

# **REALIDAD MÁGICA**

**Cómo abrirse a los milagros**

**XABIER ALONSO PINTO**

# **ÍNDICE**

*INTRODUCCIÓN: Realidad mágica, milagros y propósito .....	pág.3
*CAPÍTULO I: Cómo crear un esquema mental favorable a los milagros.....	pág.9
* CAPÍTULO II: La realidad mágica y tus relaciones.....	pág.19
* CAPÍTULO III: La realidad mágica y tu prosperidad.....	pág.26
* CAPÍTULO IV: La realidad mágica y tu identidad personal.....	pág.32
* CAPÍTULO V: La realidad mágica y tu salud física.....	pág.39
*CAPÍTULO VI: Las leyes universales y el poder del pensamiento.....	pág.46
* CAPÍTULO VII: Algunas perlas preciosas.....	pág.58
* COMENTARIO FINAL.....	pág.62
* BIBLIOGRAFÍA.....	pág.67

# **INTRODUCCIÓN**

**Realidad mágica, milagros y propósito**

¿Estás dispuesto a dar un propósito a tu vida? ¿Estás preparado para volver en tu mente al momento anterior a tu concepción y preguntar a tu yo superior “¿por qué vine aquí?” Cuando recibas la respuesta, que te hablará de dar y no de recibir, sea cual fuere tu vocación, tu energía vital empezará a desplazarse automáticamente y a pasar del sufrimiento al propósito. Cuando inicies el viaje hacia una vida basada en el propósito, estarás entrando en el reino de la realidad mágica.

El libro más sagrado de la fe hindú se llama el *Bhagavad Gita* (La canción del señor). Tomando este libro como guía modeló su vida Mahatma Gandhi. Resumido brevemente, el mensaje del Gita es: **que tu conducta esté de acuerdo con el amor y la armonía, no tomes apego en modo alguno a los frutos de tu trabajo. Si logras alcanzar este estado de gracia tu vida será milagrosa y apacible. Vive tu vida totalmente para un propósito y renuncia a cualquier forma de recompensa que puedas encontrarte por el camino debido a tus acciones. Sé firmemente consciente de la necesidad de servir a Dios y a los demás en todas y cada una de tus acciones. Así se comporta el hacedor de milagros.**

Para convertirte en tu propio hacedor de milagros es esencial que des un propósito a tu vida y crees en ti un estado de apertura a la ayuda. Recordemos las palabras de Jesucristo acerca de sus propios milagros: “Aquel que cree en mí hará también las obras que yo hago; y hará obras aún mayores que éstas”.

## **¿QUÉ ES UN MILAGRO?**

Al principio el milagro se acepta mediante la fe, porque pedirlo implica que la mente está ahora lista para concebir aquello que no

puede ver ni entender. No obstante, la fe convocará a sus testigos para demostrar que aquello en lo que se basa realmente existe. Y así, el milagro justificará tu fe en él, y probará que esa fe descansaba sobre un mundo más real que el que antes veías: un mundo que ha sido redimido de lo que tú pensabas que se encontraba allí.

Los milagros son como gotas de lluvia regeneradora que caen del cielo sobre un mundo árido y polvoriento, al cual criaturas hambrientas y sedientas vienen a morir. Ahora tienen agua. Ahora el mundo está lleno de verdor. Y brotan por doquier señales de vida para demostrar que lo que nace jamás puede morir, pues lo que tiene vida es inmortal. (Un curso de milagros)

## **SIETE CREENCIAS PARA LA MANIFESTACIÓN DE REALIDAD MÁGICA**

### **1.- Hay dentro de ti una fuerza vital invisible pero cognoscible.**

Esta fuerza vital universal, que forma parte de ti, es inmortal. Sabes simplemente que esa fuerza poderosa y divina, pero invisible, está dentro de ti. Confía totalmente en su presencia.

### **2.- Tus pensamientos son algo que tú controlas y que tiene su origen en ti.**

El pensamiento es nuestro modo de registrar y procesar nuestra experiencia humana. Tus pensamientos crean tu vivencia de la salud, de la riqueza y de todos los detalles de tu mundo. Dedicaremos un capítulo aparte al poder de los pensamientos.

### **3.- No hay límites**

Todas las cosas que has llegado a considerar con convencimiento como límites son producto del modo en que has

aprendido a pensar. Conviértete en una persona que no acepta límite alguno en su mente. ¡Ninguno!

#### **4.- Tu vida tiene un propósito**

El universo entero constituye un sistema inteligente. Tú eres esa inteligencia de la cual nunca puedes separarte, y tienes un propósito. Cuando lo sepas estarás en el buen camino para poder crear milagros en tu vida en cualquiera y cada una de las áreas que escojas.

#### **5.- Se supera la debilidad dejándola atrás**

No se pueden superar la debilidad o las limitaciones pensando. No llegarás al lugar de armonía interior necesario para crear realidad mágica esforzándote por superar tus viejas conductas negativas. Lo que sí puedes aprender es a dejar atrás esa etapa de tu vida y cruzar la puerta que lleva a un nuevo modo de ser.

Este proceso que consiste en dejar atrás las viejas costumbres empieza en tu dimensión invisible, es decir, en tu pensamiento. Te ves a ti mismo liberándote realmente de los obstáculos que te habías puesto en la vida, te imaginas a ti mismo sin necesidad ya de apoyarte en esos esfuerzos negativos.

La clave está en dejar atrás la creencia limitante, no en intentar eliminar el problema pensando ni tampoco burlándolo poco a poco. Así es como se efectúan todos los cambios milagrosos, cuando se llega a la pregunta: "¿qué debo hacer para cambiar?", o bien: "¿qué debo hacer para crear el milagro que deseo en mi vida?".

Hay que dejar atrás lo que es autodestructivo o constituye un obstáculo para el crecimiento. Toda persona que haya superado alguna dificultad o efectuado algún cambio positivo en su vida, al enfrentarse a lo que ha sido su vida ha tenido que dejar atrás el viejo hábito por propia voluntad.

- a) Identificar patrones de creencias limitantes
- b) Tener la certeza interiormente de que ese patrón ha caducado para ti
- c) Adoptar un nuevo pensamiento constructivo y positivo que sustituya a la vieja creencia limitante
- d) Acción basada en ese nuevo pensamiento

## **6.- Examinando lo que crees imposible, podrás luego cambiar tus creencias**

Sabemos de quien ha superado alguna vez un diagnóstico "terminal", y sabemos, por tanto, que existe dentro de nosotros esa capacidad. Sigue presente la fuerza o energía universal que una vez creó un milagro. Stuart Wilde dice en *Miracles*: "[...] porque la ley universal es indestructible e infinita, podemos suponer que el poder que utilizaban los hacedores de milagros en el pasado debe existir todavía hoy". Esa ley universal que creó milagros no ha sido ni será nunca revocada. Una vez que conozcas y decidas utilizar esa fuerza, tu vida tendrá el sabor de la realidad mágica.

Aun cuando sólo una persona lo hubiera logrado, ello significaría que es posible. Y aun cuando no hubiera sido posible antes –como ocurría con la cura para la polio antes de 1954 o con los viajes aéreos en 1745-, **el ser humano no necesita para estar abierto a la posibilidad más que el hecho de que un sólo y único individuo sea capaz de concebir en su mente.**

## **7.- Puedes ir más allá de la lógica**

Si bien no hemos inventado un "animoscopio", que demuestra racionalmente la existencia del alma, tenemos, sin embargo, la noción de que dicha dimensión persiste como parte de nuestra

condición humana. **Hay quienes nunca creerán en ella si no la ven. Otros la verán porque creen en ello.**

Para finalizar esta introducción, cabe citar dos frases que convendría tener continuamente presentes hasta que la realidad mágica y los milagros sean nuestro pan de cada día:

**1)No hay nada que no puedas ser, hacer o tener.**

**2)Atención, atención: todo es posible.**

**CAPÍTULO I:**  
**CÓMO CREAR UN ESQUEMA MENTAL**  
**FAVORABLE A LOS MILAGROS**

Hazrat Inayat Jan dijo: "El místico hace algo más que citar escrituras, no sólo dice "busca primero el reino de Dios", sino que su vida entera está inmersa en esa búsqueda".

Se trata de un embebimiento total que, sin embargo, no supone que haya que retirarse del mundo o cambiar de vida o de situación laboral. Lo que sí vas a cambiar es esa realidad invisible, que es únicamente tuya.

Lo que sigue ahora es una guía para que cambies de esquema mental a fin de experimentar un mundo donde la realidad mágica no sólo sea posible, sino que constituya tu derecho de nacimiento.

## **CATORCE CLAVES PARA CREAR UN ESQUEMA MENTAL MILAGROSO**

### **1.- Resérvate tu juicio y tu incredulidad**

El primer paso para preparar nuestra mente para hacer milagros es la eliminación de la incredulidad. Es necesario que cultives una actitud abierta, nueva y franca hacia cualquier cosa que represente para ti una posibilidad. La realidad mágica sólo está al alcance de aquellos capaces de imaginar cualesquiera posibilidades, dejando que el cómo venga por sí solo. Simplemente, abre tu mente y deja de lado tu incredulidad. Así comienza la realización de milagros.

Sugerencias para poner en práctica este esquema mental

**Practica afirmaciones interiores en las que te des a ti mismo permiso para adoptar nuevas ideas:** "Mantendré la mente abierta", "me niego a juzgar a nadie ni a ninguna idea", "el hecho de que yo no lo acabe de ver o de entender, no significa su no existencia", etc.

## **2.- Crea en tu mente una zona de realidad mágica**

Reserva tu propia zona invisible y sin forma en tu mente y considérala como tu rincón de libertad. Retírate a ella a menudo para pedir la ayuda amorosa y la guía que se te puede brindar.

Sugerencias para poner en práctica este esquema mental

**Afírmate a ti mismo en voz alta cada día que eres un ser espiritual con experiencia humana y que en este reino espiritual no hay limitaciones.**

## **3.- Afírmate en tanto que persona sin límites**

He aquí una gran regla general: si puedes concebirlo en tu mente, puedes también sacarlo al mundo físico.

Sugerencias para poner en práctica este esquema mental

**Haz una lista de aquellos límites que crees ver y que te has convencido son ciertos en tu caso.** Examínelos y cuestiona su veracidad.

## **4.- Desarrolla un nuevo esquema mental en relación con el concepto de intuición**

Debes familiarizarte con la idea de que las fuertes "súplicas interiores" y "corazonadas repentinas" son en verdad voces interiores que te ofrecen guía.

