará inmediatamente una prueba física.

Un cambio vibratorio me proporcionará inmediatamente una prueba emocional.

Cuando consiga un cambio vibratorio y me estabilice en el mismo, veré las pruebas.

Estoy dispuesto a cambiar mi vibración y a esperar a las pruebas físicas.

De momento, sentirme mejor emocionalmente será prueba suficiente.

Descubrir y mantener unas expectativas positivas es maravilloso.

Siento cómo mi cuerpo se beneficia de esta tranquilidad recién encontrada.

Puedo sentir la estabilidad de mi cuerpo físico.

Puedo sentir las cualidades vitales de mi sintonización con la Energía.

Puedo notar que estoy llegando a un Equilibrio de Energía.

Mi cuerpo disfruta mucho de este Equilibrio de Energía.

Todo está bien conmigo en estos momentos, y todavía ha de mejorar más...

Si te tomas el tiempo necesario para mejorar deliberadamente tus emociones respecto a tu cuerpo físico, tu condición física mejorará. Guía tu condición física mejorada junto con tus expectativas positivas y observa qué pasa. Recuerda que la manifestación siempre sigue a la vibración, y que el 99,99 por ciento de toda creación ya se ha completado antes de que haya una prueba física.

Concéntrate en tu Viaje Emocional y descubre la mejoría, y a continuación seguirá el Viaje físico de la Acción. ¡Es la ley! ¡No hay excepciones!

43

Aplicar el proceso de Ascender por la Escala Emocional

Así es como aplicaremos este poderoso proceso: cuando eres consciente de que sientes alguna emoción negativa bastante fuerte, intenta identificar cuál es esa emoción (sentimiento). En otras palabras, piensa conscientemente en lo que te preocupa hasta que puedas identificar las emociones que estás experimentando.

Este proceso de Ascender por la Escala Emocional se puede utilizar sea cual sea tu estado emocional, pero es especialmente útil cuando te encuentras muy mal.

Teniendo en cuenta los dos extremos de esta Escala Emocional, podrías preguntarte: «¿Siento mi poder personal o siento impotencia?» Aunque no sientas ninguna de estas emociones, podrás averiguar hacia qué estado emocional te inclinas en estos momentos. Por lo tanto, si en este ejemplo tu respuesta es impotencia, acorta las opciones que estás considerando. En otras palabras, pregúntate: « ¿Siento impotencia o frustración?» Si sigues sintiendo impotencia, reduce todavía más las opciones: « ¿Siento impotencia o preocupación?» A medida que sigues con este proceso (no hay una forma correcta o incorrecta de hacerlo) podrás afirmar con exactitud lo que sientes respecto a la situación a la que te enfrentas.

Una vez que has descubierto dónde te encuentras en la Escala Emocional, tu trabajo consiste en encontrar pensamientos que te proporcionen un ligero alivio de la emoción desagradable que es-tás sintiendo. El proceso de hablar en voz alta o escribir los pensamientos te ayudará a descifrar mejor lo que sientes. A medida que haces frases con la Intención Deliberada de inducir una emoción que te proporcione alivio, empiezas a liberarte de la resistencia, y entonces subes gradualmente por la escala vibratoria hasta un lugar más agradable. Recuerda que un sentimiento mejorado significa que has liberado una resistencia, y haber liberado una resistencia significa que te encuentras en un estado de permitir lo que realmente quieres.

Utiliza la Escala Emocional empezando por el lugar donde te encuentras. Observa la emoción que sientes en estos momentos e intenta modular algunas palabras que te conducirán a un estado emocional de menor resistencia.

La escala de tus emociones básicas debería ser muy similar a ésta:

1. Alegría/Conocimiento/Poder Personal/Libertad/Amor/Gratitud
2. Pasión
3. Entusiasmo/Ilusión/Felicidad
4. Expectativas positivas/Creencia
5. Optimismo

6. Esperanza
7. Satisfacción
8. Aburrimiento
9. Pesimismo
10. Frustración/Irritación/Impaciencia
11. Agobio
12. Decepción
13. Dudas
14. Preocupación
15. Culpabilidad
16. Desánimo
17. Ira
18. Venganza
19. Odio/Rabia
20. Envidia
21. Inseguridad/Remordimientos/Falta de autoestima
22. Temor/Desconsuelo/Depresión/Desesperación/Impotencia

Recuerda que no tienes acceso a las emociones que se alejan de tu actual vibración. Por consiguiente, aunque te pases el día entero pregonando la emoción que estás sintiendo, al día siguiente intenta establecer un nuevo punto de partida, aunque sólo suponga una pequeña mejora.

Si la emoción negativa que sientes es pequeña, asciende rápidamente por tu Escala Emocional. Si experimentas algo muy grave o si se trata de algo que hace años que te preocupa, es normal que puedas pasar hasta 22 días ascendiendo por la escala, y cada día eliges deliberadamente la emoción mejorada que tienes encima de la que estás sintiendo. Pero 22 días desde sentirte impotente a sentir poder personal no es mucho tiempo si lo comparas con las personas que conoces que llevan años en estados de desconsuelo, inseguridad o impotencia.

Ahora que entiendes que tu meta es simplemente alcanzar la emoción de sentirte mejor, esperamos que este proceso te libere de las emociones negativas que han estado molestandote todos estos años. A medida que te vas liberando de la resistencia que has acumulado inconscientemente, empezarás a notar una mejoría en las experiencias de tu vida... en todas las áreas conflictivas.

Situación de la intromisión de tus padres: Hace más de diez años que no vivo en casa de mis padres, pero mi madre todavía piensa que ha de decirme lo que tengo que hacer, por eso la evito, por-que no me gusta que me den órdenes. Entonces se enfada y eso empeora las cosas. Pero cuando estamos juntos/as, me trata como si yo no supiera cómo vivir mi vida. Me siento culpable, estoy enfadado/a.

Mi madre nunca está contenta conmigo, haga lo que haga. (Impotencia)

No quiero verla, pero me siento culpable cuando no lo hago. (Re-mordimientos)

Mi madre siempre se ha sentido decepcionada conmigo. (Falta de autoestima)

No le gusta nada de lo que hago. Encuentra defectos a todas mis acciones. (Falta de autoestima)

No soporto pasar tiempo con ella. (Odio)

Después de estar con ella tardo días en recuperarme. (Odio)

Me gustaría marcharme lejos, muy lejos donde no pudiera verla.
(Venganza)

Me pregunto qué pensaría si yo desapareciera. (Venganza)

INTENTAR ES CONSEGUIR –PIDE Y SE TE DARÁ-Esther y Jerry Hicks - 104 - 150

Quizás entonces me echaría de menos o recordaría algo bueno de mí. (Venganza)

Probablemente se alegraría de que me hubiera marchado. (Ira)

Tendría que buscar a otra persona para meterse con ella. (Ira)

Realmente no estoy pensando en irme a ninguna parte, pero me gustaría.

(Desánimo)

No debería buscar una vía de escape. (Remordimientos)

Tu madre debería ayudarte a levantar el ánimo, no a desear escapar.

(Remordimientos)

Me gustaría que ella fuera distinta. (Decepción)

Las madres de mis amigos son muy diferentes de la mía.

(Decepción)

Hay muchas cosas que van mal en nuestra relación y en muchos niveles. (Agobio)

No sabría por dónde empezar para arreglar esto. (Agobio)

Mis diez años de terapia no me han servido para nada. (Agobio)

Ella no hace ningún esfuerzo. (Frustración)

Piensa que soy el/la culpable de todos mis problemas.

(Frustración)

Cree que siempre tiene razón y que yo estoy siempre equivocado/a. (Frustración)

Simplemente es así y no creo que cambie nunca. (Pesimismo)

Es incapaz de ver las cosas de mi punto de vista. (Pesimismo)

Ni siquiera creo que intente ver las cosas desde mi perspectiva.

(Pesimismo) He de aceptarla tal como es. (Satisfacción)

No puedo cambiarla. (Satisfacción)

No soy la única persona que la encuentra difícil. (Satisfacción)

Quizá cuando ambos/as seamos mucho más mayores nos llevaremos mejor.

(Esperanza) Quizá pueda llegar a ese estado en que sienta que lo que ella piense no importa demasiado. (Esperanza)

Quizá, con el tiempo, comprenderá mi punto de vista. (Esperanza)

Quizá, con el tiempo, comprenderé su punto de vista. (Esperanza)

Quizá, con el tiempo, ninguno de los dos nos preocuparemos por el otro.

(Esperanza) Realmente quiero sentir amor por mi madre. (Esperanza)

Quiero que mi madre me quiera. (Esperanza)

Sé que en el fondo me quiere. (Esperanza)

Sé que piensa que me está ayudando. (Esperanza)

Tiene buena intención, aunque esté equivocada. (Optimismo)

Debería olvidarme de esto. (Optimismo)

Debería sentirme tan bien que tendría que olvidarme de esto. (Entusiasmo)

Me encantaría dejar de preocuparme. (Entusiasmo)

Me va muy bien en casi todas las áreas de mi vida. (Entusiasmo)

Me las he arreglado para que me vaya razonablemente bien en casi todos los aspectos de mi vida. (Entusiasmo)

Mi vida es estupenda cuando tengo tiempo para darme cuenta de ello.

(Entusiasmo)

Me encanta sentirme bien. Así es como realmente soy.

(Felicidad) Sé que he de sentirme bien. (Poder personal)

Sé que he de sentirme bien y voy a conseguirlo en todos los planos de mi existencia. (Poder personal)

Tengo la capacidad para sentirme bien, pase lo que pase. (Poder personal)

La función de mi madre no es hacer que me sienta bien. (Poder personal)

INTENTAR ES CONSEGUIR –PIDE Y SE TE DARÁ-Esther y Jerry Hicks - 105 - 150

No puedo cambiar la opinión de mi madre respecto a nada. (Poder personal)

Puedo controlar mis opiniones respecto a cualquier cosa, incluso mi madre. (Poder personal)

Mi madre me trajo a este maravilloso cuerpo y experiencia de vida. (Apreciación)

Bendigo su corazón. Se las he hecho pasar canutas. (Amor)

Me gusta mi vida. Estoy muy contento/a de estar aquí. (Apreciación)

Sé que soy bueno/a. Sé que valgo, lo sé. (Conocimiento)

Todo está bien en mí. (Conocimiento)

Me siento muy bien. (Alegría)

Quiero hacer muchas cosas. (Alegría, pasión, entusiasmo)

Situación de tu seguridad económica: Mi esposo y yo hemos trabajado toda nuestra vida. Siempre hemos sido muy comedidos con nuestros gastos, porque sabíamos que llegaría el día en que querríamos jubilarnos. Nos las habíamos arreglado para ahorrar una respetable suma. Nuestro hijo, que es agente de Bolsa, nos dijo que debíamos dejarle invertir nuestro dinero para tener más cuando nos jubiláramos. Le dimos el dinero para que lo administrara, y ahora no queda nada, se ha esfumado todo el trabajo de nuestra vida. No veo cómo podremos jubilarnos algún día. Estoy preocupada, desanimada. Me siento culpable. Estoy furiosa. Siento inseguridad y miedo.

Nuestros ahorros se han esfumado y no tenemos forma de recuperarlos. (Miedo)

Habíamos ahorrado durante toda nuestra vida y lo hemos perdido todo en unos pocos días. (Desconsuelo)

No tenemos suficiente tiempo para reunir todo lo que necesitamos para jubilarnos. (Inseguridad)

No es justo que unos se enriquezcan a costa de otros. (Odio)

Espero que el mercado se hunda y ellos también lo pierdan todo. (Venganza) j

Es atroz que haya habido tantas personas afectadas. (Ira)

Debería haber una protección razonable contra casos como éste. (Desánimo)

No deberíamos haber confiado en las personas que aconsejaban a nuestro hijo. (Culpabilidad)

Están en el negocio, deberían haber sido más precavidos. (Culpabilidad)

Sólo les interesa su comisión. (Culpabilidad)

En realidad no les preocupan sus clientes. (Culpabilidad)

Espero que nuestro hijo se dé cuenta depara quién está trabajan-do antes de que sea demasiado tarde. (Preocupación)

No hay modo de protegerse de situaciones como ésta. (Duda)

Esperábamos con muchas ganas jubilarnos tranquilamente. (Decepción)

Tenemos muchas cosas que hacer y muy poco tiempo para conseguirlo. (Agobio)

No deberíamos estar en esta situación a nuestra edad. (Irritación)

Nadie enfoca correctamente este tema. (Frustración)

Me imagino que la mayoría de las personas se rinden y aceptan lo que les pase. (Pesimismo)

Sin embargo, nuestra situación es mejor que la de otras personas. (Satisfacción)

Tenemos la casa pagada y vivimos en un lugar muy bonito. (Satisfacción)

Nada impedirá que sigamos viviendo aquí mientras nosotros queramos. (Satisfacción)

A los dos nos gusta estar activos. (Satisfacción)

Hay muchas posibilidades que aún no hemos contemplado. (Esperanza)

INTENTAR ES CONSEGUIR –PIDE Y SE TE DARÁ-Esther y Jerry Hicks - 106 - 150

Nuestra situación económica mejoró durante un breve período ^ de tiempo antes de que cayera. (Optimismo)

Es posible que surja algo que nos sea muy útil. (Optimismo)

Aunque ahora no puedo ver una solución adecuada, sucederá algo que nos sorprenderá. (Optimismo)

N05 hemos esforzado mucho antes, y cuando nos lo proponemos, las cosas nos salen bien. (Expectativas positivas)

Nos falta mucho para estar acabados. (Expectativas positivas)

Aunque hemos perdido nuestros ahorros, no hemos perdido nuestra experiencia.
(Creencia)

Somos más fuertes y tenemos las ideas más claras a raíz de esta experiencia.
(Expectativas positivas)

Será divertido ver qué nos depara el futuro. (Entusiasmo)

Creo que nos sorprenderemos de lo productivos que podemos ser.(Entusiasmo)

Al menos esto ha sido interesante, tenemos más determinación y nos sentimos más vivos que antes. (Entusiasmo)

Siento una nueva determinación latiendo en mi interior. (Poder personal)

Espero con ganas lo que nos deparará el futuro. (Pasión)

Sé que todo irá bien. (Conocimiento)

Las cosas siempre encuentran la forma de arreglarse por sí mis-mas.
(Conocimiento)

Siempre hemos tenido mucha suerte. (Apreciación)

Situación de los conflictos y el hambre: Todo nuestro mundo es un gran caos. Hay muchas guerras, conflictos y mucha gente que sufre... No entiendo por qué, teniendo tanta tecnología y tantos recursos, todavía hay tantas personas que pasan hambre. Deberíamos haber hecho mejor las cosas. Estoy desanimado, me siento culpable, estoy furioso.

Tenemos la tecnología necesaria para alimentar al mundo. ¿Por qué no la utilizamos? (Ira)

Donaría parte de mi sueldo cada mes, pero no creo que llegara a quienes lo necesitan. (Desánimo)

Los que ocupan cargos de autoridad deberían hacer mejor su trabajo.
(Culpabilidad) Hay muchas personas que sufren. (Preocupación)

Es algo que está muy extendido y no veo que se produzca ningún cambio. (Duda)

Como civilización deberíamos haber avanzado más. (Decepción) Hay muchas personas necesitadas, pero estamos muy desorganizados. (Agobio)

Hemos de organizamos. (Frustración)

En realidad, no creo que a nadie le importe. (Pesimismo)

Estoy harto de pensar en ello. (Aburrimiento)

Seguro que hay personas que tienen buenas ideas. (Esperanza) Toda mejora surge de la idea que ha tenido alguien. (Optimismo)

Ni siquiera esta nación ha sido siempre así de rica, pero ahora, la mayoría de las personas vivimos bien. (Optimismo)

Al igual que nuestra vida en esta nación ha ido mejorando, también mejorará en otras. (Expectativas positivas)

Quiero que todo el mundo prospere y sea feliz. (Entusiasmo)

Quiero viajar y experimentar por mí mismo este sorprendente mundo. (Entusiasmo)

Quiero demostrarme que el Bienestar domina este planeta. (Entusiasmo)

INTENTAR ES CONSEGUIR –PIDE Y SE TE DARÁ-Esther y Jerry Hicks - 107 - 150

Quiero ser un ejemplo de persona que prospera. (Entusiasmo)

Quiero a mi nación y me gusta mi vida. (Apreciación)

Me gusta la visión de que puedo controlar mi vida ofreciendo deliberadamente mi pensamiento. (Libertad/Poder personal/Alegría)

Me encanta saber que todos tenemos la capacidad de crear las vidas que escogemos. (Conocimiento)

Situación medioambiental: Creo que estamos destruyendo el planeta. El aire está contaminado. No se puede beber el agua porque es veneno.

Los peces se están muriendo, la capa de hielo de los polos se está derritiendo. Me siento culpable. Estoy enfadado. Me siento inseguro. Tengo miedo.

No quiero contribuir a la destrucción de nuestro planeta, pero no soy más que una persona y mis acciones apenas tienen efecto. (Impotencia)

¿Y si debido a nuestra ignorancia y avaricia hemos creado un estilo de vida que está destruyendo nuestro planeta? (Miedo)

Si los estudios demuestran que nuestras emisiones realmente son perjudiciales, ¿cómo puede ningún político racional seguir permitiendo esa acción dañina? (Rabia)

Se debería responsabilizar a los políticos de sus actos irresponsables. (Venganza)

En lugar de ser recompensados por su mal juicio, deberían ser castigados. (Venganza)

Tienen acceso a los hechos, sin embargo siguen haciendo lo mismo. ¿Cómo pueden dormir por la noche? (Ira)

Todos son iguales. (Desánimo)

Nuestros líderes son corruptos, y nuestros votantes, complacientes. (Culpabilidad)

Vamos en una dirección muy peligrosa. (Preocupación)

No veo signos de que las cosas estén mejorando. (Duda)

Cuando era más joven pensaba que nuestros políticos eran sensatos. (Decepción)

Se han de cambiar muchas cosas. (Agobio)

Todo el mundo entiende que se necesita un cambio, pero nadie hace nada para conseguirlo. (Frustración)

Todos son felices mientras se salen con la suya. (Pesimismo)

Estoy harto de todo este tema. (Aburrimiento)

Debería ocuparme de mis asuntos y centrarme en mi vida, que en su mayor parte funciona bastante bien. (Satisfacción)

Quizá las cosas mejoraran, o quizá no están tan mal como parece. (Esperanza)

Este es un planeta muy grande y muy antiguo. No cabe duda de que existe un patrón de estabilidad. (Optimismo)

Nuestros patrones de conducta siempre se están adaptando a nuestra experiencia, y siempre será así. (Expectativas Positivas)

Siempre estoy esperando descubrir por mí mismo la belleza de este planeta. (Entusiasmo)

Estoy haciendo una lista de los lugares extraordinarios que quiero visitar. (Entusiasmo)

Es una época maravillosa para vivir, en la que puedo viajar y descubrir cosas nuevas con facilidad. (Apreciación)

Si realmente quisiera, hoy podría comprarme un billete de avión y viajar a cualquier lugar. (Libertad)

Vivimos en una época maravillosa. (Alegría/Conocimiento)

Situación de la libertad de los ciudadanos: Nuestras libertades personales están desapareciendo rápidamente. Nuestro Gobierno parece haberse vuelto loco al utilizar sus tácticas de armamento pesado bajo la excusa de «hacerlo por el bien de todos». ¿Qué hay de mi propio bien? ¿Qué pasa con el bien de los que son como yo?

Se han vuelto locos. Sé que esto no era lo que pensaban los fundadores de nuestra nación. Probablemente se estén retorciendo en sus tumbas. Estoy decepcionado, me siento culpable, estoy furioso. Me siento inseguro, estoy desconsolado y me siento impotente.

¿Cómo hemos podido llegar a tener a esta gente al frente de nuestro Gobierno?
(Impotencia)

No me cabe en la cabeza cuál es la lógica que rige sus acciones. (Impotencia)

No entiendo por qué no hay una protesta general. (Desesperación)

Es realmente temible que personas que no tienen una visión global estén en el poder. (Inseguridad)

¿Cómo es posible que alguien esté tan ciego o tenga tan poco res-peto por la vida humana en el mundo? (Rabia)

¿Cómo pueden hacer lo que hacen y vivir tranquilos? (Rabia)

Espero que una mañana se levanten siendo plenamente conscientes del daño que han hecho. (Venganza)

Me gustaría que experimentaran el sufrimiento en sus propias vidas. (Venganza)

Cuando hay alguien que está bien informado e intenta hacer un cambio, es eliminado. (Ira)

Nadie está dispuesto o es capaz de dar un paso adelante y hacer lo correcto.
(Desánimo)

La actitud de corrupción impregna y satura nuestro sistema político. (Culpabilidad)

No nos damos cuenta de quiénes son hasta que es demasiado tarde.
(Preocupación)

No son fieles a su palabra. (Decepción)

Es un gran caos que parece imposible de arreglar. (Agobio)

¿Dónde está la protesta general? (Frustración)

A la personas les falta información, son complacientes o simple-mente no les importan las cosas. (Pesimismo)

No obstante, a mí no me repercute mucho personalmente. (Satisfacción)

La historia nos ha demostrado que cuando las cosas se ponen muy feas, al final acaban cambiando. (Esperanza)

Debe haber personas brillantes en todo el mundo que consiguen claridad de las experiencias que estamos teniendo en conjunto. (Optimismo)

Los grandes líderes surgen de las situaciones difíciles. (Expectativas positivas)

Los jóvenes de todo el mundo adquieren claridad y fortaleza.

