

**DEL PENSAMIENTO LIMITADOR A LA APERTURA DE LA
ABUNDANCIA Y PROSPERIDAD**



AUSBERTO CHAPARRO RODRIGUEZ

Enero 2010

INDICE:

- Dedicatoria.
- Agradecimiento.
- Introducción.
- El por qué de este escrito
- **PRIMERA PARTE:** Entendiendo las técnicas, la abundancia y la prosperidad.
- ¿Qué es una técnica?
- ¿Qué se entiende por Abundancia y Prosperidad?
- **SEGUNDA PARTE:** Las consecuencias del pensamiento desarrollado de Abundancia y prosperidad.
- La Magia de las Oportunidades.
- La Creatividad, Tu estado Natural.
- El Magnetismo personal, tu mejor aliado.
- Tú, el mejor Maestro para ti.
- **TERCERA PARTE:** Conociendo y Aplicando las Técnicas.
- **REQUISITOS PREVIOS AL DESARROLLO DEL PENSAMIENTO DE ABUNDANCIA Y PROSPERIDAD.**
- Identificando mis necesidades.
- Evaluando mi vocación, ocupación y trabajo
- Enfocándome en mis potencialidades.
- **PROCESO DE APLICACIÓN DE LAS TECNICAS TERAPEUTICA TRANSPERSONALES.**
- Evaluando mis pensamientos y dialogo interno.
- Descubriendo las causas y consecuencias de mis pensamientos.
- **PRIMERA ETAPA:**
- La Dieta del perdón.
- La Reprogramación Mental Positiva.
- Audio terapia

- El “Mapa de tus Sueños.....”.
- **SEGUNDA ETAPA:**
- La visualización Creativa.
- El Poder del Sí.
- La auto observación.
- **TERCERA ETAPA:**
- La imagen personal.
- La Conversación positiva y empoderada.
- El Agradecimiento.
- La Meditación: puerta de ingreso a la fuente de Abundancia y prosperidad infinita, hacia al Amor que soy ...
- **BIBLIOGRAFIA.**
- **CONCLUSIONES.**

DEDICATORIA

Dedico este trabajo a todas y cada una de las personas que como yo están o estuvieron envueltos en la sombra del pensamiento de la escasez y limitación, con esperanzas limitadas y con un profundo dolor e impotencia; y decirles con absoluta claridad que siempre existe y puedes descubrir una luz al final del túnel, si tú quieres.

AGRADECIMIENTOS

Agradezco a Ausberto porque se atrevió a tocar esta puerta, la puerta del despertar y con el a todos mis Compañeros – terapeutas y maestros que hicieron posible mi despertar, iluminando con sus reflexiones y apoyo mis sombras.

A mis angelitos, mis hijos (a) y mi familia nuclear, que fueron el motivo y la razón de continuar en este proceso de formación hasta el final y mucho mas.

A Maite, mi asesora, acompañante del alma e impulsora en momentos de resistencia y deseos de tirar la toalla.

A Elena Villalba, por su humanismo y comprensión, por permitir que en mis circunstancias vuelva yo a creer en mí.

Al Maestro José María Doria, que se atrevió diseñar, ejecutar y acompañar este maravilloso proceso del ser.

A mis hermanos Carlos y Jhonny Chaparro Rodríguez, que desde la distancia acompañaron y animaron mi sueño.

A mis Maestros anónimos, los niños y compañeros del Gimnasio campestre Sibate.

A mis queridos compañeros del curso, a cada uno sin distinción, mi profundo agradecimiento y admiración.

INTRODUCCION

En esta hermosa vida del cual todos somos parte integral, hemos desarrollado un sin numero de estudios y técnicas a todo nivel, que como todo estudio es y fueron maravillosos dando respuesta a muchas de las necesidades; así ocurrió con los diferentes inventos durante la historia, por solo citar el invento de la pólvora, la luz eléctrica, el teléfono, el internet...entre otras que fueron hechos “para facilitar la vida a las personas” lo cual es cierto en muchos aspectos externos de la relación que el ser humano tiene en las diferentes áreas de desempeño.

Toda búsqueda, todo descubrimiento, toda maestría en la vida supone además de esfuerzo y dedicación; necesita indefectiblemente del desarrollo mágico de unas técnicas desarrolladas y empleadas de manera sistemática y ordenada que permitan el descubrimiento o materialización de algún invento, algún producto o alguna habilidad que definitivamente podamos llamarlo exitosa.

