

Esther y Jerry Hicks

Autores de *Pide y se te dará*, *Manifiesta tus deseos*
y *El increíble poder de las emociones*



EL Vórtice

La ley de la atracción en nuestras relaciones

URANO

Esther y Jerry Hicks
Las enseñanzas de Abraham*

El vórtice

La Ley de la Atracción
en nuestras relaciones

URANO

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

Este libro está dedicado a todas aquellas personas que, en su deseo de alcanzar la iluminación y el Bienestar, han formulado las preguntas que se responden en él; y a los cuatro encantadores hijos de nuestros hijos, que son el vivo ejemplo de las enseñanzas que aquí se exponen: Laurel (casi 11), Kevin (8), Kate (7) y Luke (casi 4), que todavía no preguntan porque todavía no han olvidado.

También lo dedicamos a nuestras amigas y amigos Louise Hay (fundadora), Reid Tracy (presidente), Jill Kramer (directora editorial), y a todo el personal de Hay House. Valoramos profundamente todo lo que han hecho y siguen haciendo para que las Enseñanzas de Abraham lleguen al mundo entero.

índice

| | |
|----------------------------------|----|
| Prólogo por Jerry Hicks. | 17 |
|----------------------------------|----|

PRIMERA PARTE

Tu vórtice y la Ley de la Atracción: Aprender a atraer co-creadores felices

| | |
|---------------------------------------------------------------------------------|----|
| Aprender a atraer co-creadores felices. | 27 |
| La vida son nuestras relaciones. | 30 |
| Primero sintoniza, luego actúa. | 31 |
| ¿Vivimos con premisas incorrectas?. | 33 |
| Adquiere una visión más clara contemplando tu situación desde fuera. | 36 |
| Antes de nacer en este cuerpo físico. | 36 |
| El nacimiento. | 37 |
| La relación con tus padres. | 38 |
| La relación con tus hermanos. | 41 |
| Nuestro vórtice y la <i>Ley de la Atracción</i> | 42 |
| La poderosa, eterna y universal <i>Ley de la Atracción</i> | 47 |
| ¿Toleramos a los demás o les permitimos ser tal como son?. | 49 |
| Aprender el <i>Arte de Permitir</i> | 52 |
| ¿Tenemos poder para influir en los demás en lugar de controlarlos?. | 55 |
| ¿Cómo podemos facilitar la armonía en una familia diversa?. | 56 |
| Al hijo. | 59 |

| | |
|--------------------------------------------------------------------------------------|----|
| A los padres | 61 |
| A ti que has hecho la pregunta | 61 |
| ¿Hará las tareas domésticas la <i>Ley de la Atracción</i> ? | 63 |
| ¿Qué pasa cuando nuestros intereses ya no concuerdan? .. | 65 |
| ¿Y si uno de los dos no quiere que concluya la relación? | 66 |
| Un proceso de 30 minutos para sintonizar con la energía | 68 |
| ¿Hay una persona perfecta para mí? | 69 |
| ¿Cómo podemos encontrar al socio perfecto para los negocios? | 72 |
| ¿Quién está mejor cualificado para gobernarnos? | 74 |
| ¿Cuál es la mejor forma de gobierno? | 76 |
| ¿Cuál es nuestra relación natural con los animales? | 77 |
| Los Tres Pasos del Proceso de Creación | 77 |
| ¿Podemos influir en los animales o solamente controlarlos? | 79 |
| ¿Cuál es nuestra relación física y No-Física óptima? | 80 |
| ¿Y si no te sientes bien en tu trabajo? | 82 |
| ¿Cómo podemos todos «tenerlo todo»? | 85 |
| ¿Son los contratos legales contraproducentes para la creatividad? | 86 |
| ¿Cuál es la causa de los problemas terapéuticos crónicos? | 88 |
| ¿Cómo podemos ayudar a quienes nos necesitan? | 89 |
| ¿Por qué atraen repetidamente algunas personas relaciones dolorosas? | 91 |
| ¿Están predestinadas algunas personas por la influencia de su infancia? | 92 |
| ¿Tienes la bendición de tener un hijo difícil? | 94 |
| ¿Cómo podemos transformar la desarmonía en armonía? | 95 |

| | |
|----------------------------------------------------------------|-----|
| ¿Conduce una infancia negativa a ser un adulto negativo? | 97 |
| Echarle la culpa al pasado aumenta el sufrimiento actual .. | 98 |
| Cuándo «arreglar problemas» sencillamente los aumenta | 100 |
| Abraham, hablarnos del amor. | 101 |
| ¿Cuándo es el momento de dejar de intentarlo? | 102 |

SEGUNDA PARTE

Encontrar pareja y la Ley de la Atracción: La pareja perfecta: conseguirla, serla y atraerla

| | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| ¿Por qué todavía no he atraído a mi pareja? | 107 |
| Me centraré en lo que <i>deseo</i> en una relación. | 108 |
| ¿No habéis visto muchas relaciones conflictivas? | 112 |
| ¿Y si mi relación no dura? | 114 |
| ¿Por qué me parece tan perfecta la relación con Abraham? | 116 |
| ¿No debería ser hermosa la mente de tu <i>Alma Gemela</i> ? ... | 119 |
| No hay nada más importante que sentirse bien. | 120 |
| Ella quiere una pareja, pero no a <i>esa</i> persona | 122 |
| Las relaciones y el <i>Proceso de la lista de los aspectos positivos</i> | 123 |
| Atraigo según mi vibración. | 124 |
| ¿Qué pasa cuando son otros los que te buscan pareja? | 126 |
| Encontrar, invocar o ser la pareja perfecta. | 127 |
| ¿ <i>Desear</i> una pareja o <i>necesitarla!</i> | 127 |
| ¿Hay alguna forma de mantener una actitud positiva cuando estás con personas «negativas»? | 128 |
| Un breve ejercicio para antes de acostarse que transforma las relaciones. | 130 |

| | |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-----|
| ¿Qué he de esperar de una relación? | 131 |
| ¿Cuáles son las características de una pareja perfecta? | 132 |
| ¿No se rige nuestro apareamiento por las Leyes de la Naturaleza? | 133 |
| ¿Qué es lo natural para las parejas humanas? | 135 |
| ¿Si te sientes bien atraerás siempre a personas que se sientan bien? | 138 |
| ¿Podría cualquier persona convertirse en mi pareja perfecta? | 139 |

TERCERA PARTE

La sexualidad y la Ley de la Atracción: Sexualidad, sensualidad, y las opciones de los demás

| | |
|-----------------------------------------------------------------------------------|------------|
| Sexo, sexualidad y sensualidad | 143 |
| ¿Se rigen nuestras leyes sexuales por las dimensiones No-Físicas? | 148 |
| La sexualidad se guía por impulsos, no por leyes | 149 |
| ¿Y si los humanos se comportaran sexualmente como animales salvajes? | 151 |
| ¿Qué pasa cuando la sociedad desaprueba la sexualidad individual? | 153 |
| ¿Quién establece la jerarquía sexual humana? | 156 |
| ¿Cómo podemos coordinar nuestras co-creaciones sexuales? | 160 |
| El temor al sexo estropea el placer de las caricias | 162 |
| Siempre podemos volver a empezar. | 165 |
| ¿Cómo recobrar la frecuencia de la sexualidad placentera? | 166 |
| El sexo, la religión y los centros psiquiátricos. | 168 |
| ¿Por qué la gente utiliza a Dios y al <i>sexo</i> en vano? | 169 |

| | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| ¿Por qué los medios de comunicación hablan tanto del sufrimiento, pero censuran el placer? | 170 |
| La monogamia: ¿es natural o antinatural? | 171 |
| El sexo, el arte, la religión y la monogamia | 173 |
| ¿Cuál es la experiencia sensual-sexual última? | 175 |
| Cada matrimonio ha sido diferente, pero no mejor. | 177 |
| Abraham propone algunos votos de «unión». | 180 |

CUARTA PARTE

Ser padres y la Ley de la Atracción:

Crear relaciones positivas padres-hijos en un mundo de contrastes

| | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| ¿Cuál es el papel de supervisión del adulto en la conducta de un hijo? | 185 |
| ¿Cómo es la relación de un niño con otros niños sin los adultos? | 186 |
| ¿Cuáles son los papeles naturales del padre y de la madre? | 188 |
| La perspectiva de cómo deberían ser los padres perfectos .. | 188 |
| ¿Cuáles son los vínculos familiares entre los <i>Seres Interiores</i> de los padres y los de los hijos? | 192 |
| ¿Tienen las familias intenciones mutuas específicas prenatales? | 193 |
| ¿Con quiénes tenemos más responsabilidad? | 194 |
| ¿Qué pueden aprender los padres de los hijos? | 194 |
| ¿Por qué responden los hermanos de forma diferente a influencias similares? | 195 |
| ¿Han de «parecerse» los hijos a los padres? | 196 |
| ¿Determinan los rasgos hereditarios mi experiencia futura? | 197 |

| | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| ¿Es correcto quitarles los hijos a los padres que «abusan» de ellos? | 198 |
| ¿Colaborarían los hijos en las tareas del hogar sin imponerles disciplina? | 200 |
| ¿Es necesario perder la libertad personal para mantener la «armonía familiar»? | 202 |
| ¿Qué miembro de la familia ha de ser el responsable? | 203 |
| Padres e hijos, armonía y traumas | 204 |
| ¿Deben los padres inculcarles sus creencias a sus hijos? . . . | 205 |
| ¿Quién tiene la culpa de esta familia disfuncional? | 207 |
| ¿Cómo pueden los bebés atraer experiencias «no deseadas»? | 210 |
| ¿Por qué hay niños autistas? | 211 |

QUINTA PARTE:

Autoestima y la Ley de la Atracción: El aprecio, la clave «mágica» de tu vórtice

| | |
|--------------------------------------------------------------------|-----|
| El aprecio, tu llave para entrar en el Vórtice. | 215 |
| ¿Por qué perdemos la confianza en nosotros mismos? _____ | 220 |
| ¿Cuál es el primer paso para la autoestima? | 222 |
| ¿Cómo afecta la <i>Ley de la Atracción</i> a la competitividad? .. | 223 |
| ¿Y si nos comparamos desfavorablemente con los demás? | 225 |
| ¿Y si tememos una crisis económica a nivel mundial? _____ | 225 |
| El egoísmo y la <i>Ley de la Atracción</i> | 228 |
| ¿Hemos de guiarnos por las intenciones de otros? | 229 |
| ¿Cómo puedo aumentar mi autoestima? | 230 |
| ¿Cuál es el propósito de mi vida? | 231 |
| Algunos procesos para entrar en el Vórtice. | 232 |
| <i>Proceso de visualización para antes de dormir</i> | 233 |

| | |
|-----------------------------------------------------------------|-----|
| Cuando te despiertas. | 234 |
| <i>Proceso de la Rueda de la Concentración.</i> | 234 |
| <i>Proceso de la Lista de los Aspectos Positivos.</i> | 237 |
| <i>Proceso del Torrente de Aprecio.</i> | 239 |
| Cómo es la vida desde dentro del Vórtice. | 240 |

SEXTA PARTE

Transcripción de Abraham en directo: Un taller sobre la *Ley de la Atracción*

| | |
|-------------------------------------------------------------------------------|-----|
| ¿Te enseñaron a ser negativo de pequeño? | 245 |
| Tu Universo se rige por la <i>Ley de la Atracción.</i> | 247 |
| ¿Obstaculiza algún amigo tu expansión? | 250 |
| Se reúnen todos los componentes cooperativos. | 253 |
| Llega a tu poderoso Vórtice de la Atracción | 255 |
| El <i>contraste</i> no significa que algo vaya mal. | 257 |
| ¿Estás dispuesto a llegar a tu Vórtice? | 259 |
| La <i>Ley de la Atracción</i> y las premisas basadas en la <i>Ley</i> | 262 |
| ¿Debe un hijo <i>ganarse</i> su bienestar? | 268 |
| ¿Existen expectativas adecuadas para los amantes? | 275 |
| Asheville, Carolina del Norte, sesión de clausura del domingo. | 280 |
| <i>Premisas incorrectas.</i> | 281 |
| <i>Sobre los autores.</i> | 283 |

Prólogo

por Jerry Hicks

Estás a punto de abordar el tema de las relaciones desde una perspectiva diferente, desde una que quizá nunca te habías planteado. Las enseñanzas de este libro van mucho más allá de los aspectos «chica que adora la seguridad conoce a chico que adora la libertad; se enamoran, se ponen a vivir juntos; trabajan para ganar dinero y comprar cosas; (en la mayoría de los casos) tienen hijos; siguen trabajando "a tiempo completo" y disfrutando "a tiempo parcial"; generalmente intentan educar a sus hijos para que se adapten a (encajen en) sus patrones socioculturales de palabras, conductas y creencias "políticamente correctas"... Si viven lo suficiente, se jubilarán de trabajar a tiempo completo —es de esperar que para disfrutar a tiempo completo— y luego se trasladarán a...»

Aunque las preguntas que aquí se exponen, con sus correspondientes respuestas, sin duda te guiarán hacia una comprensión más amplia y práctica de esas relaciones familiares típicas, nuestra intención es que tomes conciencia de la profundidad y magnitud de la vasta red de relaciones que influyen a diario en tu Vórtice giratorio de Bienestar natural.

La esencia de las enseñanzas de Abraham (no el Abraham bíblico ni el presidente de Estados Unidos) es un concepto muy profundo: *la libertad es la esencia de la vida; el resultado de la vida es la expansión, y el propósito de la vida es la felicidad.*

Así, mientras aplicas las palabras de este libro en la vida que

inteligentemente ya has experimentado, la fuerza de sus enseñanzas se manifestará en forma de mayor claridad mental e irás descubriendo conceptos que te permitan crear deliberadamente relaciones más adecuadas para ti. *Simple y llanamente: en lo que respecta a cada una de tus relaciones actuales, o que te gustaría tener, las enseñanzas de Abraham te ofrecen la guía para permitirte conseguir más de lo que quieres y menos de lo que no quieres.*

Éste es el tercer libro de la serie de la *Ley de la Atracción*. El primero, *La ley de la atracción*, se publicó en formato de libro en 2006 (edición española en 2007), y pronto se convirtió en nuestro segundo superventas de la lista* del *New York Times*. *La ley de la atracción y el dinero*, editado en 2008 (edición española en 2009), fue el segundo; y *Spirituality, and the Law of Attraction*, se publicará en 2011 y será el último de la serie.

El material que posteriormente se convertiría en nuestro primer libro de la serie se publicó por primera vez en 1988 (hace más de 20 años) como parte de dos álbumes editados en audio titulados Temas Especiales. Esas 20 cintas originales revelaban a los oyentes visiones prácticas sobre las relaciones entre la *Ley Universal de la Atracción* y su situación económica, carrera, estado de salud, relaciones... Nuestros cientos de preguntas y las subsiguientes respuestas de Abraham se centraban en 20 temas prácticos sobre los cuales las personas podían aprender a propiciar su estado natural de Bienestar. (Si deseas escuchar [gratis]

* *Pide y se te dará*, nuestro primer superventas en Amazon.com, se publicó en 2004 (2005 en España); al que siguieron los cuatro libros de Abraham-Hicks (todos ellos editados por Hay House, Inc., y por Ediciones Urano en España) que pronto llegaron a la lista de superventas del *New York Times*: *Intentar es conseguir*, 2005 (2006 en España); *La ley de la atracción*, 2006 (2007 en España); *El increíble poder de las emociones*, 2007 (2008 en España), y *La ley de la atracción y el dinero* (agosto 2008; 2009 en España), que fue el primer libro de Abraham-Hicks en ser el primero de la lista de superventas del *New York Times*.

una de esas grabaciones originales, donde hay una introducción detallada de Abraham, puedes descargar gratis nuestra grabación *Introduction to Abraham* de 70 minutos en nuestro portal: www.abraham-hicks.com; o encargar la versión en CD a nuestro centro de negocios de San Antonio, Texas.)

En 2005, cuando dirigíamos uno de nuestros seminarios sobre la *Ley de la Atracción* en un crucero, conocimos a Rhonda Byrne, una productora de la televisión australiana. Nos propuso que le permitiéramos crear una serie para la televisión australiana basada en las Enseñanzas de Abraham*. Y tras firmar un contrato, Rhonda trajo a su equipo de producción a bordo de nuestro crucero por Alaska (2005), donde impartimos un seminario sobre la *Ley de la Atracción*, y filmó alrededor de 14 horas de material. El resultado fue que en 2006, el principio básico de nuestro álbum de 1988 —*La ley de la Atracción*— se utilizó como tema principal de la primera versión del documental y de su subsiguiente libro de éxito sin precedentes, *El Secreto*.

Ni Esther ni yo aparecemos en la edición revisada de *El Secreto*. Sólo se nos puede ver en la versión original, pero entre la distribución masiva de la versión original y la distribución estándar de la edición «expandida», *El Secreto* ha favorecido enormemente la transmisión de las enseñanzas de Abraham respecto a la *Ley Universal de la Atracción*. Estamos muy contentos de que Rhonda cumpliera su sueño de dar a conocer al mundo los conceptos básicos de Abraham sobre la *Ley de la Atracción*, pues con ello ha instaurado la *creencia*, y evocado la *petición*, en las mentes de millones de espectadores que ahora *están convencidos* de que *tienen* el poder de cambiar su vida para mejor... Por lo tanto, ahora *piden*. (Abraham nos enseñan que «pedir» es el primer paso en el proceso de la creación.) Como han pedido, se les ha concedido... El siguiente paso es aprender a *permitirse* recibir lo que se les ha dado.

Si ya te sentías bien cuando compraste este libro, al utilizar este material, gracias a tu intención deliberada, tu vida se convertirá en una espiral ascendente hacia aquello que te permitirá sentirte aún mejor. Sin embargo, si ahora te encuentras bastante mal —o incluso piensas que tu vida ya no puede ir peor—, aprenderás otras perspectivas que te ayudarán a permitir que tu vida empiece a mejorar... O puede que seas una de esas pocas personas que a raíz de algo que han leído aquí, sufren un cambio radical y pasan del sentimiento de impotencia a una sintonización dichosa y duradera con su estado natural de Bienestar. Una vez que alcances ese estado, te sentirás como un imán y atraerás todas las cosas —y relaciones— que son tu Homólogo Vibratorio.

Siempre he dicho que si recibo una idea práctica de un libro, conferencia o encuentro con alguien que puedo aplicar, bien vale la pena dedicarle mi tiempo y dinero, porque una perspectiva nueva puede cambiar el rumbo de mis pensamientos, y, por lo tanto, también de mi vida. Por ejemplo, un amigo mío que es pastor, Chet Castellaw, me dijo en 1970:

—Jerry, nunca conseguirás el tipo de éxito que dices que deseas.

—¿Por qué no? —le pregunté.

—Porque criticas a las personas que triunfan —me respondió.

—Bueno, eso es porque mienten, engañan y roban —repliqué.

—*Puedes criticar sus mentiras, engaños y robos, pero estás criticando su éxito en mentir, engañar y robar. ¡No puedes criticar un gran éxito y conseguir un gran éxito!* —respondió.

¡Exacto! Una idea, una perspectiva diferente, que hace treinta y ocho años empecé a aplicar en mi vida y que fue el prelude del tsunami de acontecimientos que la mayoría denominaríamos «coincidencias» y que me condujeron a recibir la esencia de todo

lo que siempre había deseado ser, hacer o tener... Nuestra intención es que en este libro encuentres ideas que te inspiren nuevos patrones de pensamiento en tu interior para que *atraigas* la mayor cantidad de lo que quiera que *desees* ser, hacer o tener.

En este libro sobre las *relaciones*, Abraham* concentran la luz de su Perspectiva Expandida en revelar una extensa gama de *premisas incorrectas* (según las cuales vivimos la mayoría de las personas) respecto a nuestras diversas relaciones. A medida que te vayas encontrando con estos segmentos de premisas-falsas («falsas» en lo que respecta a las *Leyes Naturales del Universo*), si superpones la perspectiva de Abraham a tu experiencia personal (que sólo tú conoces) y ves la posibilidad de mejorar, tendrás la oportunidad de cambiar tu vida, de lo buena o mala que te parezca en estos momentos a cualquier otro estado o forma que percibas como una experiencia más placentera.

A continuación tienes un par de ejemplos de premisas incorrectas según las cuales me he regido durante muchos años. Observa de qué modo esas «falsas» creencias me provocaron un tremendo descontento, y, más importante aún, observa cómo un simple cambio en mi perspectiva me condujo inmediatamente a un gran cambio positivo en mi forma de experimentar la vida.

Mi madre era una inconformista recalcitrante nata. Yo también nací rebelde. Durante más de treinta años intentó, a veces incluso violentamente, que me conformara con los planes que tenía para mí. Cada vez que hablaba con ella procuraba por todos los medios que me tratara como *yo* quería que lo hiciese. Por otra parte, siempre me sentía avergonzado de ella en público (aunque también algo orgulloso) por su evidente falta de conformidad.

• Abraham se considera un grupo de conciencias, por lo tanto hacemos referencia a él en plural.

¡Así que durante más de treinta años, cada vez que nos veíamos, discutíamos! Pero poco después de la muerte de mi padre, adopté una nueva premisa; me vino en forma de una idea completa: la premisa «incorrecta» según la cual nos habíamos estado comportando durante todos esos años era: «Si pongo suficiente empeño, conseguiré que un "inconformista nato" se conforme». (¿Y funcionó? ¡No!) De modo que adopté otra premisa nueva: «Puesto que no puedo controlar a mi Madre —ni ella puede controlarme a mí—, seguiré siendo la persona encantadora e incontrolable que soy; y *dejaré* que mi Madre sea mi incontrolable Madre... y puesto que las personas que no la conocen encuentran divertidas (en vez de detestables) sus idiosincrasias, esperaré con gusto esas diferencias y procuraré encontrarlas entretenidas...». ¡Y vivieron felices...!

Tras más de treinta años de encontronazos, restricciones y peleas... decidí cambiar de premisa (no le pedí a *ella* que lo hiciera); y durante los cuarenta años siguientes, ¡nunca más volvimos a tener una discusión! Si no me hubiera pasado a mí, probablemente no me lo creería, pero así fue.

Concluiré este prólogo con una experiencia más de «premisa» personal: la premisa sobre la «abundancia» de las personas con las que estuve relacionado en los primeros años de mi vida era que los pobres son los que pasarán por el ojo de la aguja. (O algo parecido, basada en una historia que nos enseñaron en la iglesia.) Otra premisa que tenían esas personas era: «Los ricos se hacen ricos robando a los pobres (o quedándose con su dinero)». Por ejemplo, según esa premisa, si una persona rica se compraba un coche de lujo, le estaba quitando dinero o lujo a los pobres que tenían que usar coches baratos de segunda mano. Por eso, según esa falsa premisa, no podía sentirme cómodo empobreciendo potencialmente a otros si me compraba un coche de lujo.

Un día llegó hasta mí la idea de un *Universo de abundancia*

ilimitada, otro de esos pensamientos sencillos que adopté y adapte, que cambió espectacularmente mi vida y la de quienes habían estado bajo la influencia de mi ejemplo. Mi nueva premisa fue: «Cuando compro una serie de vehículos de lujo, estoy creando trabajo y redistribuyendo el dinero con generosidad. Es decir, cuando me compro un coche caro creo empleo —y redistribuyo dólares— para las miles de personas que han contribuido en su fabricación. Algunas ya son ricas, otras lo serán; algunas no tienen la menor intención de ser ricas nunca, y otras creen que ser ricas les evitará que pasen por el ojo de la aguja. Pero todas ellas tienen la opción de incrementar de alguna forma su grado de felicidad. Y todas —ricas o pobres— de algún modo han ganado con mi compra: el vendedor, el concesionario, el equipo de preparación, el distribuidor, el mayorista, el fabricante, el accionista, (quizás) el trabajador de la cadena de montaje, los inventores de los miles de piezas; los diseñadores del volante, de los tapacubos, del equipo de sonido...; los mineros de la mina de hierro; los fabricantes de vidrios y plásticos...; los fabricantes de pinturas y llantas; los conductores de los múltiples camiones de distribución, los fabricantes de los camiones». (¡Vaya! Mejor me paro antes de extenderme demasiado.)

Pero estoy seguro de que habrás captado lo que digo. Cuando acepté la premisa de que *todos salen ganando*, me permití abrir (casi) por completo las compuertas de mi bienestar económico. A raíz de esa decisión, empecé a comprar una gama de vehículos de lujo, siempre consciente de que potencialmente estaba transmitiendo bienestar a todas aquellas personas que estaban dispuestas a recibirlo.

Así, mientras escribo este prólogo, estoy sentado en mi mesa de despacho de la parte frontal de nuestro autobús de 2 millones de dólares [1.4 millones de euros] que utilizamos en nuestras giras, mientras Esther trabaja en la suya de la parte trasera, y de vez

en cuando recuerdo que este vehículo no sólo nos ha aportado algún grado de felicidad a nosotros, sino a los miles de personas que han participado en su creación y han ganado algún dinero con él.

Te estoy dando estos ejemplos personales para que puedas sentir el poder que tiene a largo plazo la adopción de una buena idea, así como el valor dinámico del reconocimiento y resolución de una premisa incorrecta.