Cuenta Wayne W. Dyer que en un viaje de vacaciones a Panama City le ocurrió lo siguiente: su esposa conducía el coche, mientras su hija Tracy y su prima dormían en el asiento trasero. Él echaba un sueñecito tras haber conducido durante 6 horas. De repente, una abrumadora sensación hizo que se incorporara y pudo ver que el coche que tenía delante estaba a punto de chocar con el coche de delante de él. Su esposa no podía ver por encima del coche que tenían delante y no se daba cuenta de lo que iba a ocurrir cuando

el conductor del automóvil giró u bruscamente hacia la grava del borde de la carretera para evitar el choque. Al mismo instante, Wayne agarró el volante de su automóvil y giró hacia la grava, con lo que alertó súbitamente al conductor de detrás. Se había evitado otro espantoso choque múltiple. Y todo gracias a responder a una fuerte intuición interior.

Sugerencias para poner en práctica este esquema mental.

**Practica una vez al día el escuchar y seguir tu intuición.**

Empieza a afinar tus antenas intuitivas para saber cuándo debes prestar atención.

### **5.- Descubre el secreto que está sentado en el centro y sabe**

Familiarízate y hazte amigo de la idea de que la nada tiene algo que ofrecerte en tu camino hacia la realidad mágica. Considera que es el espacio entre las notas el que hace la música o que es el espacio existente dentro del jarrón el que permite que éste sea un jarrón. Ese espacio invisible, vacío y silencioso, que se halla dentro de todas las formas se llama el Tao. Shen-hsui lo dijo así: "Ver en la nada: en esto consiste ver de verdad, con una visión eterna". Y esto dijo Lao-Tsé: "Así, del mismo modo que aprovechamos lo que es, debemos reconocer la utilidad de lo que no es".

Sugerencias para poner en práctica este esquema mental

**Recuerda que el mundo de forma rodea el vacío invisible.**

Pasa tiempo en ese espacio interior trabando amistad con el invisible regidor que guía tu vida.

### **6.- Aprende a aprender a través del conocimiento y la confianza y no de la duda y el temor**

Tu nuevo pensamiento ha de ser algo así: "Voy a aprender de todos modos lo que tengo que aprender, así que, en lugar de tomar el restrictivo camino del temor y la duda, voy a trabajar para

aprender las lecciones de la vida mediante la confianza y el conocimiento. Confiaré en mi propia y personal capacidad para crear en mi mente lo que desee. Escojo la confianza. Puedo dudar de mi capacidad de realizar milagros o puedo confiar en ella. Actuaré de acuerdo con lo que haya elegido. **He de tener claro que según piense, así seré.**

Detrás del temor está la impotencia. Combates aquello que temes y el luchar siempre debilita. En cambio, detrás de la confianza están el poder interior y el amor. No se juzga, no se siente ira ni odio ni temor y no es necesario luchar.

Sugerencias para poner en práctica este esquema mental

**Cuando te encuentres con extraños, pásate al conocimiento y la confianza como modo de interacción.** “Confío en esta persona, no voy a dudar de ella y sé que las cosas tendrán un cariz positivo”.

### **7.- Afirma que tu intención crea tu realidad**

La intención es la energía de tu alma que entra en contacto con tu realidad física. El secreto para cambiar de vida está en las intenciones. Debes pasar de una actitud inerte a una actitud activa dentro de tu mente a fin de establecer un entorno interior de potencial para la realidad mágica.

Sugerencias para poner en práctica este esquema mental

En lugar de limitarte a fijarse metas o plantearte deseos sobre el modo en que quieres que se desarrolla tu vida, **intenta pasar al lenguaje activo de la intención.** Si estás enfermo, en lugar de “deseo ponerme bien” o “mi meta es librarme de esta enfermedad”, intenta decirte a ti mismo: “Pienso curarme de esta enfermedad”. La intención convertirá el pensamiento en acción.

## **8.- Experimenta la entrega y el satori**

En el zen se denomina satori al despertar instantáneo. Puedes pasarte décadas preguntándote, luchando, preocupándote, vacilando y cayendo en un lento proceso de acercamiento a esa puerta que parece tan lejana. Entonces, inexplicablemente, llega el instante en que atraviesas la puerta. El esfuerzo es tan mínimo que te das cuenta de que la "gran mentira" está en la idea de que sólo a través de la lucha y el esfuerzo se puede conseguir algo. Este sentimiento de "satori" es consecuencia de la decisión interior de estar en armonía con uno mismo y con su mundo físico. Es una decisión de entrega.

El satori está a tu alcance en cualquier momento de tu vida. Pero sólo vendrá si tienes una actitud abierta en relación con él y si estás dispuesto a la entrega.

### **Sugerencias para poner en práctica este esquema mental**

**Suéltate, entrégate por completo a este instante, déjate fluir. Confía plenamente en la inteligencia que eres.** Recuerda que el momento de dejar atrás definitivamente fobias, adicciones, etc. es ahora, si confías de verdad.

## **9.- Aprende a actuar como si la vida que imaginas estuviera ya aquí**

Tal vez el inicio sea un autoengaño, pero con sólo un instante en que te comportes como si tu milagro estuviera hecho, lo habrás hecho realidad en tu vida. Aunque creas que es una tontería actuar como si nadaras en la abundancia cuando estás rodeado de penuria, hazlo de todos modos. Actúa como si estuvieras en posesión de todo lo que necesitas sólo por un momento y luego el momento siguiente, porque más que esto en realidad no tenemos. Este mismo principio es válido para el modo de tratar a los demás y ayudarlos a entrar en el reino de la realidad mágica.

Si tienes la suficiente fe en ti mismo y estás dispuesto, el maestro aparecerá y tú te lanzarás y crearás las cualificaciones necesarias para llevar a cabo la empresa que te propongas. Un experto es alguien que cree en su propia pericia y no teme actuar de acuerdo con esta creencia.

Sugerencias para poner en práctica este esquema mental

**Si quieres lograr algo que siempre se te ha mostrado evasivo, actúa por un día como si lo hubieras conseguido ya.**

**10.- Vive de acuerdo con tu yo espiritual primero y con tu yo físico después.**

Tu alma, o tu yo invisible, está del lado del amor, la armonía, la verdad, el dar y el compartir la paz y el perdón. He aquí unas inspiradoras palabras de Paramhansa Yogananda:

“Podrás percibir los gozosos rayos del alma si interiorizas tu atención. Estas percepciones son posibles si preparas tu mente para gozar del hermoso escenario de los pensamientos en el reino invisible e intangible que hay dentro de ti. No busques la felicidad en las ropas bonitas, las cenas deliciosas y los lujos. Estas cosas encarcelarán tu felicidad detrás de las rejas de lo externo, lo superficial. Antes bien, en el avión de tu imaginación, deslízate por encima del ilimitado imperio de los pensamientos. Allí, contempla las sierras de las aspiraciones espirituales, sin fisuras y majestuosas, para mejora de ti mismo y de los demás”.

Sugerencias para poner en práctica este esquema mental

**Ordena de nuevo tus prioridades por un día.** ¿Qué es lo más importante para ti? ¿Te has parado a pensarlo?

## **11.- Estudia esta paradoja: "Nunca se tiene bastante de lo que no se desea"**

Dice Wayne Dyer: "Yo odiaba el entorno hostil que a menudo creaba y, en cambio, parecía condenado a crear en mayor medida lo que despreciaba". No te centres en lo que no deseas, puesto que así atraerás más de lo mismo. Como decía Osho: "duele mucho soltar aquello que nos duele". ¿A qué te estás resistiendo?, ¿qué es aquello que por más que quieres no puedes soltar?, ¿qué capítulo doloroso se está repitiendo una y otra vez en tu vida? ¡SUÉLTALO YA!

Sugerencias para poner en práctica este esquema mental

**Haz un inventario de aquellas cosas que sigues persiguiendo pero en realidad no deseas en tu vida. Haz luego un inventario de lo que de verdad te gustaría.** En tus relaciones, podrías sustituir el engaño por la sinceridad. Puedes sustituir el alcohol por ocho vasos de agua al día. Puedes poner amor y armonía donde antes había ira...

## **12.- No pidas nada de nadie y practica la aceptación incondicional.**

Ver la plenitud de Dios en el servicio a las gentes y tratarlas con respeto, en lugar de exigir su atención, crea casi siempre una respuesta mágica. "El reino de los cielos está en ti". Dios trabaja contigo, no para ti. Debes saber que tu vida es un regalo y que el universo no te debe nada ni está en modo alguno obligado a ti.

Para llegar a una posición desde la que seas capaz de crear milagros debes comprender la diferencia entre desear que ocurra algo extraordinario y estar dispuesto a que ello ocurra. La clave está en no forzar el milagro, sino permitirlo.

### Sugerencias para poner en práctica este esquema mental

**No pidas nada de nadie por un día.** No esperes que se te considere y deja que aquellos con quien te encuentras sean lo que necesitan ser.

### **13.- Empieza a crear en ti auténtico poder personal**

Con cada paso que das en el sentido de la concordancia con el propósito de tu alma, adquieres más poder. La auténtica adquisición de poder es saber en tu interior que tienes un propósito y que actúas en nombre de Dios, en paz y armonía. Es saber que puedes crear cualquier cosa que necesites para llevar más allá esa labor sin recurrir a manipular o hacer daño a otros.

### Sugerencias para poner en práctica este esquema mental

Imagina que eres simplemente un alma en interacción con otras, mucho más allá de tu estatura, autoridad, proezas físicas, aspecto, edad, riqueza, etc. **Trata realmente a los demás como si en ellos estuviera la plenitud de Dios.**

### **14.- Practica la meditación todos los días**

Dice Franz Kafka: "No es necesario que abandones tu estancia. Permanece sentado junto a tu mesa y escucha. Ni siquiera escuches, espera nada más. Ni siquiera esperes, permanece tranquilo, silencioso y solitario. El mundo se te ofrecerá de buena gana para que lo desenmascares, porque no puede hacer otra cosa, y vendrá en éxtasis hasta tus pies".

No importa cómo llegar a ese estado de unidad de conciencia. No se llega de una manera lineal ni se logra estudiando los sistemas de otros. Lo que necesitas es el propósito de descubrirlo por ti mismo. "Cuando creas en su presencia, descubrirás el cómo".

Terminamos este capítulo con unas sugerentes palabras de Lao Tse en el Tao-te Ching:

"Cuando tú encuentres el camino  
otros te encontrarán a ti.  
Al pasar por el camino,  
serán atraídos hasta tu puerta.  
Y el camino que no puede oírse  
resonará en tu voz;  
y el camino que no puede verse  
se reflejará en tus ojos".