En ese orden de ideas la abundancia y prosperidad que merecemos alcanzar los seres humanos en esta hermosa vida, no depende necesariamente del grado cultural, intelectual, clase social o país de nacimiento; depende básicamente de la programación que haya recibido antes, durante y después de su nacimiento; programación que en el futuro inmediato influirá y en algunos casos determinara su grado de abundancia y prosperidad en la vida.

Por ello he querido recopilar desde la psicología transpersonal algunas técnicas y herramientas que me están permitiendo el desarrollo de un pensamiento de abundancia y prosperidad que cada día se expande hacia el infinito.

En este tiempo de búsquedas y transformaciones que me permití vivir estoy convencido que en la vida todo depende del conocimiento y manejo adecuado de trucos – técnicas que te permitan dominar y desarrollar un pensamiento tremendamente poderoso desde lo mas profundo de tu ser, que como consecuencia del mismo, disfrutes de todos los manjares que la vida y el universo tienen reservados para todos y cada uno de nosotros.

Se y estoy convencido que la aplicación de dichas técnicas deben tener un orden y disciplina, para alcanzar los resultados deseados en el menor tiempo posible.

Agradezco que me estés leyendo y se que en estas páginas encontraras la magia de la abundancia y prosperidad que tanto tu como yo, lo hemos

buscado; te deseo un feliz aprendizaje del despertar y descubrir de tu potencial y tu ser que harán posible la realización de tus deseos y sueños.

EL POR QUE DE ESTE ESCRITO

He pensado muchísimo para que mi trabajo final de este período de capacitación sea este, fundamentado en el principio de “si quieres una solución valida a tus necesidades y conflictos, búscala en tus momentos mas difíciles o en tus carencias mas notorias y continuas”.

Haciendo un recorrido histórico de mi vida personal, familiar y social, encontré momentos interesantes que me permitieron ver que yo viví en absoluta opulencia y bienestar en todo sentido, en comparación a la última etapa de mi vida; mientras vivía mi abuelo paterno, quien era empresario minero mediano e industrial del cuero; recuerdo gracias a la meditación momentos maravillosos que antes no aparecían en mis recuerdos.

Sin embargo a la muerte de mi abuelo, mi papa y mis tíos no supieron administrar ni mucho menos sostener lo que dejo mi abuelo para el “futuro de ellos”, y la pregunta mágica empezó su trabajo en mí; ¿por que esto funcionaba con el abuelo y no con ellos? Empecé a preguntarme y en esa pregunta me veo a mi mismo, que después de haber alcanzado un nivel económico espectacular y un reconocimiento profesional, de repente me encuentro en similar o peor situación que papa y tíos, el cual me impulso a buscar respuestas.

Dentro de esa búsqueda recorrí muchísimos caminos, conocí muchísima gente, muchísimos cursos y capacitaciones, unas con éxito y otras con sabor a ¿mas de lo mismo?, quiero decirles a mis queridos lectores, no encontré formula mágica ni respuesta divina, simplemente un camino a recorrer, claro esta mas despierto, mas crítico, mas maduro y ante todo sistematizado.

Esa sistematización me esta permitiendo disfrutar cada día y cada instante de un pensamiento mas conciliador, mas saludable, mas abundante, mas creativo, y ante todo mas amoroso conmigo mismo y con los demás.

Quiero invitarte que junto a mi hagas un recorrido hacia el aprendizaje del como descubrir el camino a la fuente infinita e ilimitada del poder y la prosperidad, con todas sus consecuencias positivas y ante todo formativas.

PRIMERA PARTE:

Entendiendo las técnicas, la abundancia y la prosperidad.

Permanentemente me hice esta pregunta; si hay técnicas para el desarrollo de la personalidad, el pensamiento matemático, el aprendizaje de una nueva lengua extranjera, distinta a la materna; debería de haber también técnicas que permitan el desarrollo del pensamiento de abundancia y prosperidad con todos sus beneficios colaterales, que faciliten romper el círculo vicioso de la pobreza mental, espiritual y financiera; que estén al servicio y alcance de todos aquellas personas que lo necesiten.

Por lo anteriormente mencionado antes de profundizar en el tema me permitiré dar algunas definiciones sobre lo que es o se entiende por técnica, abundancia y prosperidad en este escrito; que posiblemente difiera de la cátedra y el mundo intelectual.

Con este trabajo no pretendo entregarte la varita mágica, ni la lámpara de Aladino, ni mucho menos un curso avanzado de finanzas; solo quiero compartir contigo lo que a mi me esta funcionando y permitiendo romper desde mi ser el cáncer mental y espiritual de la pobreza.