Este libro está sembrado de buenas ideas para que las traslades a tu propia experiencia. También identifica una serie de premisas incorrectas, que —si te has regido por alguna de ellas— puedes decidir resolver y sustituir por otras que te vayan mejor.

Esther y yo estamos encantados de participar en esta aventura co-creativa contigo y Abraham, y deseamos que recibas pronto la dicha de disfrutar con los procesos y perspectivas que encierran estas enseñanzas.

Te queremos,

Jerry

(Nota del editor de la edición estadounidense: recordamos al lector que puesto que no siempre hay palabras en inglés para expresar exactamente los pensamientos No-Físicos que recibe Esther, a veces utiliza nuevas combinaciones de palabras, al igual que puede dar un nuevo sentido a palabras conocidas, como, por ejemplo, poner mayúsculas o cursivas cuando normalmente no se utilizarían, a fin de expresar nuevas formas de ver la vida.)

PRIMERA PARTE

Tu vórtice y la Ley de la Atracción

Aprender a atraer
co-creadores felices

Aprender a atraer co-creadores felices

La vida es para que te sientas bien.

Antes de que nacieras sabías que el principal componente de tu experiencia física, el que supondría el mayor valor y dichapara tu expansión personal y colectiva, serían tus relaciones con los demás. Tu intención era disfrutar de la diversidad de tus relaciones, y elegir de ellas los detalles que forjarían tu creación. Y aquí estás.

Antes de nacer, cuando estabas tomando la decisión de concentrarte en esta realidad espacio-temporal de Primera Línea, tenías la poderosa intención de disfrutar de cada momento del proceso. Entonces, desde tu perspectiva No-Física, comprendías que eras un creador y que venías a un entorno con un enorme potencial para gozar de experiencias creativas alegres y placenteras. Sabías que eras un creador, y que la experiencia terrestre sería un trampolín perfecto para lanzar numerosas creaciones satisfactorias. Y aquí estás.

Antes de nacer en tu cuerpo físico, sabías que cuando estuvieras aquí estarías rodeado de otros seres, y que tus relaciones con ellos sería la principal fuente del contraste en tu vida. También entendías que estas relaciones dispares serían la base de tu expansión personal, así como la de tu enorme contribución a la expansión Eterna, y aceptaste de buen grado tu interacción con todos ellos. Y aquí estás.

En tus planes no entraban el esfuerzo y las penurias. No creías que venías a este planeta para salvar o arreglar el mundo, ni siquiera para evolucionar (en el sentido de que en ese momento *te faltaba* algo). Por el contrario, sabías que esta experiencia fi-

sica sería el entorno que te proporcionaría el contraste general a partir del cual tomarías decisiones cada vez mejores que favorecerían tu propia expansión, así como la expansión colectiva de *Todo-Lo-Que-Es*. Sabías que este mundo de contrastes te induciría a la expansión que literalmente sitúa lo Eterno en la Eternidad; tu aprecio por el contraste del entorno en el planeta Tierra era inmenso, pues entendías que el contraste es la esencia de la expansión, y que ésta sería gozosa. Y aquí estás.

Antes de nacer en tu cuerpo físico conocías el valor de la variedad y la diversidad, pues entendías que cada nueva preferencia, deseo o idea nacería del contraste. Y sabías que éste no sólo supone literalmente el fundamento de la expansión, sino también el fundamento de una experiencia gozosa. Y lo más importante, sabías que tu experiencia gozosa sería la razón última de cada una de las partes de las partes de las partes de esta Existencia. Sabías que todo existía por los gloriosos momentos que explotarían constantemente en tu conciencia a lo largo del sendero. Y aquí estás.

Antes de nacer, entendías que el *contraste* era la variedad donde elegirías. Sabías que tu entorno sería como un bufé libre donde podrías escoger lo que quisieras, y que nada en él sería permanente debido a que tus nuevas y constantes elecciones harían que siempre estuviera cambiando. Y aquí estás.

Antes de nacer, sabías que todas tus elecciones serían el resultado de prestarle atención a algo. Sabías que estabas a punto de concentrar tu Conciencia en un cuerpo y en una realidad espacio-temporal físicos; y que escogerías en el colorido bufé de opciones que te rodearía gracias a tu atención, enfoque o pensamiento. Y aquí estás.

Antes de nacer, entendías que el entorno Tierra, al igual que todos los demás —físicos y No-Físicos— es un entorno vibratorio que se rige por la *Ley de la Atracción* (todo objeto atrae aquello que se asemeja a sí mismo); y sabías que tu atención a cualquier tema era tu invitación para tu participación personal en él. Y aquí estás.

Antes de nacer, al pensar en tu experiencia física sobre el planeta Tierra, no solicitaste nacer en un entorno de igualdad y acuerdo, donde ya se hubieran tenido en cuenta todas las variaciones y se hubieran tomado todas las decisiones sobre cómo se debía vivir la vida, pues eras un poderoso creador que venía con el propósito de tomar sus propias decisiones y crear su propia experiencia gozosa. Sabías que la *diversidad* sería tu mejor aliada, y que la *conformidad*, en cualquier nivel sería lo opuesto. Te lanzaste entusiasmado para encontrar tu rumbo y empezar a explorar, desde tu poderoso, importante y personal punto de vista, tu variado entorno, del cual forjarías tus propias creaciones, y aquí estás.

Muchas personas expresan preocupación y frustración — a veces, ira y resentimiento— por no recordar conscientemente estas decisiones prenatales, pero te comunicamos que llegaste a este cuerpo físico con algo más importante intacto: *naciste con un Sistema de Guía personal para ayudarte a saber —en cada paso del camino— cuándo te alejas de tu comprensión prenatal de la vida y cuándo estás en ella.*

Deseamos que seas consciente de tu propio *Sistema de Guía* para que puedas explorar esta nueva frontera de la creación sintonizando con la estabilidad de tu conocimiento No-Físico.

Queremos ayudarte a que vuelvas a conectar conscientemente con *quien-eres-realmente* y ayudarte a sustituir miles de falsas premisas —que has elegido erróneamente a lo largo de tu sendero físico— por premisas de la vida Universales basadas en la *Ley*.

Queremos ayudarte a resolver el misterio de las relaciones aparentemente imposibles; a ordenar los detalles de compartir el planeta con miles de millones de seres; a redescubrir la belleza de la diferencia; y lo más primordial, a volver a establecer la relación más importante de todas: tu relación con la Fuente Eterna No-Física que en realidad eres tú mismo, y aquí estamos.

La vida son nuestras relaciones

Nunca te encontrarás en un momento del tiempo en que las relaciones no formen parte activa de tu experiencia del presente, porque todo lo que percibes, observas o sabes se debe a tu relación con alguna otra cosa. Sin una experiencia comparativa no podrías percibir o concentrarte en ningún tipo de entendimiento interior. Por consiguiente, se puede decir con toda exactitud que sin relaciones no podrías existir.

Al leer este libro pretendemos que se despierte en ti una conciencia aún mayor de *quién-eres*, a medida que empiezas a explorar la variedad de relaciones que ya tienes.

Deseamos que tu experiencia ensalce tu aprecio por tu planeta; tu cuerpo, tu familia, tus amigos, tus enemigos, tu gobierno, tus sistemas, tus alimentos, tus finanzas, tus animales, tu trabajo, tu ocio, tu propósito, tu Fuente, tu Alma, tu pasado, tu futuro, tu presente...

Deseamos que recuerdes que todas las relaciones son Eternas y que una vez que se han establecido, formarán parte de tu estructura Vibratoria por siempre jamás, y que en tu poderoso presente —donde todo aquello que eres ahora converge en todo lo que te estás convirtiendo— tienes el poder de crear.

Muchas veces, cuando observas una experiencia no deseada o desagradable, no crees que formas parte de ella, sino que eres un observador distante, disociado y desapegado, pero eso no es cierto. *Tu observación de una situación —por más alejado que creas estar de ella— te convierte en un socio co-creador de esa experiencia.*

Con el paso del tiempo, gracias a vuestras interacciones, muchos habéis llegado a las preferencias colectivas sobre cómo se ha de vivir la vida; y aunque ni siquiera hayáis llegado a una aproximación de cuál es la forma apropiada de vivir, todavía seguís intentando convencer a los demás para que acepten *vuestras* preferencias en el millar de temas que *estáis* experimentando.

Primero sintoniza, luego actúa

En todas las sociedades del vasto número de sociedades de nuestro planeta, habéis instaurado normas, tabúes, leyes —junto con una gran variedad de recompensas y castigos por conformarse o no conformarse—, pues todas ellas parecen determinadas a agrupar en montones separados lo *deseado* de lo *indeseado*. Y aunque os esforzáis mucho en este proceso de separación, los montones no dejan de cambiar, y nunca llegáis ni tan siquiera a acercaros a un consenso sobre lo *deseado* y lo *indeseado*, lo *correcto* y lo *incorrecto*, lo *bueno* y lo *malo*.

Nuestro deseo es que, a raíz de leer este libro, nunca más vuelvas a necesitar el acuerdo (global, de la comunidad o incluso de una pareja) para encontrar tu confianza en ti mismo, tu rumbo y tu poder. *Queremos que recuerdes que la necesidad de obtener la aprobación de los demás procede de la base de no comprender las Leyes del Universo y va en contra de quien-eres-realmente.*

Deseamos que al entender tu *Sistema de Guía* personal, vuelvas a sintonizar con el poder que fluye hacia ti y a través de ti. Cuando sintonices con el poder que fluye desde tu interior, lograrás (y sólo entonces) la armonía que buscas en todos los niveles y aspectos, y también con los demás.

La mayoría de las personas considerarían una locura cargar un camión grande y destartado, con una mala suspensión y dirección, tan viejo que casi resultara imposible sacarlo a la carretera, con su más preciada carga. O cargar la cesta de la bicicleta de su hijo de 5 años que monta por primera vez, con una valiosa cristalería. O salir a la calle con un bolso con los ahorros de toda su vida y sus joyas favoritas y cruzar el lago helado sin saber a ciencia cierta si la capa de hielo aguantará su peso.

Es decir, siempre es sensato buscar primero una estabilidad fundamental antes de embarcarse en cualquier aventura, espe-

cialmente las que más te importan. Sin embargo, cuando las personas se relacionan entre ellas para tratar de temas importantes, normalmente se lanzan de cabeza a conversar, a tomar decisiones y a comportarse de cierta manera antes de haber alcanzado una buena estabilidad, y entonces suele costar bastante recobrarla. Con frecuencia, cuando han perdido el equilibrio, tropiezan en la siguiente experiencia fuera de control, y en la siguiente, y en la siguiente. *Con los ejemplos de este libro, deseamos que recuerdes el arte de sintonizar primero y actuar después. Sintoniza primero, luego conversa. Sintoniza primero, luego relaciónate. Sintoniza primero, luego todo lo demás.*

A veces se dice: «Piensa antes de hablar». Sabio refrán, pero nosotros vamos a ampliarlo. Os vamos a sugerir: *«Piensa, y luego evalúa el valor de ese pensamiento observando cómo te sientes; haz esto con bastante frecuencia para estar totalmente seguro de que has conectado; luego habla, luego actúa, luego relaciónate».*

Alguien que se toma la molestia de comprender su relación con la Fuente, que intenta activamente sintonizar con la Perspectiva Expandida, que busca y encuentra deliberadamente la conexión con *quien-es-realmente*, es más carismático, atractivo, eficaz y poderoso que un grupo de millones de personas que no han logrado esa conexión.

Los maestros y sanadores que han hecho historia, a quienes veneras, comprendían el valor de esta sintonización personal. En este libro sobre las *relaciones*, te transmitimos: *no hay relación más importante que la relación entre tú, en tu cuerpo físico, aquí y ahora, y el Alma/Fuente/Dios del que procedes. Si antepones esa relación a todo lo demás, tendrás la estabilidad necesaria para abarcar otras relaciones. Tu relación con tu propio cuerpo; con el dinero; con tus padres, hijos, nietos, compañeros de trabajo, el Estado, elmundo... se sintonizarán pronto y sin problemas cuando hayas mimado esta relación fundamental.*

¿Vivimos con premisas incorrectas?

Quizás has elegido este libro porque tienes algún problema con alguien en particular, y queremos que sepas que las respuestas que buscas *están* aquí. Si te has leído el índice de contenidos del principio, a lo mejor hasta puedes ir directamente al punto que más te interesa. Sabemos lo tentador que es dirigirte a esas páginas y encontrar la respuesta —y si lo hicieras *encontrarías* la solución y sería la *correcta*—, pero si en lugar de hacer eso, lees sistemáticamente todas las páginas en el orden en que se han escrito, cuando llegues a la parte que atañe a la relación que más te interesa solventar te prometemos que el alivio será mayor, la solución más fácil de comprender, y resolverás más rápido el tema que te preocupa.

Tanto si te lees este libro de un tirón o en varios días, se producirá una transformación importante en tu interior: *irás abandonando las premisas incorrectas que has ido recogiendo en tu caminar por el plano físico, una a una, y volverás a la comprensión que se encuentra en la esencia de lo que eres. Cuando suceda eso, no sólo empezará a comprender cualquier relación presente y pasada, sino que enseguida te darás cuenta de los beneficios de cada una de ellas.*

Las premisas incorrectas o la inestabilidad que sufren la mayoría de las personas se debe siempre, sin excepción, a que les preocupa más lo que piensen de ellas los demás que lo que piensan de sí mismas. Así que con el tiempo, al relacionarse con muchas otras personas (que también quieren sentirse mejor y que han enseñado a quienes las rodean a comportarse de manera que las haga sentirse mejor temporalmente; es decir, «No te complazcas a ti, sino a mí», o «No te atrevas a ser egoísta y a buscar tu gratificación, sino la mía»), han perdido el contacto con su propia Guía y se han ido alejando más y más de *quiénes-son-realmente*.

Por eso, a medida que pasa el tiempo se sienten cada vez peor, y llegan a conclusiones erróneas, una tras otra, hasta que se pierden por completo.

Parece lógico que el hecho de darte cuenta de esas falsas premisas aclare las cosas y vuelva a conducirte al sendero del Bienestar. No obstante, cuando te encuentras en medio de una falsa premisa, concentrado en sus resultados, sueles estar tan inmerso en su Vibración —por consiguiente, atrayendo más de lo mismo— que no puedes ver su falsedad inherente. No te parece falsa cuando tu vida sigue desarrollándose de la forma que «creías» que iba a hacerlo.

A fin de descubrir o comprender la premisa falsa, antes has de alejarte lo suficiente y reconectar con *quien-eres-realmente*. Es decir, si tuvieras que relacionarte con una persona desagradable (desconectada) que siempre te estuviera diciendo que no eres inteligente, al principio discreparías de esa idea. La emoción negativa que sientes es porque las palabras «No eres inteligente» son contradictorias con el verdadero conocimiento de tu Fuente. *Pero si lo escucharas una y otra vez, hasta que tú mismo empiezas a repetir esa falsa premisa, tu propia activación de la Vibración contradictoria interferiría con tu convicción de que eres inteligente y empezarías a atraer pruebas de que no eres inteligente, haciendo verdadera la falsa premisa. Cada vez te resultaría más difícil decir que es una premisa «falsa» cuando la evidencia te está diciendo que es cierta. Con el tiempo llegarías a creértela.*

Afortunadamente, siempre que sabes lo que *no* quieres, se genera en ti un deseo idéntico y proporcionado de lo que *deseas*, y se dispara un cohete de deseo hacia tu Realidad Vibratoria. Es decir, de una experiencia no deseada siempre nace el potencial para una experiencia mucho mejor; y con el tiempo (siempre que cese la resistencia) se producirá esa mejora.

Escribimos este libro para que pronto permitas ese avance, en lugar de que sea tarde, o lo más pronto posible en lugar de que sea

en otra vida; pero en cualquier caso, las generaciones futuras se beneficiarán extraordinariamente del contraste que está viviendo tu generación actual. Queremos ayudarte a desvelar y a soltar esas creencias erróneas, incorrectas y entorpecedoras, para liberarte de la esclavitud de las falsas premisas. Queremos que recuerdes *quiéneres-realmente* y que permanezcas con esa visión clara, en ese lugar renovado de atraer en todos los aspectos de tu vida.

La mayoría de las personas que observan algo que no les gusta en otra persona creen que si la condición no deseada no fuera para observarse, no la estarían viendo.

La mayoría de las personas que observan algo que no les gusta en otra persona creen que el malestar que sienten se debe a ese desagradable espectáculo que les está ofreciendo el otro, y que si esa persona dejara de hacerlo, ellos (los observadores) se sentirían mejor.

La mayoría de las personas que observan algo que no les gusta en otra persona creen que si pudieran controlar la conducta del otro —a través de la influencia, persuasión, coacción, normas, leyes o amenazas de castigo—, y dominar la situación, se sentirían mejor.

La mayoría de las personas creen que controlar las situaciones y a los demás es la clave para sentirse mejor, pero esa creencia es la premisa más falsa de todas. La creencia de que si consiguieras que cambiaran todas las circunstancias para que cuando las observaras te sintieras bien, desafía las *Leyes del Universo*, así como la razón de estar aquí. *Nunca tuviste la intención de controlar todo lo que te rodea. Tu intención era controlar el rumbo de tu pensamiento.*

En este libro identificaremos una serie de premisas incorrectas que son la causa de tu confusión y distorsión de tu realidad física. Nos gustaría que, a medida que te abres camino a través de estas páginas, te vayas liberando de las premisas falsas que contradicen tu conocimiento más Amplio, a fin de que puedas regresar a tu estado natural de permitir que fluya hacia ti el Bienestar.

Adquiere una visión más clara contemplando tu situación desde fuera

Aunque estamos entusiasmados por reunimos con vosotros, justo en la etapa en la que estáis ahora, para ayudaros a mejorar todas las relaciones que actualmente están activas en vuestra experiencia, sería muy conveniente que primero os relajaraís y nos siguierais por el sendero habitual de las interacciones humanas desde el momento de vuestro nacimiento físico hasta el de vuestra muerte física. Por supuesto que sois muy diferentes los unos de los otros, pero en general, independientemente de dónde hayáis nacido o dónde viváis ahora, existen patrones de relaciones típicos que vale la pena tener en consideración. Esta visión general de la evolución de las relaciones que experimentáis como seres humanos concentrados en lo material tiene el potencial de ayudaros a que os deis cuenta —sea cual sea la fase evolutiva en la que os estéis centrandó actualmente— de un montón de creencias incorrectas que los humanos se han ido transmitiendo de una generación a otra durante mucho tiempo. Al alejarte de la inmediatez de tu experiencia actual y contemplar globalmente tu experiencia humana física del modo en que te indicamos aquí, conseguirás una clara visión del propósito de tu vida, y enseguida descubrirás el equilibrio que te encaminará hacia la felicidad durante el resto de tu experiencia mundana.

Antes de nacer en este cuerpo físico

Antes de que concentraras una parte de tu Conciencia en el cuerpo físico que ahora reconoces como *tú*, eras una Conciencia inteligente, lúcida, feliz y que no oponía resistencia, ansiosa por disfrutar de esta experiencia nueva. Antes de nacer, la única relación que tenías era con tu Fuente; pero puesto que antes eras No-

Físico, y por lo tanto no ofrecías resistencia, no experimentabas una separación discernible, y por eso no había una «relación» discernible entre la Fuente y tú. *Tú eras una Fuente.*

Es decir, aunque tengas dedos en las manos y en los pies, brazos y piernas, no los ves como Seres separados. Los consideras una parte tuya. Por eso no sueles describir tu *relación* con tu pierna, porque entiendes que tu pierna eres tú. Antes de tu nacimiento físico estabas vibratoriamente conjugado con la *Fuente*, o con lo que los humanos suelen llamar Dios, pero tu integración con *Él* era tal que no existía relación entre ambos, porque erais Uno.

El nacimiento

El día en que naciste, una parte de tu Conciencia se concentró en tu cuerpo físico y así empezó tu primera relación: la relación entre tu yo físico y tu Yo No-Físico.

Ahora vamos a ver una premisa incorrecta o un malentendido, de muchos —de hecho, la mayoría—, de nuestros amigos físicos:

Premisa incorrecta n.º 1: Soy físico o No-Físico, o estoy vivo o estoy muerto.

Muchas personas no entienden que ya existían antes de nacer. Muchas otras creen que si existían en el plano No-Físico antes de nacer, esa parte No-Física dejó de ser cuando nacieron en este cuerpo. Es decir, «Soy No-Físico o físico, o estoy muerto o estoy vivo».

Queremos que recuerdes que mientras te centras en este cuerpo y tiempo de Primera Línea, esa parte tuya Eterna, No-Física,

más anciana, sabia y vasta sigue concentrándose en lo No-Físico. Puesto que existe esa parte No-Física, y puesto que *Tú* existes, hay una innegable relación Eterna entre esos dos importantes aspectos tuyos.

La relación (esta relación Vibratoria) que hay entre tu yo físico y tu Yo No-Físico es importante por muchas razones:

1. Las emociones que sientes (tu *Sistema de Guía Emocional*) se deben a esa relación entre tus dos partes vibratorias.
2. A la vez que buscas nuevos pensamientos y expandirte aquí en la Primera Línea de la vida, gozas del beneficio del conocimiento estable de tu homólogo No-Físico.
3. A la vez que buscas nuevos pensamientos y expandirte aquí en la Primera Línea de la vida, tu parte No-Física goza del beneficio de la expansión que estás buscando en tu experiencia física.
4. Todas tus demás relaciones (es decir, con las otras personas, con los animales, con tu propio cuerpo, con el dinero, con los conceptos y las ideas, con la propia vida) están muy influidas por esta relación primordial entre tu yo y tu Yo.

La relación con tus padres

Es evidente que tus padres físicos son muy importantes para ti, pues de no ser por su relación mutua, tú no existirías en este plano material. Pero hay muchos malentendidos, o lo que nosotros denominamos *premisas incorrectas*, respecto a las relaciones con los padres.

Desde tu ventajoso punto de vista No-Físico entendías que tus padres físicos serían un elemento importante en tu experiencia física y que nacerías en un entorno lo bastante estable para

conseguir tu equilibrio físico. Sabías que tus padres, u otros como ellos, te recibirían e introducirían en tu nuevo entorno. Sabías que necesitarías un tiempo para aclimatarte, y sentías un gran aprecio por los que te acogieron.

Sabías que tus padres, que ya estaban aclimatados a su entorno físico, te ayudarían a encontrar comida, techo y estabilidad física. Pero no pretendías que ellos determinaran el propósito de tu vida en tu lugar, ni que te guiaran para indicarte la corrección o eficacia de tu viaje físico. De hecho, desde tu perspectiva No-Física antes de nacer, sabías que *tu sistema de guía personal* estaría más intacto (y por consiguiente sería más eficaz) el día de tu nacimiento que el de los adultos que te recibieron. Es decir, cuando naciste en tu cuerpo físico, la relación entre tu yo y tu Yo (tu *Ser Interior* No-Físico) era tal que todavía eras casi una Energía Positiva, Pura y Única.

Pero desde esos primeros días en tu cuerpo físico empezaste a experimentar un cambio gradual en tu propia Conciencia (tal como sabíamos que sucedería) a medida que te ibas forjando tu perspectiva personal (desde tu ventajoso punto de vista *físico*) de tu nuevo entorno en la Tierra. Y en ese proceso, tu Energía, o Conciencia, se dividió en dos. Es decir, cuando todavía eras un bebé en los brazos de tu madre, tenías dos ventajosos puntos vibratorios activos en tu interior, y *entonces empezaste a sentir emociones*.

Puesto que venías de un entorno donde gozabas de un conocimiento absoluto del Bienestar del Universo, del planeta Tierra y de *Todo-Lo-Que-Es*, cuando tu madre te sostenía en sus brazos y se preocupaba por ti, te sentías incómodo. Cuando tus padres estaban agobiados, te sentías incómodo. Cuando te miraban con amor puro y aprecio, sentías la sintonización de su Ser y te sentías a gusto. Pero incluso en esta temprana etapa de bebé sabías que su misión no era transmitirte su sintonización. Incluso entonces

recordabas —antes de que pudieras hablar o caminar— que su misión no era proporcionarte la comodidad y sintonización de la Energía. Sabías que ese era *tu* trabajo, y sabías que descubrirías cómo hacerlo. Entretanto, podías retirarte fácilmente a la sintonización de tu Unidad, y por eso dormías. Mucho.

Viniste a este entorno físico sabiendo que estarías rodeado de *contraste* desde el principio, y que éste te proporcionaría la esencia de la creación de la experiencia de tu vida. Sabías que por el mero hecho de estar presente en este entorno terrestre, encontrarías automáticamente tus preferencias, y que tanto los aspectos *deseados* como los *indeseados* te serían útiles. Pero lo más importante, sabías que serías el que (el único) elegiría (o podía elegir) por ti. No obstante, cuando llegaste a la experiencia de la vida de tus padres, éstos (en la mayoría de los casos) habían olvidado eso sobre ti. Lo que nos conduce a otra premisa incorrecta:

Premisa incorrecta n.°2: *Puesto que mis padres llevaban mucho tiempo aquí antes de que yo naciera, y dado que son mis padres, saben mejor que yo lo que está bien o mal para mí.*

*No pretendías utilizar las opiniones de tus padres **para** compararlas con tus creencias, deseos o acciones a fin de determinar si eran apropiadas. Por el contrario, sabías (y todavía recordabas durante bastante tiempo después de nacer) que era la relación entre tu Fuente interior y los pensamientos que tuvieras en cualquier momento, los que te ofrecerían la guía perfecta en forma de emociones. No pretendías sustituir tu Sistema de Guía Emocional por las opiniones de tus padres, aunque éstas estuvieran en armonía con su propio Sistema de Guía Emocional en el momento en que intentaban guiarte. Para ti era mucho más impor-*

tante reconocer la existencia de tu propio Sistema de Guía y utilizarlo, que el hecho de que los demás lo consideraran correcto o lo aprobaran.

