

9 Reglas de oro para utilizar la ley de la atracción a nuestro favor



Antes de empezar este e-book me gustaría aclarar que algunos de los aspectos que mencionaré, son conceptos que he trabajado con mujeres en el coaching, a lo largo de mi trabajo. Son aspectos que muchas veces nos hacen falta para poder atraer lo que queremos, así que toma nota de esos aspectos o conceptos que sientes que te hace falta implementar en este momento en tu vida.

¿Cómo funciona la ley de la atracción?

Antes de empezar con estas reglas, quiero aclarar un poco sobre la ley de la atracción. Esta básicamente funciona 24 horas al día, igual que la ley de la gravedad y no podemos escapar a ella. Esta ley dice;

Cada vez que tengo un pensamiento, deseo o emoción, tiendo a atraer todas las vibraciones que se asemejan a ese pensamiento o vibración. Por eso, si pienso que soy una mujer poderosa, magnética y alegre, puedo empezar a atraer a personas poderosas, magnéticas y alegres, para así convertirme en eso que tanto atraigo. Por el contrario, si estoy triste y deprimida, pensando que la vida no es lo mejor, voy a atraer personas que están en la misma vibración y voy a atraer situaciones que me confirman una y otra vez que la vida es un desastre.

Es ideal que aprovechemos la ley de la atracción para así tener la vida que queremos y deseamos.

1. Ten claro lo que quieres

Por lo general, en nuestra vida tenemos una cantidad de ideas que vienen y se van y las cambiamos constantemente. Un día decimos que queremos una cosa y al otro, decimos que queremos otra. Hay días en que queremos viajar a un lugar y después decidimos ir a otro destino.

Esas ideas que vienen y se van y que no están definidas, plasmadas, planeadas o escritas, por lo general, el universo no sabe mucho que hacer con eso, porque estoy constantemente sin decidirme que es lo que de verdad quiero. De hecho, son muy pocas las personas que

conozco y de verdad se sientan a escribir esas ideas, esos deseos, esos anhelos, e incluso, hasta las plasman como con figuras, o imágenes.

Cuando yo escribo o plasmo en algo mis ideas, tiendo a cambiar menos de opinión esas ideas dejan de ser súper flúas, y solo así se vuelve en una idea clara y fija es decir; pues, eso es lo que queremos usar con la ley de la atracción, que ella atraiga eso porque ya está fijado dentro de mí.

Definir bien lo que quieres, fijarlo y tener mucha claridad de lo que quieres, es muy importante.

Es como cuando yo llego a un restaurante, veo el menú y en realidad, no tengo idea de qué quiero, no sé si quiero una ensalada, un plato fuerte, o un jugo y me quedo mirando el menú sin saber qué hacer. Muchas veces estamos en la vida así, viendo un menú de opciones sin tener claridad de lo que queremos.

Para que la ley de la atracción funcione a nuestro favor, debemos saber qué queremos, tenerlo claro, escribirlo y plasmarlo con imágenes, justamente para que ese “mesero” entienda exactamente lo que queremos pedir.

2. No tengas miedo a pedir

Cuando pedimos con miedo, hacemos que esa orden no quede clara, haciendo que el universo, o en el caso de la metáfora del mesero, ellos no entiendan lo que queremos y los hagamos dudar.

Muchas veces no pedimos con fuerza porque creemos que no habrá suficiente para nosotros, que no somos merecedoras, creemos que no vamos a ser capaces, o incluso, que eso que queremos, conlleva demasiada responsabilidad, o que voy a incomodar a las demás personas. Cualquiera que sea tu excusa para no pedir, es importante empezar a eliminarlas.

Por lo general, esas creencias vienen de la falta de confianza generalizada en ti y una falta de confianza en el individuo

Cuando tienes miedo de pedir, porque no hay suficiente para ti, por un lado, no confías en ti y no te sientes merecedora, por eso hay que fortalecer esa autoestima y merecimiento y, por otro lado, cuando crees que no hay lo suficiente, tampoco confías en el universo. Entonces, cuéntame cuál de estas dos sientes que es más débil. La falta de confianza en ti o en el universo; incluso, pueden ser las dos.

Es muy importante que nosotras, como mujeres aprendamos a dejar de proyectar nuestra vida desde la escasez y comprendamos que el universo tiene suficiente para todos. Entonces, puedes pedir lo que quieras

Otra razón por la que pedimos con miedo es porque no sabemos cómo va a llegar aquello que pedimos. A veces creemos que debemos pensar cómo eso que pedimos (esa pareja, trabajo, estado de paz interior) nos va a llegar, pero en realidad, eso es decisión del universo, porque es el único que decide cómo te va a llegar.

Muchas veces nos preocupamos por cosas que no nos corresponden. Si eres una de esas, deja de preocuparte sobre cómo el universo va a entregarte lo que quieres.