¿Que es una técnica?

Para esta definición acudiremos a wikipedia, la cual dice que **técnica** proviene del griego, *τέχνη (téchne)*, arte, procedimiento o conjunto de reglas, normas o protocolos, que tienen como objetivo obtener un resultado determinado, ya sea en el campo de la ciencia, la tecnología, el arte, la educación o en cualquier otra actividad.

La técnica requiere tanto destrezas manuales como intelectuales, La técnica en el ser humano, surge de su necesidad de modificar el medio y se caracteriza por ser transmisible, aunque no siempre es consciente o reflexiva.

Sin embargo aquí veremos también como la técnica responde a situaciones mas allá del intelecto y razonamiento humano.

¿Qué se entiende por Abundancia y Prosperidad?

El diccionario nos dice que la abundancia significa algo pleno, una cantidad grande y suficiente de de algo y también se entiende como riqueza...

En el libro “El Secreto” la abundancia hace referencia a muchas áreas de la vida como: dinero, salud, amor, bienestar, etc....

SEGUNDA PARTE:

Las consecuencias del pensamiento desarrollado de Abundancia y prosperidad.

Toda acción emprendida en esta hermosa vida tiene sus consecuencias y resultados ya sean positivos o diferentes, y en esa perspectiva debo decirte el hecho de desarrollar un pensamiento de abundancia y prosperidad tiene necesariamente sus resultados y aquí te los nombro algunos que yo pude experimentar hasta el momento.

La Magia de las Oportunidades.

Una de las cosas maravillosas que yo experimente en esta etapa del ejercicio fue que cada día yo era diferente, por el solo hecho de pensar diferente, de enfatizar y profundizar mis nacimientos y combinar estos con algunas técnicas que mas abajo los explicare hicieron de mi una ventana abierta a muchas oportunidades, empezaron a presentarse en la puerta de mi casa y a mi disposición el cual no solo fue gratificante a nivel emocional sino que fue un nuevo reto de hacer muy bien las cosas en las diferentes circunstancias, así fue que hubieron nuevas amistades, nuevos intereses, mayor madurez y ante todo una excelente lección diaria de reflexión e interiorización y con ello las oportunidades como un trabajo a la medida de mi crecimiento.

La Creatividad, Tu estado Natural.

Otra de las situaciones maravillosas que viví en este proceso fue el hecho de recuperar mi creatividad, a nivel personal por ejemplo pude descubrir diferentes maneras de resolver mis conflictos, a nivel laboral, me atreví a experimentar y sugerir situaciones nuevas de cómo enfrentar un trabajo con población vulnerable, puedo asegurarles que ahora las cosas fluyen con mayor facilidad y claridad.

El Magnetismo personal, tu mejor aliado.

Cada vez que recuerdo mis inicios en el desarrollo personal y la aplicación de las técnicas mi vida era diferente; y en la medida que viví las mismas, empecé a experimentar la transformación interna, el disfrute de la tranquilidad y paz mental, que permite el fluir magnético de mí ser.

Ese magnetismo maravilloso es ahora el que me acompaña, el que me ayuda a seguir confiando mas en mi mismo, en la vida y en los demás, me permite estar cada día con optimismo, convencido que hoy será el mejor día de mi vida; que este año será el mejor año de mi vida.

Tú, el mejor Maestro para ti.

Esa palabra de que tu eres tu mejor maestro me sonaba a utopía, a consuelo de tontos, a disculpa diplomática frente a la incapacidad de respuestas; sin embargo cuando empiezo a utilizar las técnicas, eso se vuelve tan real, tan cierto que cada día y cada instante me permito reírme de mi mismo cuando recuerdo lo anterior.

Es increíble como uno puede educar su mente y sus emociones a favor de si mismo, hacer de ellas un verdadero aliado y una verdadera luz al final del túnel y en adelante.

Saber que las respuestas mas simples, mas sencillas y mas complejas las encuentras en ti, y como cuando tu hablas aprendes a escucharte a ti mismo, que cuando das las respuestas a otros te las estas dando a ti mismo; por eso y muchas razones busca, cultiva y encuentra en ti al mejor maestro, o sea a ti.

TERCERA PARTE:

Conociendo y Aplicando las Técnicas.