**CAPÍTULO II**  
**LA REALIDAD MÁGICA Y TUS**  
**RELACIONES**

“Todo cuanto contemplas, aunque parezca estar Fuera, está Dentro; en tu Imaginación, de la que esta Vida Finita es tan sólo una sombra”. (William Blake)

Recuerda esta frase clave: ¡SEGÚN PIENSES, ASÍ SERÁS!. ¿Qué piensas acerca de esas personas con quienes te relacionas? Si piensas en lo que le falta a la persona a la que amas, ésta será tu experiencia de esa persona y definirá tu relación. Te verás inmerso en una rutina de desagrado y disgusto. Podrías decir, por ejemplo: “Él o ella sigue su propio camino y en este momento necesita reaccionar así, pero tiene otras muchas y grandes cualidades que me encantan. Quiero que sea una relación estupenda, y si lo es en mi pensamiento, el conjunto de mi experiencia también lo será”. “Voy a darle amor a pesar de su conducta”.

### **DA UN PROPÓSITO A TUS RELACIONES**

Cuando cultives la conciencia de tu cuerpo, de tu mente y de tu alma como una sola cosa y experimentes la unidad dentro de ti, estarás preparado para compartir este sentimiento de plenitud y santidad con los demás, ahí es donde entra tu relación. Cuando sientas amor por ti mismo, eso será lo que darás. Recuerda que el propósito es dar y cuanto más des y más desinteresadamente, tanto más recibirás.

Cuando has superado la necesidad de sufrir y de dominar a los demás, cuando has superado una actitud egoísta en las relaciones y te concentras en dar, servir, y no juzgar, la realidad mágica empieza a manifestarse en tu vida todos los días.

Trata a los demás en las diversas etapas de su vida como a ti te gustaría que te trataran en esas etapas. Georges Washington Carver

describe así este hecho: "El ir lejos en la vida depende de que se sea tierno con los jóvenes, compasivo con los ancianos, solidario con los luchadores y tolerante con los débiles y los fuertes. Porque en algún momento de tu vida habrás sido todo eso".

El propósito es darse a los demás sin condiciones y aceptando lo que de ello nos revierta con amor, aun cuando lo que venga no sea lo que esperábamos.

## **EL AMOR COMO INGREDIENTE CENTRAL DE UNA RELACIÓN MÁGICA**

He aquí unas sabias palabras de Jiddu Krishnamusti: "El amor es lo más importante de la vida. Pero, ¿qué queremos decir cuando decimos "amor"? Desde luego, no es amor amar a alguien porque esta persona te ama a su vez. Amar es sentir un inmenso cariño sin pedir nada a cambio. Podemos ser muy inteligentes, podemos aprobar todos los exámenes, doctorarnos y alcanzar una alta posición, pero si carecemos de esta sensibilidad, de este sentimiento de simple amor, nuestro corazón estará vacío y seremos desdichados durante el resto de nuestra vida".

Incluso en el acto sexual, las relaciones más gratificantes y satisfactorias son aquellas en las que sabemos que estamos dando sin pedir nada a cambio.

Sabe que estás aquí para realizar tu propósito. Si te desvías de tu curso, pregunta tan sólo: "¿Cómo puedo ser útil en esta situación?", y escucha tranquilamente la respuesta. Renuncia a demostrar lo que vales, aparta tu ego de la discusión y prodiga amor.

Estamos siendo amorosos cuando:

**a) Renunciamos a la necesidad de tener razón.**

**b) Dejamos espacio al otro:** lo que hay que hacer desde un punto de vista amoroso es dejar a todos la opción de ser ellos

mismos. Si para ser ellos mismos necesitan pasar tiempo alejados de ti, no sólo deberás permitirlo sino facilitarlos de buena gana.

Puede parecer irónico, pero cuanto más espacio permitas y fomentas dentro de la relación, más florecerá ésta. Cuanto más te empeñes en poner límites al espacio de alguien, en no perderlo a él o a ella de vista o a insistir en que pase todo el tiempo contigo, más estarás contribuyendo al final de esa relación afectiva.

**c) Eliminamos la idea de posesión:** no tienes ningún derecho a decirles a las personas con las que tienes una relación lo que deben hacer durante su estancia en la Tierra. Esto es sólo algo entre esa persona y su alma.

**d) Respetamos, aunque no comprendamos:** no es preciso comprender por qué una persona actúa y piensa como lo hace. Si éste es su camino, lo respetamos, aunque no lo comprendamos.

## **CÓMO FUNCIONAN LAS RELACIONES MÁGICAS**

A medida que trabajas en la creación de relaciones espirituales con todos los demás, verás que se producen milagros en otras áreas de tu vida. Descubrirás que posees capacidades milagrosas que en otro tiempo achacabas tan sólo a la coincidencia o al capricho de la suerte. Empezarás a entrar en el pensamiento de los demás y a conectar con ellos en una medida inaccesible cuando se vive en la duda y el temor. Empezarás a saber qué piensa el otro y dirás: "Yo estaba pensando exactamente lo mismo", "precisamente iba a sugerirte lo mismo", etc.

Wayne W. Dyer cuenta la siguiente experiencia en Tus zonas mágicas: "Una mañana, en el curso de una poderosa meditación, pude realmente ver a mi esposa acostada cuando se hallaba a varios kilómetros de distancia. Yo la había dejado temprano para dar un largo paseo y decidí meditar antes de regresar a nuestro apartamento de alquiler en Mavi. Esa mañana fui capaz de estar realmente con ella y de rondar sobre su cuerpo en mi meditación, y luego, de repente,

pude sentir sus pensamientos conmigo. Fui capaz de entrar en su sueño y experimentar con mi esposa lo que ella estaba soñando.

Cuando volví a nuestra casa de verano ella estaba levantada y le hablé del sueño que le había sentido soñar. Quedó sin habla. Era precisamente lo que ella había vivido en su mente”.

He aquí unas elocuentes palabras de Albert Einstein: “El ser humano se experimenta a sí mismo, con sus pensamientos y sentimientos, como algo separado del resto, una especie de ilusión óptica de su conciencia... Nuestra tarea debe ser liberarnos de esta cárcel”.

Desde esta dimensión, comienza a emerger una nueva actitud en nosotros. Se empieza a crear una ternura hacia todo y todos y vemos la imposibilidad de la destrucción derrochadora o insensata, de la crítica destructiva, de la violencia, del juicio...

Deja atrás nombres y rostros, hasta ese lugar de realidad mágica donde no hay nombres, ni rostros, ni números de la seguridad social. Ahí surge el verdadero Amor.

## **APLICACIÓN DEL ESQUEMA MENTAL MILAGROSOS EN TUS RELACIONES**

Has de aplicar el siguiente esquema mental milagroso a todas tus relaciones:

- a) Afirma tu capacidad para crear relaciones felices y gratificantes.
- b) Una vez eliminada la duda, entra en tu zona de realidad mágica. Acude a ese rincón de la libertad en tu mente en el que te conviertes en creador consciente de tu vida.
- c) Acepta las posibilidades ilimitadas de tus relaciones.

- d) Practica la confianza en tu intuición. Si tu intuición te dice que no es ni el momento ni la persona adecuada, dale cordialmente tu amor y sigue adelante.
- e) Instante a instante, libérate de la duda, que te hace pensar que no puedes tener relaciones mágicas.
- f) Pasa de un matrimonio humano a un matrimonio espiritual, en el que dos individuos independientes deciden crecer juntos y compartir su vida sin exigir nada el uno del otro.
- g) Pasa de los deseos a las intenciones en tus relaciones. En el caso de relaciones adictivas y tóxicas, aplicaremos un nuevo esquema mental que nos conducirá a un nuevo patrón de conducta: "Voy a darle amor, pero voy a apartarme físicamente de su presencia porque soy demasiado divino e importante como para ser objeto de ofensa". "Voy a enseñarle, con mi conducta y no con mis palabras, que no estoy dispuesto a ser su víctima por más tiempo, y ello a partir de ahora mismo".
- h) Recuerda que las relaciones pacíficas y afectuosas provienen en primer lugar y primordialmente de tu estado mental.
- i) Utiliza el poder de la imaginación para manifestar realidad mágica en tus relaciones. **Los pensamientos mantenidos sin titubeos que reflejan por anticipado lo que deseamos y no exigen un resultado constituyen los ingredientes de la realidad mágica.**
- j) Deja de perseguir aquello que no deseas.
- k) No pidas nada de los demás, no exijas ni fuerces nada que el otro no pueda o no quiera dar.

He aquí una cita de Thomas Crum en *The magic of conflict*, que resume brillantemente lo expuesto anteriormente:

"Las relaciones poderosas son aquellas en que dos individuos centrados se comprometen a amarse incondicionalmente y a apoyarse mutuamente en el crecimiento hacia su pleno potencial. Ambos dan abiertamente, sin motivos egoístas y sin el deseo de encerrar la relación en una forma determinada. No hay límites cuando nos abrazamos plenamente".

Terminamos este capítulo con un precioso texto de Jorge Bucay, que es su propuesta sobre las relaciones interpersonales:

QUIERO QUE ME OIGAS SIN JUZGARME  
QUIERO QUE OPINES SIN ACONSEJARME  
QUIERO QUE CONFÍES EN MÍ SIN EXIGIRME  
QUIERO QUE ME AYUDES SIN INTENTAR DECIDIR POR MÍ  
QUIERO QUE ME CUIDES SIN ANULARME  
QUIERO QUE ME MIRES SIN PROYECTAR TUS COSAS EN MÍ  
QUIERO QUE ME ABRACES SIN ASFIXIARME  
QUIERO QUE ME ANIMES SIN EMPUJARME  
QUIERO QUE ME SOSTENGAS SIN HACERTE CARGO DE MÍ  
QUIERO QUE ME PROTEJAS SIN MENTIRAS  
QUIERO QUE TE ACERQUES SIN INVADIRME  
QUIERO QUE CONOZCAS LAS COSAS MÍAS QUE MÁS TE DISGUSTEN  
QUE LAS ACEPTES Y NO PRETENDAS CAMBIARLAS  
QUIERO QUE SEPAS...QUE HOY PUEDES CONTAR CONMIGO...

SIN CONDICIONES

**CAPÍTULO III**  
**LA REALIDAD MÁGICA Y TU**  
**PROSPERIDAD**

"Las circunstancias no hacen al hombre, lo revelan". El mensaje de esta frase es esencial para tu capacidad de sustituir una conciencia de penuria por otra de prosperidad. Estar en la miseria es una situación temporal que en un momento u otro aflige a casi todo el mundo, mientras que ser pobre es una actitud, una serie de creencias que se van reforzando cuando pasamos a acusar a las circunstancias de la vida de nuestra condición.