Gran parte del desequilibrio que sienten las personas mucho después de abandonar el entorno inmediato del hogar de sus padres se debe al esfuerzo imposible de sustituir su Sistema de Guía por la aprobación de sus padres. Siempre que intentas adaptarte a la opinión de otro (es decir, de tus padres) en lugar de sintonizar con la Vibración que surge de tu interior (es decir, tu Ser Interior) pierdes tu sensación de libertad. Ciertamente puedes tener una relación maravillosa y eficaz con tus padres si primero sintonizas tus dos yoes. Pero a menos que tu yo y tu Yo estén en armonía, ninguna otra relación podrá ser buena.

La relación con tus hermanos

Tanto si fuiste el primero como si naciste después, tener hermanos cambia la dinámica de tu relación con tus padres. En la mayoría de las relaciones, cuantas más personas implicadas, más posibilidades hay de que se produzcan desencuentros, pero no tiene por qué ser así.

Muchas veces las dinámicas familiares funcionan de la siguiente manera: tu madre y tu padre no son conscientes de su propio Sistema de Guía, por lo que no emiten patrones estables de armonía para ellos mismos, ni el uno para el otro. Muchas veces creen que has de cambiar tu conducta para influir positivamente en su experiencia. De modo que al poco tiempo de que hayas entrado a formar parte de su experiencia intentan inculcarte patrones de comportamiento que *ellos* consideran favorables. Pero pretenden lo imposible. En vez de sintonizar con *quiénes-son-realmente*, te

están pidiendo que *te* comportes de una forma que *les* ayude a sentirse mejor. Eso es el *amor condicional*: «Si cambias tu conducta o estado, cuando yo lo vea, me sentiré mejor. Por lo tanto, eres responsable de cómo me siento».

Cuando entra un segundo hijo en escena, tus padres no sólo tienen más conductas que intentar controlar, sino que sucede algo más confuso para ti: ahora, además de tener en cuenta tu propia conducta en relación con la respuesta de tus padres a lo que estás haciendo, observas el modo en que tus padres responden a la conducta del otro hijo. *El potencial de distorsión y confusión se expande exponencialmente con cada persona que entra en el juego.*

No puedes lograr una conducta personal adecuada intentando adaptarte a los deseos y las exigencias de las personas con las que vives. Simplemente recibes demasiada variedad de personalidades, intereses, intenciones y propósitos de la vida para resolverlos en el plano conductual. Pero sí hay algo que puedes hacer que te dará otra perspectiva de esas relaciones y te proporcionará satisfacción: Primero, sintoniza tu yo con tu Yo, antes de comprometerte con nadie. Y nunca pidas a otra persona que cambie su conducta para mejorar tu estado de ánimo o tu perspectiva. Sencillamente, hay demasiadas partes en juego y no lo conseguirás.

Nuestro vórtice y la Ley de la Atracción

Nos gustaría que cuando leyeras este libro vieras las cosas más claras respecto al lugar que ocupa tu experiencia física en el gran esquema de las cosas. Queremos que recuerdes *quién-eres-realmente* y por qué estás en este cuerpo físico. Principalmente, pretendemos que recobres tu autoestima y Bienestar absoluto; y deseamos que entiendas el importante papel que desempeñas por

estar aquí en esta realidad espacio-temporal de Primera Línea y llena de contraste.

Antes de adoptar este cuerpo, eras Energía No-Física; y desde esa perspectiva No-Física de la Fuente, extendiste o concentraste una parte de tu Conciencia hacia tu tiempo, Tierra y cuerpo físicos. Cuando naciste en este cuerpo, tomaste conciencia de tu nuevo entorno a través de tus sentidos físicos; la Conciencia que conocías como *yo* adoptó dos aspectos específicos: el No-Físico y el físico.

Algunos se refieren al aspecto No-Físico como *Alma* o *Fuente*; y mientras que nosotros preferimos etiquetas como *Ser Interior*, *Perspectiva No-Física Expandida* o *quien-eres-realmente*, hay una distinción aún más importante que nos gustaría que entendieras: *fus dos aspectos, el físico y el No-Físico, existen simultáneamente*. La mayoría de las personas creen que existía algún aspecto suyo antes de su nacimiento físico, y la mayoría creen que tras su muerte física volverán a ser No-Físicos, pero en realidad sucede algo bastante distinto: *Sois extensiones de la Energía-Fuente, y cuando os concentrasteis en lo físico, vuestro aspecto No-Físico siguió existiendo. De hecho, vuestro aspecto No-Físico empezó a expandirse gracias a la existencia y experiencia de vuestro aspecto físico*.

Tenías la clara intención de adoptar este espléndido cuerpo físico para interactuar con la variedad de intenciones, creencias y deseos de los demás seres de tu planeta con el propósito de expandirte. Sabías que al estar expuesto a la variedad que te rodeara, en todas las áreas, llegarías de forma natural a conclusiones específicas de mejora. Sabías que al vivir una experiencia desagradable, nacería la petición de una experiencia agradable. Sabías que de ti emanaría Vibratoriamente una petición o deseo; y que tu *Ser Interior* sería consciente de tu nueva petición, tomaría nota, se concentraría y se convertiría en ella. Sabías que tu *Ser Interior* se convertiría inmediatamente en el equivalente vibratorio de todas las peticiones que te ha inspirado tu entorno físico.

Por lo tanto, si ahora puedes centrar tu atención en la idea de que eres un *Ser Interior* expandido, que se encuentra en la cúspide de todo lo que ha vivido, que emite una vibración que expresa todo lo que es ahora, comprenderás mejor quién es ese *Ser Interior* y cuál ha sido la aportación de tu aspecto físico a esa expansión.

Queremos que te des cuenta de que mientras estás centrado en tu cuerpo físico, pensando, pronunciando palabras, actuando... al mismo tiempo tienes un aspecto No-Físico que existe en el reino de lo No-Físico del que procedes, y ese aspecto se ha expandido gracias a tus experiencias físicas.

Muchas personas se refieren a su experiencia física como *realidad*. Descifras tu realidad física a través de tus sentidos físicos, y cuando miras los lugares, las gentes y las experiencias, los denominas *realidad*. Nos gustaría que entendieras que aunque veas, oigas, saborees, huelas y toques la evidencia de tu realidad física, hay mucho más que esa realidad de carne, sangre y huesos que crees que eres. *Todo lo que percibes aquí en tu entorno físico es Vibración, y tu vida es tu interpretación Vibratoria.*

La poderosa *Ley de la Atracción* es la esencia de todas tus experiencias, y la premisa estable, inmutable y certera de esta *Ley* es: *todo objeto atrae aquello que se asemeja a sí mismo.*

Cuando piensas en algo, inicias el proceso de atracción de su esencia a tu experiencia de vivir. Cuando has activado un pensamiento-Vibración en tu interior concentrándote en un tema, se produce la progresión de esa expansión. Es decir, cuanta más atención le prestas a un tema, más activa está su Vibración dentro de ti. Y cuanto más tiempo dura, más poderosa es la atracción, hasta que al final tienes en tu propia experiencia la prueba irrefutable de esa Vibración que has activado. Todo lo que te sucede en tu vida se debe a las peticiones que envías con tus pensamientos.

La Ley de la Atracción es el administrador Universal de toda Vibración, que abarca todo lo que existe en el Universo. Y de este

modo, al mismo tiempo que la Ley de la Atracción responde al contenido Vibratorio de tus pensamientos físicos, también responde al contenido Vibratorio de tu Ser Interior.

Queremos que te des cuenta de tu poderoso aspecto No-Físico y del efecto que tiene sobre él la Ley de la Atracción: cada vez que tu experiencia física de la vida te incita a pedir algo, se dispara una especie de cohete-petición Vibratorio, que recibe tu Ser Interior, y que a su vez se convierte en la versión Vibratoria expandida de tu petición. Para ayudarte a que entiendas un poco mejor ese proceso de expansión, lo hemos denominado Depósito Vibratorio o Realidad Vibratoria. Es la versión más expandida de ti mismo.

De igual modo que la Ley de la Atracción responde a los pensamientos, palabras y acciones que ofreces en tu realidad física, la Ley de la Atracción siempre responde a tu poderosa Realidad Vibratoria. Cuando la Ley de la Atracción, el administrador Universal de todas las Vibraciones, responde a la claridad de la Vibración que emite tu Ser Interior recién expandido, el resultado es un poderoso Vórtice giratorio de atracción.

Éste es tu Vórtice de transformación —un Vórtice que encierra todas las peticiones, las peticiones enmendadas, y todos y cada uno de los detalles y solicitudes que han emanado de ti—, y la Ley de la Atracción responde a todo ello. Visualiza este Vórtice girando, girando y girando, y el poder de atracción que acumula a medida que la Ley de la Atracción va respondiendo a este deseo puro, concentrado y que no opone resistencia. *El Vórtice atrae literalmente todo lo necesario para satisfacer todas las peticiones que contiene. Convoca a todos los componentes cooperativos, y éstos aparecen para completar estas creaciones, responder a las preguntas y solucionar los problemas.*

Este libro no sólo quiere ayudarte a recordar el proceso de creación —y la plataforma de Energía Pura y Positiva de la que procedes—, sino también ayudarte a recordar el poder de este

Vórtice y recordarte tu *Sistema de Guía Emocional* a fin de que consigas *consciente y deliberadamente* la frecuencia Vibratoria de tu Vórtice.

El propósito de este libro es:

- Ayudarte a recordar *quién-eres-realmente*.
- Ayudarte a recordar el propósito de tu experiencia física.
- Ayudarte a que valores lo que has conseguido en tu cuerpo físico.
- Ayudarte a que recuerdes que ante todo eres un Ser Vibratorio.
- Ayudarte a que recuerdes que también tienes un aspecto No-Físico.
- Ayudarte a que seas consciente de la relación entre tus dos aspectos Vibratorios.
- Ayudarte a que te concentres sistemáticamente en tu Vórtice de Creación giratorio, que contiene todo lo que deseas y todo aquello que has conseguido.

Resumiendo, este libro se ha escrito para que llegues a tu Vórtice.

Todas las personas que se presentan en tu vida —tanto las que denominas amigos o amantes, como las que consideras tus enemigas o extraños— aparecen como respuesta a tu petición Vibratoria. No sólo invitas a la persona, sino los rasgos de su personalidad. A muchos les cuesta aceptar esto cuando piensan en los aspectos desagradables de las personas que los rodean. Arguyen que nunca habrían pedido algo tan desagradable en su vida, porque creen que «pedir» algo significa «pedir lo que deseas». Pero cuando decimos «pedir» nos estamos refiriendo a una Vibración homologa... Sabemos que muchas de las relaciones o experiencias que

atraes, no las habrías atraído deliberadamente si hubieras sido consciente, pero gran parte de lo que atraes no se debe a una intención deliberada, sino a una atracción por defecto... Es importante que entiendas que obtienes lo que piensas, tanto si lo deseas como si no. Los pensamientos crónicos sobre cosas no deseadas invitan o piden experiencias similares. La Ley de la Atracción actúa así.

Las relaciones, o las creaciones conjuntas, son las responsables de casi todo el contraste que existe en tu vida. Son las causantes de tus problemas y de tus grandes placeres. Pero lo más importante es que tus relaciones son el fundamento de la mayor parte de tu expansión, y por eso se puede decir con exactitud que tus relaciones son lo que influye en tu potencial de felicidad —o sufrimiento— en muchos momentos de tu vida. Dicho simple y llanamente, si alguien no te hubiera empujado a una mayor expansión, no podrías sentir el dolor de no estar al día con ella. La interacción, confluencia y creación conjunta que generan las relaciones potencian enormemente tu experiencia individual. *Tus mayores alegrías y pesares proceden de tus relaciones, pero tienes más control sobre tu experiencia de alegría o sufrimiento del que te imaginas.*

La poderosa, eterna y universal Ley de la Atracción

La poderosa *Ley de la Atracción* (todo objeto atrae aquello que se asemeja a sí mismo) es el eje de toda tu experiencia. Cuando piensas en algo, empieza el proceso de atracción de la esencia de aquello en lo que estás pensando. Cuando activas un pensamiento-Vibración en tu interior al prestarle atención a algo, se produce la progresión de la expansión. Es decir, cuanta más atención le prestas a un tema, más se activa su vibración dentro de ti; y cuanto más tiempo dure esa atención, más poderosa es la atracción... hasta que al final tienes la prueba irrefutable en tu experiencia de

esa Vibración activada. Todo lo que te sucede se debe a las peticiones que estás enviando con tus pensamientos.

Recuerda que tanto si piensas en cosas que deseas como en cosas que no deseas, estás enviando una «petición» para atraer más cosas similares al objeto de tu pensamiento. Y todo lo que te sucede —las personas, las cosas, las experiencias y las situaciones que se te presentan— son una respuesta a tu invitación Vibratoria.

La culminación de las relaciones, circunstancias y acontecimientos que atraes corresponde fielmente a tus peticiones Vibratorias. Darte cuenta de cómo te están saliendo las cosas es una forma muy clara de entender cuáles son tus peticiones Vibratorias, porque siempre obtienes la esencia de aquello en lo que estás pensando, lo deseas o no. Nosotros lo llamamos conciencia post-manifestativa: vibrar sin un rumbo intencionado de pensamientos, dándose cuenta de los resultados de ellos sólo cuando ya se han manifestado en algo real o tangible, como la falta de dinero en tu cuenta bancada, un estado de salud no deseado o una relación desagradable.

Puedes darte cuenta de que estás atrayendo una situación no deseada y adelantarte a ella antes de que llegue a manifestarse en tu vida recurriendo a tu innato y maravilloso *Sistema de Guía Emocional*. Pero la mayoría de las personas prestan indiscriminadamente su atención a cualquier cosa que tengan ante ellas, y aceptan que sus respuestas emocionales a esos pensamientos son inevitables. Aceptan que en el mundo hay cosas malas, y cuando las observan detenidamente, esperan sentirse mal, y así es. Rara vez entienden la razón fundamental por la que se sienten mal, pero nosotros te lo vamos a exponer aquí con palabras sencillas:

Cuando te concentras en un objeto o situación y te sientes mal, ésa no es la causa de tu malestar. Te sientes mal porque los pensamientos han provocado una separación Vibratoria en tu interior. Es decir, has elegido prestarle atención a algo a lo que tu Fuente no

se la prestaba. Y la Fuente tiene una buena razón para no prestarle atención a lo que te hace sentirte mal. La Fuente entiende el poder de la atracción y no quiere contribuir a la creación de cosas no deseadas; y cuando lo haces, te sientes mal. Siempre.

Y, a la inversa, cuando tienes pensamientos que te incitan pasión, felicidad, amor o entusiasmo, estás eligiendo pensamientos en los que tu parte expandida está totalmente implicada; pero en vez de crear una separación entre tu Fuente y tú, estás creando una sociedad o relación con poder, claridad y Bienestar.

No hay comprensión más valiosa en ningún otro tema que entender la existencia de tu *Sistema de Guía Emocional* personal. Cuando eres consciente de la existencia de tus dos importantes perspectivas Vibratorias y de su relación, posees la llave de tu gozosa Creación Deliberada. Sin ese entendimiento, eres como un tapón de corcho flotando por un mar embravecido que es sacudido por las corrientes y el viento, despojado de todo poder personal.

Se puede decir que en realidad sólo tienes acceso a dos emociones: la de sentirte mejor y la de sentirte peor. Si tuvieras que tomar la determinación de encontrar el pensamiento que te ayude a sentirte mejor desde dondequiera que te encuentres y en lo que quiera que te estés concentrando, desarrollarías una relación duradera con tu *Ser Interior*, con la Fuente, y con todo lo que desees, y siempre serías feliz en tu vida. Ese era tu plan: examinar cuidadosamente la variedad, lograr la claridad personal sobre lo que prefieres en cada uno de los temas, y, por último, sintonizar con tu ser que está en constante evolución.

¿Toleramos a los demás o les permitimos ser tal como son?

Jerry: Puesto que todos somos tan diferentes, no me parece que

haya muchas probabilidades de que lleguemos alguna vez a un acuerdo sobre cómo hemos de vivir.

Abraham: Estamos de acuerdo. Y el mundo sería un lugar muy aburrido si así fuera.

Jerry: Dado que todos somos diferentes y queremos cosas diferentes, ¿cómo podemos avanzar sin sufrir el malestar de tener que aguantar o tolerar esas diferencias en los demás?

Abraham: Tu malestar, o emoción negativa, no se debe al desacuerdo con otra persona. Siempre se debe al desencuentro entre tu *yo* y tu *Yo*. Si retiras tu atención de lo que *no* deseas y la trasladas a algo que *deseas*, tu malestar desaparecerá. Cuando te concentres un poco más en lo que deseas, no sólo dejarás de sentirte mal sino que experimentarás una emoción positiva, como interés, entusiasmo o felicidad.

Jerry: Pero como todos estamos conectados de alguna manera, ¿cómo puede una persona aprender a dejar que a los demás les sucedan cosas desagradables?

Abraham: Toda comprensión la adquirís gracias a vuestra vida comparativa. Y por «comparativa» nos referimos a todas vuestras observaciones actuales frente al verdadero conocimiento que emana de vuestra Fuente. Desde vuestra Perspectiva Expandida, sabéis que prestar atención a lo no deseado aporta más de lo mismo, por eso vuestra Fuente os aleja de todas las cosas indeseables. Cuando desde vuestro cuerpo físico os fijáis en lo que no deseáis, estáis provocando una disparidad en la relación Vibratoria entre vuestros dos yoes, y la emoción negativa es el indicativo de la discordia o falta de sintonización. Y ante esa ausencia de sin-

tonización, no le sirves de mucho a la persona por la que estás preocupado o con la que estás enfadado. Cuando piensas en ello, puesto que no puedes controlar las circunstancias de las vidas de los demás, no tienes otra elección —si es que deseas ser feliz— que retirar tu atención de su incómoda situación.

Jerry: Pero ¿no se sentirán abandonados si apartamos nuestra atención de su sufrimiento? ¿No tenemos posibilidad alguna de anidar a los que lo necesitan?

Abraham: Aquí tienes una oportunidad para empezar a comprender una premisa incorrecta básica de vuestra sociedad:

Premisa incorrecta ti. " 3: Si me opongo con fuerza a lo que no deseo, desaparecerá.

Vivís en un Universo que se basa en la *Ley de la Atracción*. Eso significa que se basa en la inclusión, no en la exclusión. Es decir, en un Universo basado en la inclusión, en la atracción, no existe el «no». Cuando miras algo que deseas y le dices «sí», lo estás incluyendo en tu Vibración; entonces se convierte en una parte de las Vibraciones que emites, lo que implica que pasa a formar parte de tu punto de atracción, lo que significa que empieza a dirigirse hacia ti. Pero cuando le dices «no», también *lo* estás incluyendo en tu Vibración, y se convierte en parte de las vibraciones que emites, lo que a su vez implica que pasa a formar parte de tu punto de atracción, lo que significa que empieza a dirigirse hacia ti.

Xo eres de utilidad alguna para nadie que reciba tu atención **neprva**. Cuando observas algo en otra persona que te hace sentir

mal, tu emoción negativa es el indicador de que estás potenciando algo no deseado. En las primeras fases de la emoción negativa, apenas te das cuentas, pero si sigues concentrándote en las cosas que no desees, éstas empiezan a presentarse en tu vida de formas cada vez más notables.

En cada momento de conciencia, tu punto de atracción está activo, lo que significa que la *Ley de la Atracción* está respondiendo a tu Vibración activa y que te encuentras en el proceso de convertirte en más de lo que estás pensando. Tus emociones te indicarán si estás en el proceso de parecerte *más* al positivo y sublime Ser de tu *Fuente*, o si te estás alejando de él. *No puedes quedarte quieto. Si estás despierto, estás en el proceso de expansión.*

Cuando sabes lo que no desees, siempre sabes con más claridad lo que sí desees, de modo que en un penoso momento de concienciación de la dolorosa situación de otra persona, automáticamente lanzas a tu Realidad Vibratoria tu versión de una situación mejorada. Entonces, tu trabajo, tu valor para esa persona, para ti mismo, para tu estado natural de ser... es conceder tu atención unidireccional a la idea de mejora que ha nacido de la interacción-observación. Cuando aprendas a hacer eso, no sólo podrás ayudar mejor a los demás, sino que verás que tus relaciones con otras personas aportan grandes beneficios a tu propia transformación.

Aprender el Arte de Permitir

Jerry: Nos habéis hablado del *Arte de Permitir*. ¿Es a esto a lo que os estáis refiriendo aquí?

Abraham: Sí. Es muy importante que entiendas bien el *Arte de Permitir* porque al aplicarlo deliberadamente te «permities» ser todo lo que ya eres ahora. Cualquier otra cosa que no sea per-

mitirte ser *Tú*, te resta bienestar. Es decir, toda experiencia de contraste provoca una expansión de *quién-eres*, porque tu parte No-Física más amplia siempre se dirige hacia ese punto de máxima expansión. Pero si continúas pensando retrospectivamente en las circunstancias y razones que provocaron la expansión, te estás oponiendo a ella. No la estás permitiendo, y por ende te sientes mal.

El *Arte de Permitir* no es más que mantener tu propia expansión en virtud de los pensamientos que has elegido deliberadamente. Puesto que se está produciendo la expansión —debido a que el contraste de tu realidad espacio-temporal insiste en que así sea—, si quieres ser feliz, no tienes más remedio que seguir adelante.

Tu parte No-Física Expandida, con la que mantienes una relación Eterna, ama. Cuando no amas, no estás practicando el *Arte de Permitir*.

Tu parte No-Física Expandida sabe lo que vales. Cuando no te sientes digno, no estás practicando el *Arte de Permitir*.

Aquí tenéis la oportunidad de empezar a comprender otra premisa incorrecta de vuestra sociedad:

Premisa incorrecta n.º 4: He venido a vivir la vida correcta e influir en los demás para que hagan lo mismo. Y lo que a mí me parece la forma correcta de vivir, también ha de serlo para todos.

No viniste a esta experiencia física con la intención de hacer una selección de todas las ideas que existen para que todo el mundo las aceptara. De hecho, tu intención era justo lo contrario. Dijiste: «Voy a sumergirme en un mar de contraste, y de él nacerán más ideas». Entendías que tu expansión gozosa nacería de la diversidad.

Aunque todos queráis sentirnos bien, como veis tantas formas de actuar que no os gustan, es fácil llegar a la conclusión de que para que os sintáis bien tenéis que influir en la conducta de los demás o intentar controlarla. Pero en vuestro intento de controlarla (a través de la influencia o la coacción), descubriste que no sólo no podéis hacerlo, sino que la atención que les prestáis trae más personas similares a vuestra experiencia. Vuestra sociedad actual está librando una dura batalla contra las drogas ilegales, contra la pobreza, contra la delincuencia, contra los embarazos en la adolescencia, contra el cáncer, contra el sida, contra el terrorismo... y todas esas cosas no hacen más que aumentar. Simplemente, no podéis llegar a donde pretendéis controlando o eliminando lo que no deseáis.

¿Y quién de vosotros es el que ha de decidir qué forma de vida es la «correcta»? ¿Es el grupo más grande el que está en posesión de ese «conocimiento», o es el que tiene mayor capacidad de destrucción de sus adversarios? ¿Tienen los pobres la respuesta? ¿La tienen los ricos? ¿Qué religión es la «verdadera»? ¿Qué forma de vida es la «correcta»? ¿Está bien tener hijos? ¿Cuál es el número adecuado? ¿Y si una mujer tiene hijos, es apropiado que piense en otras cosas? ¿Puede tener una carrera, o está obligada a no pensar en nada más que en sus hijos? ¿Cómo debería un hombre tratar a su esposa? ¿Cuántas mujeres debería tener?

La premisa falsa de «La forma de vida de mi grupo es la única correcta, por lo tanto hay que eliminar todas las demás, porque cuando veo lo que no me gusta me siento mal» es la causa de la mayor parte de la infelicidad en vuestro planeta. No sólo sufren los que son rechazados, sino también los que los rechazan. De hecho, los más infelices y menos realizados son los que rechazan a otros, porque con ello están obstaculizando su relación más importante de todas: la relación entre su yo y su Yo.