Hablar de técnicas es común y no es novedad; pero hablar de su aplicación y experimentar en carne propia sus resultados y beneficios eso si es otra cosa diferente; hoy quiero que conozcas esas técnicas, aprendas a utilizarlos adecuadamente y ante todo experimentes desde ya sus beneficios, sus bondades, recogiendo a lo largo del camino los frutos maravillosos de la materialización de tus sueños y con ello el cultivar tus potenciales para una vida mas consciente y feliz.

REQUISITOS PREVIOS AL DESARROLLO DEL PENSAMIENTO DE ABUNDANCIA Y PROSPERIDAD.

Toda técnica, todo conocimiento en la vida necesita de un previo conocimiento e inducción; para que cuando tu empieces a disfrutarlos sepas realmente que es lo que tu vas a conseguir con cada uno de ellos y además saber con exactitud sus diferentes usos que a mi me funcionaron y que estoy seguro que a ti también te servirán.

Identificando tus necesidades.

En este maravilloso proceso de resurrección, cada momento fue decisivo, cada ejercicio con las diferentes técnicas fue concienciada aplicada y vivenciada.

Lo primero que hice y te invito a que tú también lo hagas; es que identifiques tus necesidades en todas las áreas de tu vida personal,

familiar, social, laboral, espiritual, física, financiera... cuando sabes lo que tienes y quieres, te aseguro que también sabes lo que necesitas, por eso yo solamente te sugeriré lo que a mi me funciona, para ello te pido que empieces diligenciando este formato con total tranquilidad ante todo con sinceridad y honestidad contigo mismo.

AREA	NECESIDAD	ALTERNATIVA	TIEMPO
PERSONAL			
FAMILIAR			
SOCIAL			
LABORAL			
PROFESIONAL			
FINACIERA			
ESPIRITUAL			

Evaluando mi vocación, ocupación y trabajo

Una vez que hayas evaluado tu vida en sus diferentes aéreas te invito a que te hagas la siguiente pregunta, para ello respira profundamente tres veces y relájate y luego responde:

- ¿Estoy viviendo realmente mi vocación de vida en todo lo que yo soy, tengo y hago? SI___ NO ___ ¿POR QUE?:

- ¿O simplemente estoy asumiendo todo cuanto soy y tengo por ocasión, necesidad, impotencia e incapacidad?

Enfocándome en mis potencialidades.

El enfoque es algo muy importante en todo proceso de vida, especialmente cuando tenemos que desarrollar el pensamiento de abundancia y prosperidad, es fundamental concentrarse repetidamente y de manera continua en tus potencialidades, en tus talentos personales, en aquello que se te facilita y te encanta realizar independiente a las circunstancias en las que te encuentres; el cual se convierte en el impulso motivador que hace que los progresos sean siempre los mejores, hoy mañana y siempre.

Enumere los talentos. Capacidades con los que cuenta usted en este momento; si aun no es consciente, pida a su compañero (a) amiga (o) que le ayude a identificarlos.

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____

Haz el esfuerzo que te permita identificar la mayor cantidad de talentos, cualidades o capacidades especiales que tengas.

PROCESO DE APLICACIÓN DE LAS TECNICAS TERAPEUTICA TRANSPERSONALES.

Querido lector, para el éxito de tu desarrollo de pensamiento de abundancia y prosperidad es importante que sigas estas pequeñas pero importantes recomendaciones que a continuación te propongo.

Evaluando tus pensamientos y dialogo interno.

En todo inicio de cualquier actividad que uno realice necesita como requisito indispensable la evaluación inicial y continua, de igual manera el ejercicio del desarrollo del pensamiento de abundancia y prosperidad, requiere que se haga una evaluación con absoluta sinceridad y dedicación de nuestro dialogo interno, nuestros pensamientos preponderantes, nuestros sentimientos que se expresan en actitudes y estos a su vez en comportamientos y estos en resultados.

Esta evaluación te dará la oportunidad de hacer un autoanálisis concienzudo de el porque estas como estas en este momento en todas las aéreas de tu vida, será el termómetro que te ayude a medir la temperatura mental de abundancia y prosperidad y al mismo tiempo te permitirá definitivamente tomar una decisión sana y consciente de tu actual realidad personal, familiar, social, espiritual y financiera.

Descubriendo las causas y consecuencias de tus pensamientos contrarios a la abundancia y prosperidad.

En la medida que hagas tu autoevaluación y tengas claro tu dialogo interno, estarás en la capacidad de identificar donde se inició tu pensamiento de escasez y limitación, es más serás consciente de los escenarios y eventos generadores de la misma.