## **ASPECTOS DE UNA CONCIENCIA DE PROSPERIDAD**

1.- **No necesitas nada más para poder conocer la prosperidad.** No se trata de que vayas a tenerlo todo, lo eres ya todo lo que necesitas lo tienes ya, y cuando sabes esto y entras en tu interior y lo creas en tu mente, el sustento divino que buscas en forma de cosas materiales o de dinero se manifestará en cualesquiera cantidades que necesites.

2.- **No podrás crear prosperidad si crees en la penuria.** Te has acostumbrado a lo que se llama "motivación por deficiencia", es decir, evalúas todas las cosas que faltan o de las que hay una deficiencia en tu vida y, a continuación, preparas un plan destinado a reparar esas carencias. Pero, por mucho, que consigas y acumules, siempre quedará un vacío, una sensación de carencia. Tu esquema mental está centrado en el más, en luchar y no llegar. Has de cambiar tu esquema por una "motivación de crecimiento". Así, empezarás a tener como motivaciones en la vida tu propia dicha, tus sueños, empezarás a vivir la vida que imaginas es tu vocación, la misión especial y divina por la que estás aquí, y la prosperidad se convertirá en tu santo y seña.

3.- **No podrás conocer la prosperidad si crees que no la mereces.** Eres una criatura divina y mereces lo mejor, pero has de creerlo con todo tu ser.

4.- **Alégrate de la prosperidad de los demás.** No podrás atraer prosperidad hacia tu vida si estás lleno de rencor, si juzgas, si sientes ira, celos, odio, tensión constante, miedo, desdén hacia los éxitos de los demás, etc.

5.- **No olvides tu propósito.** No se puede conocer la satisfacción ni la oportunidad de vivir milagros de prosperidad mientras se lleva una vida que se detesta y se trabaja en algo que supone una verdadera carga, justificando que es absolutamente necesario para pagar la hipoteca o mantener a la familia. Es preciso que haya dicha y armonía interiores para que se puedan experimentar milagros. Debes, pues, pasar del sufrimiento y los resultados al propósito.

## **SENTIDO PROFUNDO DEL TRABAJO**

El trabajo es, o ha de ser, la expresión creativa, espontánea del yo profundo. Trabajar es expresar las capacidades que hay dentro. Trabajar ha de ser un medio para ir desarrollando toda la inmensa capacidad que hay en el individuo. El trabajo habría de constituir, pues, un medio extraordinario de satisfacción, de placer. No es un medio para ganarse la vida; es un medio para llegar a ser uno mismo.

Para la mayoría de personas está funcionando aún la sugestión bíblica de que "ganarás el pan con el sudor de tu frente". Pero no olvidemos que hay, después, otra ley para el hombre redimido, liberado y es: "Conocerás la verdad, y la verdad os hará libres", o "no os preocupéis por las cosas que habéis de comer o con qué os

vestiréis”, que va junto a aquel hermoso pasaje que dice: “Mirad los lirios del campo y los pájaros en el cielo, que ni en verdad Salomón con toda su gloria...”, y que acaba diciendo “porque es el placer del Padre daros estas cosas”. La clave está en la confianza y en dejar que todo fluya.

El trabajo auténtico ha de reunir dos requisitos fundamentales:

1) **VOCACIÓN**

2) **ESPÍRITU DE SERVICIO**

### **CÓMO VIVIR CON SOLTURA Y SIN ESFUERZO**

En todo deseo está inherente la mecánica para la satisfacción espontánea del deseo. Lo único que se requiere es atención y no interferir. Interferir significa producir un resultado no querido, y la manera en que interferimos en la manifestación del deseo es intentar con demasiada fuerza, usar demasiado esfuerzo. Interferimos cuando dudamos, cuando escuchamos las opiniones de los demás, cuando nos perdemos en nuestro apego al resultado en vez de simplemente ser y tener la idea, el deseo.

Si observas a un bateador de béisbol golpear la pelota, y luego al jugador de campo corriendo tras ella, ¿crees que se preocupa por la mecánica del deporte?

Cuando tenemos un deseo, sabemos cuál es nuestra intención y simplemente nos relajamos, confiando en que el universo organizará todos los detalles para su manifestación. Cuanto más nos desapegamos y relajamos, más espontáneamente se satisfacen nuestros deseos.

Recuerda, los jardineros plantan semillas y luego no se inmiscuyen. Prestan atención al jardín –su atención incondicional- y no tienen dudas. Es lo mismo para ti. Ten una meta en tu

conciencia, préstale atención y no tengas dudas. No te esfuerces por ello y el deseo se manifestará.

## **CÓMO UTILIZAR LA MENTE PARA CREAR PROSPERIDAD**

Debes saber cuánto es el poder de tu proceso de imaginación en la creación del mundo material que vives. Lo que podemos concebir como imagen en la mente podemos crearlo en el mundo físico, con tal de que la imagen no se pierda. Aristóteles lo dijo así: *"El alma no piensa jamás sin una imagen"*.

Has de saber que todos los lujos de la vida traen consigo el sufrimiento consiguiente a menos que sepamos que dentro de nosotros está el reino de la serenidad, capaz de crear toda la prosperidad que podamos llegar a desear. Crear dinero es igual que crear cualquier otra cosa en la vida. Implica que no hay que estar atado a él ni permitir que en modo alguno domine nuestra vida. El dinero llegará en la medida que lo necesitamos cuando vivimos con un propósito.

Paramhansa Yogananda decía así:

*"La posesión de bienes materiales, sin paz interior, es como morir de sed cuando nos bañamos en un lago. Si bien es de evitar la pobreza material, debemos aborrecer la pobreza espiritual. Porque es la pobreza espiritual, y no la carencia material, la que constituye la base del sufrimiento humano"*.

Sigue los siguientes principios para vivir una vida de prosperidad:

- 1) Aparta de tu mente los pensamientos de penuria.
- 2) Deja un rincón de tu mente centrado exclusivamente en tus imágenes de prosperidad.

- 3) Desarrolla en tu corazón la convicción de que realmente te corresponde la prosperidad.
- 4) Cree en la divinidad que eres, y cree que representa la perfección del universo.
- 5) ¡Actúa ya de manera próspera!

He aquí las inspiradoras palabras de Jalil Gibran:

Están aquellos que tienen poco y lo dan todo.

Son los que creen en la vida y en la generosidad de la vida,  
y sus arcas jamás están vacías.

Están aquellos que dan gozosamente  
y ese gozo es tu recompensa.

Están aquellos que dan con pesar,  
y ese pesar es su bautismo.

Y están aquellos que dan y no conocen el pesar en el dar,  
ni buscan el gozo, ni dan atentos a la virtud;  
dan como en el lejano valle el mirto respira  
su fragancia al aire,  
y a través de las manos de éstos habla Dios,  
y desde el fondo de sus ojos  
Él sonríe al mundo.

**NO EXISTE EL CAMINO A LA PROSPERIDAD, LA PROSPERIDAD ES EL CAMINO.** Cuando Dios hable a través de tus manos y sonría a través de ti al mundo, porque tú das incondicionalmente y eres un ser con propósito que no pide nada de nadie, tu recompensa será la prosperidad.

**CAPÍTULO IV**  
**LA REALIDAD MÁGICA Y TU IDENTIDAD**  
**PERSONAL**

Tú has creado tu propia personalidad y, por lo tanto, posees la capacidad de cambiar cualquier parte de ella. Puedes manifestar realidad mágica en tu propia vida interior y convertirte en la persona en la que creías sólo otros podían convertirse. Tienes ya cuanto necesitas para hacer que esto se haga realidad, no necesitas nada más.

## **FALSAS CREENCIAS QUE NOS LIMITAN**

Creemos creyendo en tantas limitaciones que, pasado el tiempo, nuestras vidas manifiestan realmente estas limitaciones. Cuanto más te aferres a estas ideas y te convencas a ti mismo y a los demás de que representan "la verdad", más harás que esta "verdad" inhiba la llegada de realidad mágica a tu vida.

### **1.- No puedo evitar ser como soy; siempre he sido así.**

Has podido ser de una determinada manera, pero debes crearte un conocimiento interior de que tienes el poder de crear el tipo de persona que deseas ser, sea éste cual sea. Y puedes cambiar en este mismo instante, si tu decisión y tu convicción son firmes.

### **2.- Soy así por naturaleza, he heredado mi modo de ser y no lo puedo cambiar.**

A fin de entrar en el reino de la realidad mágica, deberás eliminar tales ideas y convertirte en un ser primeramente espiritual, un ser que no tiene limitaciones en ese terreno interior donde no existen las fronteras. Es este reino, tu rincón de libertad, puedes tener múltiples talentos, ser un intelectual brillante, tener confianza en ti mismo, estar desprovisto de temores y ser simpático por añadidura. No hay límites.

### **3.- Mi personalidad está controlada por mi química y mi metabolismo.**

Si queremos tener cuerpos mágicos, hemos de tener mentes mágicas. La química de nuestro cuerpo se ve siempre afectada por el modo en que decidimos pensar.

### **4.- Mi familia es responsable de mi personalidad.**

Aunque no puedas eliminar las influencias que formaron una parte tan importante de tu niñez, tú y sólo tú debes decidir si van a persistir. Debes convertirte en productor, director y actor en el desarrollo de la historia de tu vida.

### **5.- No puedo escapar a mi cultura ni a mi tiempo**

Todos aquellos que han sido diferentes en el mundo han sido unos innovadores. Un innovador no mira las normas culturales y dice: "Eso es todo lo que puedo hacer". Mira por el contrario para adentro y deja que su conciencia y su compromiso con un propósito decidan en quién se va a convertir.

**"Si sigues al rebaño, acabarás pisando excrementos"**

Nada de ahí fuera puede controlar lo que está ahí dentro, la relación es al revés. Según pienses, así serás. La sociedad en la que te hallas no es más que el escenario sobre el cual tú representas tus propios milagros.

## **CÓMO SUPERAR ESAS FALSAS CREENCIAS LIMITANTES**

Repite continuamente "¡Soy un milagro!", hasta que esté firmemente implantado en tu mente. Asómbrate de ti mismo. Producir milagros en tu vida es consecuencia de saber interiormente que eres ya un ser milagroso. Así empiezas también a saber y sentir que nada es imposible para ti.

Has venido a este mundo albergado por un tiempo en un cuerpo limitado, pero con una mente ilimitada, que no tiene fronteras ni forma y es infinitamente capaz de crear cualquier tipo de milagro que decida crear si se la honra y celebra debidamente.