(Expectativas positivas)

Las generaciones futuras son cada vez más puras y tienen la mente más clara gracias a las anteriores. (Expectativas positivas)

Cuando lo contemplas desde una perspectiva más amplia, la vida en este planeta mejora constantemente. (Expectativas positivas)

A medida que millones de personas observan y formulan sus preferencias personales, se produce una petición de ámbito global. (Entusiasmo)

La fuente responde a nuestras peticiones individuales y colectivas, y ese proceso supera la mezquindad de los políticos. (Poder personal)

Nadie tiene poder sobre mi experiencia personal. (Poder personal)

Yo soy y todos somos los creadores de nuestra propia experiencia.(Poder personal) Mediante la concentración puedo sentirme tan bien o tan mal como desee. (Poder personal) A través de mis elecciones emito vibraciones que equivalen a mi punto de atracción personal. (Poder personal)

Es lo mismo para todos. (Poder personal)

44

El valor de utilizar estos procesos

Lo más importante que queremos que entiendas después de leer estos procesos que acabamos de ofrecerte es que tu verdadero trabajo como Creador Deliberado es sintonizar con la Energía de tu Ser.

En cada uno de los ejemplos que hemos citado y en los de tu propia vida, cuando sientes la emoción negativa siempre significa lo mismo: tienes un deseo vibrando en tu interior al que te estás resistiendo y que está impidiendo que se realice porque también tienes activada una vibración contradictoria. Estos procesos los hemos ofrecido para ilustrar cómo reducir esa vibración contra-dictoria.

Es probable que cuando leas los procesos, no estés de acuerdo con nosotros en alguno de los temas, con alguno de los procesos, o que alguna de las soluciones no haya resuelto tu problema. No sé cómo este proceso va a evitar que se funda la capa de hielo de los polos... o conseguir que mi vecino saque los coches viejos de la entrada de su casa...

Pero no pierdas de vista cuál es tu verdadero trabajo: el equilibrio de la Energía entre las vibraciones que sueles tener activas (creencia) y tus deseos (intención). No te has de colocar en la posición imposible de necesitar que tu vecino saque los coches del jardín para que tu Energía entre en sintonía. Tu felicidad no puede depender de lo que hace tu Gobierno o tu madre, o de que se funda la capa de hielo de los polos. Si realmente quieres ser un Creador Deliberado, que se cumplan tus metas y deseos y vivir feliz, has de conseguir el control de la relación vibratoria entre tus deseos y tus creencias.

No infravalores el poder de la Sintonización de la Energía. Los maestros de tu sociedad, los genios creativos de las civilizaciones pasadas o presentes, consiguieron esta sintonización... Existe una diferencia sustancial entre las palabras «cree en tus sueños» y el hecho de haber sintonizado tus vibraciones con ellos. Tus palabras no son el punto de atracción, pero tu vibración sí lo es.

Si aplicas deliberadamente estos procesos con la intención de sintonizar con las vibraciones de tu Ser, estos procesos te harán muy poderoso/a, y con ellos te convertirás en el potente y alegre Creador Deliberado de tu propia experiencia.

45

El 99 por ciento de toda creación se ha completado antes de que puedas verla

Ahora eres consciente de que eres el que atrae o crea tu propia experiencia, y queremos que te des cuenta de que sólo tú eres el responsable. Creemos que ahora entiendes, con mayor claridad que nunca, cómo se produce esta creación, puesto que ya sabes que siempre estás emitiendo una señal vibratoria, que es tu punto de atracción.

Queremos que también seas consciente de tu Sistema de Guía Emocional, que te

indica la relación vibratoria entre el pensamiento en el que te has centrado en este momento y la vibración de tu deseo. Puedes sentir literalmente cuándo te acercas o cuándo te alejas de algo no deseado.

Nos alegra que ahora entiendas, o al menos empiece a comprender, que puedes cuantificar todos los viajes, desde donde te encuentras hasta donde deseas ir. Tu viaje hacia el éxito en prácticamente todos los temas que deseas, nunca más será confuso, puesto que habrá señales emocionales claras que te guiarán en la dirección de cualquier cosa que desees.

Cada uno de tus días está lleno de momentos estimulantes e interesantes que provocan pensamientos que hacen, tanto si eres consciente como si no, que emitas señales vibratorias que se proyectan en el futuro y que son responsables de todo lo que te sucede.

Cualquier circunstancia, cualquier acontecimiento y cada encuentro con una persona —todo lo que vives— es porque has pensado en ello, porque lo has cuestionado, reflexionado, recordado, observado, considerado e imaginado... Literalmente piensas tu vida para que exista.

Estamos extraordinariamente complacidos de que ahora entiendas la importancia de ser consciente de tus emociones, puesto que éstas te ayudan a comprender —cuando recuerdas, reflexionas, observas o imaginas— que estás preparando tu futuro para algo con lo que disfrutarás cuando se manifieste, o para algo que no te gustará. Dado que el 99 por ciento de toda creación se ha completado antes de que puedas tener ninguna prueba física de la misma, es esencial que entiendas que tus emociones te están indicando la dirección de tus pensamientos en cada momento.

Al utilizar tu Sistema de Guía Emocional, puedes dirigir tus pensamientos en la dirección de las cosas agradables antes de que se manifiesten. Pero si esperas a que se produzca una manifestación antes de haber empezado a redirigir tus pensamientos, el proceso resulta mucho más difícil, porque cuando se ha manifestado algo que no deseas, es mucho más complicado concentrarte en lo que deseas.

Cuando aceptas que en este mismo momento estás en el proceso de crear cosas que van a manifestarse en tu experiencia y que estás guiando deliberadamente tus pensamientos hacia ideas que te hacen sentirte bien..., tu experiencia manifestada futura se llenará de cosas que te deleitarán a medida que vayan apareciendo.

Este libro se ha escrito para ayudarte a ser consciente de las cosas invisibles (por el momento) que estás creando. No creemos que elijas deliberadamente tener un cáncer, un accidente de coche, quedarte en bancarrota o divorciarte, pero debido a que generalmente piensas tanto en estas cosas sin ser consciente de ello, con frecuencia te sorprende cuando sucede algo de lo mencionado. A veces parece que las cosas han pasado sin causa alguna. Pero nunca suceden sin causa, ni se producen en un instante. Han sucedido después de muchos y muchos pensamientos, que se han acoplado a la vibración que emitías.

Pero ahora, después de leer este libro, ya no te sorprenderás cuando sucedan cosas buenas o malas. Porque nunca más volverás a centrarte en un pensamiento, ni sentirás su correspondiente emoción que te indica si te estás acercando o alejando de lo que deseas, sin ser consciente de ello. Ahora ya conoces la relación vibratoria entre tu creación del presente y la del futuro.

El extremo de la Escala de Guía Emocional donde se encuentran la pasión, la alegría, la apreciación y el amor, contiene esos sentimientos por tu percepción de tu propio poder y libertad personales. El otro extremo de la Escala de Guía Emocional, donde se encuentran la depresión y el miedo, contiene esos sentimientos debido a tu percepción personal de falta de poder personal y esclavitud. Pero ahora, no volverás a experimentar la falta de poder personal porque ya sabes demasiado.

En estos momentos, entiendes que lo único que puede impedir que disfrutes de tu gozosa abundancia de todas las cosas buenas que deseas son las vibraciones que emites que te llevan en di-rección contraria.

Ahora entiendes que tus emociones gloriosas son las que te ayudan a fijar tu ruta en todos los temas, y que siguiendo el rastro de las emociones positivas, proyectas cohetes vibratorios a tu futuro, que aportarán una corriente constante de creaciones maravillosas.

Ahora, cuando sientas que aumenta la frustración, la impaciencia o la ira, puedes detenerte un instante para tomar conciencia y reflexionar: « ¿Qué estoy proyectando en mi depósito vibratorio? ¿He de dedicar un momento ahora para redirigir mis pensamientos y cambiar el curso de mi probable manifestación, o he de dejarme llevar por mis pensamientos —apoyado por la Ley de la Atracción— y experimentar las consecuencias de mis pensamientos descontrolados y no dirigidos?»

Aunque en cualquier momento puedas darle la vuelta a algo, incluso después de haberse manifestado, te animamos a que lo hagas cuando todavía se está creando en el plano vibratorio, puesto que entonces es mucho más fácil. Pero lo más importante que que-remos que tengas en cuenta es que hay muchos millones de momentos de tu experiencia de la vida real en los que puedes sentirte bien ahora, sentirte bien ahora, sentirte bien ahora.

Sí, por supuesto, la manifestación llegará. Sin duda lo hará, buena o mala. Deseada o no deseada, llegará. Pero tu vida es ahora, tus emociones son ahora y tu estado de ánimo es ahora. Dirige tus pensamientos para mejorar tu momento ahora, y las manifestaciones llegarán por sí solas.

Disfrutamos mucho viendo cómo se desarrollan vuestras vi-das desde nuestro puntó de mira No-Físico... Si pudierais ver el futuro como lo vemos nosotros, os daríais cuenta de que en este pre-ciso momento hay sucesos deseados y no deseados que están tomando forma justo al otro lado de tu puerta. Hoy, mañana y al día siguiente, vas a añadir un pensamiento más, una vibración de-liberada más a lo que ya está ahí, que provocará que se llene el vaso o que llegue al punto de manifestación. Por lo tanto, vale la pena que sintonices tu glorioso Sistema de Guía Emocional para que seas consciente de lo que estás a punto de manifestar.

Vienes a este cuerpo, centrado en esta realidad de tiempo-espacio de Primera Línea, porque te encanta la creación. No hay nada en todo el Universo que sea más satisfactorio para ti que mol-dear la Energía que crea mundos con el poder de concentración de tu mente.

No has venido a arreglar un mundo estropeado, puesto que tu mundo no lo está.

No has venido a ayudar a otros a ver el error de su forma de actuar y a reconducirlos.

No has venido para conseguir la aprobación de otros a través de ciertas acciones.

Has venido a este magnífico contraste para sentir cómo nacen tus preferencias personales. Viniste sabiendo que podrías sentir la relación vibratoria entre tu nuevo deseo y tu visión actual, y esperando el proceso de equilibrio de la Energía de esos dos puntos vibratorios de ventaja.

Has venido por la dicha de dar a luz a un nuevo deseo, y por la emoción de sentir el proceso de equilibrio de la Energía.

Sí, esperabas la manifestación de tus creaciones, pero siempre has puesto tu énfasis en ese 99 por ciento de la creación que sucede antes de la manifestación. La emoción de la manifestación, sea cual sea, no es más que una breve emoción que rápidamente se con-vierte en el trampolín desde el cual te lanzarás a tu próxima creación y ala siguiente. Pero tu vida, desde tu ventajoso punto físico, o desde tu ventajoso punto No-Físico, sucede casi un 99 por ciento antes de la manifestación.

Hoy, vaya adonde vaya, haga lo que haga o con quién lo esté haciendo... nada es más importante que sentirme bien.

Hoy voy a buscar lo que quiero ver.

Soy el creador de mi propia realidad.

Justo ahora, logro el pensamiento que me hace sentirme mejor en estos momentos.

Pensamiento a pensamiento y sentimiento a sentimiento, me centro en las vibraciones de mi mente para que se sintonice.

Sentiré la verdadera esencia vibratoria de mi Ser y guiaré todos y cada uno de mis sentimientos hacia una sintonización vibratoria, puesto que ese es el verdadero sentido de un equilibrio de la Energía.

46

El sorprendente poder de la Intención Deliberada

Hemos escrito este libro como respuesta a tus preguntas, para que entiendas quién eres realmente y cuál es tu lugar en la creación. Y tú quieres comprender el propósito de la experiencia de la vida y saber cómo puedes realizar la razón de tu existencia en este cuerpo, en este momento del tiempo.

Queremos que recuerdes que eres un Creador Eterno que ha venido a esta Primera Línea para experimentar la gozosa expansión de tu Universo. Queremos que recuerdes tu valor, que reco-nozcas tu dignidad y que ames la vida.

Podemos sentir el sorprendente poder de tu intención de comprender cómo crear deliberadamente tu propia realidad, y hemos de decirte que, literalmente, nos has invocado para que te ayudemos a recordar quién eres y lo que realmente sabes.

No hay nada más importante o más satisfactorio para ti que conseguir una sintonización deliberada con tu Fuente. Reconocer no sólo la Energía de tu Fuente, sino también sintonizarte deliberadamente con ella, es la experiencia última de beatitud. Este es el verdadero sentido del equilibrio de la Energía, y es la parte más importante de la experiencia de tu vida.

Cuando sintonizas tus vibraciones con tu Fuente, aquello en lo que te centres estará recibiendo el centro del Flujo de Energía que crea los mundos. El poder de esa sintonización no se puede expresar adecuadamente en palabras, pero puedes sentirlo. Lo sientes en tu felicidad, amor, exuberancia y pasión.

Si llevas tiempo estudiando con nosotros, o aunque sólo hayas leído este pequeño libro, ya has sido introducido a una serie de juegos, procesos o técnicas. No es necesario que intentes aplicarlos todos, o ni tan siquiera la mayoría de ellos, porque todos ellos los ofrecemos por la misma razón y cada uno tiene poder en sí mismo. Al practicar cada proceso, se despertará la vibración de tu Ser. Al practicar cada proceso, te acercarás a la sintonización con quién-eres-realmente. Al practicar cada proceso sentirás alivio, lo cual indicará que estás liberándote de la resistencia. Cada proceso te ayudará a equilibrar tu Energía. Cada proceso te ayudará a acortar el tiempo entre donde te encuentras en este momento y el lugar al que realmente quieres llegar.

No conviertas la aplicación de estos procesos en un trabajo duro. Elige el que te resulte más atractivo y utilízalo mientras te sientas bien. Luego elige otro y otro... Lo más importante que has de recordar es que, cuanto mejor te sientes, en cualquier momento del tiempo, más sintonizado estás con tu Fuente y con tus deseos. Y no hay nada más importante que tu bienestar.

Deseamos que este libro te haya liberado de la única cosa que puede atarte o hacer que no te sientas libre, pues la única esclavitud que existe realmente es la

percepción de la impotencia. Te falta poder personal sólo cuando no estás sintonizado con tu fuerza, y sólo tú tienes la clave para conseguir esa sintonización. Nadie puede arrebatártela. Tú eres su único dueño.

De modo que tu trabajo, tu único trabajo (pero tu trabajo continuo, porque no es un trabajo que pueda ser completado) es una conciencia constante de la relación vibratoria entre lo que enfocas ahora, y el foco de tu Ser Interior en este momento.

Tu Ser Interior es consciente de tus esperanzas y sueños, y está enfocado en ellos. Cuando no consigues concentrarte en los mismos, notas la resistencia. Tu Ser Interior es consciente de lo que vales; cuanto enfocas algo diferente, sientes la resistencia. Tu Ser Interior espera éxito; cuando no lo tienes, sientes la resistencia. Tu Ser Interior disfruta del proceso de expansión continua; cuando estás impaciente, sientes la resistencia. Tu Ser Interior sabe que eres Eterno; cuando sientes que no tienes tiempo, estás sintiendo la resistencia. Tu Ser Interior sabe que tu capacidad creativa no tiene límites; cuando te sientes inferior, estás sintiendo la resistencia. Tu Ser Interior adora a las personas con las que compartes el planeta; cuando les encuentras defectos, sientes la resistencia. Tu Ser Interior sabe que todo el mundo tiene acceso al mismo poder; cuando te responsabilizas de la vida de los demás, estás sintiendo la resistencia.

Por eso, elige entre las técnicas que te hemos ofrecido y recuerda que no hay una forma correcta de llevar a cabo esta sintonización. Juega con ello, sé flexible, inténtalo por todos los medios y no juzgues los resultados. Toma la decisión de que, no importa cuál sea el tema de discusión —del pasado, del presente o del futuro—, vas a abordarlo con el mejor sentimiento que puedas, desde el lugar donde te encuentras ahora. Con esa decisión tu vida girará in-mediatamente en la dirección de la prosperidad.

Hemos escrito este libro para ayudarte a entender los siguientes puntos más importantes, que exponemos como respuesta a lo que hemos oído de muchos de vosotros:

- En primer lugar, eres un Ser Vibratorio y vives en un Universo Vibratorio.
- Las vibraciones de este Universo están perfectamente controladas por la poderosa Ley de Atracción.
- No puedes dejar de emitir vibraciones.
- La Ley de la Atracción facilita que caigas en hábitos o patrones de emisión vibratoria.
- Observar a la gente que te rodea influye en tus emisiones vibratorias.
- Observar la experiencia de tu vida influye en tu emisión vibratoria.
- La mayoría de las personas básicamente emiten vibraciones como respuesta a lo que están observando.
- Las vibraciones que emites son tu punto de atracción.
- Lo que piensas, las vibraciones que ofreces y lo que estás viviendo siempre coinciden.
- Al margen de qué palabras utilices —«Me estoy concentrando; estoy pensando; estoy recordando; estoy reflexionando; estoy observando; estoy imaginando; estoy soñando»—, estás emitiendo vibraciones a las que la Ley de
- Atracción está respondiendo.
- Cuanta más atención prestes a cualquier pensamiento, más domina en tu vibración.
- La experiencia de tu vida se basa en los pensamientos que generas.
- Eres el creador de tu propia realidad.
- Siempre que le prestas atención a algo, activas esa vibración en ti.
- Cuanta más atención prestas a cualquier pensamiento, más activo se vuelve

en tu vibración o domina más en tu punto de atracción.

- Estas vibraciones dominantes son la esencia de todo lo que estás viviendo y de todo aquello en lo que crees.
- Una creencia sólo es un pensamiento ininterrumpido.
- A través de mucha experiencia, mucha observación y enfoque en el pensamiento, atraes al equivalente físico manifestado.
- El noventa y nueve por ciento de toda creación se ha completado antes de que puedas ver una prueba física.
- Ahora mismo tu futuro está lleno de manifestaciones potenciales a raíz de los pensamientos que has tenido.
- Algunas de estas manifestaciones te complacerán cuando se manifiesten, y otras no.
- Te resultará mucho más fácil invertir la dirección de la ola de tu vibración en la dirección de las cosas que quieres experimentar antes de que se produzca una manifestación.
- Deseas muchas cosas, que se encuentran en diferentes etapas de manifestación para que puedas experimentarlas ahora, y tu Sistema de Guía Emocional te ayudará a seguir avanzando hacia las cosas deseadas.
- Has de encontrar un modo de desactivar tu vibración respecto a cualquier cosa no deseada que se esté abriendo camino hacia tu futuro inmediato o lejano.
- La desactivación de las vibraciones no deseadas supone el mismo proceso que el de activación.
- No puedes activar algo deseado y algo no deseado a la vez. Es lo uno o lo otro, y tus emociones tienen muy claro en qué te estás concentrando.
- Tendrás que aprender a cuantificar cada viaje siendo consciente de las emociones que sientes antes de que seas capaz de poder avanzar sólo hacia los resultados deseados.
- Eres una Fuente de Energía Pura y Positiva enfocada en tu cuerpo físico, que intenta beneficiarse del contraste por-que te ayuda a decidir y a definir tus preferencias únicas.
- Cuando sintonizas con los pensamientos que te hacen sentirte mejor, te das cuenta de que en cualquier momento y se trate de lo que se trate, siempre tiendes hacia la relación vibratoria entre tus pensamientos del momento y los de tu Fuente.
- En el transcurso del día, sé consciente de que estás creando tu propia realidad.
- Siente las emociones que flotan hacia tu conciencia, y reconoce su enorme valor para ti.
- Al margen de cómo sea la emoción, buena o mala, suave o fuerte, sonríe con orgullo, consciente de esa emoción y de lo que significa para ti.
- Reconoce que es un indicador vibratorio que te está señalando tu sintonización con tu Fuente y con tus deseos.
- Al margen de cuál sea tu emoción actual, sé feliz de ser consciente de la misma y sabe que en cualquier momento, en cualquier lugar y bajo cualquier circunstancia que elijas, puedes escoger pensamientos que mejoren tu emoción, y por consiguiente mejoren la relatividad vibratoria entre tu yo y tu Yo.
- Contéplate como Energía.

- Contempla tu Fuente como Energía.
- Sé siempre consciente de la relación vibratoria entre esas Energías.
- El equilibrio de la Energía de tu Ser no es como una graduación universitaria, que una vez que la has conseguido es tuya para siempre. Es, o no es, en el momento. Siempre puedes sentir la sintonización o falta de la misma, tu equilibrio y tu desequilibrio, tu Conexión o desconexión, tu permisión o falta de permisión de esa Conexión.
- Eres la Energía Fuente, aquí en este cuerpo físico, y se supone que la vida ha de ser buena para ti.
- Eres valioso. Estás bendecido. Eres un creador. Estás en Primera Línea del pensamiento para experimentar la dicha de cabalgar sobre la ola de expansión que es la promesa de esta vida eterna.
- No puedes darlo por terminado. ¡Nunca!
- No puedes hacerlo mal porque nunca se termina.

Queremos expresar nuestro reconocimiento de lo que vale tu vida. Deseamos que hagas las paces con todos tus temas pendientes en estos momentos, con la comprensión de que desde donde te encuentras puedes ir a cualquier parte. Si condenas tu situación actual o si te sientes culpable por estar donde estás, tu futuro cambia-rá muy poco. Pero a medida que suavizas tu malestar e intentas mejorar cómo te sientes, tu vibración empezará a cambiar, la Ley de la Atracción te ayudará a continuar, y podrás llegar a donde quieres estar en un breve período de tiempo.

Tranquilízate al respecto. Tómallo como un juego. Repítete to-dos los días: «No hay nada más importante que sentirme bien. Cuanto mejor me siento, más estoy permitiendo que fluyan a mí todas las cosas maravillosas de la vida».

Hay mucho amor para ti aquí.

Y de momento, este libro ya ha terminado.