Aunque tenías la intención de que brotaran de ti deseos nuevos y pudieras satisfacerlos, en modo alguno pretendías impedir los de

los demás. Sabías que este mundo era lo bastante grande para que todos pudieran crear sus propios deseos. No te preocupaba que observar las creaciones ajenas (aunque no te gustara lo que vieras) pudiera influir en las tuyas, porque sabías que tendrías el poder de concentrarte en lo que desearas. Por lo tanto, no necesitarías **eliminar** de tu mundo las cosas no deseadas. *Pretendías decidir qué deseabas, atraerlo con tu poder de concentración y la Ley de la Atracción, y dejar que los demás hicieran lo mismo. Entendías que ¡a diversidad no sólo es el pilar de tu fuerza y de tu expansión, sino de tu propia existencia, porque sin expansión no hay existencia.*

¿Tenemos poder para influir en los demás en lugar de controlarlos?

Jerry: Me gustaría hablar más del poder de la *influencia* o del *control* en nuestras relaciones. ¿Cuánto poder tenemos realmente sobre los demás? ¿Cómo podemos evitar que alguien que cree que hemos de desear otra cosa nos disuada de nuestra meta?

Abraham: Me alegro de que veas la diferencia entre *control* e *influencia*, y nos gustaría que ampliaras tu conocimiento: cuando alguien intenta controlar a otra persona o una situación, nunca lo consigue, porque en la actitud de controlar siempre está tan presente la idea de saber lo que *no* deseas, que tu Vibración y punto de atracción actúan en oposición a lo que quieres conseguir. *Aunque te unas a otros para alejar lo que no deseas, incluso cuando parece que vuestras fuerzas han vencido a las contrarias, nunca consigues realmente el control, sino que ensalzas o potencias la atracción de más cosas no deseadas. Pueden cambiar las caras y los lugares, pero siempre llega lo que no deseas, y no encuentras ninguna forma sostenible de controlarlo.*

Por otra parte, tampoco hay mucha diferencia entre *intentar controlar una situación* y *querer influir en una situación para que sea diferente de lo que es*, salvo el hecho de hasta dónde quieres llegar para conseguirlo. En otras palabras, cuando quieres *influir*, puedes usar palabras para intentar persuadir —incluso amenazas para coaccionar—, mientras que en una verdadera actitud de *control* puedes utilizar palabras más fuertes, o incluso llegar a la acción, para corregir la conducta de otro.

Pero hay una diferencia todavía más importante que queremos destacar aparte de la que existe entre la influencia y el control: la de intentar lograr lo que deseas fijándote en lo que *no* deseas e intentar lograrlo fijándote en lo que *sí* deseas. La primera se basa más en intentar *motivar* a otra persona para que tenga otra conducta; la segunda, en *inspirarla* para que cambie su comportamiento.

En tu intento de motivar, al concentrarte en lo que no deseas, no tienes el beneficio o la ayuda de tu verdadero poder. Pero cuando te centras por completo en lo que sí deseas —liberándote de toda resistencia u oposición a tu deseo—, estás conectando con la Energía que crea los mundos y tienes una gran influencia. Al conectar y permitir tu verdadero poder, tu poder para influir en los demás es enorme.

¿Cómo podemos facilitar la armonía en una familia diversa?

Jerry: Respecto a las relaciones familiares entre padres e hijos: ¿cómo puede un niño de Primera Línea que piensa por sí solo, que está aprendiendo y creciendo, vivir en armonía con unos padres que pretenden enseñarle una forma rígida de pensar y de comportarse? Es decir, ¿qué pasa cuando tus padres no quieren ver cambios o nuevos pensamientos?

Abraham: Esto nos conduce a explicar otra premisa incorrecta:

Premisa incorrecta n.º 5: Puesto que soy mayor que tú, sé más y has de dejar que te guíe.

Aunque tus padres y los que llegaron antes que tú a este planeta te ayuden a proporcionarte una plataforma de estabilidad cuando naces, no poseen la sabiduría que estás buscando. Tu expansión se producirá gracias a tus experiencias personales, y tu conocimiento llegará por tu Conexión con tu Perspectiva Expandida. *La mayor parte de la guía, normas y leyes que se transmiten de generación en generación están escritas por personas que no se encuentran en el estado de «permitir» su Conexión con su conocimiento Expandido. Es decir, la mayor parte de la guía que recibes procede de una perspectiva de escasez y no puede conducirte a mejorar tu situación.*

WDT supuesto que existen cosas de naturaleza física que podéis •prender los unos de los otros. Hay muchos inventos y habilidades que se descubrieron antes de que nacieras, y no es necesario ^•e empieces desde cero para gozar de sus beneficios. Pero hay *mu* creencia global en vuestro planeta que es totalmente contra- ^ctoria con *quien-realmente-eres* y con tu razón de existir, que •06 conduce a la siguiente premisa:

Premisa incorrecta n.º 6: Empecé a existir el día en que nací. Como Ser imperfecto, nací en un mundo en el que hay que luchar para lograr méritos.

No empezaste a existir el día en que naciste en tu cuerpo físico. Eres Conciencia Eterna, con una historia Eterna de

transformación y méritos. Y aunque una parte de esa meritosa Conciencia Creativa, No-Física, Eterna, *Fuerza de Dios*, se haya expresado en el Ser que identificas como yo, la parte más extensa de tu *Yo* ha seguido y seguirá concentrada No-Físicamente en la Energía Pura, Positiva y en la dignidad absoluta.

Viniste con gusto a esta realidad física espacio-temporal porque es la Primera Línea de la creación y tú eres un creador. Te encantaba la idea de concentrarte en este mundo de contrastes porque entendías, como creador que eres, el valor que tendría para ayudarte a concentrarte y crear. Entendías que tu propia vida te ayudaría a generar continuamente ideas nuevas, y que por el poder de tu enfoque, esas ideas se harían «realidad», tal como ésta se entiende en el mundo físico. Y conocías la dicha de *elegir, concentrarte y permitir* las manifestaciones creativas. Sabías que en todo momento podrías sentir el grado de sintonización Vibratoria que estabas consiguiendo entre tus pensamientos y la comprensión de tu *Fuente* interior sobre cada tema, y también sabías que esos sentimientos positivos y negativos serían tu única guía para ayudarte a crear, descubrir y expandirte en tu Eterno sendero de la transformación.

Puede que recuerdes cómo te sentías de pequeño cuando alguien centraba en ti su desaprobación. El sentimiento negativo que experimentaste fue tu indicación de que su opinión sobre ti no estaba en sintonía con *quién-eres-realmente* y lo que realmente sabes. En ese momento, sentiste cómo esa persona te empezaba a separar de tu Perspectiva Expandida de *quién-eres-realmente* con su visión distorsionada sobre ti. Tu Guía (el sentimiento negativo) te estaba indicando que la dirección que los demás habían conseguido que tomara tu atención no estaba en sintonía con la de tu

Fuente. Aunque nunca te pareció bien considerarte (o considerar cualquier otra cosa) diferente de tu Fuente interior, con el tiempo te acostumbraste al malestar de tu pérdida gradual de poder; hasta que, al final, empezaste a buscar la guía en los demás, dejando que tu propia Guía se fuera quedando en un segundo plano.

Ahora regresemos a la pregunta de cómo puede vivir en armonía un hijo con unos padres que quieren inculcarle *su* forma de pensar... Nuestra principal intención sería, primero, ayudarle a que recuerde *quién-es*. Recordarle su propio *Sistema de Guía*, ayudarle a que vuelva a conectar con su poder personal y a realizar sus sueños. Pero muchos dicen que no es tan sencillo: «Aunque el niño pudiera recordar todo eso, sigue estando atrapado en una relación con personas que no recuerdan, que no están de acuerdo con eso, que son mayores que él y que controlan su experiencia. ¿Cómo puede un hijo encontrar armonía bajo esas condiciones?»

Primero dirigiremos nuestra respuesta al hijo que está en esta situación, luego a los padres, y, por último, a ti que haces la pregunta:

Al hijo...

Tus padres tienen buenas intenciones. Principalmente, te están preparando para que te enfrentes a los percances de la vida que ellos han encontrado en *su* camino. Su conducta indica que no sólo no recuerdan *quién-eres-realmente*, sino que tampoco recuerdan *quiénes-son-ellos*. Por eso actúan con cautela. Se sienten vulnerables, y creen que tú también lo eres.

Tardaríamos bastante en explicárselo a tus padres para ayudarles a recordar, y de todos modos, si no son ellos los que preguntan, tampoco oirán nada de lo que tenemos que decir... Es muy probable que, cuando se *les* ocurra preguntar, escuchar o

recordar, ya seas bastante adulto e incluso te hayas marchado de su casa.

Si estás preguntando y escuchando (no importa la edad que tengas), queremos decirte lo más importante que te dirá nadie jamás: *no importa lo que piensen de ti los demás. Sólo importa lo que pienses tú. Y si estás dispuesto a permitirles que piensen lo que quieran —respecto a cualquier cosa, incluso respecto a ti—, podrás mantener la armonía de tus pensamientos con quien-eres-realmente y, con el tiempo, te sentirás bien, pase lo que pase.*

Oír esto y recordar que es cierto que *eres un poderoso creador que quería experimentar el contraste para que te ayudara a escoger las cosas que ahora deseas*, te servirá para ser más paciente con el olvido de los demás. Recordar que todo te está respondiendo de acuerdo a ti y con lo que sientes, e ir adquiriendo el control de tus sentimientos, te ayudará a encontrar una gran cooperación de distintas partes para poder controlar tu experiencia.

Cuando estás solo y piensas en algunos de los problemas que has tenido con tus padres, estás atrayendo más incidentes similares. Pero si cuando estás solo piensas en cosas más agradables, no atraerás más problemas. *Tienes mucho más control sobre cómo te tratan los demás de lo que a veces piensas. Cuanto menos pienses en los problemas, menos tendrás. Cuanto menos pienses en que tus padres intentan controlarte, menos te controlarán. Cuanto más pienses en las cosas que te gustan, mejor te sentirás. Cuanto mejor te sientas, mejor te irán las cosas.*

Piensas que tus padres son los responsables de cómo te tratan, pero eso no es cierto. El único responsable eres *tú*; y cuando escuches esto y lo practiques, su cambio de conducta será la prueba. Lo mejor será que les estarás enseñando (aunque no se den cuenta de ello) a disfrutar de la armonía *inspirándoles* en lugar de *exigiéndoles*.

A los padres...

Cuanto más os fijéis en lo que no os gusta de vuestro hijo, más cosas veréis que no os gustan. La conducta que provocáis en vuestro hijo se debe más a vosotros mismos que a él. Esto suele pasar en casi todas las relaciones, pero como pensáis en esta relación más que en ninguna otra, vuestra opinión respecto a él desempeña un papel muy importante en su conducta.

Si pudierais restarle importancia a la conducta indeseada que veis en él —sin darle vueltas una y otra vez, sin hablar a los demás de ello, y sin preocuparos al respecto—, no estaríais contribuyendo a ese comportamiento.

Cuando centras tu atención en alguien o algo, vas en una de estas dos direcciones: la de lo *deseado* o la de lo *no deseado*. Si al pensar en tu hijo practicas la de lo *deseado*, empezarás a observar que sus patrones de conducta cambian hacia lo que deseas ver. *Tu hijo es un poderoso creador que quiere sentirse bien y ser valioso. Si le dejas actuar y no le obligas a hacer otra cosa, encontrará la bondad de su Ser natural.*

Cuando tienes *miedo*, estás *preocupado*, *enfadado* o *frustrado*, entonces evocas conductas *no deseadas* en tu hijo.

Cuando sientes *amor*, *aprecio*, *entusiasmo* o *alegría*, evocas conductas *deseadas* en tu hijo.

Vuestro hijo no ha nacido para complaceros.

Vosotros no nacisteis para complacer a vuestros padres.

A ti que has hecho la pregunta...

No te preocupes porque un niño pierda la libertad con unos padres inconscientes, ni te preocupes porque unos padres inconscientes pierdan su libertad con sus hijos. Comprende que todos

querían la experiencia de la creación conjunta para lograr una nueva conciencia de lo que desean. Simplemente, están teniendo experiencias (de petición) del *Paso Uno* y están aclarando continuamente sus deseos.

A través de sentir la dominación de sus padres, el *niño* engendra deseos como...

- ... más libertad.
- ... sentirse valorado.
- ... valorar más a los demás.
- ... independencia.
- ... oportunidades para expandirse.
- ... oportunidades para destacar.

A través de ofrecer control, los *padres* engendran deseos como...

- ... tener más libertad.
- ... experimentar más cooperación.
- ... que su hijo tenga una buena vida.
- ... que su hijo esté preparado para enfrentarse al mundo.
- ... ser comprendidos.

Es decir, esta experiencia co-creativa y llena de contrastes está provocando que todos los implicados lancen más cohetes de deseo, y que, por lo tanto, se expandan Vibratoriamente hacia lugares nuevos. Y la única razón por la que cualquiera de ellos puede sentirse negativo es porque en el momento en que sienten su emoción negativa, todavía no han *permitido* la expansión. *La vida ha hecho que se convirtieran en algo que todavía no se permiten ser; y ambos, padres e hijos, se están usando mutuamente como excusa para no serlo... Antes de nacer te entusiasmaba la*

idea de las relaciones llenas de contrastes que favorecieran tu expansión, pero cuando te permitas ponerte a su altura, bendecirás el aparente esfuerzo que has tenido que realizar para conseguirlo.

¿Hará las tareas domésticas la Ley de la Atracción?

Jerry: ¿Podrías especificar un poco más la forma en que los miembros de una familia pueden compartir armoniosamente sus responsabilidades en el mantenimiento del hogar y colaborar en las actividades familiares sin perder el sentimiento de libertad individual?

Abraham: Cuando hablas de *responsabilidades*, sueles referirte a la *acción*, y entendemos que hay muchas responsabilidades que implican acciones compartidas ya sea en la creación, en la administración o en el mantenimiento de un hogar. También entendemos que a muchas personas les parezca lógico que cuando hay un número específico de cosas que se han de hacer y un número específico de personas para compartir esas tareas, lo normal sea implantar un régimen de *acción*. El problema en estas situaciones es que las personas que asignan las actividades de la familia lo hacen desde el desequilibrio personal; un desequilibrio que no se debe a la cantidad de trabajo que realizan, sino al resentimiento por hacer más de lo que consideran que les corresponde, o a la frustración que sienten porque el trabajo no se hace como a ellas les gustaría... *Aunque estamos hablando de actuar para organizar y mantener el hogar, sigue siendo necesario que primero sintonices contigo mismo. Lo que nos conduce a otra premisa incorrecta:*

Premisa incorrecta n.º 7: *Si me esfuerzo o trabajo duro, puedo conseguir cualquier cosa.*

Cuando no estás Vibratoriamente en armonía con los resultados deseados, no hay suficientes acciones en el mundo para compensarlo. Si no haces nada para sintonizar tus Vibraciones con lo que realmente deseas, sino que, por el contrario, actúas para oponerte a tus problemas o arreglarlos, la *Ley de la Atracción* te seguirá aportando problemas que solucionar y nunca te verás libre de ellos. Si tu atención está centrada en los problemas, la *Ley de la Atracción* te traerá otros más rápidamente de lo que podrías solucionarlos. Si toda tu atención está concentrada en el desorden del hogar, la *Ley de la Atracción* te traerá tantas experiencias de desorden, trastornos y problemas que te será imposible seguir con esa dinámica.

Simple y llanamente, el poder de la respuesta de la Ley de la Atracción a tu Vibración siempre será más fuerte que tu capacidad para actuar. No puedes llegar allí desde allí. La única forma de aportar orden a tu vida o a tu hogar —o a tus relaciones— es utilizar el poderoso recurso de sintonizar con tu Energía. Cuando lo haces, lo que antes suponía un esfuerzo fluirá fácilmente.

A menos que seas capaz de corregir tu estado de atención crónico a las tareas domésticas que todavía no se han hecho y a la falta de colaboración de los miembros de tu familia, nunca podrás conseguir que cooperen de buen grado. Has de abandonar la lucha y concentrarte en el resultado final que estás buscando. *Has de encontrar el sentimiento-lugar de un hogar donde reine la cooperación, el orden y el buen ambiente antes de inspirar esa conducta en los demás. Las personas que hay en tu vida siempre te darán justamente lo que esperas. Siempre, sin excepción.*

Muchas personas nos dicen que sus expectativas negativas nacieron de observar las conductas negativas, y no al revés. «No

*esperaba que mi hijo se negara a sacar la basura hasta que empezó a negarse sistemáticamente.» Puedes encontrarte en un bucle interminable donde tu explicación sea que estás negativo por la conducta negativa de otra persona. Pero, si por el contrario controlas tus emociones y piensas en algo mejor porque eso te ayuda, te darás cuenta de que independientemente de cómo empezara esa **tendencia** negativa, puedes darle la vuelta. No puedes controlar lo que hace otra persona con su Vibración (o con sus acciones), pero tienes el control completo de tus pensamientos. Vibraciones, emociones y punto de atracción.*

¿Qué pasa cuando nuestros intereses ya no concuerdan?

Jerry: Cuando las personas que han mantenido una relación armoniosa descubren que sus intereses han cambiado, y que en la actualidad suelen estar en desacuerdo, ¿cómo pueden encontrar .¿ armonía cuando tienen creencias o deseos opuestos?

Abraham: Esta pregunta nos conduce a otra premisa incorrecta:

Premisa incorrecta n.º 8: Para estar en armonía con otra persona hemos de desear y creer lo mismo.

Muchas veces las personas se oponen tanto a lo que no desean que creen que cuando encuentren personas que piensen como ellas —que también estén dispuestas a oponerse a las mismas cosas no deseadas— encontrarán *armonía* al unir sus fuerzas. Pero el problema es que al centrarse en lo que *no* desean, no están en armonía ni con sus deseos ni con su parte expandida (que siempre está en armonía

con sus deseos). El caso es que luchan contra sus enemigos desde un estado de desarmonía total. Y aunque encuentren personas afines que luchan contra el mismo concepto o enemigo, no pueden estar más lejos de la armonía.

Primero sintoniza tu yo con tu Yo, y luego podrás encontrar la armonía en cualquier parte. Cuando sintonizas sistemáticamente tus dosyoes (que es a lo que nos referimos con permitir), puedes conectar con otras personas aunque haya desacuerdos. De hecho, ése es el entorno perfecto para la expansión y la felicidad: la diversidad de creencias y deseos, pero sintonizando con tu Fuente.

Las relaciones suelen ser mejores al principio porque ambas personas buscan los puntos que tienen en común. Por este motivo, las expectativas suelen ser más positivas al comienzo de una relación. Por otra parte, buscar aspectos positivos es una poderosa herramienta para encontrar tu propia armonía o sintonizar con tu Yo. A] principio, probablemente penséis que os sentís tan bien por la afinidad que habéis descubierto con la otra persona, cuando en realidad lo que sucede es que os estáis utilizando mutuamente como razón positiva para encontrar la armonía con *quiénes-sois-realmente*.

Tu Fuente interior sólo ve los aspectos positivos de tu pareja, y siempre que descubres aspectos positivos, sintonizas con quienes-realmente.

¿Y si uno de los dos no quiere que concluya la relación?

Jerry: Pero ¿y si tus deseos son *totalmente* distintos de los de tu pareja? ¿Y si uno de los dos ha decidido poner fin a la relación y el otro quiere continuar?

Abraham: *Entendemos que eso pueda parecer que son «deseos diferentes», pero en realidad, en el fondo ambas personas tienen un potente deseo mutuo: sentirse mejor.* Una cree que la acción de separarse es el camino más razonable para sentirse mejor, mientras que la otra considera que es mejor seguir juntos.

Vamos a empezar esta explicación señalando otra premisa incorrecta, que es la principal responsable de la confusión sobre este tema:

Premisa incorrecta n.º 9: La felicidad se consigue actuando. Cuando me siento mal, puedo mejorar mi estado de ánimo a través de la acción. Puedo concentrarme en una situación que creo que es la razón por la que me siento mal y alejarme de ella. Cuando me haya alejado de ella, me sentiré mejor. Puedo conseguir lo que quiero dejando lo que no quiero.

Los momentos positivos que vivís en una relación no se deben a la armonía que encontrasteis el uno en el otro (que ahora parece haber desaparecido), sino porque habéis sintonizado con *quienes-sois-realmente*. Es cierto que es más fácil sintonizar contigo mismo cuando no te centras en lo que no deseas. Por lo tanto, una persona agradable que está intentando complacerte puede servirte como objeto de atención positivo y no te provocará ninguna distracción de tu estado de armonía. Pero la creencia de que otra persona te está «haciendo» feliz es incorrecta. *La felicidad es tu estado natural.* El entendimiento correcto es que en esos momentos estás utilizando a esa persona agradable para *no* apartar tu concentración de *quien-eres-realmente*; mientras que en tu estado de infelicidad estás usando a esa persona *para* alejarte de *quien-eres-realmente*.

Gozas de una felicidad verdadera cuando descubres que nadie es responsable de cómo te sientes. Si crees que los otros son responsables de tus sentimientos, eres un verdadero esclavo, porque no puedes controlar su conducta o sus sentimientos.

Es normal que quieras deshacerte de las cosas que te disgustan, pero en un Universo que se basa en la inclusión, eso es imposible. No puedes prestarle atención a algo que no desees —y por lo tanto activar la Vibración de lo no deseado— y alejarte de ello, porque el poder de la *Ley de la Atracción* es más fuerte que cualquier acción que emprendas.

Cuando te alejas de una situación desagradable, la Ley de la Atracción te traerá otra muy similar, y generalmente, pronto. No puedes ir allí desde allí. Para llegar adonde deseas —a ese lugar de bienestar— has de sintonizar tu yo con tu Yo.

Un proceso de 30 minutos para sintonizar con la energía

Puedes preparar el auspicioso comienzo de un día de sintonización con la Energía antes de acostarte:

Busca cosas en tu entorno más cercano —como tu cama, las sábanas y la almohada— a las que puedas dirigir tu aprecio. Luego proponte dormir bien y despertarte renovado. Cuando te despiertes a la mañana siguiente, permanece estirado un poco más sintiendo el aprecio, durante al menos cinco minutos, luego espábilate con un baño y el desayuno. Después, siéntate durante 15 minutos y aquieta tu mente. Observa que desaparece toda resistencia y aumenta tu Vibración. Abre los ojos y dedica de 5 a 10 minutos a escribir una lista de las cosas que aprecias de la vida.

Al hacer este trabajo de sintonizar con la Energía, tu punto de atracción no sólo te conducirá a actividades y encuentros con per-

sonas, lugares y cosas agradables, sino que aumentará notablemente tu capacidad para experimentar su deliciosa magnitud. En lugar de hacer cosas o ir a lugares que te *ayuden* a sentirte bien, *consigue* sentirte bien, logra deliberadamente el sentimiento de *bienestar*, y deja que esas cosas, personas y lugares lleguen a ti. Puede que cuando hayas sintonizado con *quien-eres-realmente*, gravites hacia una relación diferente. Pero también es muy probable que tu relación actual la atraerás desde tu punto de sintonización, y que **ahora** que has vuelto a sintonizar, se renueve por sí sola.

Si iniciaste tu relación actual desde la sintonización, tu potencial para regresar a un *sentimiento-lugar* maravilloso es muy grande. Si iniciaste esta relación porque estabas huyendo de algo desagradable, puede que se base más en lo que *no* deseas que en lo que *sí* deseas.

De cualquier modo, procurar sentirse bien antes de actuar es siempre el mejor proceso; cuando no te sientes bien, no te puede llegar la inspiración para realizar alguna acción que te resuelva el problema.

¿Hay una persona perfecta para mí?

Jerry: ¿Hay una «persona perfecta» para mantener una relación? Y si es así, ¿podrías darnos algunas recomendaciones para encontrarla? ¿Cuál es vuestra opinión sobre lo que denominamos «alma gemela»? En otras palabras, ¿existe una pareja espiritual ideal para cada uno de nosotros?

Abraham: A lo largo de vuestra vida y gracias a vuestras relaciones, habéis identificado las características que más os atraen; y habéis ido enviando vuestros cohetes de deseo para conseguirlos. Es decir, poquito a poco, habéis creado (en vuestra Realidad

Vibratoria) vuestra versión de la pareja perfecta. Pero antes de que la encontréis, tenéis que ser el Homólogo Vibratorio de ese deseo, lo que significa que debéis generar sistemáticamente el Homólogo Vibratorio de lo que deseáis.

Si te sientes solo/a o frustrado/a por no encontrar a tu pareja, es que *no* coincides con tu Realidad Vibratoria y se retrasa tu encuentro. Cuando envidias a otros que gozan de relaciones maravillosas, *no* coincides con tu Realidad Vibratoria y se retrasa tu encuentro. *Si recuerdas relaciones pasadas desagradables y las utilizas para justificar que quieres o necesitas otra mejor, coincides con lo que no deseas y se retrasa lo que sí deseas. Pero si tienes la habilidad de sentirte bien deliberadamente, aun en ausencia de la relación que anhelas, el encuentro está asegurado. De hecho, es la Ley.*

La «perfección» de esa pareja implica que coincide con las cosas que tu vida te ha hecho llegar a desear y pedir, pero para encontrarla, primero tendrás que sintonizar con esos deseos. No puedes encontrar a la pareja perfecta desde la actitud de que te falta una pareja en tu vida. Has de encontrar el modo de no emitir la Vibración de que te «falta una pareja».