El pensamiento de realidad mágica dice: "Lo creo, lo sé, y accederé a mis poderes espirituales para hacerlo. ¡Ésta es mi intención!"

Dice Wayne Dyer: "¡Nadie sabe lo bastante como para ser pesimista!". ¿Vas a continuar alimentando todas esas creencias que han estado limitando tu vida por completo? Si sientes que ya no te sirven, es hora de desecharlas para siempre.

## **CÓMO CREAR TU PROPIA PERSONALIDAD MÁGICA**

### **1.- Tu personalidad**

En lugar de fijarte en lo que ves ahora, fíjate en lo que realmente te gustaría en cuanto a tus rasgos de personalidad. ¿Qué te gustaría poder decir acerca de tu propia personalidad única? Te convertirás literalmente en esa personalidad acerca de la cual sólo podías fantasear y adoptarás conductas físicas que reflejarán tu nueva visión interior y milagrosa.

### **2.- Tu talento**

Tu talento en una área en concreto es simplemente lo que tú crees de ti mismo y el modo en que te comparas con la actuación de otros. Cuando empieces a conocer en lugar de dudar de tu talento, descubrirás capacidades físicas para realizar tu propósito.

### **3.- Tu inteligencia**

Dice Wayne Dyer en Tus zonas erróneas que "vale más como barómetro de la inteligencia una vida eficaz y feliz vivida cada día y en cada momento de cada día". Cuando sabes que posees la capacidad intelectual de crear tu propia felicidad y cuando sabes a quién o qué consultar, tú también eres un genio.

### **4.- Tus hábitos y costumbres**

Recuerda: ser desdichado es un hábito; estar deprimido es un hábito; ser perezoso o limitado es un hábito. Son muchos los que atraviesan por circunstancias durísimas y hacen un hábito elegir la felicidad frente al desespero, que es un proceso interior y no exterior. Y aquellos que se las apañan para escoger hábitos de autoayuda son casi siempre quienes trascienden sus circunstancias de penuria y crean para sí una vida de mayor abundancia.

### **5.- El envejecimiento**

He aquí lo que dice Deepak Chopra en Salud perfecta: "si llevas tu mente a un nivel de funcionamiento que está más allá de la edad, esa misma cualidad incidirá en tu cuerpo. Éste envejecerá más lentamente porque así lo dicta tu mente, al nivel más profundo. Al verte a ti mismo libre del envejecimiento, lo estarás de hecho". Dice Chopra que el ADN, que controla todas las funciones celulares, es prácticamente invulnerable al desgaste.

Puedes en verdad negarte a permitir que un anciano entre en tu cuerpo.

### **6.- Tu salud emocional**

¿Necesitas un antidepresivo o un tranquilizador? No es preciso que acudas a la farmacia. Tu mente puede crear exactamente lo que tu cuerpo necesita. Cuando empiezas a curar tu ser interior y a consultar de manera constante a esa voz interior, alteras realmente tu sistema inmunológico.

Tú eres el creador de tus emociones, que tienen su origen en tu pensamiento. Una vez te hayas dado cuenta de que eres tú quien elige los temores, los niveles de ansiedad, las fobias, los niveles de éxtasis y demás, podrás ser también quien cree cualquier milagro que desees experimentar en este mundo de las emociones.

Un viejo dicho indio expresa muy bien estas ideas: "Si deseas saber qué es lo que pensabas ayer, mira tu cuerpo hoy. Si deseas saber cómo será tu cuerpo mañana, mira lo que piensas hoy".

## **CÓMO PONER REALIDAD MÁGICA EN TU PERSONALIDAD**

a) Elimina toda duda acerca de la clase de persona en que puedes convertirte. Recuérdate constantemente a ti mismo que todo cuanto has llegado a ser es consecuencia de todo lo que has pensado. El modo de cambiar consiste en pensar de manera tranquila, constante y persistente en el tipo de persona que en verdad quieres llegar a ser.

b) Deja de utilizar en tu mundo material frases que reflejen aquello que no quieres ser. Si hablas siempre de tus debilidades y las defiendes, estarás también pensando en ellas y actuarás en consecuencia.

c) Céntrate en aquello que defiendes y no en aquello que combates. Olvídate de las carencias. "Poseo cuanto necesito para realizar mis sueños. No tengo límites y formo parte de la perfección de este mundo físico. No soy un error, soy una

necesidad divina". Piensa en la salud, en la armonía, en el amor y en el bienestar corporal y actuarás de acuerdo con ese pensamiento.

d) Recuérdate todos los días que eres un ser con un propósito.

e) Confía totalmente en tu intuición día a día.

f) Crea un inventario de intenciones para ti.

g) Empieza a actuar en el mundo físico como si esa persona que tanto te gustaría ser estuviera ya aquí. Al principio probablemente habrán de fingir y todo saldrá un tanto forzado, pero con el tiempo esa nueva actitud se instalará en ti con firmeza y sin esfuerzo.

h) Aprende a representar previamente quién deseas ser en tu mente antes de llevar nada a la acción.

i) Utiliza tus meditaciones para verte libre de las etiquetas que tú mismo te has colocado y liberarte de las grandes mentiras que te hablan de tu incapacidad para cambiar ciertas cosas de ti.

j) Utiliza regularmente la meditación para crear la armonía y la paz interiores que te permitan convertirte en la personalidad más adecuada a tu propósito magnífico y divino aquí en este planeta y en este momento. Mientras meditas, experimenta mentalmente tu propia muerte. Imagínate entrando en la luz y desechando las ropas que has venido llevando y que llamabas tu cuerpo. Desde esta perspectiva, mira atrás a todo aquello a lo que tienes apego y date cuenta en tu meditación de lo absurdas que son en realidad esas ataduras. Esto te dejará libre para tener un propósito, en lugar de perseguir recompensas y resultados.

Piensa en estas palabras de Hermann Hesse y aplícalas a tu vida: "No hay otra realidad que la contenida dentro de nosotros. Por ello, muchas personas viven una vida tan irreal. Toman por realidad las imágenes externas a ellos y nunca permiten que se afirme su mundo interior".

Tus milagros son una labor interior. Acude allí para crear la magia que buscas en tu vida.

**CAPÍTULO V**  
**LA REALIDAD MÁGICA Y TU SALUD**  
**FÍSICA**

¿Qué venenos querrías ver desaparecer para siempre de tu cuerpo? ¿Qué curaciones te gustaría ver realizadas para poder vivir en verdad el milagro? Permanece en pie delante de un gran espejo y cierra los ojos. Imagina ahora exactamente qué es lo que te gustaría que este cuerpo físico fuera capaz de lograr, qué aspecto te gustaría que tuviera, hasta qué punto te gustaría verlo sano y libre de adicciones. Sin abrir los ojos, implanta firmemente esta visión en tu conciencia. Abre los ojos y mira con atención el cuerpo que tú has creado. Sí, tú lo has creado. ¿Sabes ya que eres capaz de hacer realidad tu visión interior, o dudas de ello?

Recuerda: **CUALQUIER COSA QUE HAYA SIDO LOGRADA POR CUALQUIER OTRO SER HUMANO EN EL REINO FÍSICO ESTÁ DENTRO DEL CAMPO DE LA POSIBILIDAD.** La ley universal que permitió la aparición de un milagro en un ser humano y en un momento determinados no ha sido revocada.

Supongamos que esa duda acuciante sigue ahí y que estás en disposición de desear experimentar la realidad mágica en el cuerpo físico, que ocupas, pero abrigas serias dudas acerca de tu capacidad para ello. ¿Qué ocurriría si éste es tu caso? Tu duda mental es garantía de que no vas a recibir la guía ni la asistencia que necesitas, porque tú mismo estás bloqueando la realización de tu deseo. Recuerda: *"Cuando el alumno esté preparado, aparecerá el maestro"*. Los maestros están siempre ahí, pero sólo aparecerán (de las formas más variadas) cuando tú permitas que éstos entren en tu vida.

El primer paso, pues, ha de ser eliminar esa fastidiosa duda y trascender ese viejo patrón de pensamiento, a fin de abrirse a los milagros.

## **SIETE PASOS PARA MANIFESTAR REALIDAD MÁGICA EN TU SER FÍSICO**

Estos siete pasos están detallados en la introducción de este trabajo, bajo el título "Siete creencias para la manifestación de realidad mágica". Aquí simplemente los recordaremos para refrescarlos y tomar conciencia de ellos.

**1.- Reconoce la existencia de una fuerza vital invisible en tu interior.**

**2.- Debes saber que tus pensamientos tienen su origen en ti.**

**3.- Toma conciencia de que no hay límites.**

**4.- Debes saber que tu vida tiene un propósito.**

Hazte frecuentemente la pregunta "¿Qué me enseña esto?". Procura de manera seria descubrir la lección que hay en tu incapacidad para lograr ciertas tareas, en el descalabro físico que estás experimentando o en la adicción a sustancias de la que eres objeto. Podrás entonces pasar de centrarte en el sufrimiento a aprender cuanto puedas de tus enfermedades, tus accidentes o tus adicciones. Poco a poco sabrás que todo ocurre por algo, todo es inteligente. Las crisis son verdaderas oportunidades de crecimiento, de ti depende aprender la lección o seguir sufriendo.

**5.- Supera la debilidad dejándola atrás.**

**6.- Examina aquello que crees imposible y luego cambia tus creencias.**

**7.- Ve más allá de la lógica.**

## **CÓMO CREAR MILAGROS DE SALUD Y CURACIÓN**

He aquí lo que afirma el célebre José Silva, fundador del método de Control Mental Silva:

- No tienes por qué vivir en la enfermedad
- No tienes por qué morir debido a mala salud.
- Tu estado natural es estar sano.

-Tienes derecho a vivir una vida perfectamente sana hasta el día mismo en que mueras de causa natural.

Desgraciadamente, nos hemos acostumbrado a lo contrario y hemos aceptado la enfermedad como algo normal e inevitable, cuando lo natural es estar completamente sanos. El cáncer, el estrés, la ansiedad, las enfermedades cardiovasculares, etc. son ya el pan nuestro de cada día en occidente y ello es señal de que nuestra mente no está funcionando adecuadamente y de que nuestra alma está enferma. No olvidemos que somos mucho más que un cuerpo.