Es muy importante que confíes en ti, que fortalezcas tu autoestima, que te sientas merecedora. También es importante que confíes en el universo, porque este siempre va a proveer y siempre va a haber lo suficiente para ti.

3. No dudes ni cambies de opinión

Cuando no escribimos las cosas que quiero, tendemos a dudar de ellas y a cambiar de opinión y eso lo que hace es enloquecer al universo, por así decirlo, porque no sabe qué es lo que realmente queremos.

¿Cuál es la diferencia entre dudar y cambiar constantemente de opinión, frente a nuestra primera regla, sobre no tener claridad de lo que quiero?

No tener claridad es como estar en blanco, no sabemos cómo empezar, ni cómo pedir; en cambio, en este punto #3 sabemos qué deseamos y queremos, pero una vez que empiezo a pedir y desear, empiezo a cambiar constantemente de opinión.

El hecho de estar pidiendo genera un caos en el universo y nunca te van a traer lo que quieres. Por eso, yo tengo que aprender a tomar decisiones fuertes y firmes.

Para esto creé el **e-book de los 4 primeros pasos para el triunfo**, en donde, el primer paso para lograr cualquier cosa en la vida es la *decisión*.

Una de las razones por las que dudamos constantemente es porque tendemos a escuchar mucho las opiniones de los otros y no a escuchar la opinión propia. Entonces, si yo quiero unos zapatos rojos, pero escucho que otros zapatos están de moda o cosas similares, empiezo a dudar de lo que yo quiero y el universo va a entender que no estas pidiendo ni con fuerza, ni con autoestima, ni con seguridad.

Una vez que tengas un deseo, tú debes quedarte firme con este y tomar esa decisión con fuerza, porque entre más fuerza, más rápido te llegan las cosas. Ten cuidado con las opiniones de los demás, no cambies de opinión constantemente, porque ese pedido nunca te va a llegar. Así que, empieza a ser firme en tus decisiones y en tus deseos. Y confía en que el universo si te los va a dar.

4. Adquiere una disciplina de visualización

Aquí es donde nuestra imaginación tiene protagonismo, justamente para atraer aquello que queremos y no lo que no queremos.

Voy a ser muy enfática en este punto, porque esta es una herramienta infalible para lograr lo que queremos. Hay muchos testimonios de personas que han estado enfermas y a través de la visualización han logrado sanarse. (Ver el documental Heal en Netflix)

Nosotras debemos controlar nuestra imaginación y proyectar lo que queremos, por eso cree el **curso de mapa de sueños y ley de la atracción**, porque cuando tenemos fijadas esas ideas y empezamos a adquirir una disciplina o metodología para empezar a visualizar esos sueños, realmente sirve para alcanzarlos.

Todas debemos aprender a decir: yo quiero esto, yo visualizo esto, yo merezco esto y, yo LO MATERIALIZO.

La visualización es una herramienta muy poderosa porque alinea nuestros pensamientos de nuestras emociones, y cuando se crea esta alineación, tiendo a materializar con más fuerza y más rápido, todo aquello que deseo porque gano mucho poder personal.

Todos los edificios en los que vivimos una vez fueron pensados y dibujados, y luego se hicieron realidad. Es por eso que debemos hacer lo mismo con nuestros proyectos, pinesalos, escríbelos y ponlos en acción. De igual manera si yo me visualizo como una mujer con autoestima y empoderada, voya tender a convertirme en esa mujer.

5. Ponle emoción a tu visualización

Si ustedes creían que la regla de la visualización es importante, la regla número cinco es el tip máximo para que esa visualización se haga una realidad, porque cuando yo le pongo pasión y fe a las cosas que yo deseo, a las cosas que yo quiero, o a las cosas que hago, eso

hace que todo se mueva y vibre para que se dé. Entonces, yo puedo visualizar, pero cuando le pongo emoción a esa visualización, es muchísimo más poderosa.

Todas las mujeres que han asistido a mis círculos de luna se han dado cuenta que siempre las pongo a bailar y a llenarse de energía, y después les digo que piensen en sus sueños y en lo que quieren atraer, porque cuando estoy feliz, alegre o bailando, esa visualización tiene muchísima más fuerza.

Así que, te recomiendo que bailes, seas feliz y empieces a decir tus afirmaciones o a pensar en todo aquello que quieres. El truco aquí es sentir que lo que estás visualizando ya es una realidad, pues, un pensamiento o emoción positiva es tres veces más poderosa que una emoción negativa.

Por eso debemos aumentar la cantidad de emociones positivas y de pensamientos positivos que tenemos en el día. Esa es la razón por la cual todas las personas que son motivadas, logran mucho más rápido aquello que desean, ya que cuando elevo mi vibración y la emoción, atraigo las oportunidades a mi vida.