Al igual que filtras desde lo que *ahora* es tu experiencia física, siempre estás lanzando nuevos deseos; antes de nacer también lanzaste deseos sobre tu experiencia física desde tu ventajoso plano No-Físico. A veces esos deseos o intenciones incluían cosas tan específicas como rasgos o talentos creativos, cosas específicas que querías hacer o personas con las que querías crear conjuntamente. Eso sería un «Alma Gemela». Pero nosotros le restamos importancia al concepto de «almas gemelas» en el sentido que le dan la mayoría de las personas porque, en realidad, *toda persona con la que compartes tu planeta es una especie de alma gemela*. El sentimiento de Conexión que buscan las personas, la desbordante alegría de estar con alguien y de sentir que estás en las nubes, no se debe a la persona con la que estás, sino a tu Conexión con

tu Yo. Nosotros preferimos pensar en el *Alma Gemela* como tu fusión, o tu Conexión consciente, con tu propia *Alma, Fuente, Ser Interior o Yo*. Cuando en tu momento y tiempo físico emites una Vibración similar a la de tu *Ser Interior*, es que has encontrado a tu *Alma Gemela*. Y si lo consigues *sistemáticamente*, las personas que se presentarán en tu vida serán enormemente gratificantes.

Piensa en lo que deseas en una relación y por qué lo deseas. Busca a tu alrededor personas que tengan buenas relaciones y mprécialas. Haz listas de los aspectos positivos de las personas con ios que has convivido... De hecho, una de las vías más rápidas para conseguir una relación maravillosa es encontrar algún tema que siempre sea positivo, y centrar tu atención en ello aunque no tenga mida que ver con las relaciones.

Cuando recuerdas que ya has creado Vibratoriamente tu relación perfecta, que te está esperando en tu Realidad Vibratoria y que tu trabajo consiste en no emitir la Vibración opuesta —y que *ka* de venir a ti—, entonces no tardará en llegar. La causa principal que evita que las personas encuentren enseguida a su pareja perfecta es simplemente su malestar y pensamientos de que todavía no la han encontrado. Recuérdate a menudo que ya has hecho el trabajo, que has concretado tu deseo, que has enviado los correspondientes cohetes de deseo, que la Fuente está intentan éo combinarlos, que la *Ley de la Atracción* organiza las circunstancias y acontecimientos para que se produzca el encuentro, y que ahora tu misión (tu única misión) consiste en dejar de hacer que estabas haciendo para *evitar* vuestro encuentro. Cuando Juces lo que haces», siempre sientes una emoción negativa. Por ID tanto, cuando te sientes solo, estás enfadado, impaciente, desmimado o celoso, estás retrasando el encuentro.

Si estuviéramos en vuestro lugar, nos recordaríamos que ya hemos hecho el trabajo de especificar y pedir. Aceptaríamos que b creación ya se ha producido. ¡Ya está! Y sólo pensaríamos en

ella por el placer de hacerlo. *Cuando el pensamiento es gozoso y satisfactorio —sin la energía contradictoria de intentar hacer que suceda algo que todavía no ha sucedido—, tu Vibración es pura y potente y la creación puede fluir sin obstáculos.*

¿Cómo podemos encontrar al socio perfecto para los negocios?

Jerry: Si estuvierais buscando un socio para vuestros negocios, ¿buscarías a alguien con una habilidad excepcional y conocimientos específicos, o alguien que fuera más compatible con vuestras intenciones?

Abraham: Queremos responder bien a esta pregunta, pero primero vamos a señalar que nos has conducido a otra famosa premisa incorrecta:

***Premisa incorrecta n.º 10:** No puedo tener todo lo que deseo, por lo tanto he de renunciar a algunas cosas que son importantes para mí, afín de conseguir otras.*

Si has tenido relaciones con otras personas que tenían algunas características agradables y otras desagradables, es fácil comprender por qué has llegado a creer que has de aceptar lo bueno y lo malo, y soportar las partes no deseadas para gozar de las favorables. Y puesto que son muy pocas las personas que hacen algún pequeño esfuerzo por dirigir sus pensamientos más allá de lo *que-son*, suelen seguir con el patrón de concentrarse en lo *que-son* —por lo tanto, obtienen más de lo mismo; y se siguen concentrando en ello, y obtienen más de lo mismo... y por último

llegan a la conclusión de que tienen poco o ningún control sobre aquellos con los que se relacionan.

Cuando te concentras en las características deseadas de las personas que te rodean y te entrenas para que las vibraciones que emites coincidan sólo con lo mejor que hay en ellas, la Ley de la Atracción ya no puede coincidir con sus peores aspectos. Cuando te concentras en las peores características de las personas que te rodean y te entrenas para que las vibraciones que emites coincidan sólo con lo peor que hay en ellas, la Ley de la Atracción ya no puede coincidir con sus mejores aspectos.

Las personas que consideras que tienen una «habilidad excepcional», suelen ser las que están en sintonía con *quienes-son-realmente*. El brillo, la claridad o intuición que denota una «habilidad excepcional» también es característica de una persona que está en armonía.

Si necesitáramos algún tipo de socio para un negocio o algo personal, lo primero que buscaríamos sería a alguien que estuviera en sintonía consigo mismo, porque cuando las personas están en sintonía con la plenitud de *quienes-son-realmente*, se sienten bien; están inspiradas; son homologas del Bienestar, del amor y de todas las cosas buenas... *Lo más importante que podríamos decir respecto a encontrar a una persona así es que a menos que tú mismo experimentes esa armonía, nunca podrás ser su Homólogo Vibratorio...*

Aunque muchas personas que no están en sintonía buscan socios que hagan bien las cosas, el error inherente en su razonamiento es que no puedes acceder a la persona armonizada que necesitas para que haga bien las cosas si tú mismo careces de esa armonía. So puedes ir allí desde allí.

Nuestra respuesta a esta importante pregunta es: hay personas felices que no tienen las habilidades o interés en tu negocio específico, y hay personas que puede que tengan todas las habilidades que requieres pero que no son felices. *Nosotros buscaríamos una persona con talento —con los conocimientos que se necesitaran para nuestro negocio—y que fuera feliz. Resumiendo, busca la compatibilidad entre tu yo y tu Yo (que significa, sé feliz), y luego todo aquello que estás buscando hallará la manera de llegar hasta ti.*

¿Quién está mejor cualificado para gobernarnos?

Jerry: En lo que respecta al Gobierno, ¿quién creéis que está mejor cualificado para dictar las normas, términos y condiciones que rijan nuestra forma de vivir?

Abraham: Tu pregunta nos lleva a una premisa incorrecta que ya hemos mencionado antes: la de que existen formas *correctas* e *incorrectas* de vivir, y que por lo tanto vuestro objetivo como sociedad es acabar encontrando la forma correcta de vivir para convencer a otros de que vivan «de acuerdo» con ella.

La diversidad de vuestro planeta tiene un valor tremendo y es muy beneficiosa, porque de la variedad brotan las *ideas nuevas* y *la expansión*. *Sin la diversidad, habría complacencia y final.*

Vamos a ampliar un poco esta falsa premisa suponiendo que vuestra población mundial actual tuviera que llegar a un consenso global. Imaginemos que por medio de la persuasión o la coacción llegarais a un consenso mundial sobre la manera correcta de vivir. Pero todos los días nacen niños desde *sus* poderosos y ventajosos entendimientos No-Físicos, y vienen buscando la diversidad. Es un proceso perfecto en que una pequeña porción llega a

vuestro entorno (a través del nacimiento) y una pequeña porción se marcha (con la muerte), mientras que la mayor parte de la población se queda, proporcionando continuidad y estabilidad.

Gracias a vuestra existencia individual estáis haciendo, de forma constante, peticiones Vibratorias individualmente, y también colectivamente, para mejorar la vida en vuestro planeta; y no hay forma de que cesen estas peticiones Vibratorias, ni individuales ni colectivas, y el complaciente Universo responde siempre a ellas.

Esa parte estable de la población de la que estábamos hablando, en general se aferra cabezudamente a sus creencias limitadas (prestando atención a lo *que-es*), lo que impide que reciba el beneficio inmediato de esa mejora que está buscando... pero entonces mueren los mayores, que son «los más aferrados a sus costumbres», y nacen otros más abiertos y con entusiasmo. *Y la vida sigue mejorando como respuesta a las peticiones que ésta invoca en ti.*

Muchos argüirían que unas ideologías, más que otras, propician una vida mejor, y que incluso dentro de ellas hay personas más preparadas para gobernar, guiar, crear leyes y decidir cuál es la mejor ideología para vivir, y ese moldeamiento de la arcilla de vuestra vida es placentero y satisfactorio. Pero hay algo mucho más inmenso que lo que está sucediendo en vuestro planeta: *sois miles de millones de personas que viven en una diversidad perfecta, tal como sabíais que sería, pidiendo siempre mejorar, y, por lo tanto, estableciendo una experiencia mejorada de la vida para la próxima generación. Si entendierais esto y dejarais de proclamar «una forma correcta de vivir», vuestra vida mejoraría antes.*

De modo que la respuesta a tu pregunta: «¿Quién creéis que está mejor cualificado para dictar las normas, términos y condiciones que rijan nuestra forma de vivir?», es: *nadie está mejor cualificado que tú para fijar tus normas.* Pero no tienes por qué preocuparte, porque no puedes dejar de pedir, y la Fuente nunca

cesa de responder. Y cuando dejes de ofrecer resistencia (concentrándote en lo opuesto) a lo que estás pidiendo, aquí y ahora, inmediatamente se te revelará en tu experiencia de la vida. Es decir, si consideras algo que hace tu Gobierno o algún líder político y te complace, no te estarás resistiendo a las cosas que la experiencia de tu vida te ha hecho elegir. Pero si te preocupa algo que ves y siempre te estás oponiendo a ello, estás utilizando eso que no deseas como razón para resistirte a lo que has elegido.

Siente aprecio por tu Gobierno o por cualquier otro, de todas las formas posibles; y con ello, no obstaculizarás la prosperidad que ya está preparada para ti y por ti, y que ya está en camino. La poderosa Ley de la Atracción es siempre, sin excepción, la más cualificada para aportar las normas que vuestras vidas individuales han establecido.

¿Cuál es la mejor forma de gobierno?

Jerry: ¿Cuál considerarías que es la mejor forma de gobierno para nosotros?

Abraham: Sería un gobierno que os permitiera ser libres para ser, hacer o tener lo que deseáis. Y eso sólo llegará cuando comprendáis *cómo* conseguís lo que tenéis. Vuestros gobiernos, en su mayoría se han convertido en medios para imponer normas y leyes, principalmente para protegeros los unos de los otros. *Cuando entendáis que a través de vuestros pensamientos invitáis a todo lo que forma parte de vuestra vida, sentiréis que no necesitáis tantas restricciones, y los gobiernos volverán a establecerse tal como empezaron, para ofrecer servicios en lugar de para restringir o controlar.*

¿Cuál es nuestra relación natural con los animales?

Jerry: ¿Cómo describiríais nuestra relación natural con los animales de nuestro planeta?

Abraham: Lo más importante que debéis recordar sobre los animales con los que compartís el planeta es que han venido aquí como extensiones de la Energía-Fuente igual que vosotros. Es decir, vuestros animales, igual que vosotros, tienen una perspectiva de su *Ser Interior* o *Fuente*; y al igual que los humanos, cuando su punto de vista *físico* difiere del de su *Fuente*, también pueden oponer resistencia. No obstante, los animales de vuestro planeta no suelen estar en un estado de resistencia o separación. A diferencia de los humanos, suelen estar Conectados o en sintonía con su Perspectiva Expandida.

Cuando los humanos ven que un animal está en sintonía con la Vibración de su Perspectiva Expandida, suelen comentar que es el «instinto» animal. Lo que los humanos llamáis «instinto» animal, nosotros lo denominamos «estado de sintonía del animal con su Perspectiva Expandida».

La prueba de la sintonía del animal con su homólogo Expandido No-Físico está en todas partes, y lo aceptáis como el «instinto» o conducta animal; en realidad, lo que veis es un animal físico que, como no ofrece resistencia, tiene libre acceso a la Perspectiva Expandida y siempre entiende la visión general.

Los Tres Pasos del Proceso de Creación

En el Proceso de Creación hay tres pasos:

- **Primero:** *Pide*. (El contraste de la vida te incita a que lo hagas.)

- **Segundo:** *Respuesta.* (Ése no es tu trabajo desde tu perspectiva física, sino el de tu Energía-Fuente No-Física.)
- **Tercero:** *Permite.* (Has de encontrar el modo de ser un Homólogo Vibratorio de lo que estás pidiendo, o no podrás llegar a tu experiencia aunque la respuesta esté lista para ti.)

Cuando humanos y animales llegáis desde lo No-Físico, lo hacéis con distintas intenciones. Los humanos estáis naturalmente más implicados en el Paso Uno: en concentraros y seleccionar entre el contraste de vuestro tiempo y espacio para expresar el propósito de pedir con mayor claridad, a fin de mejorar la experiencia de la vida. Los animales están más implicados en el Paso Tres: mantener su sintonía con su Perspectiva Expandida. Los humanos venís para crear a través de un enfoque más específico. Los animales crean de un modo menos específico y apenas están implicados en el proceso de seleccionar y tomar decisiones. Resumiendo, los humanos sois más creativos, y los animales más permisivos. Ésa es vuestra tendencia natural.

Aunque los animales experimenten el contraste y pidan Vibratoriamente mejores condiciones, suelen estar más en sintonía con su Perspectiva Expandida que los seres humanos. Sin embargo, es posible participar activamente en seleccionar dentro del contraste, como hacéis los humanos, guiar deliberadamente tus pensamientos de acuerdo con tu Perspectiva Expandida, y experimentar el beneficio de ser un creador activo, a la vez que mantienes un estado de permitir. Y aunque los animales de vuestro planeta sean una importante fuente de alimento entre ellos y para los humanos, el mayor valor que aportan a la vida en la Tierra es su equilibrio Vibratorio, pues son extensiones de la Energía-Fuente y principalmente están en sintonía con ella. *Los humanos y los animales forman una bella combinación, tal como sabíais que sucedería.*

¿Podemos influir en los animales o solamente controlarlos?

ferry: ¿Pueden los humanos *influir* en otros seres vivos del planeta, o sólo tienen algún *control* sobre ellos? ¿Como domar o controlar un caballo?

Abraham: *El control nunca es satisfactorio ni para el que intenta controlar ni para el controlado, porque ni controlar ni ser controlado por otros es natural ni para el humano ni para la bestia.*

Cuando no hay intento de controlar, todos encontrarán la sintonía con su *Fuente* y experimentarán una armoniosa creación conjunta. Hombre o bestia, todos tenéis naturalezas egoístas *mpe* siempre intentáis satisfacer. Es decir, cuando has sintonizado con tu Fuente interior y, por lo tanto, estás gozando del beneficio de tu Perspectiva Expandida, controlar a otro nunca es necesario para tu supervivencia o Bienestar. En ese estado de sintonía siempre eres conducido hacia circunstancias que te aportarán el Bienestar que buscas. Sólo alguien que no está en ese estado de sintonización intentaría controlar a otro.

Cuando estás en sintonía, no emites ninguna vibración contradictoria a tu intención; y cuando no hay contradicción, en ese poderoso estado de sintonía, la Ley de la Atracción *te da la prueba de esa intención a la que no te has opuesto. Eso es la influencia: cuando estás en un estado de Conexión, tu poder para influir es muy fuerte, porque lo único que te provoca la debilidad es tu vibración contradictoria.*

Permanecer en un estado de poderosa influencia no significa que puedas conseguir que alguien deje de hacer lo que está haciendo y que empiece a complacerte. Significa que, cuando no estás contradiciendo tus intenciones —y, por lo tanto, emitiendo una poderosa señal Vibratoria—, la *Ley de la Atracción* te aporta-

rá inmediatamente las personas, circunstancias y acontecimientos que coincidan con esa señal. Todas las personas con las que te relacionas tienen miles de intenciones, y la esencia de todas ellas es un Ser que es Energía Pura y Positiva. Por lo tanto, cuando estás en sintonía, puedes conectar con su verdadera naturaleza. *Concentrarte en tu propia sintonía es la mejor forma de conservar tu poder para influir.*

Los animales se mueven intuitivamente hacia aquello, cosa o persona, que los beneficia, y se alejan de todo aquello que los perjudica.

¿Cuál es nuestra relación física y No-Física óptima?

Jerry: ¿Cómo describiríais la relación entre nosotros, Seres humanos corrientes, y la *Inteligencia No-Física*? ¿Y cómo describiríais la relación óptima entre ambos?

Abraham: Ésta es una pregunta muy importante y, de hecho, es la esencia de este libro sobre las *relaciones*. *La relación entre tú y tu Fuente es la más importante, y a menos que la entiendas, no podrás entender ninguna otra.*

Cuando estás en tu cuerpo físico te resulta bastante fácil percibirte separado de los demás seres que puedes ver. Puedes diferenciar claramente entre «yo» y «tú» cuando integras tu vida con la de los demás. Y de un modo parecido, la «humanidad» también ha percibido lo que denomina «Dios», «Fuente» o «No-Físico» como algo separado.

Aunque estés concentrado en tu cuerpo físico, eres una extensión de tu «Fuente»; pero lo más importante que has de saber es que la Fuente no ve separación alguna entre ella y tu cuerpo físico. Toda

separación o negación de una integración o sintonía entre tú en tu cuerpo físico y tu Fuente interior, se debe a tu punto de vista y conducta físicos, no al punto de vista y conducta de la Fuente.

La *Fuente*, o tu *Ser Interior* —o como quieras llamar a esa parte No-Física de ti— entiende la relación Eterna entre tus aspectos físicos y No-Físicos. La *Fuente* también entiende la relación Eterna entre tú y todos los otros Seres físicos con los que compartes el planeta, pero hablaremos más de ello en otras partes de este libro.

En este libro sobre las *relaciones*, te pedimos que reconsideres tu idea de tu relación con la Inteligencia No-Física de esta importante manera: en general, cuando piensas en la relación entre dos personas, las consideras dos individuos o entidades separadas, que interactúan entre sí. Queremos que entiendas que no estás separado de tu Fuente, sino que eres una extensión de ella; y que siempre seas consciente o sientas tu sintonización o discordia Vibratoria con esa parte Expandida. Queremos que siempre seas totalmente consciente de si lo que estás pensando en este momento sintoniza con tu Perspectiva Expandida y te estás beneficiando de toda su sabiduría, de si te sientes vivo, de tu claridad mental y felicidad. Y que cuando te sientas confuso, enfadado o molesto por alguna causa, queremos que reconozcas que lo que estas pensando está en discordia con tu punto de vista No-Físico Expandido.

La relación entre «humanidad» e «Inteligencia No-Física» equivale a tu *Sistema de Guía*.

La relación entre «humanidad» e «Inteligencia No-Física» equivale a la expansión de *Todo-lo-que-es*.

La relación entre «humanidad» e «Inteligencia No-Física», desde la perspectiva de la *Fuente*, es que no hay separación alguna entre ambos.

La relación entre «humanidad» e «Inteligencia No-Física», desde tu perspectiva física, es una variable. Cuanto mejor te sien-

tes, más completa es la relación o la Conexión. Cuanto peor te sientes, más fragmentada es la Conexión o relación.

Tu pregunta aborda el propósito de este libro y el que tenía la «humanidad» cuando adoptasteis vuestros cuerpos físicos: *Viniste como una extensión de la Energía-Fuente, con la comprensión de que explorarías el contraste, y que con ello no sólo te expandirías tú sino Todo-Lo-Oue-Es. Y sabías que, a pesar de que en algún momento te adentraría en tierras desconocidas, tu Guía interior no te fallaría, sino que sería una fiel señal del Bienestar que puedes alcanzar en cualquier ocasión. Sabías que bajo cualquier condición, encontrarías el modo de regresar a los recursos de tu Fuente por medio de «sentir» a tu manera, comprendiendo que la relación entre tus dosyoes no es de separación sino de sintonía y resonancia... Cuando dominas el Arte de Permitir tu sintonía persistente con tu Fuente interior, todas las demás relaciones serán beneficiosas y placenteras.*

¿Y si no te sientes bien en tu trabajo?

Jerry: Abraham, si una persona trabaja en algo que le gusta, pero tiene un superior opresivo y autoritario, ¿le recomendaríais que cambiara de trabajo, o podéis ofrecerle una solución mejor?

Abraham: Esto nos conduce a otra premisa incorrecta:

***Premisa incorrecta n.º II:** Si me alejo de una situación no deseada, encontraré lo que estoy buscando.*

Aquello a lo que le prestas tu atención emite una frecuencia Vibratoria, y si lo haces durante bastante tiempo conseguirás activar esa misma frecuencia dentro de ti. Es importan-

te que recuerdes que cuando has activado en tu interior una Vibración, realizar la acción física de alejarte de ello no evitará su presencia en tu experiencia. Dicho de otro modo más claro: la *acción* de alejarte no tiene suficiente poder para compensar el *poder de atracción* de tus pensamientos.

Cuando llegas a utilizar adjetivos tan fuertes como *opresivo* y *autoritario* para describir a la persona con la que trabajas, es porque has estado observando esas características durante algún tiempo, lo que significa que has estado practicando un patrón de pensamiento y de Vibración de resistencia, lo que significa que ahora tu punto de atracción es bastante fuerte. Así que, aunque físicamente des los pasos para salir de esa situación dejando tu trabajo y buscando otro —o solicitando que te trasladen a otro departamento—, *adondequiera que vayas, te lo llevarás contigo*.

Realizar la acción de alejarte no significa que tus patrones Vibratorios hayan cambiado; y, por lo general, aunque una persona no esté observando ahora las características negativas de su antiguo supervisor, muchas veces justifica la necesidad de trasladarse a otro sitio recordando o explicando su experiencia anterior, y de ese modo mantiene activa esa Vibración en su interior.

Aunque cueste reconocerlo mientras está sucediendo, de esta relación *opresiva* y *agobiante* obtienes un gran beneficio, porque durante esos desagradables momentos en los que sabías claramente cómo *no* querías que te trataran, cómo *no* querías que fuera tu trabajo, cómo *no* querías que te menospreciaran, cómo *no* querías que te faltaran al respeto, cómo *no* querías que te malentendieran; mientras vivías esas experiencias, lanzabas cohetes de deseo sobre tus *preferencias* y cómo *querías* que te trataran. Es decir, esas experiencias desagradables eran tu punto de partida hacia una vida mejor y expandida.

Cada vez que sucedía algo que te hacía lanzar uno de esos cohetes de deseo, esa parte más amplia de ti —tu *Fuente* o tu *Ser Interior*— seguía al cohete, se expandía y te guardaba la experiencia mejorada. La única pregunta que queda abierta, entonces, es: *¿dónde te encuentras respecto a la expansión? ¿Imaginándote la mejora, apreciando el contraste que la ha provocado? ¿Esperas con optimismo la mejora en tu entorno laboral, o sigues hablando de las injusticias de tu experiencia anterior? Y si es así, ¿estás en discordia con la nueva expansión que ha generado esta relación?*

La emoción negativa siempre significa que tu vida ha provocado una expansión, y en el momento en que te sientes mal te está indicando que te estás resistiendo a ella. Siempre. Sin excepciones. Eso significa que no importa lo que creas que ha provocado tu emoción negativa (y entendemos por qué intentas justificar tus sentimientos negativos, porque te *sentirías* mejor si *fuieran* más agradables), *tu emoción negativa significa que no estás permitiendo tu expansión.* Punto final.

Si tu agobiante supervisor no te hubiera generado tu deseo y expansión hacia otra cosa, no sentirías el malestar de no permitir dicha expansión. De modo que la mejor solución que me estás pidiendo es la siguiente: *intenta hacer las paces con tu situación actual*, quizá reconociendo que esta persona desagradable te ha ayudado a aclararte respecto a cómo quieres que te traten y cómo quieres tratar tú a los demás; busca el beneficio de la relación en lugar de ir en contra de los aspectos que no te gustan; y en el sencillo y mucho-más-fácil-de-lo-que-te-imaginas-al-principio proceso de enfriarte un poco —e incluso de probar de otorgarle el beneficio de la duda a tu supervisor—, tu resistencia irá desapareciendo y te empezarás a permitir avanzar en la dirección de tu recién hallada expansión... *Si tu vida te ha hecho pedir que mejore tu situación —sea cual sea— y ya no estás ofreciendo Vibraciones crónicas que se opongan a tu deseo, éste se ha de cumplir.*

Pero no puedes seguir avivando dentro de ti patrones Vibratorios de lo que no deseas y recibir lo que deseas. Eso desafía la Ley de la Atracción.

¿Cómo podemos todos «tenerlo todo»?

Jerry: Habéis dicho que podemos tenerlo *todo*, pero ¿cómo es posible cuando también hay otros que lo quieren *todo*? ¿Qué es lo que impide el choque de nuestros deseos?

Abraham: Hay una premisa incorrecta esencial que has de reconciliar antes de que puedas entender nuestra respuesta a tu importantísima pregunta.