Ghislaine Lanctôt, autora del polémico libro *La mafia médica*, que le costó la expulsión del colegio de médicos, afirma lo siguiente: "Es el estado del alma lo que determina la salud mental. Cualquier enfermedad es psicósomática. Siempre hay un conflicto, pero si yo identifico el conflicto y lo soluciono, la enfermedad se va. El alma quiere la emancipación del ser y el ego quiere la seguridad del tener. Cada uno tira por un lado, el estrés significa la guerra interior. Cuando trato el alma, todo el cuerpo se alinea sobre este principio. Primero el alma, después el cuerpo mental, luego el cuerpo emocional y después el cuerpo físico". "La solución viene cuando yo tomo conciencia de quién soy verdaderamente y que voy a comportarme tal y como yo soy; así encontraremos la salud perfecta y la inmortalidad, que es más interesante que morir, ¿no?"

Son numerosísimas las historias de personas que han conseguido hacer realidad milagros de curación física. Greg Anderson, autor de *El conquistador del cáncer*, salió del hospital

supuestamente para morir, después de que los médicos le dijeran que no iba a vivir más de treinta días, pero milagrosamente logró curarse. Como él dice: "te conviertes en conquistador del cáncer no porque haya una remisión... te conviertes en conquistador del cáncer porque eliges ser una nueva persona". Descubrió en qué medida el temor, la ira y el pesar afectan el sistema inmunológico. Descubrió también que el amor incondicional, la paz interior, dar amor, reducir las expectativas propias en cuanto a los demás y sintonizar con el poderoso efecto de la meditación y la imaginación constituían las semillas para derrotar al cáncer que se expandía en su cuerpo.

La clave está en saber, cuando se te dice que tienes algún tipo de dolencia física, que puedes o bien prepararte para el sufrimiento o bien prepararte para la curación.

El doctor Abraham Maslow dedicó una gran parte de su vida al estudio de lo que llamaba autoactualizadores (en *El cielo es el límite* Wayne Dyer habla extensamente acerca de las cualidades de estas personas). Una característica que llama la atención al observar la vida de estas personas tan especiales es el hecho de que, enfrentados a problemas aparentemente insuperables, buscaban siempre la solución en su interior. Aquellos que vivían gozando de una gran salud y bienestar encontraban dentro de su mente la respuesta a sus problemas existenciales. Se negaban a buscar fuera de sí mismos la culpa o el elixir mágico de la curación.

Según Deepak Chopra, "la posibilidad de pasar a un plano superior es muy real para todo el mundo. No requiere fuerza, esfuerzo o sacrificio. Apenas hay que hacer otra cosa que cambiar de idea acerca de lo que es normal".

Como decía anteriormente, son numerosísimas las historias de personas que han conseguido hacer realidad milagros de curación física. Es interesantísima la historia de Louise L. Hay, que puedes leer en *Usted puede sanar su vida* (cuenta cómo se curó de un cáncer de vagina) o la de Michael Russ, en *Autobiografía de un inmortal*, entre otros.

## **CÓMO HACER REALIDAD MILAGROS EN TU REINO FÍSICO**

a) Resérvate los juicio y la incredulidad practicando las afirmaciones.

“Me hallo en el proceso de creación del milagro que merezco”, “estoy preparado”, etc.

b) Crea una zona de realidad mágica escuchando atentamente a tu cuerpo y todo cuanto éste te diga. Pregúntate a ti mismo: ¿Qué es lo que me dice mi cuerpo? Quizá te mande este tipo de mensajes: “Hazme hacer ejercicio”, “deja de meterme tanta comida”, “aborrezco el azúcar y por eso te doy dolores de cabeza”, “necesito descansar”, “me encanta que me des grandes cantidades de agua limpia y filtrada” o “ibasta ya de drogas, ¿por qué crees que respondo con resacas, obnubilación, ansiedad, taquicardias, etc.?”.

c) Confía en aquellas corazonadas e intuiciones que tienen que ver con tu cuerpo físico.

Tus voces interiores te dirán a quién debes eludir, a quién buscar, qué leer, en quién confiar, qué comer, cuándo descansar...

d) Sustituye la duda y el temor por el conocimiento y la confianza.

e) Afirma que tu intención de llevar una vida sana crea tu realidad.

f) iCompórtate en tu cuerpo como si éste fuera ya lo que deseas que sea!

Si crees que va a ser muy difícil o que tendrás que dedicar mucho tiempo para producir mejoras milagrosas en tu ser físico y que ello te va a costar grandes sufrimientos, actuarás en consecuencia.

g) Recuerda que tu yo espiritual tiene una importancia primordial.

h) Recuerda todos los días que nunca se tiene bastante de lo que no se desea.

Es hora de que dejes de ir detrás de lo que no deseas y te dediques a lo que sí deseas. Cuanto necesitas para un equilibrio y una salud perfectas está ya en ti. No necesitas otro cuerpo, sino confiar en la divina inteligencia que habita en el que ya tienes.

i) No exijas nada de nadie en cuanto ayuda para mejorar. Si esta ayuda se presenta, acéptala y agradécela.

j) Empieza a desarrollar en ti un poder auténtico que no esté ubicado en tu cuerpo físico.

k) Medita a diario.

Como decía Herman Hesse en su fabuloso *Siddhartha*: "Hay en tu interior una quietud y un santuario al que puedes retirarte en cualquier momento para ser tú mismo". Debes saber que ese "tú mismo" es un milagro.

**CAPÍTULO VI**  
**LAS LEYES UNIVERSALES Y EL PODER**  
**DEL PENSAMIENTO**

Es muy importante tener claro que todos nos guiamos exactamente por los mismos Principios y las mismas Leyes. Conocer cómo funcionan estas Leyes Universales es fundamental y nos ayuda a tener un dominio de nuestra vida y nuestro entorno.

Una de las leyes más importantes del Universo es la **LEY DE LA ATRACCIÓN**.

Somos como imanes y todo cuanto llega a nuestra vida es atraído por nosotros en virtud de las imágenes mentales que mantenemos. Nos convertimos en lo que pensamos todo el tiempo y atraemos aquello en lo que pensamos todo el tiempo.

Así pues, *es muy importante sostener los pensamientos de lo que deseamos, tener totalmente claro en nuestras mentes lo que deseamos y dejar que la Ley de la Atracción haga su trabajo. Si te ves a ti mismo viviendo en abundancia y prosperidad, lo atraerás a tu vida.*

El problema es que la mayoría de las personas piensan en lo que **NO** desean y se preguntan por qué se presenta una y otra vez. Y eso es porque hemos centrado nuestra atención en ello y así lo atraemos a nuestra vida inevitablemente. Cambia, pues, de enfocarte en lo que no quieres, lo que temes o lo que deseas evitar para enfocarte en lo que sí deseas, porque eso será lo que atraigas. Al ser muy positivos en nuestra apariencia y orientación, tendemos a atraer personas positivas y eventos y circunstancias positivas.

*"Cuando se enfoca en algo con gran apasionamiento, eso se cumple aún más rápidamente".*

Se ha probado científicamente que un pensamiento afirmativo es cien veces más poderoso que uno negativo.

Es importante aceptar, aunque cueste al principio, que **somos los únicos responsables de lo que nos ocurre y de lo que atraemos**

a nuestra vida. Una vez lo aceptes, transformarás tu vida, porque sin transformación interna, no ocurre la magia.

Las emociones son el fiel reflejo de lo que estamos pensando, son una regalo increíble y que nos permite conocer lo que estamos atrayendo.

"Lo que piensas y sientes y lo que se manifiesta siempre coinciden".

Cuando te sientes deprimido, ¿sabes que puedes cambiar eso fácilmente? Pon una hermosa pieza de música, empieza a cantar, piensa en algo hermoso y eso cambiará tu emoción. Tu salud depende de ti, no del médico.

## **TRES PASOS PARA LOGRAR UN DESEO**

### **1.- Debes pedir aquello que deseas**

Siéntate y escríbelo en un papel. Escríbelo en presente.

**2.- La respuesta.** La "Fuente de Dios" nos concede lo que deseamos al instante. El universo se encargará de este paso. La mayoría de nosotros no nos hemos permitido desear aquello que verdaderamente queremos, porque no podemos ver en qué se manifestará. Si investigas un poco verás que todo aquel que ha logrado algo en la vida no sabía en qué forma lo lograría. Lo único que sabía era que lo haría.

Así pues, deja que el Universo se encargue de hacer realidad tu deseo. Relájate y confía plenamente. *Céntrate en el QUÉ y el Universo se encargará del CÓMO.*

"Debes dar el primer paso con fe. No necesitas ver toda la escalera, tan sólo debes dar el primer paso". (Martin Luther King Jr.)

### **3.- El paso de recibir**

Has de alinearte con aquello que estás pidiendo y sentir entusiasmo, alegría, agradecimiento. Cuando sientes desesperación, temor o enojo es un fuerte indicio de que no estás alineado en ese momento con aquello que estás pidiendo.

Al Universo le gusta la velocidad. No lo demores, no supongas, no dudes. Cuando la oportunidad se presenta, cuando llegue el impulso, cuando la intuición interna aparezca, actúa.

Repasa lo que decíamos en el punto "Cómo vivir con soltura y sin esfuerzo" del Capítulo III. Sólo tu resistencia parará el proceso.

## **DOS HERRAMIENTAS IMPRESCINDIBLES**

### **1) GRATITUD**

La gratitud es realmente el camino para atraer más de lo mismo a tu vida. Al levantarte todas las mañanas y cada noche antes de acostarte, da gracias por todo, experimenta y envía sentimientos de gratitud.

He aquí unas palabras de Hugh Prather, de *Palabras a mí mismo*, que enternecen el corazón:

"¿Hice algo para merecer este nacimiento?

Fue un presente. Yo soy. Éste es un milagro.

No he tenido derecho a un solo minuto.

A algunos les es concedida sólo una hora.

Yo he tenido treinta y dos años".

“Está amaneciendo. Me ha sido dado un nuevo día.

Otro día para oír, y leer, y oler, y caminar,

un nuevo día para el amor, para la gloria.

Estoy vivo un nuevo día.

Pienso en aquellos que no lo están”.

## 2) **VISUALIZAR**

La mente no puede distinguir si lo está haciendo en realidad o solamente se trata de una práctica. Cuando visualizas, siempre y únicamente mantente enfocado en el resultado final.

La clave está en el SENTIR; siente aquello que estás visualizando. Siéntelo con todo detalle, como si ya estuviera instalado en ti plenamente. Cuando pones el corazón en lo que deseas, inmediatamente haces vibrar la imagen y por resonancia comienza a manifestarse el deseo por la fuerza de la INTENCIÓN o el intento del logro realizado. Mantén tu visión interna y siéntela plenamente.