Posteriormente a ello tú tendrás la capacidad de medir las consecuencias de tu forma de pensar, del cual fuiste presa por mucho tiempo y con ello estarás en la capacidad de transformar los mismos en una oportunidad para construir tu nuevo yo y por ende tu nuevo pensamiento de abundancia y prosperidad.

PRIMERA ETAPA: LAS TECNICAS.

Para que las técnicas tengan un resultado exitoso contigo, te presento el orden que a mi me funciona y hoy te lo presento como sugerencia, sin que esto sea un imperativo; si tu crees que el orden puede ser otro ten la libertad de reorganizar la misma.

La Dieta del perdón.

Una de las razones por las cuales nos encontramos envueltos en los pensamientos contrarios a la abundancia y prosperidad, es por que en nuestro interior guardamos algún grado de rencor, odio y frustraciones que se convierten en los pensamientos preponderantes de nuestro dialogo interno, el cual dará sus frutos en esa dirección.

Por eso te sugiero que busques primero estar en paz contigo mismo y con los que te rodean, para que la abundancia y prosperidad lleguen a tu vida de una forma rápida, fácil y sencilla; recuerde que cuando tu niño interno esta reclamando atención y no es atendido, el se encargara de sabotear toda posibilidad de prosperar y desarrollar tu mentalidad en esa dirección.

El objetivo de esta técnica es que tú aprendas a vivenciar el antídoto del pensamiento contrario a la abundancia y prosperidad.

Yo.....me perdono total y eternamente por:

Yoperdono total y eternamente a mi mama por:

Yo.....perdono total y eternamente a mi papa por:

Yo perdono total y eternamente a mis hermanos (as)
por:

Yo.....perdono total y eternamente a mi esposa (o)
Novio (a) por:

Yo..... perdono total y eternamente Dios por:

Esta técnica la aplicarás inicialmente por una semana un punto cada día y luego repetir la misma las veces que sea necesario, hasta encontrar tranquilidad interior, reconciliación contigo mismo y pedir perdón también a los demás.

La Reprogramación Mental Positiva.

Esta técnica, te permite inicialmente evaluar tu dialogo interno y la calidad de tus pensamientos, con los cuales has estado conviviendo estos últimos días y los cuales permitieron los resultados que estas alcanzando en este momento.

1.- Escribe en automático las palabras mas frecuentes en tu dialogo interno y externo que denotan escasez y limitación; máximo 15 palabras.

Ejemplo 1:

Rabia – odio - angustia – desespero - impotencia – resistencia – stress – pobreza – no puedo - es difícil – no lo creo – eso no es para mi – derrotismo – pereza – no soy atractivo (a).

2.- Luego elige 7 de ellas y enciérralas en un circulo, subraya o pinta las mismas, que creas que son de mayor incidencia en tu dialogo interno y externo.

Ejemplo 2:

Rabia – odio - angustia – **desespero** - impotencia – **resistencia** – stress – **me siento pobre** – es difícil - **no puedo** - no lo creo – **eso no es para mi** – derrotismo – pereza – **no soy atractivo** (a).

3.- Posteriormente elige 3 palabras de las 7 anteriores y ubícales por orden de importancia 1ro, 2do, 3ro.

Ejemplo 3:

- 1.- Rabia.
- 2.- Me siento pobre.
- 3.- no soy atractivo.

4.- Y luego convierte las 3 palabras anteriores en positivo y con ellas forma una afirmación positiva; anteponiendo tu nombre y apellido.

Ejemplo 4:

1.- No soy atractivo. = Soy atractivo

2.- Me siento pobre. = Me siento rico y abundante.

3.- Siento Rabia = Siento amor

Yo.....Soy atractivo, me siento rico, abundante y amoroso.

5.- Escríbelo todos los días 7 veces y repítelo permanentemente durante el día hasta que hayas interiorizado la misma.

Audio terapia

Esta técnica permite acondicionar, mantener tu hemisferio izquierdo y derecho de tu mente en equilibrio, también empieza a programar en tu mente ideas positivas constructivas, proactivas que con la repetición constante, se convierten en creencias fuertes que te permiten reaccionar y comportarte en automático de forma positiva.