Abraham en directo: preguntas y respuestas

*Esto es una transcripción del taller El Arte de Permitir
(un poco abreviada para mayor claridad), de una grabación realizada en
Tampa, Florida, el sábado 8 de enero de 2005.*

Abraham: Buenos días. Estamos muy contentos de que estéis aquí. Es estupendo que nos hayamos reunido con el propósito de crear juntos, ¿no os parece? ¿Sabéis lo que queréis? ¿Es-táis disfrutando de la evolución de vuestro deseo? La gran pregunta: ¿estáis contentos con vuestros deseos no realizados?

« ¡Ah, sí, especialmente con esos, especialmente con esos!»

Estamos esperando el momento... en que podamos sentir-lo en tu vibración; podemos ver lo que va a ser tu experiencia futura desplegándose en los éteres; casi podemos oír las palabras que fluyen de ti cuando dices: «Soy un ser Eterno», lo que significa: «Nunca acabaré mi creación», lo que significa que «el contraste seguirá proporcionándome nuevas preferencias en mi interior», lo que significa que «la Fuente de Energía seguirá respondiendo a las preferencias que nacen en mi interior», lo que significa que «siempre habrá algo que he definido como deseo que todavía no se ha manifestado, pero ha de ser de este modo.

Si soy un Ser Eterno, y lo soy (lo dices tú o lo decimos nosotros por ti), siempre habrá un deseo por cumplir».

Queremos que seas uno con esa idea, porque cuando haces las paces con esa idea, siempre habrá algo que quieres y que todavía no has descubierto cómo sucederá, cuándo sucederá, de dónde procederá o quién lo propiciará; cuando aceptes esta interminable experiencia de tu vida que siempre está desplegándose, empezarás a vivir como pretendías al venir aquí: gozosamente, expandiéndote, sin terminar jamás.

A veces, cuando te oímos decir la palabra perfecto, suena (o la vibración que emites al pronunciarla se siente) como que piensas que un día tacharás todo lo que tienes anotado en tu lista de cosas pendientes, y entonces la vida será perfecta.

«Cuando vea que se producen todas las situaciones que me agradan, mi vida será perfecta.» Y nosotros decimos: entonces estarías muerto. Y no queremos decir muerto en el sentido en que tú te lo imaginas; nosotros al decir muerto queremos decir que no hay muerte. Significaría acabado, es decir justo lo contrario del Ser Eterno que eres.

De modo que cuando realmente entiendas que eres Eterno y que (incluso en este cuerpo que estás enfocando, en esta magnificente realidad de Primera Línea de tiempo-espacio), a medida que las experiencias provocan el nacimiento de nuevos deseos en tu interior, si te puedes relajar y entender que así ha de ser, y disfrutas del hecho de que todo está aún por hacer y esperas su despliegue, entonces habrás alcanzado el equilibrio correcto en esta Primera Línea, que es como montar sobre la cresta de la ola.

Cuando hablamos del Equilibrio de la Energía, cuando hablamos de sintonización con quien realmente eres, cuando hablamos de unirte con la vibración de quien-eres-realmente, cuando hablamos de que tus deseos coincidan con tus creencias: lo que en verdad queremos decir es que utilices las emociones para ayudarte a sintonizar con tus vibraciones. Y cuando lo consigas, tus circuitos estarán totalmente abiertos.

Cuando tus circuitos están totalmente abiertos (¿circuitos abiertos a qué? A tu Fuente), prosperas. Tienes la mente clara,

te sientes seguro, te sientes bien y todo es maravilloso en tu experiencia. Entonces eres el Ser que habías sido antes de venir a este cuerpo, sólo tú puedes ser más que el Ser que eras antes de venir a este cuerpo porque ahora eres el Ser que ha venido a este cuerpo. Ahora eres el Ser de Primera Línea en la experiencia de Primera Línea, sintonizado, conectado, enfocado hacia la Fuente de Energía de la que procedes, que se está expandiendo junto contigo. (¿No es maravilloso?)

Queremos ayudarte a reconocer —con mayor precisión y rapidez— cuándo estás sintonizado con las vibraciones de lo que quieres. Te mostraremos cómo puedes hacer que con muy poco esfuerzo (mucho menos que el que se necesita para aprender un programa de ordenador) seas consciente de cuál es tu vibración. Luego, lo que hagas al respecto es cosa tuya.

Este es el Arte de Permitir, y nos encantan estas palabras. El Arte de Permitir es cómo nosotros denominamos a esta reunión: permitir mi Conexión con mi Fuente; eso es lo que realmente significa. No significa el arte de aguantar o tolerar todo tipo de atrocidades. Significa: el arte de encontrar mi sintonización, y por consiguiente, de vivir feliz pase lo que pase a mi alrededor. Significa: conseguir una sintonización vibratoria con quien soy buscando los aspectos positivos, apreciar profundamente y querer de todo corazón sentirme bien, mantenerse conscientemente en sintonización vibratoria con quien-soy-realmente. Y entonces, aunque el contraste seguirá estando en mi experiencia, y aunque proyecte problemas en mi futuro, con la misma rapidez que lo haga (lo cual es la verdadera petición, ¿no es así?) la respuesta llegará pisándoles los talones.

Puedes ser tan bueno proyectando problemas o preguntas a tu futuro —con respuestas que te pisen los talones— que quizá las respuestas se manifiesten simultáneamente con el problema, de forma que nunca llegues a ser consciente del mismo. Así es la creación en el plano más superior, donde el contraste sigue produciendo nuevas y mejores experiencias, y antes de que te des cuenta de que te estás perdiendo una experiencia nueva y mejor, que todavía no ha llegado, ésta se produce.

Puedes vivir con peticiones e identificar con la misma rapidez lo que quieres, lo que necesitas conocer o lo que te gustaría experimentar, y las situaciones y acontecimientos ya se habrán organizado de tal modo que estarás viviendo lo que deseas casi con tanta inmediatez, o con tanta inmediatez, como has formulado tu petición.

Es un arte de por vida. Nunca acabas de perfeccionarlo. Volverás vida tras vida por puro placer, no porque haya algunos peldaños que todavía tengas que ascender, no porque tienes indicaciones en un mapa, no porque exista alguna jerarquía a la que esperas pertenecer, no porque desees conseguir algún tipo de perfección para no regresar jamás. ¡Vosotros sois creadores que adoran crear!

Nosotros estamos aquí para deciros que no existe ningún lugar en ninguna parte, en ningún momento del tiempo, que sea más maravilloso que esta realidad de tiempo-espacio en la que estás con-centrado. El contraste prevalece. La variedad es sorprendente. Tu capacidad para concentrarte nunca ha sido mejor. Y ahora empiezas a recordar quién eres, y estás volviendo a sintonizar para ser el gozador absoluto de la gozosa vida que estás creando.

Estamos encantados de hablar contigo sobre cualquier tema importante para tí. No hay ningún límite. Observarás que se produce un maravilloso despliegue, y observarás que se han asentado las bases de la pregunta que ibas a formular.

Nosotros conocemos todo lo que eres. No te preocupes, no re-velaremos nada que no quieras que se revele. Respetamos los asuntos privados.

Es importante que, en cierta medida, expliques la esencia de tu experiencia, para que los que escuchan puedan notar la sintonización entre donde te encuentras y tu vibración. Pero no nos desviaremos mucho. Porque lo que queremos es que equilibres tus Energías respecto a cualquier cosa que sea importante para ti. Queremos que sintonices con las cosas que has deseado. Queremos que entiendas que todas las experiencias que has vivido, las buenas y las que tú llamas «no tan buenas»...

han servido para que lanzaras tus deseos a la experiencia futura que te está esperando..., ¡a tí!

Están codificadas por tu vibración, son tuyas. Están rete-nidas en tu depósito vibratorio, y cuando sintonices con las cosas que has notificado al Universo que deseas (y tú sabes que le has estado comunicando paulatinamente diferentes aspectos de tu deseo), éste habrá encajado todos los aspectos de tus diversos deseos en un despliegue perfecto. Hay cosas en tu futuro en las que ni siquiera has pensado, porque son la combinación de los deseos que ya has lanzado.

Alguien acuñó una frase maravillosa cuando dijo: «Ten cuidado con lo que deseas porque puede que lo consigas».

Nosotros decimos: Todo lo que pienses está esperándote en el plano vibratorio. Todo va en función del grado de sintonización que puedas conseguir.

Bien. ¿Tenéis algo de lo que queráis hablar? ¿Sí? Algunas cosas.

Un ministro descubre las enseñanzas de Jesús en las Enseñanzas de Abraham

Invitado: Quiero dar las gracias a Jerry y a Esther por lo que están haciendo, puesto que todo esto es muy poderoso, especialmente este último libro (Pide y se te dará). Soy pastor [en una iglesia de la zona] y hace algún tiempo que estoy utilizando vuestro material. Tengo una pregunta sobre las creencias. Por lo que he leído y por lo que yo puedo entender desde mi propio Ser, las creencias no son más que viejos pensamientos solidificados que utilizamos una y otra vez hasta que los activamos.

Abraham: Son pensamientos que no dejas de pensar. Un pensamiento que activas con tanta frecuencia que se ha convertido en un pensamiento dominante activado. Sí.

Invitado: También tengo la impresión de que no podemos cambiar esas creencias, pero que sí podemos crear otras nuevas y actuar según estas últimas. En otras palabras, si empiezo a actuar desde el júbilo, y quizá yo esté acostumbrado a hacerlo desde la rabia, puedo actuar desde el júbilo la mayor parte del tiempo, pero la rabia parece seguir estando presente. De vez en cuando -me doy cuenta y corrijo mi actitud.

Abraham: Bueno, así es como funciona. Todos los pensamientos que has creado siguen existiendo. Pero no todo pensamiento que hayas originado está activado en estos momentos dentro de tí. Son como las torres de telecomunicaciones que transmiten todo tipo de señales a tu alrededor. Ahora mismo están transmitiendo señales de radio, de televisión, de telefonía, etc. Pero no necesariamente sabes que estas señales están aquí, a menos que conectes un receptor para cada una de ellas. Es tu vibración la que activa el receptor, que entonces te implica en cualquier señal que hayas activado.

Has dicho algo muy interesante que queremos desarrollar un poco más. Has comentado que no necesariamente puedes cambiar un pensamiento o una creencia, pero sí elegir otra nueva. Eso es muy acertado. Nos gustaría decir que puedes activar ese pensamiento con bastante regularidad, y que la Ley de Atracción te ayudará a mantenerlo activo. No obstante, si eres lo bastante inteligente como para darte cuenta de que ese pensamiento no te ayuda a sentirte bien, puedes elegir un pensamiento que te haga sentirte un poco mejor. Ahora bien, si lo que quieres es un pensamiento que realmente haga que te sientas mejor, la Ley de Atracción no te ayudará a encontrarlo, porque tus señales estarán demasiado alejadas del mismo.

Pero si eliges un pensamiento que hace que te sientas un poco mejor y lo activas deliberadamente, lo que sucede es que el pensamiento recién activado se convierte en el punto de partida vibratorio o creencia, y la otra disminuye en cierta medida. Con el tiempo, puede que no vuelva. A medida que conscientemente vas alcanzando el pensamiento que te ayuda a sentirte mejor, lo que sucede es que de algún modo has desactivado los pensamientos no deseados.

Ahora bien, queremos aclarar esto. En realidad, no puedes desactivar un pensamiento, que es lo que tú estás diciendo. No puedes desactivar ese pensamiento, pero puedes activar otro, y cuanto más lo actives, más fácil te resultará ese pensamiento y otros similares.

Pongamos que lo has conseguido. Has trabajado en ello y te sientes mucho mejor. Luego sucede algo que hacía tiempo que no sucedía, y lo ves en la televisión, te centras en ello y provoca que actives un pensamiento que hacía mucho tiempo que no se activaba. Bueno, que no cunda el pánico. Sólo tienes que entender que ha sucedido algo que ha hecho que se activara un pensamiento, y que si puedes conseguir otro pensamiento que hace que te sientas un poco mejor, puedes pasar a otro lugar.

De hecho, eso es lo que son en realidad las creencias puente. Tema por tema, simplemente buscas un pensamiento más agradable, luego otro más agradable... Digamos que habitualmente activas cien temas distintos, que de algún modo son activaciones negativas, pero una a una, te ayudan a sentirte mejor. De modo que ahora cuentas con unas 50 que te ayudan a sentirte bien y otras tantas que no. Pero una a una, 49, 48 y 47, llegas al pensamiento con el que te sientes bien. Con el tiempo hay 90 cosas con las que principalmente te sientes bien, y sólo unas pocas, como quizá los impuestos, los conflictos bélicos que provoca tu nación o los tsunamis... cosas grandes que realmente no tienen mucho que ver contigo personalmente, pero que te preocupan cuando piensas en ellas. De una en una, tomas la decisión de sintonizar con ellas. Antes de que te hayas dado cuenta ya lo habrás hecho, porque habrás realizado el sencillo Viaje Emocional-, opuesto al Viaje de la Acción, que en muchos casos es imposible. Entonces habrás sintonizado conscientemente con el sentimiento de bienestar.

La pregunta es: «¿Puedo alcanzar por medio de un gran esfuerzo semejante estado de bienestar en el que no pueda volver a sentirme mal?» Nuestra respuesta es: «

¿A quién le importa?» También puedes transformar eso en positivo. Es decir, quizá llegue un momento en que hayas limpiado cien pensamientos y que te queden otros tantos de menor importancia.

Quizá cuando también los hayas eliminado, habrá otros cien menos importantes. Y quizá cuando llegues allí con la esperanza... y el optimismo, puede que quieras recuperarlos todos de nuevo en un acto de apreciación, alegría y éxtasis.

Este viaje no tiene fin. Nunca llegarás a un lugar donde puedas aislarte de la experiencia del contraste que hace que te concentres en algo. Lo que estás buscando (¡por cierto, gracias por ayudarnos a decirlo!) es el control creativo de tu propia concentración. No queremos que tu Gobierno deje de hacer lo que está haciendo para que te sientas mejor. Queremos enseñarte a que te sientas mejor, pase lo que pase. No queremos que las personas te traten bien para no herir tus sentimientos y que así te sientas mejor, queremos que nada pueda dañar tus sentimientos. Queremos que seas tan consciente de que puedes cambiar tus sentimientos sólo por el hecho de deseárselo y concentrarte en ello, que ya no tengas miedo por lo que está sucediendo en el mundo.

No temes la muerte porque estás enamorado de la vida.

No te preocupas por las cosas que hacen los demás que no te agradan. Tienes el control creativo de tu vibración, y por lo tanto, tienes el control creativo de todo lo que te sucede.

Invitado: Entonces, sólo es un proceso.

Abraham: Es un proceso eterno y gozoso. Esa es la razón por la que, si te encuentras en una de esas vibraciones bajas en las que sientes miedo, ira o rabia, no te culpes. Di: « ¡Ah, mi bendito Sistema de Guía Emocional me está haciendo saber que he activado algún registro antiguo. Y no tiene importancia. Mi madre no tiene la culpa. Mi Gobierno no tiene la culpa. Es un proceso de lo que he vivido. Lo que importa es que no me gusta cómo me siento. Por lo tanto, he de buscar otro lugar, o hacer las paces con esa situación tal como es. Pero he de ajustar mis sentimientos. Y tienes el poder para conseguirlo.

Sólo cuando te demuestras que tienes el poder personal para hacerlo, eres realmente libre. Nadie puede concederte esta libertad. En otras palabras, es la esencia del Universo. Eres tan libre que puedes elegir ser esclavo. Eres libre. Pero la única forma en que podrás llegar a percibir esa libertad es comprendiendo que tienes la capacidad para sentirte bien, pase lo que pase.

Cuando llegas a ese lugar donde no hay miedo, eres libre.

Entonces puedes ir a donde te plazca. Puedes pasártelo de maravilla, hagas lo que hagas. ¿Te das cuenta?

Invitado: Muchas gracias. Hay un grupo de estudiosos que se llama «Seminario de Jesús» que ha resumido lo que ellos consideran que fue la auténtica enseñanza de Jesús. Se condensa en unas pocas páginas, y cuando las leí, me di cuenta de que su enseñanza era idéntica a la vuestra.

Abraham: La misma Energía.

Invitado: Totalmente.

Abraham: Jerry tiene un amigo que prácticamente sólo habla español, y Jerry quería transmitirle su amor y aprecio. Así que le escribió una larga carta en inglés y se la dio a otro amigo que hablaba español para que se la tradujera. Luego se la entregó a su amigo, que se emocionó mucho. Al cabo de unas pocas semanas, Jerry todavía tenía la traducción de su carta y conoció a una persona que era traductora de inglés y castellano. Le pidió que le tradujera la misma carta de nuevo al inglés. Cuando la leyó apenas pudo reconocerla.

Invitado: Eso es justamente lo que ha sucedido.

Abraham: Jerry dijo: «Eso era sólo una carta que había pasado de una persona a

otra». ¿Te imaginas? La intención de estos dos traductores no era más que transmitir el mensaje lo mejor posible, sin pretender dirigir o guiar nada. No es de extrañar que esos eruditos hayan resumido las enseñanzas en unas pocas páginas. La mayoría de ellas han sido enormemente distorsionadas u omitidas para servir a los fines de quienquiera que las estuviera redescifrando en ese momento.

Esa es la razón por la que nosotros tampoco consideramos una buena idea que confiéis en la traducción de Esther.

Creemos que habéis de conseguir la vuestra.

Un amante de los gatos tiene problemas con los animales en la nevera

Invitado: Hola, Abraham. Gracias por vuestra paciencia con nosotros.

Abraham: Es fácil ser pacientes cuando sabéis que todo está bien.

Invitado: ¿Viajan juntas vida tras vida las almas humanas y las animales?

Abraham: Sí.

Invitado: ¿Cómo contacto con los que no están en el plano físico, incluidos mis gatos?

Abraham: ¿Quieres encontrarte con ellos en el plano No-Físico?

Has dicho, «vida tras vida», lo cual parecía querer decir vida física tras vida física. Pero, ¿en realidad quieres encontrarlos en el plano No-Físico, o simplemente en futuras vidas físicas?

Invitado: En ambas.

Abraham: Lo bueno de esto es que no has de organizarlo desde tu perspectiva física. Es bueno, porque es un tema que requiere gran especialización y la mayoría no os creéis capaces de hacerlo. De modo que las dos únicas cosas que necesitas para conseguir algo es lanzar un deseo y luego permitirlo. Cuando te encuentres con tus experiencias físicas futuras, especialmente como niño, te reunirás con un montón de animales domésticos con los que has compartido otras experiencias. Es sólo de adulto cuando piensas que no podrás conseguirlo.

¿No has conocido muchos animales que te han recordado a otros? ¿Lo ves? A algunos humanos no les ha gustado lo que vamos a decir, pero a veces alguno de tus amigos animales más entrañables, en realidad forma parte de la misma Corriente de Energía que tú. Los humanos se preocupan por eso porque son muy felices de estar en la cima de la cadena alimentaria o de la «rueda4lí karma», que en realidad no quieren compartir con las bestias de esa manera. Es decir: «Tráeme a mi animal y lo amaré, pero no quiero que esté en la misma longitud de onda vibratoria No-Física que yo».

Queremos que sepáis que la Energía es la Energía y que venís aquí a vuestra experiencia física con intenciones diferentes, pero se trata de la misma Corriente de Energía No-Física. Y la esencia de lo que hay en el animal no es tan distinta de la que hay en el ser humano. Todo es Energía pura y positiva.

La única diferencia que vale la pena destacar entre los se-res humanos y los animales, es que estos últimos, sin excepción, están más sintonizados, conectados e interiorizados. Están más en contacto con quienes son realmente. En parte esa es la razón por la que no se esconden detrás de un lenguaje, por la que tienen experiencias de vida más cortas y no tienen tantas oportunidades de crear demasiadas resistencias. En otras palabras, cuando oyes que las mariposas o las aves mi-gran largas distancias, te preguntas: «Bueno, ¿quién lo sabía? ¿Quién guiaba al grupo? ¿Quién sabía adonde iban?» Nosotros lo llamamos Perspectiva más Amplia. Estaban conectadas con una Perspectiva más Amplia.

¿Has observado alguna vez a una bandada de aves, te has fijado en su vuelo y te has preguntado por qué no chocan entre ellas? No han estado practicando cuando no las

veías. Es decir, entran en esa zona donde su Perspectiva más Amplia conoce cada parte de su formación. Cumplen con su función porque saben instintivamente (esa es una forma de decirlo), intuitivamente (esta es otra), vibratoriamente, «sintonizadamente» cuál es su lugar en el orden de las cosas, mientras que todos vosotros todavía estáis intentando averiguarlo.

¿Has conducido alguna vez en un tráfico fluido y al mirar hacia delante has presentido lo que iba a pasar? ¿Has reducido la velocidad antes de ver las luces traseras del vehículo de delante, o has cambiado de carril antes de que hubiera una razón aparente o señal visual? Entonces estás haciendo lo mismo que los animales. Estás actuando desde una Perspectiva más Amplia.

Invitado: Muy bien. Esto en realidad conduce a la siguiente pregunta. Mantengo una lucha personal con el hecho de permitir que familiares y amigos coman carne (debido al sufrimiento de los animales), especialmente porque cohabito con alguien que quiere tener animales muertos en la nevera y cocinarlos en mi casa. ¿Podéis ayudarme con esto?

Abraham: La verdad es que no.

Invitado: Es una cuestión difícil.

Abraham: Bueno, te has creado mucho sufrimiento porque sigues dándole vueltas al mismo tema. Has utilizado todas las palabras posibles para plantear el asunto como algo negativo. Esto es lo que podemos decirte. No pueden ser las dos cosas a la vez. No puedes desaprobarte vehementemente comer carne y tener cadáveres en tu nevera. Resumiendo, has de optar por una de las dos, y nosotros trabajaremos para que fluyas con la naturaleza de las cosas.