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

Este sería el resumen de lo aquí expresado: decide lo que quieres, estate seguro de que puedes tenerlo, estate seguro de que lo mereces y estate seguro de que es algo que puedes lograr. Y después cierra tus ojos todos los días por unos minutos y visualiza que ya tienes lo que deseas y siente la sensación de haberlo logrado. Sal de eso y enfócate en aquello por lo cual te sientes agradecido. Siéntelo realmente, disfrútalo. Y luego

continúa con tu día y entrégalo al Universo y confía en que el Universo encontrará la forma de manifestarlo.

“VOY A DECLARAR ESO, VOY A CREER QUE ES POSIBLE, VOY A ACTUAR COMO SI FUERA VERDAD Y LO DEJARÉ IR”

## **LAS SIETE LEYES ESPIRITUALES DE LA VIDA**

En este apartado se recoge la esencia del libro *Las siete leyes espirituales del éxito*, de Deepak Chopra.

**1) La ley de la potencialidad pura**: debes aprender a entrar en contacto con la esencia más íntima de tu ser. Esta esencia verdadera está más allá del ego. No teme; es libre; es inmune a las críticas; no teme ningún desafío. No está por debajo de nadie ni es superior a nadie, y está llena de magia, de misterio y de encanto.

- Aplicación de esta ley:

- a) Dedicar tiempo a guardar silencio, simplemente a ser.
- b) Dedicar tiempo a entrar en comunión con la naturaleza.
- c) Practicar la abstinencia de juicios de valor.

**2) La ley de la entrega**: cuando aprendes a entregar lo mismo que buscas, pones en marcha la danza eterna de la conciencia y la diriges con un movimiento exquisito, enérgico y vital que constituye el palpitar eterno de la vida.

- Aplicación de esta ley:

- a) vayas donde vayas, lleva un regalo para todas las personas con que te relaciones, ya sea una frase agradable, una flor o cualquier otra cosa.
- b) recibe con agradecimiento todos los dones que te ofrece la vida.
- c) entrega en abundancia interés, aprecio, afecto y amor.

**3) La ley del Karma o de la causalidad:** nuestros pensamientos, nuestras palabras y nuestras obras son los hilos de la red con que nos envolvemos a nosotros mismos. Lo que sembramos es lo que cosechamos.

- Aplicación de esta ley:

- a) observa las decisiones que tomas en cada momento. Sé plenamente consciente de tus pensamientos y de tus actos.
- b) Antes de tomar una decisión, has de preguntarte a ti mismo: "¿me producirá realización personal y felicidad a mí mismo, y se las producirá a aquellos a los que afecta mi decisión?"
- c) Pide orientación a tu corazón y déjate guiar por su mensaje de bienestar o malestar.

**4) La ley del mínimo esfuerzo:** es propio de la naturaleza humana hacer que nuestros sueños se manifiesten en forma física, fácilmente y sin esfuerzo.

- Aplicación de esta ley:

- a) Practica la aceptación y deja de luchar contra todo el universo, puesto que eso es lo que ocurre cuando se lucha contra este momento. Acepta lo que es.
- b) Asume tu responsabilidad y no culpes a nada ni a nadie por tu situación
- c) Renuncia a la necesidad de defender tu punto de vista.

Al aplicar estos tres puntos, quitas muchísima atención al ego, que es lo que más energía consume. Así, todo comienza a fluir sin esfuerzo.

**5) La ley de la intención y del deseo:** cualquier cosa sobre la que dirijamos nuestra atención cobrará fuerza en nuestra vida. Cualquier cosa de la que retiremos nuestra atención se marchitará, se

desintegrará y desaparecerá. La atención carga de energía y la intención transforma.

- Aplicación de esta ley:

a) Prepara una lista con todos tus deseos, repásala a menudo y llévala contigo dondequiera que vayas.

b) Ten confianza. Has de saber que cuando las cosas parecen no ir a tu favor es por un motivo, y que el plan cósmico tiene para ti unos designios aún mejores.

c) Niégate a permitir que los obstáculos consuman y disipen tu confianza en ti mismo y en el universo.

**6) La ley del desapego:** no abandonamos la intención, ni tampoco el deseo. Abandonamos nuestro apego al resultado. El desapego se basa en la fe sin reparos en el poder de tu Yo verdadero. En el desapego se encuentra la sabiduría de la incertidumbre y en la sabiduría de la incertidumbre se encuentra la libertad con respecto a nuestro pasado, que es una cárcel de condicionamientos.

- Aplicación de esta ley:

a) Añade la incertidumbre como ingrediente esencial de tu experiencia, no busques una falsa seguridad.

b) Adéntrate en el campo de todas las posibilidades y vive toda la alegría, la magia y el misterio de la vida.

**7) La ley del dharma o del propósito en la vida:** descubre tu divinidad, encuentra tu talento singular, sirve con él a la humanidad y podrás generar toda la riqueza que quieras. Y conocerás la verdadera alegría y el verdadero significado del éxito: el éxtasis y la exaltación de tu propio espíritu.

- Aplicación de esta ley:

a) Despierta a la profunda quietud que está dentro de tu corazón.

b) Descubre tus talentos singulares.

c) Pregúntate cada día: "¿Cómo puedo servir?", "¿Cómo puedo ayudar?"

Si compartimos con interés, con ligereza de corazón y con amor, crearemos abundancia y alegría los unos para los otros. Y entonces este momento, que es un pequeño paréntesis en la eternidad, habrá merecido la pena.

### **OTROS ASPECTOS A TENER EN CUENTA**

- La riqueza es un estado mental. No puedes desear más dinero y enfocarte en que no tienes suficiente.

- La vida está hecha para ser abundante y próspero en todas las áreas.

- Lo que es dentro es fuera. Busca primero esa sensación de dicha interna, de paz interior y después se presentarán todas esas cosas en el exterior.

### **"BUSCA EL REINO DE LOS CIELOS Y LO DEMÁS SE TE DARÁ POR AÑADIDURA"**

- ¿Te tratas a ti mismo en la forma que deseas que te traten a ti?

- Debes enfocarte en la mejor parte de las personas que te rodean, en lo más positivo.

- Las señales y los síntomas del cuerpo no son algo terrible, son nuestros mejores aliados.

- La enfermedad no puede vivir en un cuerpo que se encuentra en un estado emocional saludable. Evita a toda costa el estrés.

- Lo incurable significa curable desde el interior.

- Si usted tiene un malestar, se enfoca en él y habla sobre él continuamente, estará creando más células enfermas.

- Los miedos son siempre el mayor obstáculo para la sanación.

- Cuando luchas contra lo que no deseas, le añades más poder.

**"Lo que resistes, persiste"** (Carl Jung)

- Hay más que suficiente para todo el mundo.

- Toda causa tiene su efecto, todo efecto tiene su causa: todo sucede de acuerdo con la Ley; el azar no es más que el nombre que se le da a una ley no conocida; hay muchos planos de causalidad, pero nada escapa a la ley.

## **PENSAMIENTOS POSITIVOS**

- "Me merezco lo mejor y siempre me llega lo mejor"
- "Estoy presente y me rindo a lo que es"
- "Estoy dispuesto a cambiar. Me abro por completo a la vida"
- "El dinero me llega fácilmente y en las cantidades que necesito"
- "La vida es maravillosa"
- "El proceso de autocuración está en marcha"
- "Me dejo fluir, suelto toda tensión y observo, expectante, cómo se cumple a la perfección el Plan Divino".
- "Yo soy energía, reboso energía"
- "Puedo dormir y descansar todo lo que mi cuerpo necesite. Mi descanso es reparador"
- "Estoy más sano y vital que nunca. Soy energía a raudales"
- "Soy Luz, soy Amor, soy un Ser Divino"
- "Yo soy equilibrio y tranquilidad, seguridad y confianza"
- "Yo soy capaz de ... y es mi intención...."
- "Doy gracias por estar vivo y por estar en el camino correcto"
- "Todo me llega en el momento, el lugar y el orden adecuado"
- "Me acepto y me apruebo tal como soy, y en verdad me amo"
- "Suelto toda culpa y toda preocupación, que son absurdas e inútiles"

Trabaja con aquellos que más resuenen contigo y que más necesites cultivar. Pégalos en la pared de tu cuarto, en la nevera, en

el baño... Siéntelos, visualízalos. Actúa en consonancia con ellos. Y tu vida será pura realidad mágica.

Terminamos este capítulo con un maravilloso texto extraído de *Usted puede sanar su vida*, de Louise Hay, que conviene que leas cada día, hasta que se haga parte de tu vida:

En la infinitud de la vida, donde estoy,  
todo es perfecto, completo y entero.

Vivo en armonía y equilibrio con todos los seres que  
conozco.

En el centro profundo de mi ser hay una fuente de amor  
infinita.

Ahora dejo que ese amor fluya a la superficie,  
que me llene el corazón, el cuerpo, la mente, la conciencia  
y la totalidad de mi ser, y que desde mí irradie  
en todas direcciones y vuelva a mí multiplicado.  
Cuanto más amor uso y doy, más tengo para dar,  
porque la provisión es inagotable.

La donación de amor hace que me sienta bien,  
porque es una expresión de mi júbilo interior.

Porque me amo, cuido amorosamente mi cuerpo.

Con amor lo alimento con productos sanos y beneficiosos,  
lo cuido y lo visto con amor, y mi cuerpo con amor me  
responde  
vibrante de salud y energía.

Porque me amo, me ofrezco un hogar confortable, que  
satisface

todas mis necesidades, y donde estar es un placer.

Lleno las habitaciones con la vibración del amor,  
para que todos los que entramos en ellas percibamos ese amor  
y podamos alimentarnos de él.

Porque me amo, tengo un trabajo que realmente disfruto  
haciendo

y donde pongo en juego mi talento y mi capacidad creativa,  
trabajando con y para gente que amo y que me ama  
y obteniendo buenos ingresos.

Porque me amo, pienso y me conduzco afectuosamente  
con todas las personas, porque sé que aquello que les doy vuelve a  
mí multiplicado.

A mi mundo atraigo solamente  
a gente que me ama, porque es un reflejo de lo que yo soy.

Porque me amo, perdono y renuncio totalmente al pasado,  
a toda experiencia pasada, y soy libre.

Porque me amo, vivo totalmente en el ahora,  
sintiendo que cada momento es bueno,  
y sabiendo que mi futuro es resplandeciente, jubiloso y seguro  
porque soy una criatura amada del Universo  
y el Universo amorosamente se ocupa de mí,  
ahora y por siempre jamás. Todo está bien en mi mundo.