Los audios que sugiero son los siguientes:

1. Sonidos Hemisic 1 y 2; que te permite equilibrar tus hemisferios.
2. Sonidos Alpha; te permite y ayuda a aquietar tu mente.
3. Música positiva; te permite creer más en ti, te permite tener nuevamente esperanzas y sueños.
4. Música religiosa, te permite espacios de reflexión y reconciliación contigo mismo y te permite trascender a tu humanidad hacia lo divino u eterno.
5. Mantras, te permiten estar en el aquí y ahora, evitando que tus ideas no constructivas fluyan dentro de ti.
6. Relajación dirigida, en los comienzos te facilita el aprendizaje de forma sencilla las técnicas de tranquilizarte y educa a tu mente en la misma.
7. Música instrumental, esto te permite ROMPER CON TU PROGRAMACION MENTAL LIGADA A TU PASADO QUE TANTO DAÑO TE CAUSO.

SEGUNDA ETAPA:

Luego de haber aplicado las anteriores técnicas, tu mente esta en capacidad de abrirse a nuevas opciones y posibilidades que te permitirán desarrollar no solo un pensamiento de abundancia y prosperidad, sino y ante todo ampliar tu visión de vida y la expansión de tu conciencia; y una de las técnicas es:

El “Mapa de mis Sueños.....”.

Esta técnica te permite de una forma sencilla y visible plasmar, todos tus sueños, tus necesidades y aspiraciones.

- 1.- Consigue un pliego de papel cartulina o un pizarrón (tablero pequeño) y ubícalo en el lugar más visible para ti; ya sea en tu alcoba o tu oficina.
- 2.- Ponle el título que mas se adecue al mapa de tus sueños.
- 3.- Busca recortes, fotografías de aquello que quieres conseguir para ti, tu familia y los demás y pégalas en tu pliego de cartulina o tablero.
- 4.- Te sugiero que le pongas una fecha a cada sueño representado en tu mapa.

Todos los días de tu vida al iniciar, durante y al finalizar tu actividad diaria dirígete a tu mapa, obsérvala, siéntela con todo el corazón; luego deja que tu mente vaya en automático asimilando lo que tu le pediste a través de tu mapa; hasta que se materialice.

Esta técnica funciona y se manifiesta de acuerdo al desarrollo de tu pensamiento de abundancia y prosperidad y en el tiempo que la vida te proporcione y no en el tuyo, que esta sujeto al inmediatez y las frustraciones anteriores; simplemente haz el ejercicio y disfruta los resultados.

La visualización Creativa.

Esta técnica te ayuda y acelera la materialización de tus sueños plasmados en la anterior técnica, al mismo tiempo te devuelve tu capacidad creativa y seguridad en ti mismo (a).

Esta técnica la puedes realizar en cualquier momento del día y las veces que creas necesario, cuanto mas repitas al día y todos los días el avance serán también en esa proporción.

- 1.- En el lugar que estés, siéntete cómodo y Relájate, por medio de la respiración consciente.
- 2.- Cierra tus ojos e imagina, reproduce lo que estableciste en el mapa de tus sueños.
- 3.- Siente y disfruta tus sueños en tiempo presente como materializados, recuerda que la mente no hace diferencia en lo que es real y lo que es imaginario.
- 4.- Para finalizar repite tres veces el título que le pusiste a tu mapa y agradece a la vida, a Dios, el universo, etc., por permitir que esto sea así; poco a poco y con cariño abre tus ojos y sigue disfrutando tu día.

El Poder del Sí.

Esta técnica es muy sencilla pero poderosísima, ya que prepara tu mente para la aceptación, producción de lo positivo, lo constructivo y mágico; además esta palabra te conecta con lo trascendental de ti; permitiendo mayor seguridad y certeza en lo que haces quieres y sueñas.

El...**SI**...

Cuando hablamos del si, estamos hablando de la mayor verdad que puede expresar el ser humano, por esto partimos que todo se puede hacer, que todo absolutamente todo es posible, para el que lo cree y acepta esta técnica.

- ✓ El si encierra nuestra filosofía y la base de nuestro entrenamiento.
- ✓ El si es lo más contundente y poderoso, que puede usar el ser humano.
- ✓ El si es emplear el poder de la fe.
- ✓ El si es comprender todo lo que puede hacer el hombre.
- ✓ El si hace las cosas sencillas, posibles y realizables.
- ✓ El si construye una realidad.
- ✓ El si crea felicidad y confianza.
- ✓ El si es armonía y tranquilidad.

Quien emplea el si, comprende que:

Si se puede.

Si se tiene.

Si se sabe.

Si se hace.

Si se es.

La base de la prosperidad y la abundancia es que creas que mereces tener una vida mejor, más plena y consciente, que tu mirada sea la armonía y tú respirar tu eterna felicidad.