Quizás haya algún gobernante que llegue a tener tanto poder y a conseguir una bomba tan poderosa que pueda convencer al resto de los humanos para que no coman animales. Pero jamás convencerás a los animales de que no se coman a otros animales. El grande siempre se comerá al pequeño. El pez grande siempre se come al pequeño. Y cuando entiendes este ciclo, cuando entiendes que los animales vienen sabiendo eso, no haces una montaña de este tema.

Te prometemos que, inteligentes como son esas criaturas (todos vosotros, los que venís aquí), si no quisieran entrar en este juego, no vendrían una y otra vez a jugarlo contigo. Puedes abandonar ese pensamiento. No has de comer carne si no quieres, pero no intentes ir en contra de algo que prevalece tanto en tu sociedad que te hace sentir vergüenza.

Un amigo hablaba de que no quería que se lanzaran bombas sobre las personas, y el otro día Esther le dijo a Jerry que si se enfadaba al volver a ver una pegatina en un coche, ella le iba a confinar en el dormitorio de la autocaravana con las ventanas cerradas. Porque cada vez que ve una pegatina con la que no está de acuerdo, se molesta por ello, y Esther quiere ponerle cortinas para que no las vea y se enfade.

Este mundo está lleno de gente con opiniones diferentes a las nuestras. Al final, tienes que aceptar que no eres el único que tiene una opinión. Todo el mundo opina, y todo el mundo puede poner pegatinas en su coche, y todo el mundo vive y siente como le place. Tú tienes que ocuparte de cómo vas a hacerlo para sentirte bien por dentro; no se trata de que los demás hagan pegatinas que te agraden.

Consolar a tu pareja después de un diagnóstico poco alentador

Invitada: ¿Qué puedo hacer para ayudar a mi esposo? Le acaban de diagnosticar algo muy serio y tiene mucho miedo.

Abraham: Bien, ¿y tú cómo lo llevas? ¿También tienes miedo?

Invitada: Bueno, intento no pensar en ello, pero tengo un nudo en el estómago.

Abraham: Cuando piensas en ello, ¿tienes miedo?

Invitada: Sí.

Abraham: Entonces no estás en situación de ayudarle porque tienes tanto miedo como él. Si habláis de ello, los dos estaréis juntos en esa zona de sufrimiento. Lo primero que has de hacer es practicar la esperanza hasta que estés segura de que tienes más esperanza que miedo. Entonces podrás serle de gran ayuda.

Invitada: Muy bien.

Abraham: Hablemos de qué es lo que te hace tener tanto miedo.

«A mi esposo le han diagnosticado algo grave.» [Sí] «Y tengo miedo», o bien, «A mi esposo le han diagnosticado una grave enfermedad y me siento bien en estos momentos». Ahora bien, ¿te parece mal estar tranquila respecto a algo que asusta a otro? Esta es la gran pregunta: ¿tienes derecho a sentirte bien en condiciones adversas? [Sí] Bueno, este es el primer gran paso. Porque si crees que tienes derecho, la pregunta siguiente es (de/anclo a un lado tu esposo y su diagnóstico): ¿prefieres sentirte bien o mal? [Bien]

Abraham: ¿Crees que puedes concentrarte en algo que normalmente hace que te sientas mal y sentirte bien? [No] Bueno, pues sí es posible, y ese es el trabajo que has de hacer. En otras palabras, podrías cambiar de tema y centrarte en otras cosas que te hagan sentirte bien, pero eso no cambiaría tus sentimientos respecto a este tema que te asusta. De modo que el trabajo que has de realizar es: «He de concentrarme en algo que en estos momentos me atemorice y he de lograr no tener tanto miedo». Ese es el trabajo. Ese es el Viaje Emocional: «He de tener menos miedo».

Invitado: ¿Y cómo lo consigues?

Abraham: Bueno, lo consigues deseándolo lo bastante como para seguir intentándolo. Vamos a intentarlo aquí. ¿Todavía sientes ese miedo? [Sí] Veamos si podemos expulsarlo. Sabrás que lo has conseguido si empiezas a sentir alivio.

Ahora bien, verás cómo te gusta esto, es muy importante para ti: tu deber, aquí ahora con nosotros, es emprender un Viaje Emocional, que significa que has de cambiar tu vibración, lo cual lo cambia todo. Eso cambia tu poder de influencia, y cuando lo hayas conseguido podrás ayudar a tu esposo.

Tu tarea en estos momentos es cambiar tu vibración, lo que significa que tu trabajo es cambiar tu vibración, lo que significa que has de trabajar para sentirte mejor, lo que significa que tu misión es sentir alivio. Esa es tu tarea en estos momentos. Tu tarea no es intentar buscar una cura. Tu tarea no es intentar buscar un camino hacia esa meta. Tu tarea es mucho más sencilla: Tu misión es pasar del miedo a la tranquilidad.

Simplemente, quédate con esa sencilla tarea. Intenta desapegarte del diagnóstico, de la prognosis, de lo que sienta tu esposo, intenta desapegarte lo suficiente como para centrarte en el tema y sentirte bien mientras lo haces, aquí y ahora.

Invitada: Muy bien. Le ha dado el diagnóstico, pero en el fondo, no me lo creo. No me parece que esté realmente enfermo. Casi pienso que es una suerte de moderno cuento de hadas médico. Ya sabes, vas al médico y descubre que estás enfermo. En el fondo, para mí tiene buen aspecto. No me parece enfermo.

Abraham: Bueno, estás justo allí. Mientras nos decías eso, nos daba la impresión de que tu sentimiento era más estable. Es decir, el miedo que se había amplificado debido al reciente diagnóstico y por la respuesta de tu esposo fue como una especie de señal en tu radar. Pero lo que nos has dicho ahora se siente como un verdadero punto de partida, ¿no es así? Podemos notar que sientes eso.

Así que cuando te preguntamos si tienes miedo, tu respuesta es: «Bueno, tengo miedo si pienso en ello en la forma temible que lo expone el médico. Pero he de esforzarme más en tener miedo que en sentirme como realmente me siento».

¿Dirías que eso es así?

Invitada: Sí, así es.

Abraham: Entonces te encuentras en muy buena situación para ayudar a tu esposo. ¿Puedes imaginarte transmitiéndole eso?

Cuando lo haces, ¿está contigo con tu sentimiento de seguridad estable, o se decanta por la limitación de su enfermedad?

Invitada: Se decanta por la limitación de su enfermedad.

Abraham: De modo que el médico tiene más credibilidad que tú para él.

Invitada: Siempre.

Abraham: Ahora estás en la posición en que estás preocupada por lo que está haciendo con su vibración, porque sabes que lo que está haciendo va a afectar a su experiencia.

Invitada: Exactamente. **Abraham:** Entonces, el Viaje Emocional que estás emprendiendo no es desde el miedo a la seguridad respecto a la enfermedad, porque ya sientes esa seguridad. Tu Viaje Emocional es desde la preocupación por lo que tu esposo está haciendo al crear su propia realidad, a no preocuparte respecto a ese hecho. ¿Van por ahí las cosas? [Sí]

Es decir, el Viaje Emocional que has de emprender es el de sentirte segura de la capacidad de tu esposo para controlar la experiencia de su vida, o conseguir su propio bienestar.

¿Crees que puede? ¿Cuál es tu punto de partida emocional a ese respecto?

Invitada: No, creo que no. Quiero decir, no creo que él pueda.

Abraham: Tú quieres que sea así. Te gustaría esperar que sí, pero... tu creencia se encuentra en un lugar de descreencia. En otras palabras, no crees que él pueda, pero necesitas creer que puede para sentirte bien, ¿verdad?

Invitada: Sí, sí.

Abraham: Entonces, este es el viaje que hemos de emprender contigo ahora. Aquí, durante este breve espacio de tiempo, concentrándote en la Energía, intenta trasladarte a eso. Intenta trasladarte desde tu creencia de que no puede limpiar su vibración y conseguirlo, a la de que sí cree o espera hacerlo. Haz ese esfuerzo. No pierdas de vista lo que estás haciendo: sólo pretendemos que sientas alivio. No estás intentando imponerle nada, ni tan siquiera hacer que se sienta bien. Estás intentando realizar un Viaje Emocional hacia donde tú te sientas mejor.

El sentimiento es que no eres muy optimista respecto a cómo llevará todo esto, y quieres serlo, de modo que lo que has de hacer es hablar contigo misma para sentirte más optimista en cuanto a su forma de afrontarlo. ¿Ha fracasado siempre en todo lo que ha intentado?

Invitada: ¡OH, no!

Abraham: Bueno, entonces es bueno en algunas cosas. ¿Como qué?

Invitada: OH, sí. Tiene éxito en los negocios...

Abraham: ¿Quieres decir que sabe concentrarse y hacer que sucedan las cosas?

Invitada: Sí, desde luego.

Abraham: ¿Y el mundo le responde positivamente?

Invitada: Sí, muy positivamente.

Abraham: Entonces, ¿le ves como a una persona incapaz de cambiar su mente y hacer lo que quiere?

Invitada: En absoluto, pero en este tema es un poco débil porque cuenta con un experto que le da mala información.

Abraham: Correcto. ¿Recuerdas que alguna vez haya explorado cuidadosamente algún mercado, u observado algo que no le gustara, y que hubiera hecho uso de su poder de voluntad para que las cosas salieran a su gusto aunque todo estuviera en su contra? [Sí] ¿Por ejemplo?

Invitada: Por ejemplo, puede aparecer un producto en el mercado, yo lo veo y digo: «No va bien». Y él me responde: «No, está bien. Deja a un lado tus dudas; va bien».

Abraham: Entonces, él entiende esto. Entiende la idea de la mente sobre la materia. Entiende la idea de utilizar su poder de concentración, su fuerza de voluntad para hacer que sucedan las cosas. Le has visto accediendo a esta experiencia, ¿verdad?

Invitada: Sí, pero no en temas de salud.

Abraham: Ahora has perdido de vista cuál era tu meta, porque nos estábamos acercando mucho, casi habíamos llegado, y luego has retrocedido y has conectado con algo que te ha hecho sentirte peor. ¿Por qué lo haces? ¿Vas captando lo que te estamos diciendo? [Sí] En otras palabras, este es el trabajo. No has de retroceder y volver a cosas que te desalientan. Quieres llegar a esas cosas que te ayudan a sentirte mejor, y has de practicar esos temas positivos que te ayudan hasta que puedas decir con confianza: «Mi esposo sabe concentrarse. Es evidente que esto le ha hecho perder su centro un poco, como le sucedería a cualquiera. Pero le he visto recuperar su equilibrio»,

¿Respecto a qué? ¿En qué le has visto recuperar su equilibrio?

¿Le has visto alguna vez fuera de su centro y luego recuperar-lo? [Sí] ¿Por ejemplo?

Invitada: Ah, le gusta jugar al golf. Puede mirar por la ventana y decir: «Parece que va a llover, pero iré de todos modos porque probablemente no lloverá. Es muy probable que despeje y que quede un buen día».

Abraham: Esta es su naturaleza, ¿verdad? [Sí] ¿No empiezas a sentirte un poco tonta por dudar de él? En otras palabras, no va a tener ningún problema en afrontar esto una vez que se haya relajado un poco. Volverán sus recursos y recuperará su equilibrio como siempre lo ha hecho. Y va a tener éxito. Además, tendrá el beneficio de tenerte a tí optimista —que ni siquiera estás preocupada por el diagnóstico— apoyándole con ternura hacia una expectativa positiva. Te sientes mejor ahora, ¿verdad?

Invitada: Sí.

Abraham: En el primer Viaje Emocional hemos intentado conducirte hasta un punto que no necesitabas porque ya estabas en él. En el segundo, has llegado muy rápido. Cuando notes que las dudas empiezan a aparecer, y es posible que así sea, simplemente ahógalas con cosas que te ayuden a sentirte mejor, hasta que te encuentres en ese lugar seguro. Te vas a quedar asombrada por el poder de tu influencia cuando te encuentres habitualmente en ese lugar de esperar que tu esposo retome el control de su vida. Hasta ahora lo ha hecho, y lo ha hecho muy bien. No hay razón para que deje de hacerlo por una cosa molesta que realmente tiene más que ver con lo que piensa el médico que con lo que él mismo piensa. Sí.

Invitada: Gracias. **Preescolar genio que «no escuchará a su maestra»**

Invitada: Mis preguntas son referentes a mi hijo de cinco años .No quiere escucharme

Abraham: Bien

Invitada: No quiere escuchar a ninguna mujer. A los hombres, un poco más. Una de sus maestras me preguntó si podía hacer que la escuchara. Le respondí que tampoco me escuchaba a mí. Y...

Abraham: ¿A quién escucha?

Invitada: Creo que a su propia mente, porque me dijo: «Vivo mi vida a mi manera, y tú haces las cosas a tu manera».

Abraham: Debe estar escuchándono5. (Risas)

Invitada: Sí. Y luego diría: «Bueno, dijiste que Abraham había dicho...». Y agregó: «Quiero pasármelo bien». «Bueno, Joseph, ¿no me escuchas porque no entiendes lo que digo o porque no quieres?», le preguntó la maestra. «Porque no quiero», respondió.

Entonces la maestra volvió a llamarme. Me dijo que había hecho un agujero en su examen. Quería hacerlo y lo hizo. «Joseph, no puedes hacer esto. Podrás vibrar como quieras cuando estés en tu casa, pero ahora estás en la mía, de modo que has de vibrar conmigo», le dije. Siempre hay este tira y afloja... sobre la cuestión de la atención. Luego interviene mi madre: «Deberías pegarle, deberías hacer esto, deberías hacer aquello. No me ha hecho caso, no te ha hecho caso».

Abraham: Bien, esto es lo que pasa. Si Joseph sigue haciendo sólo lo que le da la gana, cuando le visitemos dentro de 15 o 20 años estará gozando de un éxito tremendo en todas las áreas de su vida, y no sólo eso, sino que será una de las personas más felices que conozcamos, y entonces le diremos: «Joseph, ¿cuál es tu secreto?» «Sentía una influencia en mi interior que me guiaba y a la cual escuchaba, antes que a todos los demás juntos gritando. Bueno, mi madre lo intentó, sí, es cierto. Incluso me amenazó con echarme de casa, pero no dejé que nada me disuadiera para alejarme de mi Sistema de Guía.»

Ahora estamos jugando un poco contigo, pero son las madres como tú las que te han convertido en una «caminante herida». En otras palabras, sois muchas las que no confiáis en vuestra propia guía porque la habéis cedido a otros que están mal preparados para hacerlo. Cuando piensas en ello, la maestra está guiando a Joseph para obtener de él lo que ella quiere, y tú le estás guiando para conseguir lo que tú quieres. ¿Y quién le guía para conseguir lo que él quiere? Eso es lo que él está intentando hacer entender a todos. No queremos herir los sentimientos de nadie, pero estamos de su parte.

Invitada: ¿Qué me decís de su edad? Quiero decir, ¿no es un poco joven...? No quiero que se convierta en un adulto que no escucha a nadie y luego...

Abraham: Bueno, entonces nuestros propósitos están cruzados, porque nosotros queremos que sea un adulto que no escuche a nadie. Nosotros queremos que todos seáis adultos que no estéis tan influenciados por lo que piensan los demás, que contradigáis vuestra propia vibración y dejéis de ser lo que real-mente queréis.

Sabemos a lo que te estás refiriendo, y esto es lo que nos gustaría hacer. Por una parte tenemos a este jovencito que tiene bastante claro quién es, que todavía recuerda, y que te está devolviendo parte de lo que estás intentando enseñarle, y que te causa problemas de vez en cuando por su falta de conformidad. Entonces, cuando piensas en él y en el Viaje de la Acción que está emprendiendo, tienes muchas opciones. En otras palabras, puedes observarlo y enfadarte, o enfadarte y sintonizar con él. Dinos ahora algunos de los aspectos positivos que ves en su forma de ser independiente. ¿Ves alguna ventaja?

Invitada: Sí, que tiene sus propias ideas. Que no es un conformista. (Tampoco lo era yo a su edad.) Te está diciendo cómo se siente, de modo que sabes de dónde viene eso. No es una persona falsa. [¿Sí?] Creo que de alguna manera eso le ayudaría.

Abraham: Pero, aparte de eso, ¿puedes sentir, por lo que has escuchado hoy, que es tremendamente valioso tomar una decisión y no moverse de ella? [Sí] Entonces, ¿quieres realmente que sea una persona que toma una decisión y la lleva hasta el final, a menos que alguien que sea mayor que él, más fuerte y con más influencia sobre él le haga cambiar de opinión? En otras palabras, ¿quieres enseñarle la impotencia o que se afiance en su poder personal?

Invitada: Quiero que se afiance en su poder personal.

Abraham: Pero el único momento en que entra en conflicto contigo es cuando su poder personal no concuerda con tu idea de lo que ha de hacer, ¿no?

Invitada: Cuando la maestra me llama. No quiero ser una de esas madres que está continuamente en el despacho del tutor por-que su hijo no hace lo que ellos quieren.

Abraham: Pero, ¿puedes hacer que sea de las dos formas? Esto es lo que realmente queremos que veas: ¿puedes tener un hijo que tenga confianza en sí mismo, que realmente sepa quién es, y un hijo que a la vez sepa ganarse a la gente haciendo lo que le piden? [No] ¿Cómo vas a ayudarle a definir a quién debe escuchar y a quién no?

Es decir, ¿quieres que todos los que ejercen el papel de maestros obtengan su atención total? Porque si ese es el caso, ¿no querrías seleccionar a los maestros? ¿No querrás descubrir a qué le están intentando motivar? ¿Quieres descubrir quiénes son y cuáles son sus verdaderas intenciones? En otras palabras, ¿no te gustaría saber si le están influyendo para que vote a los demócratas o a los republicanos, o le orientan hacia el cristianismo o hacia...? Te gustaría saber cuál es su motivación, ¿no es así? Y a tí te resultaría muy difícil averiguar todo esto, ¿verdad?

¿No preferirías decir: «Ah, Joseph, tú eres el que conoce tu propia mente, quien está sintonizado con la Energía Pura y Positiva? Confío en que serás capaz de averiguar esto. Voy a dejar en tus manos tu relación con toda esta gente. No me voy a interponer en tu camino ni a ponerme de su parte. Ni si-quiera voy a interponerme en tu camino, ni a ponerme de tu lado. Voy a darte la oportunidad con la que todos hemos nacido, de cambiar a través de tu propia experiencia, voy a dejar que tu experiencia te ayude a definir lo que quieres, y que escuchando tu propia Guía te conduzca a lo que desees.

¿Crees que tu hijo elegiría el fracaso? ¿Crees que elegiría ser descortés? Nunca has visto eso, ¿verdad? ¿Crees que elegirá ser perezoso? Tampoco has visto nunca eso. En otras palabras, en tu hijo nunca has visto más que una persona brillante, sin embargo, tienes miedo de que se guíe él sólo. Pensamos que esto es porque, durante mucho tiempo, los adultos han creído que son los inteligentes, que saben cómo funciona el mundo y que, si no guían a sus hijos, éstos irán por el mal camino. Queremos que te des cuenta de lo desfasada que está esa forma de pensar.

Estos son genios creadores que acaban de llegar de lo No- j

Físico, que sienten que tienen poder, y que si se les deja que actúen a su manera, no se equivocarán. Mantendrán su dignidad, su sentimiento de independencia, de Bienestar. Medrarán, a menos que se les enseñe lo contrario. En otras palabras, si los demás no hacen algo que cambie su vibración, están en una vibración de prosperar. ¿Y tú también ves esto no es así?

Esto es lo que ha venido a recordarte. ¿No te da principalmente pruebas de prosperidad y de sentirse bien?

Jerry y Esther han tenido la buena suerte de conocer a alguien que fundó una escuela (la Sudbury Valley School, de Massachusetts), y la premisa de esa escuela es que nadie aprende nada a menos que tenga el deseo sincero de aprenderlo. No enseñan sólo por el hecho de enseñar. Si quieres aprender algo y les expresas tu deseo, harán todo lo que obra en su poder para ayudarte en ese aprendizaje. Pero nadie, ningún maestro, ningún miembro de la Facultad, tiene permiso para ir donde el pequeño Joseph y decirle: « ¿No te gustaría leer esto?» O bien: « ¿No te gustaría aprender esto otro?» Todo lo dejan en manos del alumno. Y la razón por la que Jerry y Esther están tan animados al respecto es porque es la esencia de lo que enseña Abraham: Si no preguntas, no te llegará ninguna respuesta. Y cuando preguntas, siempre llega.

Joseph intenta ayudarte a tí y a sus profesores, en primer lugar, a haceros saber que está intentando escoger, y que conseguirá lo que escoja. No le preocupa no acatar la disciplina y acabar no sabiendo nada. Puede que a tí o a su profesora sí os preocupe, pero a él no. Todavía se encuentra en ese lugar que recuerda que, si lo desea, el Universo se lo va a conceder. Y, sinceramente, no puede entender a qué viene tanto escándalo. ¿No es eso lo que siempre te dice? [Sí] « ¿Por qué te preocupas tanto? Estoy bien. Lo estoy haciendo bien.» ¿Lo ves?

Sería como si una persona con una mente clara y un cuerpo sano hubiera nacido en una comunidad de cojos, y éstos se burlaran de su forma de caminar, porque no cojea. Y les dijera: «Eh, sé que todos cojeáis y parece que os gusta, pero a mí no me apetece cojear y no creo que necesite hacerlo». Le responderían: «Aquí todos cojeamos. ¡Aprende a cojear!» Entonces se negaría: «No quiero». Así que le darían un golpe en la rodilla (¡Risas!) y empezaría a cojear. «Bien, bien, Joseph», le dirían. ¡No estamos exagerando!

Es una analogía perfecta.

Lo que nos está diciendo a todos es: «No quiero cojear». No te preocupes por él, ni por lo que piensen los profesores.