***Premisa incorrecta n.º 12:** Hay un número limitado de recursos a los que todos recurrimos con nuestras peticiones. Por consiguiente, cuando satisfago mi petición de alguna cosa, estoy privando a otros de ese recurso. Ya existen la abundancia, los recursos y las soluciones; simplemente están esperando a que alguien los descubra, y el que primero llega, primero se lo lleva, privando a los demás de todo ello.*

Lo que muchos consideran como un «descubrimiento» de la abundancia, de los recursos o de las soluciones, queremos que entiendas que en realidad es la «creación» de la abundancia, de los recursos y de las soluciones. *Cuando vivir te hace desear una mejora, tu petición vibratoria de esa mejora pone en marcha el proceso de atracción y de materialización de esa mejora. Al vivir vuestras vidas de Primera Línea, no sólo estáis descubriendo mayores beneficios, sino que los estáis creando.*

Muchas personas se privan de gran parte de lo que desean por-

que no comprenden que la fuente de recursos está en constante evolución, expansión y creación. Si no entiendes el Proceso Creativo de tu planeta y el importante papel que desempeñas en su expansión, te encontrarás en el amplio grupo de los que experimentan la Conciencia de escasez que genera este malentendido.

Este malentendido es la causa del sentimiento de competitividad. No viniste aquí para competir por los recursos de tu planeta. Viniste como creador. *Si tu realidad espacio-temporal cuenta con los medios para inspirarte un deseo, te prometemos que también tiene la capacidad de conseguir la plena manifestación del deseo que te ha generado.* Viniste aquí sabiéndolo, y hasta que no lo recuerdes del todo y lo apliques deliberadamente, estarás desconectado de tus principales recursos: la claridad, el conocimiento y la energía de tu *Fuente*. De hecho, esa es la única carencia que existe en tu mundo, y es maravilloso darse cuenta de que siempre, sin excepción, se debe a que lo has creado tú mismo.

Por este motivo, no tienes que competir con los demás seres con los que compartes el planeta. Nunca podrían privarte de algo quedándose ellos. En realidad, su existencia ensalza tu capacidad para recibir, pues la interacción te inspira tus deseos. *Todo deseo se puede hacer realidad salvo que no estés en sintonía con él. El sentimiento de competitividad, escasez, o de recursos limitados, significa que no estás en sintonía con tu deseo.*

¿Son los contratos legales contraproducentes para la creatividad?

Jerry: Entiendo que nos estáis animando a que seamos conscientes de nuestras emociones actuales para que tomemos las mejores decisiones. Pero ¿cómo podemos vivir y crear «en el momento» cuando, al mismo tiempo, hemos de establecer relaciones o con-

tratos a largo plazo en los que los documentos legales nos comprometen para el futuro?

Abraham: Tanto si te concentras en una situación inmediata, que requiere reflexión y acción en el presente, como si estás pensando en el futuro o incluso en el pasado, lo haces en el ahora. Por lo tanto, estás activando una Vibración ahora. Es decir, ahora puedes saber cómo estás influyendo en un acontecimiento futuro por lo que sientes al respecto. De modo que si eres consciente de tus sentimientos en cada momento, y te conviene sentirte bien, y por eso intentas deliberadamente sintonizar tu pensamiento actual con el de tu *Ser Interior*, no sólo tendrás muchos más momentos agradables, sino que *todo aquello sobre lo que has estado reflexionando mejorará gracias a esa sintonización*.

A veces las personas no están de acuerdo con la premisa de «si te sientes muy bien con algo, seguirá evolucionando de forma placentera», porque argumentan que al principio de una relación se sentían muy bien y luego resultó ser desastrosa. Pero si recuerdas que cada vez que diriges tu atención hacia algo, tus pensamientos influyen en ello, entenderás mejor que en el período transcurrido entre que te sentías bien en tu relación hasta que te empezaste a sentir mal, muchas veces te fijaste más en lo que *no* querías que en lo que *sí* querías. En algún momento de ese intervalo entre el feliz comienzo y el triste final de vuestra relación, tus pensamientos se centraron sistemáticamente en lo negativo, lo cual iba acompañado de su correspondiente e inevitable emoción negativa. *Para mantener la agradable productividad de una relación te has de concentrar ininterrumpida y deliberadamente en los aspectos positivos. No puedes permitir que tus pensamientos del «ahora» se centren en lo que no deseas sin que ello tenga una repercusión en el presente y en el futuro sobre el objeto de tu atención.*

Muchos acuerdos a largo plazo se establecen desde la pers-

pectiva de protegerse de eventualidades futuras, y esa no es una buena base para empezar una relación. *Cuando entiendes el poder que tienes al concentrarte, se disipa toda necesidad de protección y domina el sentido de Bienestar continuado.*

Si tus circunstancias actuales o las leyes de tu gobierno te obligan a establecer contratos comprometedores a largo plazo, puedes seguir manteniendo tu equilibrio, armonía o libertad recordando que esos acuerdos se pueden cambiar. Puede que pactes un contrato a veinte o treinta años con la hipoteca de la compra de tu casa, pero posteriormente, si lo deseas, podrás venderla y rescindirlo. Muchas personas se comprometen con contratos del tipo «hasta que la muerte nos separe», y luego tienen que modificarlos con acuerdos de «divorcio».

Saber que con el poder de tus pensamientos —sintonizándolos deliberadamente con la versión expandida de la vida que has generado— puedes ir adonde quieras desde dondequiera que te encuentres, es tranquilizador.

¿Cuál es la causa de los problemas terapéuticos crónicos?

Jerry: Me parece que cuando la gente empieza ciertas terapias en las que intenta trabajar algunos problemas específicos, éstos se perpetúan durante años. ¿Cuál es la causa? ¿Por qué sigue su sufrimiento?

Abraham: Porque cada momento es nuevo, y en todas las circunstancias, sus componentes cambian segundo a segundo. *Nada sigue igual. Aunque todo está cambiando constantemente, con frecuencia, esos cambios sólo traen consigo más de lo mismo, debido a los patrones de pensamiento crónicos.*

No puedes crear un futuro mejor si vives sumergido en los problemas del pasado. Simplemente, va en contra de la Ley. *Concentrarte en los problemas del pasado o del presente impedirá que encuentres soluciones para tu futuro. Concentrarte en los problemas del pasado o del presente te garantiza un futuro problemático.*

La terapia puede ser útil si hablar de los aspectos no deseados de tu vida te sirve para definir con claridad qué cambios quieres hacer; pero una vez hecho ese descubrimiento, *seguir hablando de lo que no desees sólo te mantendrá atrapado en patrones de atracción no deseados. No obstante, si eres muy consciente de lo que prefieres y te concentras en ello, tu vida mejorará.*

Hay una gran diferencia entre la frecuencia Vibratoria del problema y la de la solución. La pregunta tiene una Vibración; la respuesta, otra muy distinta. Tu experiencia no deseada ha lanzado un deseo rectificado y tu *Ser Interior* se está concentrando completamente en esa mejora; cuando sintonizas tu *Ser Interior* con el pensamiento y la Vibración de ese deseo, inmediatamente notas una mejoría en tus emociones y empieza su manifestación. Mientras sigas hablando de la injusticia o de lo que no desees, esa mejora no llegará.

¿Cómo podemos ayudar a quienes nos necesitan?

Jerry: Si vemos que un amigo está atravesando una situación negativa, le pasa algo horrible o le falta lo que realmente desea, ¿cómo podemos ayudarlo? Es decir, ¿cómo podemos ser útiles a los demás y no causarles más problemas?

Abraham: Tanto si tu amigo tiene emociones negativas debido a su situación como si tú ves su situación como negativa, es porque

ninguno de los dos está en sintonía con su Perspectiva Expandida. *Tu atención a los problemas de tu amigo es una gran desventaja para él, porque estás amplificando la Vibración del problema, y, por lo tanto, lo haces más grande.*

A menudo tu amigo te hace más consciente de su problema discutiendo continuamente aspectos específicos sobre él, pero con cada momento de atención que le concedes a su situación, más te alejas de poder ayudarle.

En este mundo de contrastes en el que estás concentrado, pensar en tus problemas *hace* que Vibratoriamente pidas soluciones, y esas soluciones empiezan a generarse. También puedes reforzar la petición de soluciones de tu amigo hablando con él de los detalles específicos. Ahora bien, lo que no necesita es que aumentes sus problemas para que intensifique sus peticiones. Ése es un proceso natural que proporciona el Universo... *No hay razón para remover intencionadamente los problemas a fin de conseguir soluciones.*

No puedes serle de ninguna utilidad a tu atribulado amigo si no te puedes concentrar en buscar una solución, en lo que él desea o en lo que tú deseas para él. *Si tienes la determinación de sentirte bien y puedes concentrarte en que las cosas mejoren para él a pesar de que siempre le esté dando vueltas al problema, tu poder para influir favorablemente será muy fuerte.* Es decir, cuando te centras en la solución, unes fuerzas con tu *Ser Interior*, con el suyo y con todos los componentes cooperativos que ya ha reunido la *Ley de la Atracción*. *Si te brindas a ser la tabla de salvación de tu amigo, tu poder para influir positivamente será muy débil, y no le serás de gran ayuda.*

El caso es que estará sucediendo algo realmente preocupante: el problema de tu amigo no sólo le impulsó a lanzar cohetes de deseo a su Realidad Vibratoria, sino que por tu relación y atención a sus problemas, tú también has lanzado los tuyos a tu

Realidad Vibratoria. Es decir, esta experiencia ha provocado una expansión en ti, y si no te centras en ella —si no piensas en las posibles mejorías para tu amigo—, irás en contra de tu propia expansión.

Es importante que te des cuenta de que la emoción negativa que sientes muchas veces cuando te preocupas por un amigo que tiene problemas se debe a que esa atención te está provocando un cisma. Tu amigo puede convertirse en el centro de tu atención, pero no en la razón por la que te alejes de ti mismo. Tu enfoque es la razón.

La única forma en que puedes ayudar a un amigo es buscar los aspectos positivos y esperar buenos resultados, pues no puedes realizar ninguna acción lo bastante contundente como para que pueda contrarrestar tu actual atención negativa.

Jerry: Entonces, ¿no le estamos haciendo ningún favor a la otra persona cuando hablamos con ella de nuestros problemas o preocupaciones?

Abraham: En realidad, no. *Nada bueno puede venir de fijar la atención en lo opuesto de lo que deseas. Va en detrimento tuyo y en el de quienquiera que atraigas a tu conversación negativa.*

¿Por qué atraen repetidamente algunas personas relaciones dolorosas?

Jerry: ¿Qué es lo que hace que algunas personas siempre atraigan relaciones que les provocan sufrimiento y conflictos —hasta que les ponen fin—, y no tardan en verse envueltas de nuevo en otra relación que básicamente se rige por el mismo tipo de condiciones negativas? ¿Qué recomendaríais para cambiar el patrón?

Abraham: Es posible alejarse de una situación no deseada y que no se vuelva a repetir, pero eso conllevaría no hablar ni pensar en ella, ni oponerse a ella. Supondría una desactivación total de la Vibración de la experiencia conflictiva. Y la única forma de desactivar un pensamiento o Vibración es activando otro. *La forma de evitar repetir situaciones no deseadas es hablando de las situaciones deseadas. Habla de lo que quieres, y deja de hablar de las experiencias, situaciones o resultados que no desees.*

Controlar tus pensamientos puede ser tedioso y agotador, de modo que la mejor forma de cambiar intencionadamente su dirección es reforzar tu deseo de sentirte bien. *Cuando tengas la determinación de mejorar tu estado de ánimo, antes te irás dando cuenta de tus estados sutiles de atracción negativa. Es más fácil liberarse de un pensamiento negativo en las primeras etapas que cuando ya ha adquirido fuerza.*

¿Están predestinadas algunas personas por la influencia de su infancia?

Jerry: ¿No empiezan en la infancia muchos de nuestros pensamientos de impotencia? O sea, ¿cuánta influencia tienen los adultos en los pensamientos de los niños? ¿Están predestinados a seguir con los patrones de resistencia que aprenden de sus padres?

Abraham: *Predestinados* es una palabra demasiado fuerte, pero no cabe duda de que los niños están bajo la influencia de los pensamientos de los padres, porque cualquiera que preste atención a algo está emitiendo una Vibración similar. Pero vale la pena recordar que, sea cual sea tu edad, siempre existe una Relación Vibratoria entre el contenido Vibratorio de aquello en lo que te has concentrado y el punto de vista que tiene tu Fuente sobre el mismo tema.

Por ejemplo, cuando un adulto desaprueba la conducta de un niño y lo manifiesta con palabras discordantes, éste observa esa desaprobación y se activa en él la correspondiente Vibración. Pero, al mismo tiempo, la *Fuente* interior está emitiendo una Vibración de aprecio y aprobación al niño, porque, sea cual sea la situación, la Fuente nunca retira su amor ni condena nada. ¡Jamás! La Vibración activa de la desaprobación del adulto y la Vibración activa de amor de la Fuente crean una discordia en el niño, que siente una emoción negativa. *Cuando hay una emoción negativa, siempre indica discordia entre la perspectiva de la Fuente y tu perspectiva de ti mismo desde tu cuerpo físico.*

Queremos hacer hincapié en que no existen emociones negativas hasta que no se hayan producido las Vibraciones opuestas. Es decir, por más desaprobación que sienta por ti otra persona, salvo que centres en ella el tiempo suficiente como para activar tu propia Vibración negativa, no sentirás la discordia. Pero la mayoría de los padres están tan convencidos de que tienen razón, que hacen muchos esfuerzos para concentrarse en lo que consideran que es una conducta incorrecta, hasta que consiguen influir lo suficiente en su objeto de desaprobación y esa discordia también se activa en el niño.

Es interesante observar la sorprendente diferencia entre la conducta o visión de vuestra Fuente y la de la mayoría de los padres: vuestra Fuente, por muy extrema que sea la situación, nunca os negará su amor y aprecio. Ninguna conducta podría provocar que la Fuente os retirara su Amor, mientras que muchas veces, vuestros padres físicos, que han perdido la Conexión consciente con su Fuente, aparentemente te exigen que prestes atención a lo que consideran un fallo o mala conducta vuestra.

Observa la reticencia de tus hijos, especialmente al principio, en admitir que han obrado mal. Su instinto natural es seguir sintiéndose bien respecto a ellos mismos, aunque tú veas faltas o mala conducta.

En el momento en que te desvías del concepto que tienes de ti mismo sobre lo que vales, el deseo más poderoso es recobrar tu autoestima. No hay fuerza más potente en el Universo que la del Bienestar y la autoestima. Así que, aunque seas como la mayoría de los niños que han nacido en un entorno donde la mayoría de los adultos han perdido el contacto con esa Conexión, cuando la vislumbras, te sientes atraído hacia ella. Y lo sientes. *El propósito primordial de este libro es activar en tu interior la decisión consciente de sintonizar con tu Fuente interior.*

Siempre que los demás intenten guiarte o influir en tu conducta con su aprobación o desaprobación... si intentas complacerles, estarás perdiendo el contacto con tu propio *Sistema de Guía*. *Si fuéramos padres y estuviéramos en vuestro lugar, nuestra principal intención respecto a nuestros hijos sería ayudarlos a que fueran conscientes de su propio Sistema de Guía y animarlos a que siempre lo utilizaran. Pues entenderíamos que ningún conocimiento físico que les transmiéramos podría llegar a compararse con el valor de estar en sintonía con la Perspectiva Expandida. Es decir, convencer a otro desde tu perspectiva física para que te complazca, sin tener en cuenta la Perspectiva Expandida de su Fuente, es un sacrificio que jamás pediríamos a nadie.*

¿Tienes la bendición de tener un hijo difícil?

Muchos niños pueden mantener su Perspectiva Expandida incluso bajo una fuerte influencia humana. Sus padres suelen ponerles la etiqueta de «problemáticos» o «difíciles». Se los considera «testarudos» e «incapaces de aprender», pero queremos que sepáis que todos nacéis con la determinación de seguir vuestra propia guía. Muchos llegan a esta forma física con la poderosa intención de seguir conectados con su Perspectiva Expandida, y

sus allegados físicos tienen dificultades para disuadirlos de sus propias decisiones. Eso es bueno.

Muchas personas han sido socializadas, en cuanto a que buscan la aprobación de los demás, y sus vidas suelen ser muy difíciles, porque no es tarea fácil decidir a quiénes han de complacer entre todas las personas influyentes que las rodean.

Y muchas personas han pasado muchos años intentando adaptarse para no molestar y conseguir la aprobación de los demás, hasta que se han dado cuenta de la inutilidad de esta actitud, porque por más que intenten complacer a otros, la lista de los que *no* están complacidos siempre será más larga que la de los que sí lo están. ¿Y quién puede decir cuál es la forma correcta de vivir?

Vivís en el maravilloso tiempo del Despertar. Es el momento en que habrá más personas que realizarán conscientemente su valor. Es el momento en que habrá menos personas que intentarán la misión imposible de alejarse de lo que no desean para quedarse sólo con lo que desean. Es el momento en que habrá más personas que se den cuenta de que lo que están buscando desde hace tanto tiempo no es un cambio en la conducta de los demás o del mundo que las rodea —sobre el que no tienen ningún control—, sino comprender su propia relación Vibratoria con la *Fuente*, sobre la que tienen un poder absoluto.

¿Cómo podemos transformar la desarmonía en armonía?

Jerry: Si fuerais un niño que ha nacido en un entorno difícil —o incluso un empleado que tiene un mal ambiente laboral—, ¿cómo podríais soportar esa situación y mantener una experiencia personal de la vida que fuera positiva?

Abraham: Lo primero que te recomendaríamos sería que te lo tomaras con calma, por así decirlo. Que intentaras fijarte lo menos posible en tu desarmonía, porque al no ser consciente de ella, no despertarás una Vibración activa en tu interior que te acercará a lo no deseado, y la *Ley de la Atracción* te evitará el molesto encuentro.

Pero cuando eres consciente de situaciones desagradables —si pretendes acabar con las injusticias prestándoles tu atención—, activas la Vibración que te acerca a ellas. Si según tu entender ves una acción incorrecta y la denuncias, los implicados se sublevarán e intentarán convencerte de que es tu punto de vista el que está mal. Entonces tú responderás contradiciéndoles, y crecerá la discordia por ambas partes, que acaban por no encontrar ninguna solución duradera.

Todo *contraste* provoca una petición de mejora por todas las partes implicadas, pero normalmente los implicados están tan obcecados en ir en contra de alguien que son incapaces de ver una solución, aunque la tengan bastante cerca.

Ver lo que no quieres hasta que ya no puedes soportarlo, y luego abandonar esa situación para irte a otra parte, no te conducirá a ninguna solución duradera, porque la razón por la que te marchas es tu Vibración interior, lo que significa que ya estás en camino más situaciones parecidas a la que acabas de dejar atrás. Es decir, yéndote a otro lugar, no has cambiado tu punto de atracción, que es: cambiar de trabajo o iniciar una nueva relación.

Puede sonar un poco raro, pero la forma más rápida de conseguir una situación nueva y más favorable es hacer las paces con la actual. Haciendo listas de los aspectos más positivos de tu situación actual, te liberarás de tu resistencia a las mejoras que te están esperando. Pero si no paras de fijarte en las injusticias de tu situación actual, estarás sintonizando Vibratoriamente con lo que no deseas y no puedes mejorar. Contradice la Ley.

Puesto que de las situaciones desagradables siempre nace un potente deseo de mejorar, tu parte más grande ya está experimentando el beneficio del contraste que has vivido, y puedes —con mayor facilidad de lo que piensas— empezar desde ahora mismo a recibir el beneficio de ese contraste. Al principio puede que no te resulte fácil, pero es tan sencillo como sacar el mayor provecho de tu situación actual.

Cada partícula del Universo encierra lo que se desea y la ausencia de lo que se desea. Si cambias tu orientación hacia lo que deseas, cambiarás tus patrones Vibratorios de resistencia, y ya no podrás soportar situaciones no deseadas durante mucho tiempo.

¿Conduce una infancia negativa a ser un adulto negativo?

Jerry: Un niño puede verse afectado por la influencia negativa de algunos de sus progenitores, pero eso no tiene por qué seguir así en su vida de adulto, ¿no es cierto? Es decir, ¿es una decisión individual del niño cuando se convierte en adulto, que puede tomar en cualquier momento?

Abraham: Tal como has formulado la pregunta es evidente que crees que los niños tienen poco o ningún control en su relación con los adultos. Por lo tanto, estás retrasando tus expectativas de que las cosas mejoren para él hasta que se convierta en adulto y pueda controlar su propia vida y tomar sus decisiones.

Como adulto que estás leyendo este libro, estás en situación de priorizar conscientemente tu relación Vibratoria con tu *Ser Interior*, alcanzar el Vórtice del Bienestar y controlar todos los aspectos de tu vida positivamente. Pero hay otra forma de contemplar esto: aunque un niño se encuentre en una situación difícil en la que

parece que poco control puede ejercer sobre su experiencia, tiene mejor relación entre su yo físico y su Yo No-Físico que la mayoría de los adultos. Es decir, en la mayoría de los casos, la discrepancia Vibratoria entre los dos aspectos Vibratorios es menor en los primeros años de vida que en los últimos porque asimilas y alimentas pensamientos de resistencia que adquieren más fuerza con el paso de los años. Ésa es la razón por la que la mayoría de los niños son mucho más felices que los adultos aunque parezca que tienen menos control. Este libro es para ayudarte a invertir ese proceso.

Nos gustaría que entendieras que en el momento en que decides ser consciente de tu relación entre tus puntos de ventaja Vibratorios (es decir, cada vez que decides que tu estado de ánimo es de suma importancia para ti), puedes sintonizar, acceder a la Energía que crea los mundos, cumplir tu propósito para existir, y vivir feliz por siempre jamás.

Pero hasta que no decidas concentrar tus pensamientos en sintonizar con tu Fuente interior, no te sentirás bien. *Ser feliz en la vida no es controlar los factores que te rodean. Ser feliz en la vida es poder sintonizar con quien-eres-realmente. La felicidad no es controlar a otras personas y circunstancias. La felicidad es controlar tu propia relación Vibratoria entre tu yo físico y tu Yo No-Físico. La felicidad, el amor, el éxito o la satisfacción es estar en armonía con tu Fuente.*

Echarle la culpa al pasado aumenta el sufrimiento actual

Jerry: Hay muchos adultos traumatizados que están convencidos de que sus padres tienen la culpa. ¿Seguirán teniendo problemas mientras continúen culpabilizando a sus padres?

Abraham: Para que los adultos puedan seguir utilizando algo de su pasado lejano (como la infancia) como razón para no estar

bien en el presente, es necesario que mantengan vivo y activo ese pensamiento desagradable en su Vibración actual. *Tanto si se trata de un recuerdo desagradable con respecto a uno de sus padres, un hermano, abusos en la escuela o problemas con algún profesor, el pensamiento repetitivo sobre esa relación es la causa de que con el paso de los años siga siendo un problema.*

Nosotros definimos *creencia* como un pensamiento que se repite. Es decir, aquello en lo que fijas tu atención, piensas, hablas, observas, recuerdas o contemplas —en el pasado, presente o futuro—, ese pensamiento-Vibración está activo en el presente. Y tus emociones te están informando en cada momento en qué grado ese pensamiento activo se está fusionando con la perspectiva de tu *Ser Interior*. Cuando tu pensamiento actual no está en concordancia con lo que tu *Ser Interior* sabe sobre el tema, tu emoción negativa indica la desarmonía. Como normalmente no sois conscientes de la existencia de este *Sistema de Guía Emocional*, ni sabéis cómo cambiar vuestro enfoque y mejorar vuestro estado de ánimo, seguís con vuestros pensamientos discordantes, os sentís mal y culpáis al objeto de vuestra atención.

Todos tenéis el conocimiento innato de que lo normal es estar bien, y cuando no es así, sabéis que pasa algo. Es fácil entender que bajo esas condiciones culparéis a cualquier cosa o persona que acapare vuestra atención mientras esté presente la emoción negativa.

De modo que, cuanto más dure, siempre que aparezca el recuerdo desagradable y sientas la emoción negativa, sin que hagas ningún esfuerzo por controlarla y concentrarte en sintonizar con la perspectiva de tu *Ser Interior*, más aumentará tu discordia Vibratoria. Es decir, tus creencias negativas sobre tus primeros años de vida no sólo se expanden y cobran fuerza, sino que sigues recordándolas y utilizándolas para justificar tu desconexión actual de la Fuente.

Muchas personas se dan cuenta de la inutilidad de intentar

resolver esos traumas del pasado porque normalmente los protagonistas de esas situaciones ya han desaparecido, e incluso, aunque todavía estén vivos en alguna parte del planeta, consideran que hay muy pocas probabilidades de que esas personas reconozcan sus errores; y que aunque lo hicieran, el daño ya está hecho... En esos momentos traumáticos o dramáticos de malos tratos reales o percibidos como tales, sintieron la influencia de la situación para concentrarse en algo que no estaba en sintonía con la *Energía-Fuente*, y lo hicieron con tanta frecuencia que forjaron una creencia (un patrón de pensamiento crónico), y cada vez que se concentraban en ese pensamiento, se alejaban de la armonía.

Lo que este adulto no ve es que aquí la relación conflictiva es la que existe entre él en su forma física y su *Ser Interior* de Energía Positiva, Expandido y Puro... *Su sufrimiento no se debe a los malos tratos que recibió de pequeño, y sobre los que no tenía ningún control. Su sufrimiento se debe a su falta de armonía en el presente entre su yo físico y su Fuente No-Física, sobre la que sí tiene el control absoluto.*

Concentrar tus pensamientos y practicar tus creencias para que armonicen con tu propia Fuente y poder es muy liberador. Y seguir con la premisa falsa de que «los demás han de cambiar para que yo me sienta mejor» es muy debilitador.