6. Elimina todos los miedos del camino

El miedo siempre surge al saber exactamente lo que queremos, por ejemplo, en este momento no tengo miedo, pero si me pongo una meta y digo que quiero tener un millón de dólares, el hecho de pensar que voy a ganar un millón de dólares, hace que surjan una cantidad de miedos.

Estos miedos son los obstáculos o pruebas del camino. La naturaleza del miedo no es más que un pensamiento, y ese miedo es pensar y visualizar que ese millón de dólares no se va a dar; entonces, si pido con fuerza, pero en el momento de pedir, empiezo a proyectar que eso no va a ser posible, porque el miedo se apoderó de mí, no va lograr esa meta nunca.

Nos enseñaron a proyectar nuestras metas con todas las variables de riesgo, es decir, a que pensemos en todo lo que pueda salir mal. El problema es cuando nos enfocamos sólo en esos riesgos y no en lo que pueda salir bien y en el logro de la meta. Tenemos que aprender a tener el control de nuestra mente y empezar a pensar en lo que queremos, y no lo que el miedo.

Nosotras tenemos que ser mucho más hábiles que el miedo. Tenemos que aprender a detectar cuando estamos empezando a visualizar que las cosas van a salir mal, para así volver a visualizar que todo va a salir bien. Por eso, las dos reglas anteriores son tan

importantes porque al adquirir una disciplina de visualización positiva, le pongo motivación, le pongo energía y no le doy espacio al miedo a que llegue y entre en mi vida.

Esa es una de las razones por las cuales estoy en redes sociales todo el tiempo motivándolas, hablándoles, recordándoles cosas, porque es muy fácil que el miedo nos atrape y nos atrapa muy fácil. Entonces, tenemos que aprendamos a auto motivarnos y, sobre todo, a apoyarnos de otras personas que nos mantengan la vibración alta para que nuestros deseos se materialicen.

Tener miedo es dudar del universo y de la existencia misma. Yo tengo que confiar en el universo y saber que siempre va a entregarme lo mejor y a hacer su mejor esfuerzo, y no que que está castigando todo el tiempo.

7. Creer que tus sueños son posibles

Todo es posible, nada es imposible pero debemos ser conscientes, si lo que estamos pidiendo se materializa a corto, mediano o a largo plazo. Por ejemplo, no esperen conseguir un millón de dólares de la noche a la mañana, no porque no se pueda, es posible, pero no de un día para otro, sino de aquí a cinco años, o incluso a 10 años. Este último plazo es más realista.

Está bien pedir todo el tiempo el millón de dólares, pero debemos saber que hay cosas que se materializan más despacio, un árbol se demora entre 10 y 20 años en crecer. Por eso es importante empezar con las cosas que se pueden materializar a corto plazo, porque si las alcanzo, gano confianza y autoestima, para después empezar con lo que nos toma mayor tiempo en materializar.

Si se demora un poco más, hay que tener paciencia y confiar que el universo me lo va a dar y que todo es posible.

8. Siéntete merecedora

Es muy diferente decir, yo quiero esto, a decir, yo MEREZCO ESTO, porque merecer es un derecho de nacimiento, en cambio, si digo que quiero algo, me abro a la posibilidad de que me lo den o no.

Si yo no siento que soy merecedora, yo no me abro a recibir, por ejemplo, cuando en el trabajo esperamos un ascenso y demostramos que lo queremos, nos empiezan a surgir ciertas oportunidades, pero por falta de merecimiento, decimos que no y creemos que eso no es lo indicado para nosotros.

Es muy importante que seamos conscientes de saber qué tan merecedoras nos sentimos, porque cuando lleguen esas oportunidades a nuestras vidas, podamos recibirlas y decirle que sí. Muchas veces tenemos patrones o creencias que están muy arraigadas en nosotras, y no nos ayudan a ser lo suficientemente merecedoras, es por eso que debemos eliminar esos patrones o creencias de nuestras vidas.

Cuando no creemos que somos lo suficientemente merecedora, huimos, pero lo que debemos hacer es afianzar ese merecimiento y aprender a decir que si cuando las oportunidades aparecen.

9. Toma acción

Somos seres humanos, tenemos brazos y una voz para expresar lo que queremos, e incluso, piernas para desplazarnos, entonces, debemos usarlos junto con nuestra energía para apoyar a que las cosas que deseamos o queremos, se den.

Esto significa que todas las reglas que vimos anteriormente, DEBEMOS ponerlas en acción, no es solamente verlas, leerlas o escucharlas y creer que las cosas que deseamos van a llegar a nuestra vida mágicamente. Debemos elaborar un plan, ir a lugares nuevos, trabajar con nuestro autoestima, creer que somos merecedoras o adquirir disciplinas de visualización, para así aumentar nuestra vibración y empezar a atraer lo que queremos.

Esta es tu vida, tú decides poner en acción tu nuevo destino, entonces, siéntete a diseñarlo y a crearlo desde el autoestima y el merecimiento.