Ahora bien, has de emprender un Viaje Emocional, ¿de acuerdo? Piensa en ello, él es quien es. ¿Y recuerdas cuántos problemas tuviste? Tú eras como él, y tu madre tuvo que luchar mucho para que fueras diferente. ¿Funcionó? Sólo os trajo malestar a tí y a ella, pero eso no cambió tu testarudez, ¿no es cierto? Así que, en realidad, no te apetece mucho hacer lo mismo con Joseph.

Entonces, ¿qué opción tienes al contemplar a Joseph como el genio creador e independiente que es? ¿Crees que puedes humillarle con la conformidad? No, ni tampoco es eso lo que deseas. ¿Crees que puedes castigarle con la conformidad? No funcionó contigo. Así que, ¿qué opciones tienes? ¿Crees que, si pensamos en un Viaje de la Acción, puedes hacerle diferente de como es de nacimiento? No puedes, ¿verdad?

Ahora tienes algunas opciones más. Tienes a este pequeño pícaro que está sintonizado, conectado y enfocado, y puedes buscar las razones para sentirte bien al respecto, o buscar razones para sentirte mal. No creemos que el Viaje Emocional que quieres emprender sea el de cambiarle, porque pensamos que, al igual que nosotros, quieres que sea como es. Creemos que tu problema es con el sistema educativo de la escuela que no entiende las cosas como tú, como Abraham o como Joseph.

Entonces, ¿no crees que tu viaje emocional es respecto a sentirte mejor en cuanto a la ignorancia de los maestros?

Invitada: Probablemente.

Abraham: ¿Te sientes mejor respecto a la ignorancia de ellos? ¿O bien (¡oh, creo que estamos llegando a alguna parte!) se trata de encontrar una manera de conseguir su aprobación cuando se tiene un hijo como Joseph? (¡OH, OH! Eso también es fuerte, ¿verdad?)

«Bueno, aquí tengo este hijo que es un inconformista. Es un Ser brillante y magnífico.» ¿Quieres que sea diferente? ¿Te gustaría que tuviera miedo? ¿Te gustaría que complaciera a los demás? ¿Te gustaría que hiciera lo que ellos quieren que haga, o preferirías que fuera independiente?

De modo que, en tu Viaje de la Acción, no quieres cambiar lo que respecta a cómo es Joseph, sino cómo te sientes respecto a lo que ellos piensan de él. Así que tienes algunas opciones: probablemente seguirán desaprobándole y no podrás hacer que él cambie su actitud para que le aprueben. De modo que tus opciones son que, aunque ellos le desaprobaban, tú puedes seguir sintiéndote bien, o bien que ellos le desaprobaban y tú no te sientas bien. ¿Cuál consideras mejor para tí?

Invitada: Lo llevaré bien.

Abraham: Ahora vamos a ofrecerte algunas palabras más con este fin: «Quiero encontrar un modo de sentirme bien, aunque ellos no aprueben cómo es Joseph».

Invitada: No quiero oír lo que me dicen cada vez que cruzo la puerta de la escuela.
Abraham: Muy bien, eso empeora las cosas.

Invitada: Sólo quiero ir a buscarle a la escuela y marcharme, sin tener que verlos.

Abraham: Eso sigue sin ayudar.

Invitada: Me gustaría seguir activa en la escuela, como lo había venido haciendo hasta ahora.

Abraham: «Me gusta lo que hago en la escuela. Me gustaría poder influir un poco en ello. Me gustaría que comprendieran a los genios creativos que tienen allí. Me gustaría que comprendieran que la escuela no es una cárcel; una escuela debería ser un entorno donde se pueda expresar la creatividad, y se debería poder expresar de muchas formas distintas.

Y me gustaría poder fomentar la creatividad —no la conformidad— en estos niños.

Yo he dado a luz a un niño extraordinario y creativo que está encendiendo un fuego en mi interior para que haga eso, y además puede ser divertido.» Eso suena mucho mejor.

No lo has dicho tú, pero se siente mejor cuando lo escuchas.

En otras palabras, haz algo para sentirte mejor.

¿Cuál es la meta? Sentirte mejor respecto a lo que ellos opinan de Joseph, que no cambiará. Dicho de otro modo, ¿has renunciado al Viaje de la Acción? Tenías algo mejor, porque no puedes cambiarle. Él va a ser tal como es, y a tí te puede gustar, o él va a ser tal como es, y a ti no te va a gustar. ¿Qué crees que es mejor para ti, y qué crees que es mejor para él?

¿Sabías que todos los genios creadores de tu mundo —todos ellos sin excepción— eran como Joseph cuando nacieron y simplemente nunca cambiaron? Es decir, no se rindieron. Dejaron que su vena creativa siguiera/luyendo a través de ellos. Eso es lo que realmente quieres para él, ¿no es cierto?

Una maestra que no entienda esto... ¿Quieres que esa maestra se interponga en su camino? [No] Entonces, ¿quieres sentirte bien respecto a la falta de entendimiento de la maestra, o prefieres sentirte mal por su falta de entendimiento?

Invitada: Simplemente no quiero preocuparme por lo que ella piense.

Abraham: Bueno, ese es un buen paso. Bien, no puedes cambiar a Joseph. ¿Puedes cambiar a la maestra? [No] no puedes,

¿Verdad? Todo este esfuerzo para intentar que Joseph sea diferente tampoco va a conducir a nada. No es más que una pérdida de tiempo, ¿no crees? [Sí] Entonces, ¿por qué te preocupas? Porque otros hacen que te preocupes. La maestra te llama porque quiere ejercer su poder. La maestra quiere decirte: «No me gusta que tu hijo se comporte de este modo, has de hacer que cambie su conducta». Y luego lo que a tí te gustaría decirle a ella es: «Bueno, lo siento. A mí tampoco me gusta cómo te comportas con mi hijo cuando él actúa como actúa. Has de cambiar tu actitud con mi hijo, y entonces yo estaré contenta».

Y Joseph es el único sabio. « ¡Eh, yo soy feliz! No tenéis que comportaros de ninguna forma especial. Estáis fuera de mi ámbito. No me influís en nada. ¡No me importa los que penséis!», piensa él. (Él es el maestro, ¿no es verdad?) De modo que el Viaje Emocional que has de emprender es el de sentirte bien. Quieres sentir aprecio por esta maestra. Quieres entender que tiene buenas intenciones. Quieres decirle algo... a ver, vamos a practicar con esto: «Me faltan las palabras para expresarte cuánto aprecio lo que te preocupas por mi hijo. Es un gran gesto por tu parte. Es verdaderamente estupendo. Pero lo siento por tí porque a mí tampoco me escuchará. No obstante, me he dado cuenta de que si le dejo hacer las cosas a su manera, es brillante. Creo que como maestra es interesante que sepas esto. También me he dado cuenta de que cuando no intento atraparlo y arrebatarle su percepción de libertad, es el mejor compañero y amigo del mundo. Pero si le transmito, aunque sólo sea por un momento, que no es libre, lucha por su vida como si estuviera intentando asfixiarle con una almohada en la cara. Yo también recuerdo haberme sentido de este modo. Posiblemente, a tí también te ha pasado.

»Así que ya he dejado de asfixiarle y he empezado a fluir con la idea de la libertad que él percibe. Creo que nos va a hacer sentir orgullosas a las dos si no nos interponemos en su camino y dejamos que exprese el genio que lleva dentro. Por cierto, muchas gracias por todas las molestias, valoro sinceramente todo lo que puedas enseñarle. Sé que quiere aprender de tí. Me dice que le caes bien, que haces muchas cosas que le gustan. Eres una buena maestra. Sé que lo eres, y siento que mi hijo no se adapte, pero creo que ningún genio lo ha hecho.»

Con suficientes conversaciones de este tipo, dejará de llamarte. Cuando descubra que no puede ejercer su poder para hacer que tú intentes que él haga algo que no va a

hacer, dejará de llamarte, y entretanto Joseph mejorará, se ganará su corazón y le demostrará quién es. Sí.

Invitado: Gracias.

La esperanza de dejar de medicarse para la diabetes

Invitado: Estoy muy nervioso. Mi pregunta es la siguiente. Tengo diabetes. Siempre he creído que acabaría suicidándome, y siento que es algo positivo que puedo hacer, pero ¿qué es lo que evita que lo haga?

Abraham: Bueno, ¿te estás matando poco a poco con la diabetes, o estás hablando de algo más serio?

Invitado: Quiero dar el paso y poder decir, muy bien, puedo hacerlo. Ya he terminado. Pero mi mayor temor es...

Abraham: « ¿Seguir adelante...? ¿Pasar a un cuerpo físico sano?

Invitado: Sí. Mi mayor temor es dejar la medicación y morir.

Abraham: Bueno, vas a tener que oír esto porque el Viaje de la Acción dice que es gracias a esta medicación que tienes cierta estabilidad. De modo que te vamos a animar a que continúes con dicho viaje por el momento. Pero siente la diferencia entre tomar la medicación y sentirte irritado por ello, y tomar la medicación y apreciar sus facultades estabilizadoras temporales.

¿Entiendes que eres una extensión de la Fuente de Energía, que las células de tu cuerpo están invocando la Fuerza Vi-tal y que saben exactamente lo que tienen que hacer? ¿Y que a medida que se comunican individual y colectivamente y piden, esa Fuente de Energía les responde, y así es, de hecho, lo que sucede cuando los médicos dicen que estás vivo? En otras palabras, eso no es más que un proceso.

Así que las células —si nunca les hubieras concedido una atención consciente a tener o no tener la enfermedad— de tu cuerpo saben lo que tienen que hacer para mantener tu nivel basal. Y si no haces nada que interfiera en su camino, tu cuerpo filtrará correctamente. Las células se comunican entre ellas. Si hay un pequeño desequilibrio, hacen ajustes. Todo funciona perfectamente

A veces hasta tienes la inspiración de comer cosas diferentes porque tus células te piden algo que contiene ese alimento en particular y, en algún plano de tu Ser, sabes que tu fábrica química puede digerir y proporcionar el nutriente que necesita ese conjunto concreto de células. Tu cuerpo físico es un proceso sorprendente.

Cuando te encuentras en este estado en que te han diagnosticado diabetes y lo has experimentado durante el tiempo suficiente para sentir que te molesta y agobia, es que estás realizando dos viajes a un mismo tiempo, como todas las personas: estás en el viaje físico de tratar con tu cuerpo, y luego en el Viaje Emocional de cómo te sientes respecto a lo que estás afrontando.

En muchas ocasiones, hemos discutido con algunas personas porque nos preguntan: «¿No estáis enseñando la no-acción? Puesto que nos estáis enseñando que los pensamientos crean, ¿dónde entra la acción en todo esto? Nuestra respuesta es que la acción es la forma gozosa en que vives la experiencia de tu vida. No te estamos guiando para que te apartes de la acción.

Alguien nos insinuó que había una diferencia entre el mundo físico de la acción, la manifestación física y lo Espiritual. Nosotros queremos decirte que todo lo que existe en tu entorno es una extensión de tu Fuente, todo es Espiritual.

Muchas veces, los Seres físicos piensan que estamos intentando apartarlos de la acción, que sólo debe haber pensamiento. Y luego piensan: He de ser capaz de sanar mi cuerpo a través de mi pensamiento. No debería necesitar esta medicación.

Estoy yendo hacia atrás. Y lo que queremos que entiendas es que estás donde estás y que está bien. Nosotros no vamos a desbaratar los planes del Viaje de la Acción

que has emprendido. Continuaremos diciéndote que tomes esa medicación.

Seguiremos ofreciéndote esa acción desde donde te encuentras, pero empezaremos a prestarle mucha atención a tu Viaje Emocional.

Es igual que el caso de la mujer que tiene artritis en las caderas: puede tener miedo o puede tener esperanza. La diferencia entre tener miedo o tener esperanza es la clave para que su sufrimiento desaparezca.

No te preocupes respecto a lo que estás haciendo con la acción. Estás aquí, en este cuerpo, estás medicándote, y eso está muy bien. No te condenes por las causas por las que has llegado a esto, ni por nada de lo que eres. Queremos que todos entendáis esto: ¡Estáis donde estáis, y eso está bien!

¿Sabes de alguien que se haya recuperado?

Invitado: No, no he oído ningún caso, pero quiero ser el primero si no ha habido nadie.

Abraham: ¿Sabes que hay personas que han superado esta enfermedad? ¿Sabes que hay personas que han reducido espectacularmente su dependencia de la medicación? ¿Sabes que hay personas que han cambiado hasta tal punto su vibración, que su cuerpo ha empezado de nuevo a producir la insulina que tanto deseaban? ¿Sabes que están por ahí? Así que podrías decir: «Bueno, Universo, me gustaría que me hicieras llegar algo de documentación respecto a este tema. Estoy deseando recibir alguna información que justifique mi sentimiento de esperanza». Porque cuando la mayoría de las personas dicen:

«Quiero ser la primera», esas palabras están vacías, porque realmente no creen que puedan serlo. ¿Te has sentido más aliviado? ¿Has sentido algún consuelo cuando te hemos dicho que hay más personas que lo han conseguido?

Invitado: Sí.

Abraham: ¿Y has sentido algo de esperanza de recibir información que pueda fomentarla todavía más? [Sí] Entonces, lo que acaba de suceder aquí es que ha surgido tu esperanza de tener esperanzas legítimamente, que es lo mismo que decir que tienes esperanza. Te ha surgido la esperanza de tener esperanza.

Tu Energía ha cambiado.

De modo que si ahora mismo entrara algún conocido tuyo por la puerta y te preguntara: « ¿Cómo estás?» ¿Qué le dirías o qué significaría para tí?

Invitado: ¡Fantástico! Esto va mejor. Esto va mucho mejor.

Abraham: ¿Qué otras frases se te ocurren? Si te preguntan:

« ¿Cómo te sientes realmente.» ¿Qué les contestarías?

Invitado: Espero con expectativas positivas los días venideros. Espero...

Abraham: En otras palabras, «Tengo esperanza».

Invitado: Sí.

Abraham: «Tengo esperanza». Ahora si quisieras ir un poco más lejos, y este es un momento tan bueno como cualquier otro para hacerlo... Quedamos en que tienes esperanza. Cuando dices:

«Espero con expectativas positivas los días venideros», ¿cómo sientes esos días? «Me voy sintonizando. Mi cuerpo físico se va sintonizando. He de hacerme un análisis. Me están dando pruebas de que las cosas están cambiando. Me dicen que siga medicándome, pero eso no me desanima en absoluto, porque

Abraham también me lo dijo. Me doy cuenta de que puedo seguir haciéndolo. Por lo tanto, tengo esta bendita y maravillosa insulina que mantiene mi estabilidad física mientras emprendo este Viaje Emocional. No sólo tengo esperanza, ¡soy optimista! Veo que las cosas pueden cambiar a mi alrededor.

Es muy emocionante pensar en cómo cambian las cosas que me rodean, porque

puedo ser uno de esos milagros que nadie llega a entender, ¡sólo yo! Empecé un Viaje Emocional. He llegado deliberadamente hacia donde me encuentro ahora.

»Cada mañana al levantarme he meditado un poco, he dado un paseo, he hecho cosas que me han ayudado a sentirme bien. He hecho cosas que me han gustado. Me ha venido un torrente de apreciación. He conseguido sentirme bien a propósito porque por fin entiendo, por primera vez en mi vida, que mis sentimientos actuales son la llave para abrir la puerta de la que depende si las células de mi cuerpo reciben o no lo que están pidiendo. Por último, he hecho lo que dije que iba a hacer. ¡No me he interpuesto en mi propio camino! No me interpongo en mi camino. Permito que el Bienestar fluya a través de mí.

»Ahora me estoy dando cuenta de lo que significa: voy a conseguir mi sintonización en el plano físico. Voy a empezar a adelgazar. Las personas que me rodean se darán cuenta de ello. Mi actitud ya ha mejorado, todos se darán cuenta enseguida. Pero empezarán a ver algunas pruebas visibles de la mejora en mi cuerpo físico, y los médicos me harán pruebas, y dirán un hurra, se sentirán mejor, o no, pero yo me miraré al espejo y me sentiré mejor.

»Lo más importante es que estoy deseando vivir esta vida.

Quiero vivir, quiero prosperar. Y ahora veo que puedo hacer-lo. No tengo que hacerlo todo a la vez, no tengo que descubrirlo enseguida. Ahora sólo tengo que descubrir cómo sentirme un poco mejor de lo habitual.

»Voy a hablarlo en voz alta, no tengo que mantenerlo en secreto. No voy a estar con personas que sólo quieran hablar de lo-que-es. Voy a frecuentar personas que no hablen de este tema, o que hablen de cosas que me ayuden a sentirme bien cuando menciono este asunto. No necesito la compasión de nadie. No necesito que nadie me ayude a justificar por qué es-toy donde estoy. Ya no voy a volver a utilizar ninguno de estos temas como excusa para lo que no me funciona. ¡Las cosas van a empezar a irme bien!»

Con esto tendrás suficiente.

Invitado: Gracias, gracias. Lo siento, ha sido como ir al dentista a que te saque una muela.

Abraham: A nuestro parecer tienes bastante esperanza. ¿A vosotros qué os parece? Si le vierais por la calle, ¿qué le diríais?

— ¡Eh, te vemos muy animado! Emanas entusiasmo.

¿Cómo te sientes? —Esperanzado. ¿Qué he conseguido visitando a Abraham? Esperanza.

— ¿Cuál ha sido el momento más significativo de tu vida?

—El día en que pasé del miedo a la esperanza, recuerdo ese día. Sentí esperanza, supe que no volvería a la desesperación. Ese fue mi momento decisivo. El día en que recobré mi esperanza.

Esa es la gran diferencia.

¿Por qué no se conocen las Enseñanzas de Abraham en Egipto?

Invitado: Gracias por darme esta oportunidad. Estoy un poco nervioso, pero tengo una pregunta. Procedo de otra parte del mundo, donde el Sistema Vibratorio parece ser algo inferior, o estar un poco cerrado. Soy egipcio, de Oriente Próximo, y me pregunto por qué no hay oportunidades para las personas en

Oriente Próximo o en Egipto de conocer a Abraham o de gozar de grupos como el vuestro, para que puedan ver otras formas de ver la vida, de pensar, de ser. ¿Por qué no se expande este tipo de espiritualidad en otras partes del mundo donde tanto se necesita?

Abraham: Bueno, si alguien, mucha gente o tan sólo una persona en Egipto hace una petición, la Fuente de Energía responderá.

La pregunta no es: « ¿Por qué no se está ofreciendo allí?», sino:

« ¿Por qué no se está recibiendo?» Queremos tranquilizarte un poco diciéndote que hubo una época en que esa región del mundo estaba experimentando mayor iluminación que todo el resto. En otras palabras, Egipto no es un lugar que carezca de Conexión con la Fuente de Energía.

No pasaremos mucho tiempo dándole vueltas al tema de

« ¿Por qué no hay nada mejor?» Empezaremos desde tu punto de ventaja, imaginando que ya es mejor. Es decir, basta con una persona aquí, otra allí y otra más allá.

Esther vivía feliz incluso después de casarse con una persona que tenía miles de preguntas. Nunca dejaba de hacerse preguntas. Hoy, Jerry ha escrito más preguntas que todos vosotros juntos. Es decir, examinará sus notas; reflexionará sobre ellas; volverá a escuchar esto, lo comentará con Esther. Resumiendo, este seminario en lo que a Jerry respecta no ha hecho más que empezar. Lo resumirá, hará una edición breve del mismo, otra más larga... Lo enviará a alguien en Colorado que lo transcribirá palabra por palabra. Se lo mandarán de vuelta. Se leerá toda y cada una de las palabras, y aun así no habrá saciado sus preguntas, porque con cada respuesta (con lo bellas que son las respuestas) le surge otra pregunta.

Queremos que aceptes que no habrá fin para las respuestas, ni fin para las preguntas. No hay ningún lugar en este planeta que carezca de Conexión.

Aquí está Esther. Al principio, cuando, a través de un pro-ceso de meditación, se dio cuenta de que estaba recibiendo, y que esa claridad fluía a través de ella..., en aquellos tiempos supuso algo verdaderamente asombroso para ella, no se lo podía creer. Jerry siempre ha grabado todo lo que ha dicho Abraham, luego Esther lo escuchaba, y no se podía creer que esas palabras hubieran salido a través de su boca. No podía creer que esa claridad sobre cosas que apenas conocía hubiera fluido a través de ella. Por esa razón, le hizo prometer a Jerry (porque a ella le parecía muy extraño) que no se lo diría a nadie. No le importaba lo maravilloso que fuera, no quería que nadie se enterara de lo rara que era. Creemos que esta es la parte más triste de todo esto, porque lo que nos está indicando es que las personas que por alguna razón se han encontrado en el proceso que les permite abrirse a la Energía que crea los mundos, que permite que la Fuerza de Dios fluya a través de ellas y que hable de iluminación, tienen miedo porque son distintas de todas las demás. Creen que es algo que ha de guardarse en secreto. Es decir, lo que impide que haya más gente que esté en contacto es que los demás se ríen de ellas.

Muchas personas tienen miedo de ser como realmente son, porque cuando lo hacen, tienen la certeza de que las personas inseguras que las rodean intentarán que también se sientan como ellas. Los que no saben simplemente siguen superando a los que saben, hasta que los que saben se niegan a reconocer que saben. Con el tiempo, se produce una epidemia entre los que parecen no saber, y luego te preguntas: «¿Por qué no saben?» Nosotros te decimos que sí sabían, y que pueden saber otra vez. Lo que sucede es que hay una o dos personas por aquí, otra por allí. Por lo tanto, no te preocupes. La voz ya se ha empezado a correr.