Por eso te dejo este reto:

- 1.- Confíe más en ti, en Dios, el universo... y en lo que haces.
- 2.- Desarrolla tu ser, ese poder interior que vive en ti.
- 3.- Descubra esa fuerza interior que te acerca a lo que en verdad eres.
- 4.- Si lo decides vas a hacer de ti, el ser más poderoso, en sabiduría, principios, valores, prosperidad y abundancia.

La auto observación.

Esta técnica es práctica y nos lleva a ser mejores cada día en todo lo que hacemos y somos; si nos observando a nosotros mismos, el ver que es lo bueno que tenemos y en que debemos mejorar nos hace crecer de una forma admirable y continua.

Te invito a que observes lo siguiente:

- 1.- TUS PENSAMIENTOS:** observa como piensas, ve si tus pensamientos son positivos, con fe, visión, armonía, o son pensamientos negativos, con desconfianza, conformismo y con problemas de ves en cuando; quiero que los escribas en forma resumida durante una semana.

Lleva un programa de seguimiento diario con el fin de ver cuales son tus pensamientos y te vas a calificar con el fin de auto-observarte y darte cuenta que tú eres lo que piensas y de acuerdo como piensas así vives.

Semana de auto-observación

Auto-observación	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Lo hice
Pensamientos positivos						
Pensamientos Negativos						
Propósitos para mejorar						
Calificación						

Solo escribimos todo lo positivo, lo bueno y lo que construye. Cada noche nos autoevaluamos de uno a diez. Como objetivo cada instante que pensemos vamos a pensar en algo positivo.

Esta técnica realízalo durante las tres semanas sugeridas.

2.- TU CONVERSACIÓN: Observa tu forma de hablar, si cada vez que hablas llevas armonía, prosperidad, felicidad o lo contrario; lo escribirás durante una semana.

Aquí también llevaremos un programa de seguimiento diario, para observar tu calidad de dialogo externo y te calificaras al final de cada día.

Semana de auto-observación

Auto observación	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Lo hice
Hablo positivamente						
Hablo Negativamente						
Propósitos para mejorar						
Calificación						

Resalta lo bueno que tu hablas y como lo haces. Cada noche te **AUTOCALIFICAS** de uno a diez según TU criterio. Como meta vas a sonreír cada vez que puedas cuando estés hablando.

TERCERA ETAPA:

Al llegar a esta parte en la aplicación de las diferentes técnicas es de suma importancia que le dediquemos un espacio a la parte física de nuestro ser, nuestro cuerpo recordando que una mente sana y feliz necesita un cuerpo sano y funcional.

Para ello es muy importante dedicarnos al cuidado del mismo, poniéndole muchísima atención a nuestra alimentación, al ejercicio físico, recordemos que sirve muy poco tener la intención de cultivar una mente feliz, si esto no va acompañado del ejercicio físico, con el cual facilitamos la desintoxicamos integral.

Tu imagen personal: “Te trato como te veo”

En la medida que vayas creciendo en el desarrollo de tu pensamiento de abundancia y prosperidad, también debes crecer en tu auto cuidado y auto imagen, es mas esto es la consecuencia de lo anterior.

Sin embargo debo decirte que esta técnica eleva tu auto estima y seguridad personal, te permite sentirte cómodo y satisfecho con lo que vistes y llevas puesto en tu hermoso cuerpo.

Por eso te sugiero que durante una semana te veas y observes como estas vestido, como actúas y que haces cada día para estar mejor; cuando te hablo de presentación personal es que uses prendas que te agraden, independiente que le gusten o no a los demás, y actúes como pienses y sientas que estés bien, eso si manteniendo tus principios y valores y el respeto por los demás.

Mi Semana de auto-observación

Auto-observación	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Lo hice
Creo que estoy bien vestido.						
Siento que estoy mal vestido.						
Que puedo y debo mejorar.						
Calificación						

Este cuadro es solo para tu calificación de uno a diez cada día. Aparte vas a escribir los diferentes aspectos de tu presentación personal; al mismo tiempo colocarás como puedes mejorar.

La Conversación positiva y empoderada.

Esta técnica te permitirá definitivamente un avance significativo y rápido en el desarrollo de tu pensamiento de abundancia y prosperidad.

La conversación positiva y empoderada debe ser necesariamente una técnica poderosa, que te ayudará a ser más creativo, observador, a empatizar más con el otro, a poner en práctica la escucha atenta hará de ti un ser humano mas consciente en lo que dices y haces en cada circunstancia de tu vida, por ello te sugiero que practiques esta técnica de:

Cuidar tus pensamientos.