**CAPÍTULO VII**  
**ALGUNAS PERLAS PRECIOSAS**

\* Todo eso que piensas que la gente te está negando –elogios, reconocimiento, ayuda, cariño y demás- dáselo tú a ellos. ¿Que no lo tienes? Actúa como si lo tuvieras y te vendrá. Poco después de que empieces a dar, empezarás a recibir. La ley de que el flujo hacia fuera determina el flujo hacia dentro la expresó Jesús con esta poderosa imagen: “Dad y se os dará. Una buena medida, apretada, colmada, rebosante, será derramada en nuestro seno”. (Lucas 6,38)

\* Tanto la abundancia como la escasez son estados interiores que se manifiestan como la realidad. Jesús lo expresó así: “Porque al que más tiene, más se le dará y al que no tiene, hasta lo poco que tiene le será arrebatado”. (Marcos 4,25)

\* Jiddu Krishnamurti, en una de sus charlas, hacia el final de su vida, sorprendió a su público preguntando: “¿Queréis conocer mi secreto?”. Por fin, después de tantos años, el maestro iba a dar la clave para comprender: “Mi secreto es éste -dijo- : no me importa lo que pase”. Estar en sintonía con “lo que es” significa estar en una relación de no resistencia interior a lo que ocurre.

\* Mientras el ego dirija tu vida, hay dos maneras de ser desdichado. No conseguir lo que quieres es una. La otra es conseguir lo que quieres. (Eckhart Tolle)

\* Pase lo que pase, antes de que digas si es bueno o malo, ten presente estas palabras: “También esto pasará”. De ese modo, siempre estarás en paz (Tradición sufí)

\* El filósofo Nietzsche escribió: “¡Qué poco hace falta para la felicidad! [...] precisamente las cosas más mínimas, las cosas más suaves, las cosas más ligeras, el ruido de una lagartija, un aliento,

un guiño, una mirada; con muy poco se consigue la mejor felicidad. Quédate quieto”.

\* La mayoría de la gente está tan distraída por sus pensamientos, tan identificada con la voz de su cabeza, que ya no puede sentir la vitalidad que tiene dentro. Ser incapaz de sentir la vida que anima el cuerpo físico, la vida que eres, es la mayor privación que te puede ocurrir. (Eckhart Tolle).

\* Cada vez te pones ansioso o estresado, es que el propósito exterior ha tomado el mando y has perdido de vista tu propósito interior. Has olvidado que tu estado de conciencia es lo primario; todo lo demás es secundario (E. Tolle).

\* El filósofo romano Tácito comentó que “el deseo de seguridad es contrario a toda empresa grande y noble”. Si la incertidumbre te resulta inaceptable, se transforma en miedo. Si es perfectamente aceptable, se transforma en mayor vitalidad, estado de alerta y creatividad.

\* El todo está compuesto por existencia y Ser, lo manifestado y lo no manifestado, el mundo y Dios. Así, cuando estás en armonía con el todo, te conviertes en una parte consciente de la interconexión del todo y de su propósito: la emergencia de la conciencia en este mundo. Como consecuencia, aumenta la frecuencia de sucesos espontáneos que ayudan, encuentros casuales, coincidencias y acontecimientos sincrónicos. Carl Jung decía que la sincronía es “un principio de conexión acausal”. Es decir, una interconexión profunda que nuestra mente no puede comprender. Pero podemos participar conscientemente de ella.

\* Ralph Waldo Emerson: "Nunca se ha conseguido nada grande sin entusiasmo".

\* La vida te proporcionará la experiencia que sea más útil para la evolución de tu conciencia. ¿Cómo sabes que esta es la experiencia que necesitas? Porque ésta es la experiencia que tienes en este momento (E. Tolle).

\* "Bienaventurados los pobres de espíritu -dijo Jesús-, porque de ellos será el reino de los cielos" ¿Qué significa "pobres de espíritu"? Sin equipaje interior, sin identificaciones. ¿Y qué es "reino de los cielos"? La simple pero profunda alegría del Ser, que está ahí cuando te libras de las identificaciones y te vuelves "pobre de espíritu".

\* "Ama y haz lo que quieras", dijo San Agustín. Cuando estás en contacto con esa dimensión que hay dentro de ti mismo -y estar en contacto con ella es tu estado natural, no un logro milagroso-, todos tus actos y relaciones reflejan la unidad con toda la vida que sientes en el fondo de tu ser. Esto es el amor.

\* "Invierte en aquello que un naufragio no te pueda arrebatarte".

\* "El momento más oscuro de la noche de la vida, ocurre un instante antes del amanecer" (Vicente Ferrer)

# **COMENTARIO FINAL**

Hasta aquí este trabajo acerca de la realidad mágica, de cómo abrirse a los milagros y de cómo manifestar en nuestras vidas aquello que tanto deseamos. No he incluido en este trabajo ejemplos concretos que me hayan sucedido a mí, pero te puedo asegurar que a medida que voy interiorizando en mi modo de vida lo aquí expuesto, mi vida se está convirtiendo en una sucesión de milagros y estoy viviendo realidad mágica a todos los niveles: salud, economía, relaciones, personalidad....Está siendo increíble la evolución que estoy teniendo a nivel material y espiritual y estoy atrayendo todo aquello que necesito para mi desarrollo. Los maestros llegan a mí continuamente, en forma de personas, sucesos, situaciones, libros, cursos... Por primera vez en mi vida comienzo a sentirme creador y responsable máximo de cuanto me sucede, ya sea bueno o no tan bueno y esto va produciendo en mí una enorme sensación de libertad.

No he querido incluir demasiados ejemplos, porque lo que quiero realmente es que lo compruebes por ti mismo. Te invito a que dejes de culpar a los demás o a Dios de lo que te sucede en la vida y comiences a ser creador de tu propia existencia a través de lo aquí expuesto. Si no estás dispuesto a abrir tu mente y a dejarte ayudar, ni con mil ejemplos te podría convencer; si, en cambio, estás dispuesto a dar un giro radical a tu modo de vivir y vas poniendo en práctica todo esto, verás que funciona y que tu vida se va enriqueciendo a todos los niveles. No olvides que la vida es lo que hacemos de ella. *¿Qué quieres hacer tú con tu vida? ¿Deseas seguir quejándote hasta la eternidad? ¿Deseas vivir una vida mágica, imprevisible, nueva cada instante, llena de frescor, espontánea? ¿Estás dispuesto a pasar del "lo creeré cuando lo vea" al "lo veré cuando lo crea"? ¿Quieres averiguar quién eres realmente, qué hay más allá del cuerpo, de esos pensamientos y*

esas emociones? ¿Quieres vivir desde la divinidad que eres?  
Depende de ti, piénsalo bien.

Si deseas ver ejemplos claros de auténticos milagros, te recomiendo *Lo secreto ya no es secreto* de Michael Russ; *El Poder de la Atracción* de Joe Vitale; *Tus zonas mágicas*, de Wayne Dyer o *Autobiografía de un yogui*, de Yogananda.

Quiero compartir contigo un texto precioso extraído de *Poder, Libertad y Gracia*, de Deepak Chopra:

"Cuando mi nieta tenía cuatro años, la llevé a dar un paseo por la playa. Era una noche preciosa, y habían salido las estrellas y la luna. Me volví hacia ella y le dije:

- Tara, te quiero mucho.

- ¿Cuánto?

Le dije:

- Pues te quiero más que a las estrellas y la luna.

Y en cuanto acabé la frase, Tara me dijo:

- ¿Por qué?

Le dije:

- Porque viniste de ahí.

- ¿Cómo?- me preguntó ella.

- Sabes, Tara, cuando comes fruta y verdura, es la luz del sol y las estrellas y la luna la que hizo la comida que comes. Y cuando la comes, estás tomando la luz de las estrellas para hacer tu cuerpo, porque todo viene de la luz. Eres un ser de luz; tu cuerpo está hecho de luz.

Entonces tuve otro pensamiento, y se lo dije:

- Incluso tus ojos están hechos de luz. Las estrellas hicieron tus ojos para poder verse a sí mismas.

Tara pensó y pensó, y por primera vez se mantuvo en silencio. Pero cuando salíamos de la playa, me dijo:

- Abuelo, mira hacia arriba. Las estrellas quieren verse a sí mismas".

Un poquito más adelante dice Chopra:

"Si pudieras tener simplemente esa pequeña sensación de cómo se expresa el universo a través de ti, serías un canal mejor para esa expresión. No hay nada que no puedas ser, hacer o tener, pero tienes que quitarte de en medio a ti mismo, o lo que piensas que eres. Es sólo un cambio de actitud, eso es todo".

Te recomiendo que no dejes de preguntarte "¿QUIÉN SOY YO?" y que no dejes de sorprenderte por la maravilla de cuanto te rodea. No desaproveches el enorme regalo que es tu vida.

Para finalizar, quiero incluir aquí la plegaria de San Francisco. Al decir esta plegaria, dejamos atrás el ego a la vez que invitamos al yo espiritual a guiarnos:

"Señor, hazme un instrumento de tu paz.

Donde haya odio, déjame sembrar amor;

donde haya perjuicio, perdón;

donde haya duda, paz;

donde haya oscuridad, luz;

donde haya tristeza, júbilo.

Oh, divino Maestro, concédeme que no busque tanto  
ser consolado como consolar,  
ser comprendido como comprender,  
ser amado como amar.

Porque es en el dar que recibimos;  
es en perdonar que somos perdonados;  
es en morirnos que nacemos a la vida eterna”.

Nada más, querido lector, querida lectora, te deseo una existencia plena, una vida maravillosa. Ten presentes estas palabras de David-Ben-Gurión: **“ÁBRETE AL MILAGRO, EL QUE NO CREE EN MILAGROS NO ES REALISTA”**.

# **BIBLIOGRAFÍA**

BLAY, Antonio: *Creatividad y plenitud de vida*, Ed. Iberia

BUCAJ, Jorge: *Cuentos para pensar*, RBA

BYRNE, Rhonda: *El secreto*, Ed. Urano

CHOPRA, Deepak: *Poder, Libertad y Gracia*, Ed. Gaia

CHOPRA, Deepak: *Las siete leyes espirituales del éxito*, EDAF

DYER, Wayne W: *Tus zonas sagradas*, Ed. Grijalbo

DYER, Wayne W: *Tus zonas mágicas*, Ed. Grijalbo

HAY, Louise: *Usted puede sanar su vida*

PRATHER, Hugh: *Palabras a mí mismo*, Ed. RBA

TOLLE, Eckhart: *Un nuevo mundo, ahora*, Ed. Gaia

VITALE, Joe: *El poder de la atracción*, Ed. Obelisco

FOUNDATION FOR INNER PEACE: *Un curso de milagros*