Invitado: ¿Qué puedo hacer individualmente cuando vuelvo a mi país para ver a mi gente, cuya mayoría profesa una religión que está siendo malinterpretada y que está bajando la vibración de la sociedad?

Abraham: Decimos esto a todos los maestros y las personas que ayudan a elevar el nivel de Conciencia, y tú sin duda eres una de ellas: Si tu vibración está aquí en un lugar de conocimiento y de confianza y sintiéndote bien, y tienes un discípulo que está en la desesperación y el miedo, por buenas que sean tus palabras, no podrá oír las porque la diferencia vibratoria es muy grande.

De modo que lo que has de hacer es acomodarte a un lugar que sea más apto para ti y confiar. Ahí es cuando llega la esperanza. Has de confiar en que los maestros que están más cerca, en cuanto a las vibraciones, de donde ellos están, pueden captar su atención y conseguir que escuchen. Entonces, esos maestros más cercanos a donde se encuentra ahora la mayoría podrán captar su atención y conseguir que los escuchen...

¡Esta es la Primera Línea del pensamiento! En otras palabras, este campo, aunque es muy satisfactorio para ti, no lo es tanto para la mayoría. En la Primera Línea nunca hay una mayoría, pero eso no significa que el lugar donde están los demás no sea bueno. No te castigues por no estar siempre feliz cuando estás aquí. Haz las paces con el lugar donde te encuentras, y todo te irá mejor.

De modo que esto es lo que les diríamos si estuviéramos hablando con ellos. Intentaríamos tranquilizarlos, decirles que lo están haciendo bien. No los condenaríamos diciéndoles que están atrasados o en la oscuridad. No los etiquetaríamos con la marca de vibración inferior. Diríamos que es una vibración diferente. Diríamos que todavía están preguntando.

Daríamos un paso atrás y reconoceríamos quiénes son realmente: todavía están buscando.

No hay un solo estilo de vida correcto en este planeta. Es decir, no vamos a empezar a promulgar que nuestro método de enseñanza es más eficaz, más valioso, más poderoso, más importante o más correcto que el de «Sai Baba», sólo que es diferente.

Invitado: Muchas gracias, aprecio lo que me habéis dicho.

Abraham: De nada.

Quiere un millón de dólares sin ganárselos

Invitado: Hola, Abraham. Os he oído decir en varias cintas que no vivimos en un mundo asertivo [dogmático], que podemos atraer todo lo que queramos a través de nuestros pensamientos. Entonces...

Abraham: No hay aserciones [absolutas].

Invitado: ¿Cómo puedo equilibrar querer atraer todo lo que deseo a mi vida sin tener que hacer o convertirme en algo diferente? Quiero crear un millón de dólares, pero no quiero trabajar para conseguirlos.

Abraham: Tu afirmación tiene mucho sentido y es muy interesante, porque lo que estás diciendo es: «Quiero un millón de dólares, sé que hay formas de conseguirlo, pero no quiero usarlas». Por lo tanto, lo que estás diciendo es: «Quiero esto, pero no quiero esto», y esa no es una forma muy poderosa de vivir, porque de entrada estás planteando una contradicción.

Luego lo suavizas diciendo: «Quiero un millón de dólares, y quiero encontrar un modo que sea compatible para recibirlo». En eso hay menos resistencia. «Quiero un millón de dólares, y sé que hay muchas personas que tienen un millón de dólares, que lo han conseguido de un modo que a mí no me resultaría incómodo». Pero luego dices: «Quiero un millón de dólares, pero no tengo nadie de quién heredarlo», o «Quiero un millón de dólares, pero nadie que conozco va a morir y me los va a dejar en herencia...» En otras palabras, tienes que dejar esa contradicción.

Cuando hablas de lo que quieres y de por qué lo quieres, suele haber menos resistencia que cuando hablas de lo que quieres y de cómo lo vas a conseguir. Porque cuando planteas preguntas para las que no tienes respuesta, como el cómo, dónde, cuándo y quién, se crea una vibración contradictoria en tu interior que ralentiza todo el proceso.

Siente lo libre de resistencia que está esta afirmación: «Sin duda debe haber muchas personas en este planeta que tienen un millón de dólares, e incluso más, que en

algún momento estuvieron donde yo estoy ahora. Querían conseguirlo, pero no tenían ni idea de cómo iban a hacerlo».

Palabras como/e y confianza son muy molestas en ciertos niveles, pero queremos explicar su valor, porque aunque no sepas cómo, dónde, cuándo o quién, si sabes qué y has hablado del por qué lo quieres y has practicado ese pensamiento hasta el punto en que te empieza a resultar familiar, lo que va a pasar es que las cosas que anteriormente no podían sucederte... empiezan a suceder. Ideas que jamás se te hubieran ocurrido, ahora empiezan a llegar a tu mente, relaciones con personas a las que antes no tenías acceso... ahora empiezan a producirse.

Y cuando consigas tu millón y muchos más, te preguntarás dónde estaban antes.

Invitado: Me preguntaba si en realidad estaba intentando crear algo demasiado grande, y que como el espacio entre lo que deseo y donde estoy es excesivo, eso podría estar causándome sufrimiento.

Abraham: Bueno, sin duda, un millón de dólares no es demasiado grande respecto a donde estás. No es excesivo. Un día Esther estaba escuchando las palabras que eligió un empresario multimillonario: « ¡Oh, esto es impresionante! Es un éxito seguro. Es el edificio más sensacional que he construido jamás. Estamos construyendo el edificio más bonito de Chicago. Es majestuoso. ¡Ah, sí! Esa persona es amiga mía». Mientras escuchaba, se daba cuenta de que él lo había descubierto. Ahora bien, es criticado por la mayor parte del mundo, pero ¿sabes qué? ¡No le importa! Ha desarrollado una relación entre lo que quiere y el lugar donde se encuentra.

Incluso cuando lo que quería y el lugar donde estaba no coincidían, no le oírías jamás decir lo contrario. Es decir, él sigue contando la historia del modo en que quiere que sea, y el Universo sigue concediéndoselo. También hay todo tipo de personas que dicen: «Es un fanfarrón. Por supuesto, él puede hablar así, es multimillonario». Y nosotros decimos que no siempre lo ha sido. Él hablaba de ese modo y luego se convirtió en lo que hablaba.

No tienes por qué seguir su estilo de vida o su personalidad, pero sí los principios del éxito que descubrió: Has de hablar de lo que quieres. Has de decir cómo quieres que sea. No puedes enfrentarte a la realidad tal como es y hacer que cambie. Has de enfrentarte a partes de la realidad que te gustan y rellenar los huecos con lo que surja de tu imaginación o de tus expectativas.

De modo que aquí estás, tienes muchas cosas buenas en tu vida, que puedes resaltar, hablar, apreciar y hacer listas. Haz listas de los Aspectos Positivos, y conseguirás un Torrente de Apreciación. Busca lo bueno adondequiera que mires, y siéntete bien siempre que puedas.

Luego tienes metas, y no sabes cómo vas a conseguirlas. Entonces, llena eso de imaginación, visualización, e incluso finge, y luego, cuando empieces a hacerlo, tendrás un sueño que te hará sentirlo más real. O conocerás a alguien que está viviendo de ese modo. O encenderás la televisión y alguien estará hablando como habías imaginado. O cogerás un libro, o escucharás una entrevista... Es decir, el Universo te ayudará a ese encuentro con la vibración que hayas conseguido.

El Universo no entiende la diferencia entre alguien que tiene un millón de dólares y alguien que se siente como si tuviera un millón de dólares. Cuando te sientes como si lo tuvieras, emites tal vibración que la Ley de la Atracción hace que sintonices con el tipo de cosas que deseas. Eso funciona así tanto si estamos hablando de relaciones como de crear imperios o atraer gente para que te ayude en tus negocios... No importa de qué se trate: has de encontrar la vibración, y luego practicarla hasta que la vibración de tu deseo supere a la de la duda. Cuando eso sucede, ¡bum! Sucede. Y luego te preguntas: « ¿Dónde había estado hasta ahora?»

Dices: «Sabía que estabas en camino. Podía sentirte. Al principio, sólo tenía la

esperanza de que estabas ahí. Pero al final, empecé a confiar realmente en que así era. Luego, no hace mucho, sabía que estabas allí, y [plaf], allí estabas». Pero las cosas que deseas no pueden llegar hasta que alcanzas ese conocimiento, y este conocimiento no llega fácilmente porque has estado practicando el no conocimiento.

Con frecuencia no estás dispuesto a admitir cómo te sientes porque te preocupa lo que dirá otra persona sobre cómo te sientes. Realmente, has de llegar al punto en que no hables demasiado con personas que no te entienden. Debes hablar con aquellos que sí te entienden, o al menos seguir tus propios consejos.

Jerry escribió una conferencia hace algunos años en la que decía: Guárdate tus ideas hasta que las hayas desarrollado por completo, porque veía a muchas personas a las que estaba aconsejando en los negocios, que se entusiasmaban con sus ideas, pero al ser nuevas para ellas, no las habían practicado lo suficiente y no tenían fuerza. Eran una tentativa que asomaba desde su interior (y él sabía que podían seguir adelante o no), luego se marchaban a casa y hablaban con alguien de su nueva idea antes de que ésta realmente se hubiera afianzado en ellos. Las dudas y comentarios negativos de la otra persona activaban la antigua vibración de esta persona, y entonces todo había terminado, debido a que la semilla de su abundancia económica no había germinado lo bastante como para tener unas buenas raíces.

No hay razón para que experimentes menos de lo que de-seas. Si tienes la capacidad de imaginarlo, este Universo tiene la de concedértelo. Saber esto, saber que lo quieres, pedirlo, es el Paso Uno y el Paso Dos, porque has pedido y el Universo te ha dado. Ahora no has de interponerte en su camino y dejar-le actuar.

Hay una cosa más que queremos transmitirte: cuando dices que quieres un millón de dólares pero que no quieres trabajar para conseguirlo, creemos que ahí es donde se cruza tu propósito: no te gusta hacer las cosas que crees que se han de hacer para conseguirlo, pero por otra parte crees que no podrás obtenerlo de otro modo. Ahí está la contradicción.

Lo que le estás diciendo al Universo es: «Haz este imposible». De modo que lo que has de hacer es encontrar un modo de que no sienta que es imposible. Investiga un poco. Observa cuántas formas distintas hay de conseguir dinero. En otras palabras, date alguna razón para creer que es posible conseguirlo.

Invitado: Muy bien. Muchas gracias.

Abraham: De nada.

¿Tenemos alguna responsabilidad de salvar a los demás?

Invitado: Mi pregunta es sobre la responsabilidad. Os he oído decir que nuestra única responsabilidad es la de cuidar de nosotros mismos; sin embargo, ¿no tenemos ninguna responsabilidad de ayudar a las personas a las que podemos ayudar?

Abraham: Nos encanta la brillante selección de palabras que has utilizado. «¿No tenemos ninguna responsabilidad de ayudar a las personas a las que podemos ayudar?» Si tú estás vibrando aquí y ellos vibran allí, no tienes mucho que ofrecerles. En otras palabras, si no se encuentran en algún lugar dentro de tu ámbito vibratorio, no podrán oírte.

Por lo tanto, un maestro, un guía, un sanador, alguien que puede ayudar, sólo es eficaz en la medida en que puede captar la vibración de la persona a la que pretende ayudar. Entonces, tendrás que ajustar tu vibración, aproximándola todo lo que puedas, sin perder tu centro. Se trata de estar sintonizado con las vibraciones de la Energía que utilizarás para ayudarles, sin salir de ella.

De modo que la «responsabilidad» de todo esto (puede que no te guste esto por la pregunta que has hecho, pero te lo hemos de decir de todos modos) en realidad reside en

la Ley de Atracción. A veces la gente habla de justicia o de injusticia.

Nosotros decimos que nunca hay injusticia, porque nunca le puede pasar algo a alguien que no concuerde con la vibración que está emitiendo. El mayor valor que puedes ofrecer a los de-más (llámalo responsabilidad si te place) es ayudarles a entender que son los creadores de su propia experiencia, y que están ofreciendo una vibración, y que ésta es la que atrae los resultados que experimentan. Luego enseña a través de la claridad de tu ejemplo.

Invitado: ¿Cómo lo llamaríais entonces? Si no puedo llamarlo responsabilidad, ¿cómo lo llamaríais vosotros?

Abraham: Enseñar a través de la claridad del ejemplo. Lo llamaríamos reconocimiento compasivo del poder de todos. Lo llamaríamos sintonización con quien yo soy para ver la belleza y el poder de todas las personas a las que enfoco. Lo llamaríamos sintonización con la Fuente y entendimiento del poder personal.

Lo llamaríamos creencia en tu habilidad para conseguir cualquier cosa que desees. Lo llamaríamos el poder de ver lo que vales, aun cuando no lo ves. Lo llamaríamos el poder de conocer tu prosperidad, aun cuando no puedes pagar tus recibos. Lo llamaríamos el poder de pensar en otro de la mejor manera posible para tí para poder conectarte con la Fuente y colmar a la otra persona desde tu punto de ventaja. Lo llamaríamos la utilización más responsable y compasiva que existe en el Universo de la Fuente de Energía.

Invitado: Gracias.

¿Tienen que sufrir influencias los niños para que se sientan inapropiados?

Invitada: Buenos días y muchas gracias, Esther, Jerry y Abraham.

Hace unos diez meses que escuché por primera vez una grabación vuestra, y desde entonces mi vida ha cambiado. Mi pregunta es: ¿dónde estabais durante mi vida?

Abraham: En un depósito vibratorio (¡risas!) del otro lado de la cortina, esperando a que la descorrieras.

Invitada: Por supuesto que conocía esa respuesta porque siempre estoy escuchando vuestras cintas, por así decir. Bueno ahí va: en la última conversación que tuvimos hace un par de semanas dije que no quería regresar aquí, y vosotros respondisteis,

«¡Oh, oh! ¡Mala suerte! No tienes elección».

Abraham: ¿Dónde está el transcriptor? (¡risas!) Estás parafraseando, por supuesto.

Invitada: Sí.

Abraham: Bueno, esto es lo que realmente quisimos decir. Tienes razón. Invitada: Sí, sí. De modo que, antes de venir a esta experiencia, dije: «Quiero venir a esta vida, a este mundo, y sintonizar con esta vibración para crear una vida fabulosa». Luego vengo aquí, como decís, y al final termino en este (muchas veces, no siempre) entorno increíblemente negativo que me hace (co-moquiera que funcione) olvidar todas las cosas maravillosas que sabía antes de venir. De modo que yo...

Abraham: Entendemos. De vez en cuando tenemos esta conversación con diferentes personas, y siempre apreciamos que haya alguien que tiene este pensamiento tan intenso que nos con-ceda una oportunidad para volver a explicarlo quizá de formas nuevas.

Antes de que vinieras a este cuerpo físico no estabas diciendo: «Voy a saltar a esta realidad tiempo-espacio y podré encontrar mi camino en ese difícil entorno». Estabas deseando venir. Te sentías muy segura.

Esa es la diferencia entre ese sentimiento de seguridad —el sentimiento de confianza y entusiasmo— y el sentimiento de miedo. Te cuesta recordar la confianza

desde tu lugar actual en el miedo, o recordar la alegría desbordante y la pasión desde la rabia. Son vibraciones distintas.

Podríamos hablar largo y tendido, y no conseguiríamos ningún progreso, porque cuando sólo puedes ver el mundo como un lugar cruel, como un lugar negativo, como un lugar malvado, como un lugar incómodo o como un lugar poco amable..., cuando te has estado centrando en eso (y con buenas razones; no estamos sugiriendo que te lo has inventado para castigarte), no puedes oír hablar de lo contrario.

Sin embargo, todavía queremos decirte que al menos aceptes como valor aparente que estabas en esa vibración de entusiasmo cuando tomaste la decisión de venir al mundo físico. Así que te dices: «Muy bien, consigo venir. Estaba entusiasmada entonces. Quería venir. ¿Por qué he cambiado?» Lo que queremos decirte es que has cambiado porque estabas rodeada de otras personas que ya habían olvidado que lo que importa es cómo se siente cada cual; que ya habían empezado a utilizar situaciones externas y guías internas para ayudarlas a tomar decisiones respecto a cómo les gustaría vivir con sus pensamientos.

Hace uno o dos días, Esther encendió la televisión para probar las nuevas antenas parabólicas de su nuevo autocar monstruo, y vio a un psicólogo televisivo que aconsejaba a un joven. Su actuación era tan bestial que tuvo que apagar la televisión. Este terapeuta» estaba acosando a este joven (que de niño había tenido relaciones sexuales con otro niño). Luego, años más tarde, había mentido respecto a este tema en un detector de mentiras, y ahora alguien le estaba acosando. ¿Por qué no había admitido su acción incorrecta? Sin duda, ese acto hubiera supuesto el primer paso en todo eso.

Esther apagó la televisión y se dio la vuelta. Se puso a pensar: Hay demasiadas reglas, demasiados modos de pensar preestablecidos sobre cómo debemos actuar, demasiadas personas dis-puestas a considerarte inapropiado si no pasas por el aro de la forma en que ellas creen que has de hacerlo para que ellas se sientan mejor... Se ha separado a demasiadas personas de su sentido de Bienestar.

Esther hubiera deseado poder meterse en la televisión, rodear al joven entre sus brazos y decirle: «No escuches, ¡no eres mala persona!» Deseaba con todas sus fuerzas poder decirle que esa persona no sabía quién era, que no la escuchara.

Nuestra respuesta es que demasiadas personas han empezado a escuchar a las personas de autoridad que las rodean, en lugar de escuchar al Guía interno con el que todos nacéis. Ahora, la siguiente pregunta lógica debería ser: « ¿No debería estar organizado de modo distinto? ¿No debería manifestarse nuestro Guía con mayor claridad?» Nosotros decimos que tu Guía es muy claro: sabes lo que te hace sentirte bien. Sabes lo que te hace sentirte mal. Puedes recordar algunos de tus re-cuerdos más antiguos y revivir el primer sentimiento de que se te encogiera el estómago cuando alguien te señaló diciéndote que no eras apropiado.

Imaginamos que muchos de los que estáis sentados aquí estáis haciendo listas de ese tipo de experiencias, en las que, poco a poco, alguien intentaba convenceros de que no erais buenos. Y en todos los casos se trataba de alguien que también se había convencido a sí mismo de que no era bueno.

Lo que queremos decir es que nacisteis con un sistema de Guía, y lo que ahora escuchamos de muchos de vosotros es: «Pero, ¿por qué no lo he utilizado?» Sin embargo, en lugar de oír eso preferiríamos escuchar: «Voy a utilizar el sistema de

Guía interior con el que he nacido». Entonces, lo que sucede es que te sitúas en ese lugar de poder personal de donde has sacado toda esta experiencia de contraste, y desde el que has lanzado cohetes increíbles de deseos para tu futuro. Pero ahora, a medida que os vais sintonizando, la mayoría decís: «Casi todo lo que dije ayer fue horrible, ahora puedo valorarlo, porque tengo la claridad para desear. Ahora soy el receptor de lo que he deseado, y mi vida es mucho mejor debido a esto de lo que hubiera sido de otro modo».

De modo que la conversación que queremos mantener contigo no es sobre si el sistema es correcto o no lo es (Lo es).

La conversación que queremos entablar es: « ¿Cómo puedo en mi momento presente acortar el abismo entre lo que pido y lo que recibo? ¿Cómo puedo llegar a confiar tanto en las leyes del Universo y ser tan consciente de mi vibración que me baste con esperar el Bienestar para que éste fluya hacia mí?

Cuando lo consigues, vuelve tu entusiasmo. Así es como se sienten los niños pequeños. Obsérvalos. Jerry y Esther estuvieron en un restaurante de comida rápida de la cadena

Subway en Oregón, hace un par de días. Esther estaba haciendo cola, y Jerry se había sentado en uno de los reservados y estaba disfrutando de ese momento mientras observaba a Esther, que seguía en la cola, y también a una familia que hacía cola delante de ella. Estaba el padre y la madre (que tenía a un bebé en los brazos), y una niña que parecía tener unos cuatro años.

La niña notó que a Jerry le había caído simpática, le miró y le sonrió. Él le devolvió la sonrisa. Luego la niña se escondió detrás de un mostrador y asomó la cabeza mirándole. Entonces él se escondió detrás de su sombrero. Ella se volvió a esconder, ahora detrás de una mesa. Luego aulló como un gato y ladró como un perro. Cuando sus padres ya estaban recogiendo sus bocadillos para marcharse, mientras miraban hacia otro lado, la niña se apresuró hacia Jerry, pero él no se levantó. La niña le acarició la espalda, le apoyó la cabeza en el hombro, le dio un abrazo muy apretado y se marchó.

Esther le dijo: «Todavía se encuentra en ese estado en que recuerda el Bienestar. Está sintonizada con sus propias vibraciones, y ha reconocido a su homólogo vibratorio». Está sin-tonizada, conectada, enfocada, y aparentemente vive en un entorno donde no le han enseñado a «alejarse de los extraños, porque los extraños son malos». Aparentemente, vive en un entorno no protegido en el que todavía puede seguir los impulsos de su corazón.

Aunque tengas tres o cuatro años, todavía estás siguiendo a tu corazón, luego te olvidas de hacerlo durante un tiempo, pero después vuelves a descubrirlo, y lo sabes porque el sentimiento de volver a sintonizar con quien eres es una experiencia inconfundible. Cuando lo consigues conscientemente, nunca más vuelves a perderlo.

La pregunta que estamos escuchando realmente es: « ¿Por qué sucede?» Nuestra respuesta es que las cosas pasan. «Pero, ¿no tendría que ser diferente?» Nosotros respondemos que no, que es perfecto. «Pero, ¿mi Sistema de Guía no debería ser más fuerte?» Nosotros te decimos que es todo lo fuerte que ha de ser. No es un controlador, es un Guía. «Pero, ¿no debería haber nacido en un entorno mejor?» Nuestra respuesta es que no serías quien eres de haber sido así. «Pero, ¿no habría sido más fácil?» Sí, pero eso fue decisión tuya. «Pero, ¿no debería ser más fácil ahora?» Sí, pero eso depende de tí.