Cuándo «arreglar problemas» sencillamente los aumenta

Jerry: Creo que durante muchos años he tratado de arreglar los problemas. Creía que si podía pensar lo suficiente en ellos podría solucionarlos. Pero lo que sucedía era que la mayor parte de los problemas aumentaban.

Abraham: *La única forma de resolver un problema es concentrarse en la solución. Cuando apuntas a la solución, siempre mejoran tus emociones. Rememorar el problema empeora tus sentimientos.*

Vuelve a ser la vieja *premisa incorrecta*: «Si me opongo con la suficiente fuerza a lo que no quiero, desaparecerá», cuando lo que sucede realmente es que cuanto más te opones, más fuerza adquiere y más se manifiesta en tu experiencia.

Es útil recordar que todos los temas tienen dos aspectos: lo *deseado* y la *ausencia de lo deseado*. A veces parece que hay una pequeña línea divisoria entre concentrarse en el problema y hacerlo en la solución, pero esa línea en modo alguno es fina, porque hay una enorme diferencia entre la frecuencia Vibratoria del problema y la de la solución. *La mejor forma de identificar en qué aspecto te estás concentrando es observar tus sentimientos. Tus emociones siempre te indicarán si te estás concentrando en tu conocimiento Expandido y en la solución, o en la dirección opuesta a tu problema.*

Abraham, hablarnos del amor

Jerry: *Amor* es una palabra muy importante en nuestra cultura. ¿Cómo veis a la humanidad, en general, respecto a la palabra *amor*⁷.

Abraham: Estar en un estado de amor significa gozar de una total sintonización con la Vibración de vuestra Fuente. Cuando amáis, no hay una Vibración activa de resistencia en vuestro interior. Por ejemplo, si un padre o una madre se concentra en el Bienestar absoluto de su hijo, estaría en total armonía con la forma en que su Fuente contempla el tema de su hijo, por lo que no habría ninguna Vibración de resistencia y ese padre o madre sentiría «amor». Pero si se concentra en lo que considera que es

una mala conducta por parte de su hijo, si se preocupa de que le suceda algo malo, esos pensamientos carecen de armonía con la visión que tiene la Fuente sobre ese tema, y habrá una resistencia en su Vibración, y entonces estará enfadado o preocupado.

Del mismo modo que el «problema» y la «solución» tienen una Vibración muy distinta, el tema del «amor» se puede tratar desde el estado de estar en sintonía con *quien-eres-realmente* o desde el estado contrario. La madre que le grita a su hijo: «¡No sabes cuánto te quiero!», con amargura, preocupación o enfado, lo hace desde un estado de falta de armonía. Y aunque esté pronunciando la palabra *amor*, su Vibración no puede ser más opuesta.

Una de las cosas que más confunde a los niños cuando están aprendiendo a hablar es entender la dicotomía entre lo que dicen sus padres y la Vibración que acompaña a esas palabras. Para los niños tiene un valor inmenso que los padres expresen con sus palabras lo que *sienten* realmente. Y ese valor aumenta si los padres intentan sintonizar con sus verdaderos sentimientos (*amor*) antes de expresarles algo a sus hijos.

¿Cuándo es el momento de dejar de intentarlo?

Jerry: ¿Por qué se aferra la gente a relaciones que les hacen sufrir?

Abraham: La gente cree que tener una relación aunque no sea buena es mejor que no tener ninguna. Por eso aguantan las personas: porque les parece menos doloroso estar enfadadas que sentirse solas, o que las saquen de quicio que sentirse inseguras.

Jerry: ¿Qué grado de sufrimiento o malestar debe alcanzar una persona antes de que le recomendéis que abandone esa relación?

Abraham: Abandonar una relación desagradable o las cosas que no deseas evita que siempre tengas que estar enfrentándote a ella; además, te resultará más fácil encontrar pensamientos más agradables y sintonizar con tu Perspectiva Expandida. Pero, aunque tras una separación brusca pueda haber cierto alivio, si te has marchado sin haber sintonizado Vibratoriamente con tu Fuente interior, ese alivio no durará, y la siguiente relación que atraigas se parecerá mucho a la última.

Por supuesto, si alguien está sufriendo abusos físicos o verbales, aconsejamos la separación lo antes posible. No obstante, el mero hecho de alejarte de la situación actual, si no dejas de pensar en ello, no hará que cese tu sentimiento de haber sufrido abusos, de sentir resentimiento, y de utilizarlo como razón para abandonar.

No puedes concentrarte en pensamientos desagradables sin que estén activos dentro de ti, y, por consiguiente, sin que te sigan alejando de las soluciones y relaciones que realmente deseas. Resumiendo, no puedes conseguir lo que quieres fijándote en la evidencia de lo que no deseas. Va en contra de la Ley.

Muchas veces las personas se sorprenden cuando descubren que, si siguen físicamente en una relación (sin marcharse), pero desactivan deliberadamente los aspectos *no deseados* de la misma mediante la activación de los aspectos más *deseados*, la relación mejora tanto que ya no quieren romper. No os estamos diciendo que, en todos los casos, sea posible concentrarse de golpe de una manera tan positiva que pueda cambiar la personalidad o la conducta de las personas con las que vives, pero lo que sí sabemos es que no llegará nada a tu experiencia a menos que hayas activado su Vibración.

Muchas personas dicen que no habrían activado la Vibración de las cosas desagradables si los demás no lo hubieran provocado con su conducta. Aunque reconocemos que es más fácil sentirse bien cuando estás con personas que se sienten bien, *nosotros nunca llegaríamos al extremo de decir que la causa de nuestro es-*

tado de ánimo es la conducta de otro, porque tienes el poder de concentrarte y, por lo tanto, de atraer lo que desees, a pesar de la conducta de las personas que te rodean.

Si cada vez que ves algo que no te gusta, simplemente miras para otro lado, es cierto que dejarás de ver esa conducta no deseada, pero con el tiempo te habrás confinado a un rincón imposible de aislamiento absoluto. Ahora bien, si cada vez que ves algo que *no te gusta*, te das cuenta de que, en ese mismo momento, tu conciencia de lo que *quieres* es más intensa y rápidamente te centras en *ello*, todo empezará a mejorar en tu vida.

Si en lugar de apartarte físicamente de la relación desagradable y pedirle a tu pareja que cambie su conducta para que te puedas sentir mejor, te concentraras en cada uno de los cohetes de deseo que has generado gracias a los conflictos, tus patrones Vibratorios de pensamiento físico (o nuevas creencias crónicas) tendrían tal fuerza que a la *Ley de la Atracción* no le quedaría más remedio que proporcionarte dichas experiencias... *Es cierto que todo lo que vives coincide siempre con tus creencias o patrones Vibratorios crónicos. Y no importa que tengas una excelente excusa para tus emociones y pensamientos negativos, porque seguirán siendo tu punto de atracción. Lo que se manifiesta en cada aspecto de tu vida es un indicador de tus creencias y patrones crónicos de pensamiento.*

Descubrir que tus patrones de pensamiento no tienen por qué coincidir con tu situación actual, da mucha fuerza, y por lo tanto tu situación (en cualquier aspecto) puede cambiar... No recomendamos que realices ninguna acción física de abandonar una relación sin haber sintonizado deliberadamente con los nuevos deseos que han surgido gracias a ella. Entonces —tanto si sigues con la relación como si inicias otra— podrás conseguir exactamente lo que desees.

SEGUNDA PARTE

**Encontrar pareja
y la Ley
de la Atracción**

La pareja perfecta: conseguirla,
serla y atraerla

¿Por qué todavía no he atraído a mi pareja?

Jerry: Como humanos parece que nos sentimos atraídos por la idea de encontrar pareja, incluso en una etapa muy temprana de nuestra vida. Vosotros lo habéis denominado «co-creación», pero parece que muchas personas, o incluso la mayoría, tienen conflictos con el tema de *emparejarse*. A muchas personas les preocupa poder encontrar a la pareja perfecta o quedarse sin pareja, mientras que otras tienen parejas, pero sus relaciones son bastante desagradables. ¿Qué les diríais a la gran mayoría de personas que están solteros o solteras, que todavía no han encontrado su pareja (y desean encontrarla), o al gran porcentaje de personas que tienen pareja, pero que mantienen relaciones que no encuentran satisfactorias?

Abraham: Cuando decidiste venir a esta realidad física espacio-temporal, tu intención era relacionarte y co-crear con otros seres humanos, porque entendías que toda evolución gozosa requiere una variedad de puntos de vista a partir de los cuales podrías expandirte. *Sabías que, al relacionarte con los demás, nacerían ideas nuevas de esas interacciones; y que, a medida que surgieran ideas o deseos nuevos a raíz de esas experiencias co-creativas, el potencial de felicidad estaba asegurado siempre que te concentraras individual o colectivamente en esas ideas nuevas.*

Cuando quieres ser feliz y recuerdas que tu felicidad no depende de la conducta de otros —y buscas sistemáticamente ra-

zones para sentirte bien y utilizarlas como tu punto de concentración habitual—, se satisfacen todos tus deseos. Pero si no te sientes bien —si te preocupa no encontrar una pareja o te das cuenta de que eres infeliz con la que tienes—, tu deseo de gozar de una relación no se hace realidad porque no eres el Homólogo Vibratorio de lo que deseas.

Tanto si no tienes pareja y deseas encontrar una como si no eres feliz con la que tienes, tu misión es la misma: *has de encontrar pensamientos sobre tu relación que estén en armonía con los pensamientos que tu Ser Interior tiene sobre ella.*

Si la Vibración más fuerte que estás emitiendo sobre las relaciones es la *ausencia* de la relación que deseas, no podrás *presentarse* la relación que deseas. Ambas Vibraciones son demasiado dispares. No encontrarás la *solución* a ningún problema mientras en tu interior predomine la Vibración del *problema*.

Me centraré en lo que deseo en una relación

En resumidas cuentas, lo que has de hacer es hallar la forma de emitir una Vibración que coincida con la relación que *deseas*, en lugar de que coincida con la que *tienes*. Para conseguir la relación que deseas, no has de fijarte en la *ausencia* de la relación que estás buscando, ni en la *presencia* de tu relación actual. Esa es la parte engañosa. *Ha de predominar la Vibración de lo que deseas, no de lo que tienes; cuando lo consigas, lo que deseas y lo que tienes se solaparán y realizarás tu deseo. Dicho de otro modo, hasta que no te hayas ocupado de tu relación entre lo que deseas y tus pensamientos crónicos —hasta que no te hayas ocupado de la relación entre tu Yo No-Físico y tu yo físico—, ninguna otra relación podrá satisfacerte.*

Cuando eres el objeto de atención de otra persona y aprueba o aprecia las cualidades que ve en ti, te sientes muy bien, porque con

su aprecio, esa persona está en sintonía con su Perspectiva Expandida. Mientras eres su centro de atención, te impregna la agradable Perspectiva de la Energía-Fuente. Pero si mira hacia otro lado, se centra en otra persona, o pierde su sintonía viendo una falta o error, puede que te sientas como una marioneta a la que le han soltado las cuerdas, y ya no te mantienes a flote por la conducta de otro.

Aunque sea agradable, y seguro que lo es, sentir el aprecio de otra persona, si dependes de ella para sentirte bien, nunca podrás alcanzar ese estado cuando lo deseas, porque nadie más que tú tiene la capacidad o la responsabilidad de tenerte como su único y positivo objeto de atención. No obstante, para tu Ser Interior, para tu Fuente, siempre, absolutamente siempre, serás el objeto de su aprecio. Por lo tanto, si sintonizas tus pensamientos y acciones con esa Vibración de Bienestar que fluye de tu Ser Interior, prosperarás bajo cualquier condición.

La mayoría de las personas desarrollan a una temprana edad la expectativa de que en algún momento de sus vidas encontrarán una pareja. Ya sea hombre o mujer, muchas veces tienen una imagen romántica de pasear con alguien cogidos de la mano al atardecer. Pero también se refieren a ese tipo de relación como «sentar cabeza», que indica una expectativa un tanto negativa de renunciar a parte de su libertad y ganas de divertirse para dedicarse a la experiencia más seria de una relación permanente. De hecho, cuando observan la mayoría de las relaciones que las rodean, no ven que proporcionen felicidad, satisfacción y libertad (que es la base de *quienes-son-realmente* y de lo que desean), sino más bien que han perdido la felicidad, la satisfacción y la libertad. Por lo tanto, hay una tremenda discordia sobre el tema de la pareja o de las relaciones permanentes, porque aunque la mayoría de las personas esperan encontrar una pareja, por lo general no quieren perder la libertad que también esperan tener por derecho propio.

A veces las personas no se sienten «completas» hasta que en-

cuentran con quien compartir su vida, lo que no es una buena base para empezar una nueva relación. Es otro ejemplo de que no puedes «ir allí desde allí». Es decir, si te sientes inadecuado y estás buscando a otra persona para que te «complete», por así decirlo, la *Ley de la Atracción* tendrá que buscarte a otra persona que también se sienta inadecuada. *Cuando dos personas que se sienten inadecuadas se unen, no empiezan a sentirse adecuadas de repente. La base para una relación realmente buena es que las dos se sientan muy bien tal como son. Entonces, cuando se unan, serán una pareja que se sentirá bien.*

Pretender que tu relación con otra persona sea lo que te haga salir a flote nunca es una buena idea, porque la *Ley de la Atracción* no puede atraer algo que difiera de tus sentimientos. Si siempre te sientes mal contigo mismo e inicias una relación con otra persona para sentirte mejor, nunca lo conseguirás. *La Ley de la Atracción no puede traerte a una persona equilibrada y feliz si tú no lo eres. La Ley de la Atracción, no importa lo que hagas o lo que digas, atraerá a aquellas personas que se asemejan a ti. Todo lo que deseas sólo tiene una razón: crees que te sentirás mejor cuando lo tengas. Sólo queremos que entiendas que te has de sentir mejor antes de que llegue.*

Una mujer, que se sintió molesta cuando le sugerimos que primero fuera feliz y luego buscara pareja, nos dijo: «¿Pretendéis que sea feliz imaginándome que tengo aquí a mi pareja, aunque no esté? No creo que os importe que algún día la encuentre». En ese sentido tenía razón: sabíamos que si conseguía ser siempre feliz, no sólo obtendría lo que deseaba (es la *Ley*), sino que sería feliz hasta que eso sucediera.

Nos hace gracia que las personas protesten diciendo que la felicidad es un precio muy alto para obtener buenos resultados. Y nos hace gracia, porque sabemos que la razón por la que buscan cualquiera de sus éxitos es para ser más felices.

Cuando descubres que tu felicidad no depende de los resul-

tados de los demás, sino que simplemente es el resultado de tu concentración *deliberada*, al final encuentras la libertad, que es tu deseo más intenso. Con esa comprensión también llegará todo aquello que siempre has deseado o desearás. El dominio de tu estado de ánimo —tu respuesta a las cosas, personas y situaciones— no sólo es la clave para tu felicidad duradera, sino también para conseguir todo lo que deseas. *Vale la pena practicarlo.*

Dicho de otro modo, si no estás contento contigo mismo o con tu vida, atraer una pareja sólo aumentará esa discordia, porque cualquier acción que emprendas desde la carencia siempre será contraproducente.

Si actualmente no tienes pareja, estás en la situación perfecta para sintonizar primero contigo mismo, y atraer después a otra persona que sin duda amplificará tus sentimientos. Pero aunque tengas una relación desagradable, puedes empezar a avanzar hacia una relación más satisfactoria, porque realmente *puedes* ir hasta donde quieras llegar desde dondequiera que estés.

A menudo las personas desean encontrar inmediatamente a su pareja, aunque no estén a gusto consigo mismas. Creen que encontrar a alguien es la forma de sentirse mejor. Sin embargo, la *Ley de la Atracción* no puede atraer a nadie que las aprecie cuando ellas no se aprecian. Va en contra de la *Ley*.

Por lo tanto, si actualmente no tienes la pareja que deseas, es mucho mejor que hagas las paces con tu situación actual empezando a fijarte en todos los demás aspectos positivos que te están sucediendo en estos momentos, intentando suavizar tu malestar respecto a la ausencia de tu pareja deseada, sacando el mejor partido a tu vida tal como es, haciendo listas de cosas positivas y aprendiendo a apreciarte más. Te prometemos que, en cuanto empieces a gustarte y dejes de pensar constantemente que no tienes pareja y de sentirte mal por ello, esa persona aparecerá en tu vida. Eso también es la *Ley*.

Si tienes una relación conflictiva, has de encontrar la manera de distraerte de sus aspectos negativos. Algunas personas dicen que es más difícil querer tener una pareja cuando se está solo, mientras que otras dicen que es más difícil cuando estás con la pareja *inadecuada*; lo que queremos que entiendas es que poco importa tu situación actual o lo que estés experimentando.

Puedes ir adonde quieres ir desde dondequiera que te encuentres, pero no le dediques tanto tiempo a observar y a hablar de lo que no te gusta respecto a tu situación actual. Sé más selectivo y haz listas de las cosas positivas que estás viviendo. Piensa en lo que deseas y no pierdas el tiempo quejándote de tu situación actual. Este Universo complaciente no distingue entre lo que piensas respecto a tu realidad actual y tus pensamientos de una vida mejor. Creas en virtud de lo que piensas, y reflexionar, recordar, observar o hablar de lo que no deseas no tiene ninguna ventaja. Activa tu Vibración con respecto a lo que deseas, y verás con qué rapidez cambia tu vida para coincidir con esa Vibración.

¿No habéis visto muchas relaciones conflictivas?

Jerry: Recuerdo que de pequeño vi muchas relaciones, pero no me acuerdo de ninguna pareja que fuera feliz. La mayoría eran relaciones largas; aguantaban, pero no eran felices. Yo solía decir que la mayoría de las parejas que observaba sentían una especie de «desesperación silenciosa». No se quejaban, pero tampoco eran felices.

Abraham: Es bastante habitual que los niños se den cuenta de que la mayoría de los adultos que los rodean no son felices. Es más normal que los niños oigan quejarse a sus padres de sus reía-

ciones con sus jefes, con otros conductores, con el gobierno, con sus vecinos, etcétera, a que escuchen comentarios de aprecio.

La mayoría de los niños no tienen la ventaja de tener unos padres que gocen de estados de aprecio y armonía crónicos, y por eso desarrollan patrones de conducta o creencias poco saludables respecto a sus relaciones con los demás. Pero bajo todas esas creencias negativas recién adquiridas que van asimilando a su paso por el sendero de lo físico (mientras observan el descontento de los adultos que los rodean) subyace un poderoso deseo de Conexión, amor y armonía. Es decir, que, aunque los niños, como te pasó a ti, rara vez vean relaciones verdaderamente felices, la mayoría albergan la esperanza de que *ellos* podrán encontrar una algún día.

Nos gustaría que entendieras que, aunque todas las personas que te rodean no sean felices en sus relaciones, en tu interior hay una comprensión profunda de que las relaciones armoniosas son posibles —y, de hecho, cada vez que te sucede algo desagradable en una relación, surge un deseo idéntico gracias a ella—... *Cuanto más desagradable es lo que experimentas en tus relaciones, más específico será tu deseo sobre tus preferencias.*

La razón por la que es tan importante el tema de las relaciones y por la que tantas personas se sienten abrumadas ante la expectativa de que mejoren las suyas es porque cuanto más experimentas lo que *no* deseas, más pides lo que *sí* deseas, pero al observar lo que *no* deseas retrasas tu avance hacia lo que *sí* deseas. De modo que, sin saberlo, te mantienes en el imposible tira y afloja de lograr la expansión, a la vez que la reprimes.

Hay una fórmula fácil-para-conseguir entender, con la que puedes sintonizar todas tus relaciones: *Puedo ser feliz hagan lo que hagan los demás... Al utilizar mi habilidad personal para concentrar mis pensamientos, puedo sintonizar Vibratoriamente con mi Fuente (mi Fuente de felicidad), y me sentiré bien a pesar de lo que hagan los otros.*

¿Y si mi relación no dura?

Jerry: He viajado mucho en mi vida, y la mayor parte del tiempo lo he hecho siendo soltero, así que he tenido muchas relaciones. Parecía fácil iniciarlas, pero difícil romperlas. Y he observado que es un patrón habitual en nuestra cultura: iniciar una relación es mucho más fácil que romperla. Cuando se disuelve una relación, a la hora de repartir las propiedades y todas esas cosas, suele haber ira, violencia o venganza.

Me parece que vemos demasiadas relaciones que no funcionan y que empeoran cuando terminan. ¿No influye eso en que estemos alerta y en nuestras expectativas negativas respecto a las relaciones?

Abraham: Por la observación que acabas de hacer, parece que no haya buenas razones *para* iniciar una relación. «Las parejas que siguen juntas, normalmente no son felices; y cuando intentan acabar con la relación, las cosas empeoran». Lo más importante que estás enfatizando con tus preguntas es que la mayoría de las personas inician sus relaciones con sentimientos negativos respecto a esas relaciones, y esas creencias (o pensamientos que siguen albergando) impiden que su relación sea feliz y duradera.

Aunque en el fondo tengas el deseo de gozar de una relación armoniosa, hay un principio más fuerte y profundo de tu propia Existencia: tu deseo de ser libre. Y tu deseo de ser libre se basa en tu deseo de sentirte bien, y tu deseo de sentirte bien se basa en una relación sin obstáculos entre tu yo y tu Yo.

Siempre que, por la razón que sea, no te sientes a gusto, sabes que algo no va bien, y tu tendencia natural es averiguar el motivo de esa discordia. Muchas veces le cuentas a otra persona que está presente o implicada que no te sientes bien. Entonces, como estás mal, y por lo tanto no estás en sintonía, crees que la

otra persona ha de hacer algo diferente de lo que está dispuesta o puede hacer. Y cuando ves que no puedes impulsar el cambio que consideras necesario, no te sientes libre. Por lo tanto, el deseo más importante que está en la base de *quien-eres-realmente* se siente amenazado, y tu relación se rompe.

Lo que queremos que entiendas es que se trataba de una relación que se basaba en una premisa falsa, porque es imposible que otra persona se comporte de tal manera que pueda ayudarte a mantener tu equilibrio. Ese es tu trabajo. Si cuando no estás bien aceptas que nadie más que tú es el responsable de tu malestar, acabarás descubriendo la libertad esencial para mantener tu felicidad personal. De lo contrario, irás de relación en relación sin encontrar satisfacción en ninguna.

Tu sentido de quien-eres-realmente vibra en tu interior con tal fuerza que siempre sigues buscando relaciones satisfactorias, porque en lo más profundo de ti entiendes el potencial de felicidad que encierran las relaciones. Cuando te des cuenta de que tu felicidad no depende de las intenciones, creencias o conductas de nadie, sino de tu propia sintonización —sobre lo que posees el control absoluto—, tus relaciones no sólo dejarán de ser molestas, sino que serán profundamente satisfactorias.

Al no haber una Conexión personal con la Fuente, se instaura un sentimiento de inseguridad que las personas intentan paliar relacionándose con los demás, aunque nadie puede mantener la Conexión que necesitas prestándote su atención. Al principio, la mayoría de la relaciones te ayudan a sentirte bien porque ambos os prestáis una atención unidireccional, pero con el tiempo esa atención vuelve a dirigirse hacia otros aspectos de tu vida, y si contabas con la atención del otro, es probable que, al retirarla, vuelvas a tu sentimiento de inseguridad.

Una relación en la que te sientes siempre bien tiene lugar cuando ambas partes mantienen su Conexión con la Fuente. No hay

sustituto para esa relación. No hay otra persona que pueda amarte lo suficiente para suplir tu falta de sintonía con tu Fuente.

¿Por qué me parece tan perfecta la relación con Abraham?

Jerry: Sé que hay muchas formas y razones para emparejarse. Hay matrimonios de conveniencia, matrimonios concertados, y matrimonios que se deben a la atracción sexual o a la lujuria, con emociones explosivas... y también hay personas que se emparejan para no estar solas.

Pero he estado pensando en la relación perfecta que tengo con vosotros. ¿Podemos nosotros, ahora que estamos concentrados en nuestro cuerpo físico, ver a otras personas físicas como os veo a vosotros? Es decir, ¿podemos trascender los detalles específicos, llegar a la esencia de la Existencia física y tener la relación que mantengo con vosotros?

Abraham: No podías haber hecho una pregunta más acertada en este momento de la conversación porque lo que describes en tu aprecio por lo que denominas «Abraham» es la conexión entre tu *yo* y tu *Yo* de la que hemos estado hablando.

El aprecio que nos tienes no se debe a que hagamos algo por complacerte, pues hay muchas personas que no nos aprecian o que no conectan con nosotros. Algunas no están contentas con nosotros cuando se dan cuenta de que no vamos a *hacer* nada por ellas. (Desde su sentimiento de escasez o ausencia, podrían pedirnos milagros o ayuda que no recibirían.) A otras personas no les caemos bien porque dejamos muy claro quiénes somos y lo que queremos, y somos inflexibles. No estamos dispuestos a dejar a un lado nuestras intenciones —que hemos establecido

a raíz de todas nuestras vivencias— para satisfacer los caprichos de alguien que está pidiendo en estos momentos. No fingiremos que no existen las *Leyes del Universo* sólo para complaceros. Y, luego, también hay muchas personas que cuando se comunican con nosotros encuentran que tenemos aspectos negativos. Y a raíz de su búsqueda y de su encuentro con la carencia, nuestras relaciones no les resultan satisfactorias.