A partir de este instante vas a observar tus pensamientos, porque de ellos se genera todo lo que eres, vives y logras en esta vida.

El poder del pensamiento es lo más poderoso que tú tienes como ser humano. Ahí, es donde esta tu grandeza, tu esencia.

El poder del Agradecimiento.

Esta técnica te permitirá despedirte de tu quehacer diario, con una actitud y conciencia diferente, evitando repetir aquello que hace que tú no seas lo que eres, ser víctima de tus pensamientos diferentes a la abundancia y prosperidad.

El ejercicio de despedirse del día dando las gracias por todo lo que tienes, haces y ante todo por todo lo que viviste y aprendiste de manera mas consciente y atenta, terminaras en automático experimentando en tu mente las delicias de la abundancia y prosperidad, que ya esta en ti; y de esa manera poco a poco rompiendo tu racionalidad iras entrando en conexión con tu ser, donde se rompen los paradigmas del ver para creer y se constata el creer para ver.

1.- Escribe y enumera diariamente, en un cuaderno, agenda o lo que tu prefieras; todas las razones por las cuales debes agradecerte a ti mismo, a tu familia, a tus amigos, a tu entorno a tu país y a tu Dios.

2.- Repite este ejercicio todos los días por una semana calendario; y de acuerdo a tu necesidad, amplíalo a las semanas que requieras para obtener los resultados que necesitas, en el desarrollo de tu pensamiento de abundancia y prosperidad.

3.- Practique el agradecimiento en cada situación y circunstancia de tu vida, y veras como esta técnica te hará más agradable y creara un magnetismo maravilloso en ti y tu entorno.

La Meditación: puerta de ingreso a la fuente de Abundancia y prosperidad infinita, hacia al Amor que soy...

José María Doria decía que la meditación se aprende meditando y meditar no es más que vivir plenamente el presente, es sentir de forma neutral aquello que vives sin identificarte con ninguna de ellas, es lúdica y además es divertida con beneficios difíciles de explicar por que responden al fuero interno de cada uno de las personas que decidieron meditar.

Esta técnica de cerrar tus ojos y concentrarte en tu respiración sintiéndote el testigo fiel e imparcial de todo cuanto sientes, piensas y haces, te permitirá accesar a lo mas profundo de tu ser , a tu esencia.

Durante el tiempo de tu meditación te invito a que pronuncies con cada respiración la palabra **SI**; esta se convierte en la puerta maravillosa que te permite ampliar tu conciencia hacia la abundancia y prosperidad; desde el amor que eres.

BIBLIOGRAFIA.

- <http://es.wikipedia.org/wiki/T%C3%A9cnica>
- Imágenes google.
- Como crear dinero sin dinero; William Arbey Gómez, Bogotá Colombia.
- Actitud positiva, Jorge Duque Linares, Bogotá Colombia.
- Reberthing niveles I y II. Comunidad Terapéutica Evolucionar, Bogotá Colombia. Facilitador Jorge Dager. Bolivia.
- Usted puede sanar su vida, Louis Hay.
- Los Secretos de la mente millonaria, T. Harv Eker.
- Piense y hágase rico, Napoleón Hill.
- Educación de emociones, José María Doria.
- Técnicas terapéuticas, José María Doria.
- Ritmo positivo, Víctor Giordani.
- El Secreto, Birne Rhonda.
- Audio libro Autoestima base fundamental del éxito, Arturo Fernández. Bogotá Colombia.

CONCLUSIONES.

Al finalizar este escrito, solo me queda decir que el desarrollo del pensamiento de abundancia y prosperidad, debe ir acompañado de un proceso terapéutico integral; además saber que las técnicas si no son vivenciadas a diario y como se sugiere no darán los resultados esperados.

También me encantaría enfatizar en que el desarrollar el pensamiento de abundancia y prosperidad, te garantiza un equilibrio emocional espectacular y sin precedentes, la vivencia de la coherencia entre lo que piensas, dices, sientes y haces, la disminución paulatina de la conciencia desdichada y culpabilizante; transformándola a la misma en un camino hacia el amor, la honestidad, la autenticidad, la totalidad de las posibilidades con sus infinitas repercusiones en ti y en los demás.

Por ultimo decir que la ganancia principal de la aplicación de las técnicas es tu realización personal integral en todas las áreas de tu vida; convirtiendo tu vida en un eterno laboratorio del desarrollo transpersonal.