En otras palabras, podemos estar hoy aquí reunidos y seguir luchando el resto de nuestra vida física, o decir: «Vamos a hacer las paces».

Invitada: Bueno, esa no es mi guerra. Mi siguiente pregunta es que la mayoría hemos luchado durante mucho tiempo, sin embargo esta Ley de Permitir, esta coincidencia vibratoria, parece ser un secreto. ¿Por qué es así?

Abraham: Bueno, ya no es secreto (¡risas!). Nunca ha sido un secreto. Ha sido la voluntad de confiar en otra persona respecto a cómo te sientes. Es el efecto secundario de haber nacido pequeño en una familia de personas mayores que creen que tienen todas las respuestas, o que quieren protegerte. Pero también es la función de querer el contraste, desde una Perspectiva No-Física más amplia, para que te ayude a formular tus deseos.

Has de captar esto: este es un Universo en constante evolución y expansión. No es un Universo diseñado por alguien, donde hay un grupo de ángeles en el cielo que han

diseñado la vida perfecta y que dicen: «Adelante, pequeños, vivid como nosotros hemos estado viviendo». No es así. Ha de haber una expansión para que prosiga la existencia.

Con la expansión llega el contraste y con éste el discernimiento; con el contraste llega la habilidad de teorizar, moldear, anticipar. Míralo de este modo: si fueras el chef de una cocina muy bien abastecida, serías mucho más feliz que si tuvieras una cocina donde sólo hay tres ingredientes. En otras palabras, una cocina muy bien abastecida no significa que tengas que utilizar todos los ingredientes en la misma comida, pero sin duda te ofrece muchas otras opciones.

Esta es la verdadera razón. Haz las paces. Repite: «Este mundo de contrastes es lo que significa la expansión. La variedad, el contraste es lo que convierte lo Eterno en Eternidad.

Siempre nacemos con un sistema de Guía». Lamenta sólo durante un breve período de tiempo que has perdido de vista a tu sistema de Guía. No creemos que ninguno de vosotros lo haya perdido tanto como piensa. Creemos que sabes bien cuándo te han herido los sentimientos. Creemos que sabes bien cuándo estás enfadado/a. Creemos que sabes bien cuándo sientes que te falta poder personal. Creemos que lo sabes.

Creemos que ha llegado el momento de que lo recuperes, pero también pensamos que ha llegado la hora de que te llegues a ese lugar donde lo recuperarás. Mientras sigas culpando a otra persona o circunstancia de algo, no tendrás ningún poder. No te estamos hablando sólo a ti, éste es un mensaje para todo el mundo: mientras sigas culpando a otra persona o circunstancia de algo, no tendrás ningún poder. Porque eso indica que ellos tienen el poder sobre ti, y no es así, porque nadie puede vibrar por ti.

La Ley de Atracción está entregando cariñosamente a todos lo que estáis pidiendo, la respuesta precisa que podéis escuchar. Por eso, nunca sufráis por los que no obtienen respuestas, porque ni siquiera puedes obligarlos a que se alimenten por la fuerza. Nosotros desistimos hace mucho tiempo. Como maestros hemos llegado al entendimiento de que sólo somos eficaces en la medida que entendemos dónde se encuentra nuestro discípulo.

De modo que dejamos que la Ley de Atracción nos traiga a los que ya están preparados para esto, y confiamos en que esta ley estará suministrando a los demás lo que necesitan en estos momentos. No sufren del modo que tú piensas que sufren. Ellos no son tú.

Valora mucho su propio éxito

Invitado: Hola. Muchas gracias por llamarme. Nos fuimos pronto a la cama, y cuando me iba a dormir, vi cómo me llamabais.

Tuve ese sentimiento, y lo aprecio mucho; nos habéis ayudado mucho en nuestras vidas, todo lo que nos ha sucedido desde que os hemos conocido ha supuesto un giro de 180 grados.

Abraham: Hacía tiempo que las cosas buenas estaban en camino para vosotros, porque las queráis y os las merecáis. Lo único que hemos hecho ha sido acelerar el proceso de permitir.

Invitado: Gracias por todo. Sólo quería practicar un poco de Torrente de Apreciación, porque lo que valoro cuando escucho las cintas es cuando la gente dice lo que ha aprendido y ha conseguido con esto. Por supuesto, quiero dar las gracias a Jerry, a Esther y a Abraham, la trinidad (¡risas!), a mi esposa, que también practica lo que enseñáis, y a esta luminosa práctica. Es lo que realmente me permite concentrarme, crear y hacer todo lo que hemos venido haciendo hasta ahora, y además, valorando mi vida.

Me gustaría explicar un poco lo que ha sucedido: antes de conocer a Esther (y por lo tanto a vosotros), pasamos de tener deudas a poder comprar una casa pagando en efectivo. Mi empresa tenía problemas; de hecho, el día antes de conocerla había

quebrado. Ahora, gracias a ella hemos conseguido levantarla. En el pasado (era una empresa de cinco años de antigüedad), todo lo que yo hacía me salía mal. Cuando la conocí y empezamos a practicar vuestros principios, los de permitir y de hacer el viaje de la no-acción, a partir de entonces, todas las decisiones que tomaba eran correctas. También hemos podido sintonizarnos. He podido sintonizarme y disipar muchas de las adicciones que me impedían seguir avanzando.

Valoro mucho todas estas cosas.

Lo hicimos del siguiente modo: escuchamos, practicamos y valoramos vuestras enseñanzas. Nos fuimos a un crucero, que fue nuestra luna de miel, y justo a nuestro regreso nos llegó un cheque de 144.000 dólares, eso fue sorprendente. Entonces, también creamos un entorno de Bienestar, un oasis de gozo...

Como sabes, aunque me había separado de las (probable-mente buenas) intenciones de mi madre, éstas me habían afectado negativamente. La visión negativa de mi padre respecto al dinero me desanimaba. Deshacerme de todas esas cosas, dejar que el Universo se hiciera cargo y conectar con eso ha sido lo que realmente ha permitido que sucediera todo esto.

Ahora nos dedicamos a viajar, y hemos tenido un montón de experiencias maravillosas. Toda la riqueza nos ha venido de esto... Este es mi desbocado Torrente de Apreciación. Y la primera pregunta... Estoy hablando a Abraham. Abraham, ¿cuál es la diferencia entre vosotros y yo?

Abraham: Nada que valga la pena mencionar (¡risas!). En tu Torrente de Apreciación estás en la misma vibración que nosotros, y no hay diferencias.

Invitado: Esto ha hecho que me salten las lágrimas. Esta conexión es maravillosa. ¿Cómo puedo reforzar mi conciencia de ello?

Abraham: Buscándola, y sin enfadarte si observas que en un momento dado no está con la fuerza que te gustaría, pero apreciándola cuando la veas en otra persona. Hasta que al final, la nota que has estado tocando sea la misma que la de esa Conexión. Luego, será realmente muy extraño que no esté presente.

Invitado: Cuando no está presente esa resistencia, ¿tiene algo que ver con el tiempo? ¿Equivale el tiempo a la resistencia?

Abraham: En realidad, no. El tiempo es otro tema. No es necesario que haya una resistencia sólo por el hecho de haber venido a esta realidad tiempo-espacio. Pero es natural que en la Primera Línea de cualquier cosa, haya más resistencia que cuando se está en la retaguardia. En otras palabras, en la retaguardia hay una zona de comodidad que no existe en Primera Línea.

Esto nos lleva a algo que has dicho antes y de lo que nos gustaría hablar, cuando dices que todo os va tan bien, que llegan todas las respuestas a vuestras preguntas y que todo se está desarrollando a la perfección. Nos encanta oír eso. Pero queremos recordarte que no puedes hacerlo mal, y que nunca terminarás el trabajo. De modo que relájate y permítete cierta libertad de acción.

Es decir, a veces (y podemos sentirlo contigo) hay un factor común cuando los humanos pasáis del no permitir con la misma intensidad que tu presencia ahora, a encajar repentinamente unas cuantas piezas en su lugar y permitir (como su-cedió cuando os conocisteis) lo que sucede: en algunas ocasiones, entonces, intentáis manteneros en un nivel estricto, e incluso a veces antinatural, de querer mantener esa vibración o de conservar la perfección. Y entonces, si no lo conseguís, os decepcionáis un poco, como si de algún modo hubierais vuelto atrás. Queremos que te relajes y que sepas que no puedes volver hacia atrás. Has llegado demasiado lejos. Pero puede que ten-gas algún lapso en que no seas capaz de permitir como lo haces ahora, eso también está bien. Es decir, el nuevo contraste, que produce un deseo nuevo, que al principio resulta extraño, pero con el que al final acabas sintonizando, es la característica del esfuerzo creativo, al

que tan fiel eres. Con esa sintonización se produce más movimiento, y luego una nueva plataforma crea otra oportunidad para nuevas preguntas y deseos, que al principio resultan extraños, pero entonces sintonizas con ellos...

En otras palabras, nunca podrás no entender cómo funciona. Aunque no siempre estarás en el lugar perfecto en el momento perfecto, pero eso forma parte de la diversión, de la aventura. Siempre será lo que quieras que sea, y con rapidez. Y sin duda, será rápido si puedes relajarte con todo lo que vaya sucediendo.

Disfrutamos mucho viendo a Jerry y a Esther en esa onda, en la de que ya no se sienten responsables de vivir la vida perfecta. Nosotros les hemos ayudado cargando contra ellos, se-minario tras seminario, cada vez que metían la pata (¡risas!).

No los consideramos modelos de rol perfectos; los consideramos dos personas enamoradas la una de la otra, y también de la vida, que están experimentando experiencias nuevas a las que se han de adaptar constantemente; que, en general, se sienten verdaderamente bien, y en raras ocasiones, no tan bien, pero que saben lo que tienen que hacer cuando eso sucede. Eso elimina la presión. Siempre recuperan su equilibrio, como lo hace cualquier artista con talento. Siempre estás buscando el equilibrio. Basta con que sepas que siempre lo encontrarás, así que no te desanimes cuando lo pierdas.

Invitado: ¡Fantástico! Gracias.

Quiere apreciar más a su Ser divertido

Invitada: Estoy muy excitada... Mi pregunta, mi deseo, incluso desde cómo me siento ahora, es: ¿cómo puedo quererme más?

¿Cómo puedo sentirme más merecedora y pasármelo mejor?

Aunque ya me siento mucho más cerca de conseguirlo.

Abraham: Bueno, ya se ha encajado una gran pieza del rompecabezas, porque todo el mundo se quiere a sí mismo de forma natural. No hay nada más natural que te sientas como te sientas. Y ese yo del que estamos hablando es tu propia Fuente de

Energía que ha venido amorosamente a esta experiencia, que le encanta lo que ve. En otras palabras, tu propia esencia, tu

Energía, el alma o tu Fuente, es amor. Y eso lo pierdes (principalmente en la forma en que tu pregunta lo amplifica) cuando te preocupas por lo que tal o cual persona piensa acerca de ti.

¿Cómo puedo quererme más? La respuesta es... dejando de no agradarte. Es decir, el amor es el estado natural de ser si no vas en contra de algo no deseado.

La comparación es un tema interesante, porque es necesaria para definir las preferencias. Pero ¿puedes sentir la diferencia entre contemplar todas estas cosas y decir sí a esto, y con-templarlas y decir no, no, no, no, no?

Hemos estado hablando del Equilibrio de la Energía, y queremos que te des cuenta de que dondequiera que pongas tu atención, activará una vibración, así que cuando miras un aparador con cosas y dices sí, este sí lo activa. Sí, lo activa. Sí, lo activa. Si estás diciendo sí a las cosas que quieres, habrás activado las cosas que quieres y estarás emitiendo una vibración relacionada sólo con lo que quieres, y la Fuente de Energía está respondiendo a eso. Ahora todo fluye sin problemas.

Pero en este Universo, donde todo se basa en la atracción, no hay aserciones, no hay exclusiones. No puedes decir no a algo y hacer que desaparezca. Cuando dices no a algo, viene, porque la atención lo pide. o activa su equivalente en tu interior, que es lo mismo que solicitarlo. Cuando miras un escaparate con cosas que deseas y otras que no y dices: «Quiero esto, pero no quiero aquello», estás incluyendo las dos.

«Quiero esto, pero no quiero esto otro. Me gusta esto de mí, pero no me gusta esto

otro.» Entonces habrás activado todo esto. De modo que ahora, en lugar de gozar de una Energía clara, pura y equilibrada (equilibrada en el sentido de estar sintonizada con la Fuente), has perdido tu centro porque estás introduciendo estos temas nuevos. Y el sentimiento de que no te gustas está introduciendo un montón de vibraciones que no coinciden con quién-eres-realmente. El sentimiento de que no te gustas o de que no te gusta alguien, el sentimiento de antiamor, es el que introduce vibraciones que no te permiten una Conexión pura con la Energía que sí es amor. ¿Lo entiendes?

Invitada: Me gustaría recibir un Torrente de Apreciación para to-dos, para que pueda oírlo desde este nuevo estado de mi yo, desde el punto de vista de lo No-Físico.

Abraham: «... Aquí estoy en mi cuerpo físico, y ahora reconozco conscientemente que soy una extensión de la Fuente de Energía. Comprendiendo lo que ahora voy a saber sobre la fuente de Energía, es lo mismo que decir que soy Energía Positiva

Pura, que mi esencia sólo son cosas maravillosas, que cada vez que no me siento entusiasmada, impaciente, apreciativa o enamorada de mí, se debe a que he introducido algo que no es natural para la ecuación.

»Estoy encantada de tener un Sistema de Guía en mi interior que paulatinamente me irá indicando, en cada momento, cada vez que introduzca una Energía (relativa a mí o a alguna cosa) que me impediría sintonizar equilibradamente con las vibraciones de mi ser real.

»Estoy muy contenta con mi Sistema de Guía. Me gustan mis emociones, todas ellas. Aprecio las que me hacen sentir-me de maravilla, y aprecio las que no me hacen sentirme tan bien, porque todas ellas están para pellizcarme y recordarme —en cada momento (con amabilidad, paso a paso, tema por tema— mi sintonización vibratoria.

»Me encanta saber que no hay ninguna carrera donde deba competir, que soy el Ser Eterno y que puedo tomarme mi tiempo. Me encanta que las recompensas sean instantáneas... que cuando logro algo y me siento bien, sé que estoy allí. Y que cuando logro algo y no me siento bien, todavía sé que puedo sintonizar con el pensamiento para sentirme mejor al que tengo acceso, y esto ya es bastante por el momento. De hecho, eso es todo a lo que tengo acceso por ahora.

»No voy a seguir pidiendo sentirme bien cuando me siento mal. Por el contrario, sólo voy a pedirme sentirme un poco mejor de lo que me siento, con la comprensión de que si me siento verdaderamente mal e intento sentirme un poco mejor, y lo consigo, y luego aunque todavía no me sienta bien del todo, intento sentirme un poco mejor, y lo consigo, y sigo sin sentirme bien del todo, pero intento sentirme un poco mejor, y lo consigo, y sigo sin sentirme bien del todo, pero intento sentirme un poco mejor, y lo consigo, y sigo sin sentirme bien del todo, pero intento sentirme un poco mejor, y lo consigo... Y ahora me siento bastante bien, pero me gustaría sentirme mejor, y lo consigo. Y ahora me siento mucho más que bastante bien, pero me gustaría sentirme mejor, y lo consigo. Y ahora me siento verdaderamente bien. Me encanta sentirme verdaderamente bien, y apenas puedo recordar no haberme sentido así. Pero no me preocupa no sentirme bien, porque sé que cuando no me sienta tan bien, puedo intentar sentirme un poco mejor, y lo conseguiré.

»Ahora me siento muy, pero que muy bien, y me encanta... Me he dado cuenta de que esa persona de allí se ha dado cuenta de que me siento bastante bien y que no le gusta mucho verme así. Por eso ahora ya no me siento tan bien como hace un momento. Pero no pasa nada, porque sé que me puedo sentir tan bien como quiera, y me siento bien donde estoy. No me enfado con esa persona ni conmigo porque no me sienta tan bien, porque sé que lo único que he de hacer es intentar sentirme un poco mejor, y puedo sentirme un poco mejor, y lo consigo.

»Y ahora me siento tremendamente libre. Ya no tengo miedo de no sentirme bien, porque sé lo fácil que es pasar de no sentirse bien a sentirse un poco mejor. Pero ya no

voy a volver a pedir lo imposible que es pasar de sentirme mal a sentirme verdaderamente bien. Me contentaré con sentirme un poco mejor, un poco mejor, un poco mejor, un poco mejor y un poco mejor. Ahora sé que no hay lugar al que no pueda llegar desde aquí. ¡Sí!»

¿Requiere nuestra conciencia nuestra forma física?

Invitado: Buenas tardes, Abraham. En realidad tengo cien preguntas, pero sólo voy a formular dos. Es como guardar a un genio en una botella y tener que pensar sólo en tres deseos.

Cuando salimos de nuestro estado como Seres No-Físicos,

¿Cuánto tiempo permanecemos allí? ¿Hay algunos de entre nosotros que decidan no volver a este tiempo-espacio físico?

Abraham: No, porque estar aquí es la excelencia creativa que pro-curas conseguir. Tu pregunta tiene un pequeño defecto en su base porque casi da por hecho que estás muerto o vivo; que estás en lo físico o en lo No-Físico. Cuando, en realidad, eres

Eternamente esta Energía No-Física que a veces concentra una parte de esa energía en un cuerpo físico.

Alguien como Abraham (somos una Conciencia Colectiva que puede fluir hacia muchos de vosotros simultáneamente) no necesita nacer en un cuerpo. Es como decir que la electricidad que corre por la instalación eléctrica de mi casa hace funcionar la tostadora. ¿Y cuándo saltará toda esa electricidad a la tostadora? Nuestra respuesta es: nunca. No es así como funciona. Es decir, la corriente fluye hacia la tostadora, y la tostadora es la experiencia de Primera Línea (en nuestro ejemplo).

De modo que la Energía No-Física que eres tú siempre será esa Energía No-Física. Una parte está concentrada dentro de ti en este cuerpo físico, en el de otros, o conectando como

Abraham lo hace a través de oportunidades como ésta donde hay tantos participantes.

La Conciencia no necesita una forma física, pero la forma física necesita a la Conciencia. La Conciencia disfruta con la forma física porque ésta es la Primera Línea del pensamiento. De modo que la Conciencia se expande a través de la forma física.

No es lo uno o lo otro.

A la vez que tu Ser interior puede fluir a través de ti en este cuerpo y en esta personalidad, tu misma Energía No-Física puede estar fluyendo a través de otro. A eso lo llamas «almas gemelas», «llamas gemelas». Pero, en general, utilizas estos términos en un sentido romántico y sólo esporádicamente. En general, supones que sólo hay una o dos almas gemelas, pero venís en grupos, sois Corrientes de Conciencia que tienen estas experiencias juntas.

Sería más exacto decir que en realidad eras un alma gemela con todos los seres humanos que están enfocados actual-mente en el planeta, porque todos procedéis de la misma Corriente de Energía No-Física, y todos queréis experimentar y conoceros, lo cual estimula las preferencias individuales en cada uno para el beneficio global. ¿Lo ves, verdad?

Invitado: Sí, gracias.

Abraham: Realmente ha llegado el momento en que has de dejar atrás todo esto de la muerte. Ya va siendo hora de que dejes de preocuparte de ella, porque es inevitable y deliciosa. La única razón por la que realmente puedes preocuparte es por no permitir que fluya esa Energía que eres tu. Dicho de otro modo, de lo único que te has de preocupar es de sentirte mal, y tampoco has de preocuparte por eso, porque puedes controlarlo.

Esther estaba transcribiendo uno de los últimos seminarios donde hablábamos de una madre que sufría por la muerte de su hijo y se culpabilizaba por no haber sido mejor madre. Cuando Esther escribió esas palabras, notó un malestar en el estómago que le indicó cómo debía sentirse ella, lo terrible que debía ser esa presión, y lo espantoso que debía ser sentirse tan mal respecto a algo y creer que no puedes hacer nada.

Resumiendo, el hijo de esta mujer estaba muerto y no podía devolverlo a la vida. Estaba convencida de que nunca más podría volver a ser feliz debido a su muerte. Ese es el miedo último a la muerte... el sentimiento de que algo malo va a pasarle a un ser querido y que nunca más podrás devolver a tu ser feliz al lugar donde quiere estar.

Entonces Esther recordó haber tenido una experiencia similar. También recordó haber tenido otras experiencias posteriormente, en las que se preocupaba porque le sucediera algo que la hiciera volver a sentirse tan mal. Y entonces recordó haberse sorprendido, admirado y encantado al darse cuenta de que nunca más había vuelto a sentirse tan mal. Recordó haber atraído el conocimiento de que no había razón para volver a sentirse tan mal. De modo que le dijo a Jerry (que no sabía de qué le estaba hablando, pero ella se las arregló para llamarle desde la otra punta del autocar): « ¡Estoy encantada de saber que nunca volveré a sentirme tan mal! »

Hay muchas personas que viven esperando que les surja algún problema. No están descontentas con su vida, pero están preocupadas por que les suceda algo que les arrebatase ese sentimiento. Queremos transmitirlo a todos los que estáis hoy aquí, que no os puede pasar nada de eso, porque una vez que habéis entendido y recordáis, elegís cómo concentraros; por lo tanto, elegís cómo queréis sentirlos.

Nadie perderá jamás su miedo a la muerte hasta que descubra su poder para vivir... Y nadie descubrirá realmente su poder para vivir (y con eso queremos decir, vivir feliz) hasta que tenga el control sobre su vibración... Y nadie descubrirá realmente que tiene control sobre su vibración hasta que asocie entre cómo se quiere sentir y cuál es su vibración... Y nadie podrá jamás controlar cómo se siente hasta que se demuestre a sí mismo que la ira es mejor que el miedo, y que la frustración le hace sentir mejor que la ira, y que tiene el poder de dirigir un pensamiento para sentirse un poco mejor.

Cuando te demuestres que puedes sentirte un poco mejor —no puedes pasar de golpe de aquí hacia allá, no puedes pasar de golpe del miedo a la alegría, pero sí puedes hacerlo paulatinamente— recobrarás tu poder personal. Cuando recobres ese conocimiento, tu temor hacia todas las cosas, incluida la muerte, desaparecerá.

Invitado: Gracias, Abraham.

El hijo que no habla con su madre (de la que va a heredar)

Invitada: Muy bien. Realmente me encuentro en un lugar extraordinario en mi vida en estos momentos. Mis padres han muerto y no tengo relación con el resto de mi familia. Por lo tanto, no tengo a nadie que me atosigue. Practico el Viaje

Emocional, unas dos horas al día. No porque tenga necesidad de hacerlo, sino porque me gusta. Me encanta levantarme y empezar a practicarlo. Esta práctica ha cambiado muchas cosas de mi vida. Siento como si estuviera empezando a vivir de nuevo...

Mi hijo no me habla porque cree que estoy despilfarrando todo mi dinero (no tengo ningún seguro médico), por lo tanto no le quedará nada cuando yo me vaya, y como algún día es probable que enferme, tendré que ir al hospital y se acabará toda mi fortuna. Por esa razón no me habla. Quiero mucho a mi hijo, he hecho el Viaje Emocional sobre él y me siento bastante bien al respecto, aunque me pregunto si podéis darme algún consejo, ya que realmente me gustaría volver a relacionarme con él.

Abraham: Bueno, si estuviéramos en tus zapatos físicos, le diríamos a nuestro hijo: «Hay un vórtice que permitirá todo lo que quieres que fluya, y no necesitas nada de lo

que ha fluido a través del mío para que se convierta en tuyo». Luego le diríamos:

«Si no me hablas porque estás preocupado por quedarte sin herencia, tus pensamientos son correctos. (¡Risas!) Porque no creo que una herencia sea buena para ti. Creo que lo bueno para ti es encontrar tu propio camino». Entonces él respondería: «Pero tú has heredado. ¿Por qué no puede pasar a mí tu fortuna?» Y nosotros le diríamos: «Porque tú tienes acceso a la

Corriente de Bienestar, y deseo sinceramente que experimentes la emoción de decidir que quieres algo, de que abras tu vórtice y que permitas el flujo. No quiero que tu felicidad dependa de mí, no quiero que tu felicidad dependa de nadie más. Por lo tanto, tienes razón hijo mío. Estoy haciendo todo lo posible para asegurarme de que mi dinero y yo desapareceremos el mismo día».

Cuando se dé cuenta de que le hablas en serio, podrá to-mar sus propias decisiones respecto a si quiere hablar contigo o no. Pero, ¿realmente quieres una relación que se base en cuánto va a heredar de ti cuando mueras?

Invitada: No, no.

Abraham: ¿Realmente quieres una relación que se base en cuánto dinero le vas a dejar? La relación que quieres tener con cualquier persona se basa en la sintonización con la Fuente por ambas partes.

Invitada: Veamos, eso es lo único que él conoce. El dinero siempre le ha llegado.

Abraham: Entonces, siempre será así.

Invitada: A través de mi familia y luego a través de mí... por eso es lo único que ve. Pero intentaré hablar con él.

Abraham: Bueno, ¿te das cuenta de lo que está pasando? Esto es muy importante que lo hablemos, porque lo que él está vi-viendo es un ejemplo muy exagerado de lo que sienten muchas personas. Es una distorsión muy fuerte, pero mucha gente piensa que hay una cantidad limitada de riqueza. Él piensa: «Hay mucho dinero en esta cuenta que compartimos, y si mi madre se vuelve loca y gasta más de lo que debe, a mí me quedará muy poco». La gente piensa de este modo en cuanto a los recursos en general: «Si alguien es rico, es porque está privando a otras personas de la riqueza». Pero no es así.

Si las expectativas de tu hijo para el Bienestar son correctas, siempre lo serán. Pero su enfado contigo, cuando piensa que te lo estás gastando todo, le mantiene en una actitud a la que no puede llegar el Bienestar. Por lo que si éste ha sido su medio principal, o el único, a través del cual le fluye el

Bienestar, lo está secando, no debido a tu conducta, sino a la suya. El hecho de que llegue a darse cuenta de eso por algo que tú le digas, es otra cuestión. Generalmente, las palabras no enseñan. Invitada: Muy bien, muchas gracias.

¿Satisfecho con lo Que-Es. O envidioso de los demás?

Invitado: Hola. ¿Cómo estáis hoy? Un día hermoso, ¿verdad?

Abraham: Sí. Estamos extraordinariamente bien. No tenemos palabras para describirlo.

Invitado: ¡Vaya! En primer lugar me gustaría expresar mi apreciación por vuestro mensaje y por vosotros. Te levanta el ánimo y te reafirma, y las citas diarias en vuestra página Web son es-tupendas, porque hacen que cada día sea memorable muchas veces. Realmente, las necesito cada mañana. Tampoco conozco muy bien a Jerry y a Esther, pero realmente parecen muy, pero que muy buenas personas, y además humildes en todo el sentido de la palabra. Porque, teóricamente podrían dedicarse sólo «a las estrellas», ya sabes lo que quiero decir, en lugar de estar con personas normales como nosotros.

Abraham: Su deseo es la expansión del mensaje, de modo que lo que intentan es

estar en un entorno donde el mayor número posible de personas como vosotros pueda alcanzar una perspectiva única y contactar con la Inteligencia Infinita como no se había hecho hasta ahora. Eso es lo que a ellos les apasiona y también a nosotros. Sí.

Invitado: Estupendo. Me estaba preguntando sobre el ejemplo perfecto del que habláis, el de ser feliz donde estoy y estar deseando más. El problema que tengo a veces (no siempre. Quizá sea siempre, pero ¿quién sabe?) Es que cuando veo a alguien que está más evolucionado que yo, tengo celos y envidia. Entonces, no me gusta tanto lo que yo tengo, porque quiero lo que tiene el otro. No me gusta envidiar a otros por su fortuna.

Incluso, por ejemplo, cuando la gente famosa acaba divorciándose, siento cierta alegría porque pienso que su vida tampoco es perfecta.

Me gustaría sentirme feliz por la felicidad de otros, en lugar de alegrarme por su infelicidad. También oigo historias de muchas personas, y cuando tienen algo negativo que decir o les sucede algo malo, tengo la sensación de que las escucho con más atención que cuando me cuentan que les pasa algo estupendo, incluso cuando yo he experimentado ambas cosas.

Pero no quiero envidiar a otras personas por su felicidad y fortuna, porque si puedo ser feliz por su fortuna, eso también me traerá fortuna a mí.

Abraham: Bueno, antes has dicho: «Ser feliz donde te encuentras y desear más». No puedes ser feliz donde te encuentras y tener envidia de lo que está haciendo otra persona. Esas son frecuencias muy distintas. Realmente te beneficiará ser feliz tan-to si lo consigues por los demás como si lo haces sólo por ti.

Muchas veces decimos a las personas: no te sientas mejor por lo que hace otra persona, para hacerles un favor; háztelo a ti mismo, porque se trata de ajustar tu propia vibración.

Hay una serie de cosas que queremos decirte al respecto, porque has sacado a la luz muchos temas y esto es muy importante. Muchas personas pueden sentirse identificadas con lo que estás compartiendo. Así que vamos a hablar de este sentimiento de la envidia.

En el transcurso de tu experiencia por la vida, ésta te ha hecho ver que deseas muchas cosas. Cuando observas el mundo y ves a alguien que está viviendo lo que tú deseas, en general lo que eso te señala es la distancia entre donde estás y donde quieres estar, eso es lo que es el sentimiento de la envidia... La envidia es la activación de la conciencia de la diferencia entre tu propio deseo y tu actual emisión vibratoria.

De modo que para ascender por tu Escala de Guía Emocional es necesario que estés en un lugar donde el malestar de la envidia desaparezca. Cuando eso sucede, también alcanzas el Equilibrio de la Energía o la sintonización vibratoria, necesaria antes de que pueda llegar lo que estás pidiendo.

Lo primero que nos hemos de decir —si descubrimos que sentimos el malestar de la envidia o una emoción negativa— es: «Esto es una buena señal porque significa que quiero algo, pero también significa que en estos momentos no estoy sintonizado con las vibraciones de lo que deseo. Y he de sintonizar mis vibraciones antes de que pueda dejar entrar lo que deseo».

Queremos que te ocupes de tu propio Equilibrio de la Energía, hasta el punto de que dejes a todos los demás fuera de la ecuación. Si estás intentando conseguir tanto como otra persona, si estás comparando lo que has conseguido con lo que ha conseguido otro, te volverás loco porque siempre habrá alguien que estará enfocado de una forma más sucinta en algo, que habrá sido capaz de atraer o crear algo que estopor encima de lo que tú tienes.

En otras palabras, nunca podrás llegar a la cumbre en todos los temas que han conseguido todas las personas de este planeta. Sencillamente, eso no va a suceder. Esta es una de las razones, no la principal, pero sí una de las razones por las que pensamos

que es una buena idea que saques tus narices de los asuntos ajenos y te preocupes sólo de los tuyos. En lo que a nosotros respecta, tu único asunto es sintonizar con la Energía. Tu único asunto es controlar cómo te sientes.

Sabemos que no estás sintiendo una emoción negativa porque sientes envidia de lo que ha conseguido otra persona. La emoción negativa que estás sintiendo se debe a que quieres algo que no estás dejando entrar. Esa emoción negativa siempre se enciende cuando te concentras en el hecho de que los otros lo han conseguido, lo que amplía tu percepción de que tú no lo tienes, pero si no se tratara de algo que quieres, no sentirías envidia. Por lo tanto, no se trata de tu relación con ellos, se trata de tu relación con tu propia vibración, siempre, sin excepción.

Existen todo tipo de personas que tienen todo tipo de cosas... Esther ha aparcado la autocaravana en Chula Vista [cerca de San Diego], en el puerto deportivo, y con Jerry salen cada día a dar su paseo hasta el muelle. Esther le hace bromas a Jerry y le dice: «Estoy orgullosa de anunciarte que no quiero ningún yate». No importa lo bonitos que sean los yates, no le llaman la atención. No siente el deseo de tener uno.

Podría pasar el yate más majestuoso del mundo al lado de Esther y se quedaría igual que antes, porque no desea un yate.

Cada vez que sientas una emoción negativa, siempre se trata de tu relación con tus propios deseos, siempre. Estos sólo te están ayudando, a través de exponerse a ti, a que comprendas tu relación vibratoria dentro de tu propia vibración.

Eso es lo que has de limpiar.

Invitado: ¡Vaya! Esto ha supuesto una gran ayuda.

Abraham está bien muerto

Invitado: Hola, llevo trabajando algunos años con los principios y todo me ha ido extraordinariamente bien. Maravilloso, maravilloso, maravilloso. El punto que parece que no acabo de comprender en mi mente, con el que parece que hay bastantes personas que se sienten cómodas, es la muerte. Me aterra la muerte, el concepto de la muerte.

Abraham: Bien, descríbelo. ¿De qué se trata?

Invitado: Es la pérdida de la conciencia. Es...

Abraham: ¡No, no es eso! Es la recuperación de la Conciencia plena! No nos extraña que tengas miedo. No entiendes de qué se trata. No se trata de perder la concentración, sino de reco-brarla. ¡Es volver a emerger en tu Yo más pictórico, extenso, brillante, seguro y feliz!

Invitado: ¿Cómo se puede llegar a saber eso personalmente?

Abraham: Muere. O pregúntale a alguien que haya muerto (¡risas!). Nosotros estamos muertos y somos brillantes, estamos conectados con la Inteligencia Infinita, somos felices, nos sentimos gratificados, creativos, y estamos bien muertos.

Invitado: Entonces, sólo podemos confiar en vuestra palabra.

¿No hay forma de ascender por la Escala Vibratoria?

Abraham: Muere y lo sabrás. Deberías oír la gran carcajada que se produce, especialmente cuando mueren varias personas a la vez. Generalmente lo que dicen es: «Vaya, ¿lo había entendido mal? Tanta preocupación para nada. Todo el tiempo me he estado privando de la alegría de la vida preocupándome por una muerte que no existe».

Cuando dejas de concentrarte en este cuerpo, dejas atrás toda duda y temor. ¡Estamos hablando de un salto cuántico!

Estamos hablando de pasar desde dondequiera que estés hasta la Energía Positiva Pura. ¡Hablamos de abandonar la resistencia y de conseguir la claridad que llega cuando lo haces!

¡Como un soplido!

INTENTAR ES CONSEGUIR –PIDE Y SE TE DARÁ-Esther y Jerry Hicks - 148 - 150

Para personas como Esther, y para muchas de vosotras que cada día os movéis deliberadamente por la Escala de Guía Emocional, la experiencia de vuestra muerte será como un paso más.

Esther, que ha tenido la ventaja (y algunos de vosotros también) de permitir que la Fuente de Energía fluyera a través de ella durante muchas horas, durante muchos días, durante muchos años, está acostumbrada a esa vibración. De modo que su experiencia de la muerte para ella será el siguiente paso lógico. No va a sentir el gran alivio que sentirá una persona que ha estado vibrando en el miedo, la desesperación, o incluso la frustración.

No importa donde hayas pasado más tiempo en la Escala de Guía Emocional. Cuando retiras la atención, vuelves a emerger en la energía que realmente eres. No habrá ningún momento de pérdida de conciencia de quién eres. No pasas a formar parte de una borrosa niebla; no pierdes tu sentido de la identidad, no te preguntas dónde estás, no te sientes asfixiado ni que te falta el oxígeno. No pierdes tu cuerpo. Por el contrario, sientes lo que has sido siempre. Puedes ir a cualquier parte, participar en tu propio funeral si lo deseas. Puedes reactivar la vibración de tu estado de Ser.

En otras palabras, desde tu perspectiva No-Física (lo de-nominas muerto; nosotros preferimos llamarlo eliminado siendo un poco irrespetuosos, porque no existe la muerte) podrías reactivar la vibración que eras antes y sentirte como si todavía estuvieras en tu cuerpo físico. Pero ¿sabes qué? Nadie quiere hacer eso porque la perspectiva más amplia es embriagadora.

Luego, a medida que te vas abriendo a esa perspectiva cada vez más amplia, te acostumbras y recuerdas quién eres, y vuelves a relacionarte con aquellas personas que echabas en falta. Lo único que sucede y que es la causa por la que te sientes un poco inseguro desde tu plano físico es que hay grandes áreas de tu personalidad humana que están orientadas negativamente, y éstas se quedan atrás. Así que sólo te llevas lo mejor de ti, pero no pierdes la otra parte.

Con frecuencia, después de una conversación de este tipo hemos de recordaros que deseabais profundamente entrar en estos cuerpos. Es decir, que no vayáis a tiraros desde ningún rascacielos. Sabemos que vais a tener esa experiencia cuando volváis a lo No-Físico, pero esa puerta se abre en ambos sentidos. Queremos que ascendáis por la Escala de Guía Emocional para que gocéis de todo esto aquí y ahora. Para eso habéis venido aquí. Estáis aquí para vivir, aquí y ahora.

No estáis aquí para intentar escalar los travesaños de la escala, para conseguir marcas o alcanzar algún tipo de entendimiento o perfección psique al regresar podáis decir que habéis hecho un buen trabajo.

¡Estáis en la Primera Línea del pensamiento! Sois la Fuente de Energía que está en la Primera Línea. Todo lo que hagáis y experimentéis está contribuyendo a la expansión no sólo de esta realidad tiempo-espacio, sino de Todo-Lo-Que-Es. Esto es muy poderoso, es un puesto en Primera Línea.

No queremos que os lancéis a morir, pero tampoco queremos que le tengáis miedo a la muerte. Nunca hemos conocido a nadie que pudiera vivir realmente en esta vida física mientras no hubiera abandonado su miedo a la muerte, y creemos que tú lo has conseguido bastante. Practica. Invitado: Muy bien, muchas gracias.

Abraham clausura el taller del Arte de Permitir

Abraham: Estamos seguros de que lo habéis captado. Creemos que, de momento, no podemos decir nada más que pueda facilitar una mayor aclaración o afirmación de alguno de los temas que hemos tratado. Sabemos que todo lo que habéis llegado a entender, lo que queríais saber, lo hemos tratado en mayor o menor medida, y en muchos casos, de muchas formas y en muchas ocasiones.

Queremos decir que nosotros estamos sacando mucho provecho de todo esto... se supone que la vida ha de ser divertida, que vuestra vida se funda en la libertad... que la expansión es inevitable... y que sois Seres tremendamente merecedores. Si pudierais relajaros y acariciar a vuestro gato, y dejar los pies colgando en la corriente, y descubrir cosas que os gusten y concentraros en ellas..., y pasar tiempo con las personas que hacen que os sintáis bien, y leer libros que hacen que os sintáis bien, e ir a ver películas que hacen que os sintáis bien, y dar paseos que hacen que os sintáis bien, y pensar en los aspectos de las personas de vuestro trabajo que hacen que os sintáis bien... y pensar en vuestros padres de forma que os sintáis bien, y hacer listas de cosas que os gustan que hacen que os sintáis bien, y llevar la ropa que hace que os sintáis bien, y tomar la comida que hace que os sintáis bien, y hacer las cosas que hacen que os sintáis bien, y pensar los pensamientos que hacen que os sintáis bien... hmmm, os sentiríais estupendamente bien.

Entonces la vida os trataría como os merecéis. Pero cuando creéis que habéis venido a superar luchas, que tenéis que conseguir cosas, que no sois merecedores, que estáis obligados a demostrar lo que valéis, que estáis compitiendo por los recursos...: lo distorsionáis todo y os apartáis de la sincronidad con quienes-sois-realmente.

Sabemos que a muchos os han enseñado estas cosas, podemos sentir y oír cómo os esforzáis para encontrar vuestro camino dentro de todo esto. No obstante, os prometemos que se supone que la vida ha de ser divertida, que sois merecedores sin tener que pagar ningún precio, y que si podéis, trabajad para relajaros un poco, y trabajad para aligeraros un poco, y procurad tomaros con más humor vuestra experiencia, y sed más desenfadados con los demás, y dejad que las cosas os preocupen menos, y tomad las cosas con más calma, y decid cosas a quienes os rodean (especialmente a vuestros hijos, amantes o parejas) como «No pasa nada», «Bueno, no es para tanto. Esto es muy divertido», « ¿Por qué estoy armando tanto escándalo por una cosa tan insignificante?» En otras palabras, no os identificéis tanto con vuestro papel y no le concedáis tanta importancia a todas las cosas.

No os relacionéis con esos grupos que quieren sacar más de las cosas. No os relacionéis con esos grupos que están concentrados en lo negativo. Resumiendo, descubrid lo mejor que hay donde os encontráis en estos momentos, y ampliadlo todo lo que podáis, y observaréis que las cosas no tardarán en mejorar. Luego volved a intentarlo, una y otra vez, una y otra vez, una y otra vez, una y otra vez...

*Hay mucho amor aquí para ti,
y por el momento ya hemos terminado.*

Sobre los autores

Entusiasmados con la claridad y la utilidad de la palabra traducida de los Seres que se autodenominan Abraham, Jerry y Esther Hicks comenzaron a revelar su asombrosa experiencia con Abraham a un puñado de colaboradores íntimos en 1986.

Al reconocer los resultados prácticos que ellos mismos recibían, así como los de las personas que formulaban interesantes preguntas sobre su situación económica, su cuerpo y sus relaciones, y aplicando luego con éxito las respuestas a sus propias situaciones, Jerry y Esther tomaron la deliberada decisión de poner las Enseñanzas de Abraham al alcance de un creciente grupo de personas que buscaban respuesta a cómo vivir una vida más satisfactoria.

Utilizando como cuartel general su Centro de Conferencias ubicado en San Antonio, Texas, Jerry y Esther, viajan desde 1989, a aproximadamente cincuenta ciudades cada año para presentar unos seminarios interactivos destinados a enseñar El Arte de Permitir a los líderes que se reúnen para participar en esta corriente progresista de pensamiento. Y aunque pensadores y maestros van-guardistas de todo el mundo se han encargado de dar a conocer esta filosofía del Bienestar, incorporando muchos de los conceptos de Abraham a sus ampliamente difundidos libros, guiones y conferencias, la principal difusión de este material ha sido de persona a persona, a medida que la gente descubría la utilidad de esta forma de práctica espiritual en sus experiencias personales vitales.

Abraham —un grupo de maestros No-Físicos evidentemente evolucionados—, hablan desde su amplia perspectiva a través de Esther Hick. Y cuando se dirigen a nuestro nivel de comprensión a través de unos maravillosos, eficaces, brillantes y a la vez simples ensayos por escrito y a través de cintas de audio, nos conducen hacia una clara conexión con nuestro entrañable Ser Interior, y a una edificante adquisición de poder personal por parte de nuestro Yo Total.

Los Hicks han publicado más de 600 libros, cintas, cedés y vídeos de Abraham-Hicks. Si lo deseas, puedes ponerte en contacto con ellos a través de su página Web interactiva

www.abraham-hicks.com, o dirigirte por carta a Abraham-Hicks Publications, P.O. Box 690070, San Antonio, TX 78269.