La razón por la que crees que tienes una relación perfecta con nosotros es porque habitualmente centras tu atención en nuestros aspectos que te recuerdan *quién-eres-realmente*. Pero tienes la capacidad de dirigir tu atención hacia cualquier otra persona y hacer lo mismo. *Tu* atención es la responsable de cómo te sientes respecto a nosotros, no lo que proyectamos.

Cuando te relacionas con otras personas, ver los aspectos positivos siempre va a tu favor. Al activar la Vibración de las cosas deseadas, fluirán más a tu vida. *Cuando descubres el arte de buscar y encontrar los aspectos positivos en los demás, sólo te llegan cosas positivas.*

Jerry: Entonces, según creo entender, ¿estáis insinuando que la relación que tengo con vosotros es una especie de amor por mí mismo?

Abraham: Exactamente. Al apreciar lo que somos, has sintonizado con *quien-eres-realmente*. Eso es el amor: sintonizar con la Fuente, sintonizar con tu yo, sintonizar con el amor.

Jerry: Es decir, ¿debido a lo que yo quiero en la vida os he atraído o estoy atrayendo de vosotros aquello que me llena? ¿Lo consideraríais una forma de codependencia?

Abraham: *Dependencia* indica que «no estoy completo en mí mismo» y que «necesito a otro para completarme», y ese no es ni

tu caso ni el nuestro. De hecho, esta pregunta nos conduce a otra premisa muy importante para las buenas relaciones: cuando las personas se sienten inseguras en su individualidad y buscan una compañía que las ampare, la relación nunca es estable, porque parte de una mala base. Pero cuando dos personas que se sienten seguras cada una por separado y están en armonía con sus respectivos *Seres Interiores* se unen, la relación reposa sobre un sólido pilar. Es decir, no dependen la una de la otra para sus recursos. Obtienen esos recursos de la Fuente y se relacionan para co-crear desde ese sólido pilar.

Cuando dos o más mentes que se centran en algo positivo se unen, son mucho más poderosas que uno-más-uno. Por lo tanto, la atracción de ideas y soluciones supera la suma de sus partes. Es realmente increíble. Esa es la esencia de la co-creación.

Algo que es básico para la creación conjunta productiva es que los creadores individuales que se unen han de encontrarse en una actitud de atracción positiva antes de hacerlo, de lo contrario no surgirá nada positivo de su co-creación. *Si tienes una actitud negativa y no te sientes bien, sólo atraerás a otras personas que estén en ese mismo punto de atracción. Por eso, buscar a un compañero desde una actitud de inseguridad o de carencia nunca te aportará la persona que realmente deseas, sino que te traerá alguien que amplíe tu carencia actual.*

Muchas veces las personas están confundidas porque creen que su malestar se debe a que no tienen pareja. Por eso, cuando la encuentran, no entienden por qué su malestar no acaba de desaparecer o incluso aumenta. *La acción física de encontrar pareja, de vivir juntos o casarse, no puede llenar el vacío que hay cuando no estás en sintonía Vibratoria con quien-eres-realmente. Pero si ya antes te has preocupado de conseguir esa armonía, la acción física de co-crear puede ser sublime. Es decir, no actúes para corregir esa falta de sintonía. Sintoniza primero y luego busca pareja.*

¿No debería ser hermosa la mente de tu *Alma Gemela*?

Jerry: La gente habla de «Almas Gemelas». Cuando dos personas con pensamientos positivos se atraen mutuamente, ¿se puede decir que han encontrado a su *Alma Gemela*⁷.

Abraham: Normalmente, cuando las personas hablan de encontrar a su Alma Gemela, se refieren a que hay una persona específica que está destinada para ellas, una especie de alianza que pactaron antes de venir a esta realidad espacio-temporal. Y aunque es cierto que tengas intenciones de unirte con otros para una creación específica (y volver a descubrir relaciones que pueden ser muy satisfactorias), no buscabas esos encuentros físicos para sintonizar. Todo lo contrario, primero pretendías sintonizar porque sabías que así podrías atraer esas relaciones a tu vida.

Puedes estar ante la persona con la que habías pactado una alianza No-Física, y al estar desconectado de tu Fuente, no reconocer esa relación. Con frecuencia las personas con las que tienes más roces o desarmonía son tus Almas Gemelas, pero al no estar en armonía con *quien-eres-realmente*, no las reconoces.

La mejor forma de abordar la idea de un Alma Gemela es sintonizar con la Vibración pura y positiva de tu Alma o Fuente; sólo cuando permitas esa sintonización, reconocerás todas las oportunidades que te brindan esos encuentros, tal como habías planeado. La sencilla intención de encontrar cosas que puedas apreciar te ayudará a estar siempre en sintonía con tu Fuente, y estarás en la situación perfecta para atraer a tus Almas Gemelas en un millar de aspectos.

Recuerda que aunque seas nuevo en este cuerpo físico, eres un Ser muy viejo que ha vivido muchas vidas, y a lo largo de todas esas vidas has llegado a grandes conclusiones. Tu *Ser Interior*

es el receptáculo de todas esas conclusiones; y cuando vibras en su misma frecuencia, también tienes acceso a ese conocimiento: todo lo que no sea eso te causará desequilibrio y no serás feliz.

No hay nada más importante que sentirse bien

Jerry: ¿Qué les diríais a los jóvenes que acaban de terminar sus estudios, que están empezando a vivir, que buscan su primera pareja o que están indecisos entre una u otra? ¿Cómo los guiaríais en sus relaciones?

Abraham:

- En primer lugar, les recordaríamos que no hay nada más importante que sentirse bien, porque a menos que sea así, no estarán en sintonía con todo lo que son hasta el momento. Además, cuando no hay sintonía siempre hay carencia.
- En segundo lugar, los animaríamos a que se propusieran buscar razones para sentirse bien, y si en algún momento se les activa por algún motivo algo que los incomoda, les diríamos que hicieran todo lo posible para distraerse concentrándose en un tema más agradable.

Por ejemplo, observas una relación desagradable y escuchas una conversación negativa de esa infeliz pareja. Buscas armonía, e incluso tu deseo específico de encontrar una relación armoniosa hace que te impliques (escuchando) en esa desagradable experiencia. La emoción negativa que sentirás es el *indicador* que ese punto de atención no te está ayudando. Si tienes la intención activa de sentirte bien, te apartarás rápidamente para no escuchar la conversación. Trasladarás intencionadamente tu atención a otros temas más agradables.

- Les recordaríamos que la creación se produce desde dentro. *Es decir, vuestros pensamientos y sentimientos son el centro de lo que atraéis. En lugar de buscar cosas fuera que os ayuden a sentirnos bien, es mucho más fácil sentirse bien primero y atraer después cosas afines del exterior.*
- Les animaríamos a que se concentraran en lo que desean antes de pasar a la acción. *Cuando actuáis centrándoos en lo que no deseáis, sólo conseguís más de lo mismo. Pero si os concentráis en lo que queréis antes de actuar, esa acción inspirada ensalzará vuestro deseo.*
- También les aconsejaríamos:
 - En el transcurso del día, a medida que pasáis por sus diferentes segmentos, deteneos un momento y recordad vuestra intención de sentirnos bien y sintonizar con vuestra Fuente o *Ser Interior*.
 - Que vuestro deseo de sentirnos bien sea vuestra principal intención pase lo que pase durante ese segmento. Y recordad que realizar esa Conexión y sentirnos bien depende de *vosotros*, y no es la responsabilidad ni la habilidad de otra persona la que os hará conectar.
 - Buscad relaciones que os ayuden a ensalzar esa sintonía que ya tenéis, pero no como el medio para conseguirla.
 - Concentraos en vuestra Fuente y amaos a vosotros mismos. No pidáis a los demás que os amen primero. No pueden.

Dominar el pensamiento lo aporta todo y es el primer paso antes de realizar cualquier acción. Si buscas pensamientos agradables que te ayuden a sintonizar con tu Fuente, tus acciones siempre serán positivas. No puedes realizar ninguna acción lo bastante eficaz para compensar un pensamiento no armonioso, pero cualquier acción inspirada en pensamientos armoniosos es una acción placentera.

Ella quiere una pareja, pero no a esa persona

Jerry: ¿Qué diríais de una mujer que parece sentirse bien consigo misma, que no deja de expresar su deseo de encontrar una pareja, pero que encuentra defectos a todas las que se le presentan en su vida?

Abraham: Su *deseo* de encontrar pareja hace que aparezcan hombres, pero su *creencia* en las malas relaciones los aleja. Su atención a los rasgos no deseados impide que aparezcan los deseados.

Si siempre se centra en lo que no le gusta de los hombres que conoce, su atención crónica en los defectos de los demás la aleja de *quien-es-realmente*. Bajo esas condiciones no puede sentirse bien ni con ella misma ni con nadie.

Encontrar defectos a los demás no es el mejor camino para que te guste lo que ves en ti mismo. *Si eres una persona que se ha acostumbrado a buscar los aspectos positivos, también los verás en los demás. Si eres una persona que se ha acostumbrado a ver los aspectos negativos, los verás en ti mismo y en los demás. Por consiguiente, se puede decir con toda certeza que nadie que sea crítico con los demás se gusta realmente a sí mismo. Contradice la Ley. Siempre que ves personas demasiado críticas con los demás, son personas que no se gustan a sí mismas.*

Esa actitud de superioridad que ves a veces, que te hace pensar que esa persona está conforme consigo misma, suele ser una forma de encubrir su inseguridad o falta de sintonía con sus sentimientos. *Cuando realmente te sientes a gusto contigo mismo, estás en armonía con tu Fuente; y cuando es así, valoras mucho a los demás, y entonces, siempre llegan cosas maravillosas a tu vida.*

Cuando estás en sintonía con tu Fuente, la *Ley de la Atracción* sólo puede emparejarte con personas que estén en ese mismo estado,

y la relación que de ese encuentro derive estará llena de satisfacción y alegría. Pero cuando no estás en sintonía y te sientes mal, la *Ley de la Atracción* sólo puede emparejarte con otras personas que se sientan igual, y esas relaciones serán desagradables e incómodas.

Deseas crear con otro, pero si no sintonizas primero contigo mismo, esas co-creaciones potencian tu falta de armonía. Tus interacciones con otras personas son una gran aportación para la expansión de tu planeta y de *Todo-Lo-Que-Es*, y, sin embargo, la mayoría de las personas se niegan el placer de co-crear debido a que prestan atención a los aspectos negativos de quienes las rodean. Es decir, la mayoría de las veces se concentran en ver los defectos en lugar de hacerlo en las cualidades. La razón es que no han encontrado su centro antes de unirse, y, cuando se juntan, perpetúan ese desequilibrio mutuo.

Las relaciones y el *Proceso de la lista de los aspectos positivos*

Tanto si en estos momentos no tienes la relación que buscas como si tienes una que no te gusta, nada te será más útil para conseguir la relación que deseas que tomar una libreta y anotar cada día los aspectos positivos de las personas que hay en tu vida.

Haz listas de los aspectos positivos de las personas que te rodean, de las de tu pasado y de ti mismo. En muy poco tiempo te demostrarás el poder que tiene haber sintonizado tu pensamiento y la naturaleza cooperativa de la *Ley de la Atracción*. Al liberarte del esfuerzo inútil de intentar controlar la conducta de los demás y concentrarte en el poder de tus pensamientos positivos, encontrarás esas relaciones exquisitas con las que tanto habías estado soñando.

Eres el factor de atracción vibratorio y pensante de tu propia experiencia, y tus pensamientos determinan todas tus vivencias.

Cuando trasladas tu atención a los aspectos positivos de las personalidades y conductas de los otros seres de tu planeta, estás haciendo que tu punto de atracción se centre sólo en lo que desea.

Las relaciones que desees no sólo son posibles, y meramente probables, sino que están garantizadas. Pero has de practicar la frecuencia de tu pensamiento-Vibración para que sintonice con esas relaciones que desees, si quieres que se manifiesten de la forma táctil, física y «real» que esperas. *El poder de tu pensamiento no sólo determina qué personas se cruzan en tu vida, sino su conducta cuando las hayas encontrado.*

Atraigo según mi vibración

Jerry: Recuerdo haber observado un patrón común hace muchos años: que la mayoría de las personas no estaban interesadas en mantener una relación con las personas que querían mantener esa relación con ellas. Parecía que a todos los chicos les gustaba una chica que no les correspondía, y viceversa.

Abraham: Lo mejor de tu observación es que el contraste de sus experiencias las estaba ayudando a identificar qué es lo que quería cada uno. Esta situación bastante común sucede porque la mayoría de las personas creen que en su búsqueda de la «pareja perfecta» han de eliminar las imperfecciones. Creen que identificando lo que no les gusta y haciendo una lista de las características no deseadas, si hacen una buena selección, conseguirán su anhelada meta de encontrar la «pareja perfecta». Pero la *Ley de la Atracción* no actúa así.

Cuando la vibración que emites es la de la lista de las cosas que no desees en una pareja, la *Ley de la Atracción* te seguirá enviando parejas que no desees. Has de utilizar tu autodisciplina para dirigir

tus pensamientos hacia los aspectos positivos de tus relaciones actuales antes de que puedas recibir más de lo que deseas.

Con el tiempo, gracias a tu variedad de relaciones, habrás identificado muchas características que no deseas en una pareja. Cada vez que tu experiencia te haya ayudado a identificar lo que no deseas, has emitido una petición Vibratoria de tus preferencias. Y a raíz de todas esas relaciones, las que has vivido personalmente e incluso las que has observado en los demás, has creado tu versión Vibratoria de la «pareja perfecta». Y si pudieras concentrarte ininterrumpidamente en esa versión, la *Ley de la Atracción* te traería únicamente esas personas que coinciden con ella. Pero si continúas centrándote en los defectos o las características que no te gustan de esas personas, siempre te mantendrás alejado de lo que realmente deseas.

Cuando explicamos que la forma más rápida de lograr la relación que realmente deseas es apreciar tu situación actual (puede que tengas una relación temporal, o quizá no tienes ninguna), la gente se resiste porque cree que si ven lo bueno de lo que tienen se quedarán donde están. Pero no funciona así.

Cuando buscas y encuentras los aspectos positivos en tu situación actual, la estás utilizando para ser el Homólogo Vibratorio de tu Depósito Vibratorio, de *quien-eres-realmente*, de tu *Ser Interior* y de todo lo que deseas de verdad. Sentirte bien con lo que tienes es la vía más corta para conseguir algo mejor. Pero cuando no estás conforme con lo que te está sucediendo, tu emoción negativa es un indicativo de que tus pensamientos y Vibraciones actuales te están alejando de tu Depósito Vibratorio, de *quien-eres-realmente*, de tu *Ser Interior* y de todo lo que deseas.

La razón por la que «la hierba siempre se ve más verde al otro lado de la valla» es porque muchas personas han desarrollado tendencias muy fuertes a quejarse sobre lo que «tienen en el suyo».

¿Qué pasa cuando son otros los que te buscan pareja?

Jerry: También me gustaría saber qué opináis de las diferentes formas culturales de emparejarse. Hay muchas culturas en que los padres o los adultos de las comunidades son los que eligen las parejas para sus hijos, mientras que en la nuestra creemos más en el amor romántico, donde nos guiamos por el enamoramiento para elegir a nuestras parejas.

Abraham: Por supuesto que te sientes mejor, y que por consiguiente te parece bien ser tú quien elija a su propia pareja, o cualquier otra cosa. Pero incluso en vuestra sociedad, en la que os creéis más libres cuando tenéis que escoger pareja, estáis muy constreñidos por las creencias de quienes os rodean. Hay muchas personas en vuestra cultura, aparentemente más libre, que no se atreverían a casarse contrariando a sus padres, su religión o su cultura. Aunque estamos de acuerdo en que vuestra sociedad es bastante más permisiva que otras.

No obstante, hay una cosa más importante que nos gustaría que tuvieras en cuenta respecto a la «elección» de una pareja. No estás eligiendo con tus palabras, sino con tus Vibraciones. Por eso, a veces, sin que te des cuenta «eliges» lo contrario de lo que deseas. Por ejemplo, la gente «elige» el cáncer, no porque quiera experimentar esa enfermedad, sino porque «elige» prestarle atención a pensamientos de resistencia que ahuyentan el Bienestar que tanto anhelan. Asimismo, las personas eligen patrones desagradables debido a la atención crónica que dedican a lo que *no* desean o a la ausencia de lo que *sí* desean. Es decir, una persona que se siente sola es alguien que «elige» la ausencia de lo que más desea.

Encontrar, invocar o ser la pareja perfecta

Jerry: ¿Qué recomendáis para que una persona encuentre a su «pareja perfecta»?

Abraham: Para *encontrar* lo que vosotros llamáis la «pareja perfecta», primero has de *ser* la pareja perfecta. Es decir, has de emitir una señal Vibratoria que coincida con la de la pareja que desees. Las relaciones no tan perfectas que has observado o vivido, te han dado maravillosas oportunidades para definir y sintonizar con el tipo de relación que desees tener. Por lo tanto, sólo has de pensar en esas características *deseadas* para emitir la Vibración que coincida con lo que desees.

Cuando señalas lo que no te gusta de las relaciones, recuerdas cosas desagradables de relaciones pasadas o incluso ves películas donde las personas se maltratan, y sin darte cuenta estás sintonizando con la Vibración que te aparta de tu relación *deseada*. Y, sencillamente, no puedes llegar allí desde allí.

No conseguirás la relación de tus sueños si siempre que piensas en las relaciones las asocias con la soledad, la ira, la preocupación o la decepción. Ahora bien, cuando intentas encontrar razones para apreciarte a ti y a los demás —cuando haces listas de los aspectos positivos de tus relaciones pasadas y presentes—, modulas tus Vibraciones para que coincidan con las de tus deseos, y entonces tu «pareja perfecta» tiene que aparecer. Es la Ley.

¿Desear una pareja o necesitarla?

[A continuación doy algunos ejemplos del tipo de preguntas que hacen los asistentes a los talleres de Abraham-Hicks.]

Pregunta: Tengo la sensación de que cuando deseo atraer a alguien alejo a esa persona, y que cuando no lo deseo, entonces la atraigo. ¿Por qué me sucede esto?

Abraham: Cuando *quieres* a alguien pero tu principal pensamiento es la *ausencia* de esa persona, la Vibración más activa la aleja de ti. Y cuando no la quieres, pero no dejas de pensar que te está persiguiendo, se te acerca, se pone a tu lado... *Obtienes la esencia de aquello en lo que estás pensando, lo quieras o no.*

Pregunta: ¿Se parece a la diferencia entre *desear* y *necesitar*⁷.

Abraham: Sí, y ésta es una buena forma de verlo. Cuando quieres algo y piensas en lo maravilloso que sería tenerlo, sientes una emoción positiva porque eres el Homólogo Vibratorio de lo que deseas realmente. Pero cuando deseas algo y estás pensando en que no lo tienes, te sientes mal porque tu pensamiento actual no coincide con la Vibración de tu deseo.

La diferencia entre *desear* y *necesitar* no es sólo que son dos palabras distintas. Un estado puro de deseo o de querer siempre es agradable porque eres el Homólogo Vibratorio de tu propia Realidad Vibratoria. La *necesidad* siempre es desagradable porque eres el Homólogo Vibratorio de la ausencia de lo que deseas, y, por lo tanto, estás en discordia con tu Realidad Vibratoria.

¿Hay alguna forma de mantener una actitud positiva cuando estás con personas «negativas»?

Pregunta: ¿Cómo puedo mantener mi actitud positiva cuando mi pareja siempre se fija en la carencia y no hace ningún esfuerzo para cambiar a una actitud más positiva? Es difícil no dejarse contagiar.

Abraham: Aunque sabemos que es más fácil sentirse bien cuando ves u oyes algo agradable, es muy liberador demostrarte a ti mismo que tienes la habilidad de sentirte bien en cualquier situación aunque las personas que tengas a tu alrededor no se sientan igual.

Te darás cuenta de que es mucho más fácil aprender a dirigir tu mente que organizar, a través de la acción, a las personas con las que compartes tu tiempo. Aunque sólo hubiera una persona, la más cercana a ti, a quien tuvieras que entrenar, nunca sería suficiente. Por supuesto, hay más de una persona a tu alrededor con la que tienes respuestas emocionales. *Cuando te acostumbres a dirigir tus pensamientos hacia las cosas agradables, las personas desagradables (o sus aspectos desagradables) desaparecerán de tu vida. Es tu atención a lo no deseado lo que te mantiene en esa experiencia.*

Muchas personas no están de acuerdo con esto la primera vez que lo oyen, porque creen que las cosas negativas que hay en sus vidas las está poniendo alguien ahí: «El grosero de mi marido influye negativamente en mi experiencia». Pero nos gustaría que entendieras que si utilizas tu poder de concentración para retirar tu atención de lo negativo o del insulto y la trasladas a los aspectos positivos, los insultos no seguirán estando durante mucho más tiempo en tu vida. *Da mucha fuerza descubrir que todos y cada uno de los aspectos negativos de tu experiencia están presentes sólo por la atención que les prestas y porque constantemente los invitas.*

Reconocemos que tener pensamientos positivos en una situación negativa es difícil. Especialmente, al principio. El mejor momento para empezar a hacer el esfuerzo de dirigir tus pensamientos no es cuando estás en una situación negativa. Te resultará mucho más fácil tener pensamientos positivos cuando estés solo. *Empieza intentando recordar cuándo fue la última vez que te sentiste bien con esa persona. Si no puedes conseguir ese punto de*

partida, elige otro tema. Lo primero que has de hacer para romper tu tendencia negativa y empezar en una dirección más positiva es aceptar que tus pensamientos crean tu realidad. A continuación has de aceptar que tienes el poder de dirigir tus propios pensamientos. Y luego, que lo que necesitas es la voluntad de dirigir tus pensamientos hacia cosas agradables hasta que afirmes ese patrón dentro de ti.

Una de las cosas más maravillosas de empezar este proceso de concentrar deliberadamente tus pensamientos es que la Ley de la Atracción te traerá de inmediato pruebas de la mejoría de tus pensamientos. Aunque cueste romper los viejos patrones, y de vez en cuando caigas en alguno de ellos, las pruebas de tu esfuerzo serán innegables. Antes de que te des cuenta —con mucho menos esfuerzo del que empleabas intentando eludir conversaciones negativas o cambiar la conducta de otra persona—, todas tus relaciones habrán mejorado.

Un breve ejercicio para antes de acostarse que transforma las relaciones

Cuando te estires en la cama por la noche antes de dormir, piensa en cosas positivas de tu pasado, del presente, o incluso del futuro, y así sintonizarás con la Vibración con la que te despertarás a la mañana siguiente. Por la mañana, en cuanto hayas recobrado la conciencia, procura recordar lo que pensaste antes de acostarte e intenta restablecer esa tendencia de pensamiento positivo. Este breve ejercicio cambiará la respuesta de todas las personas con las que te encuentres ese día. A medida que lo practiques —noche tras noche, y cada mañana— irán apareciendo nuevos patrones y tus relaciones se transformarán.

¿Qué he de esperar de una relación?

Tienes el poder atraer en los demás las relaciones que desees. Pero no puedes conseguir una situación nueva-y-mejorada concentrándote en tu relación actual. El Universo, y todos sus actores físicos y No-Físicos, responden a tus Vibraciones; no hay diferencia entre las Vibraciones que emites cuando *observas*, y las que emites cuando *imaginas*... *Si simplemente te imaginaras tu vida tal y como quieres que sea, se congregarían todos los componentes cooperativos. Y lo más importante, todos los componentes invocados cooperarán. Es la Ley.*

Tienes el poder de atraer en los demás una relación que esté en armonía con la libertad, el crecimiento y la dicha que buscas, porque en el interior de cada persona ya se encuentran esas probabilidades. Dentro de cada persona está la probabilidad de ser comprensiva, o de no serlo; de ser agradable, o de no serlo; de tener una mentalidad abierta, o de no tenerla; de ser positiva, o negativa. *La experiencia que tengas con los demás depende de lo que despiertes en ellos.*

¿Alguna vez te has comportado con una persona de un modo totalmente diferente a lo que pretendías? Es como si ese comportamiento te hubiera surgido de repente. Estabas experimentando el poder de la influencia de las *expectativas* del otro. ¿Has observado alguna vez cómo cambia la conducta de un niño según el adulto que le esté hablando? Con uno coopera y es agradable, y con el otro se muestra obstinado y raro. Estabas observando el poder de la influencia de las *expectativas* de otro.

Cuando intentas sintonizar con tu Perspectiva Expandida, conectas con la Energía que crea los mundos y te complace la respuesta positiva que recibes de los que te rodean. Ya no culpas a las otras personas con las que te relacionas; y, por el contrario, reconoces que eres el que atrae tu experiencia. La verdadera libertad procede de comprender esto.

Cuando cuidas tu relación entre tu yo (desde tu perspectiva física) y la Perspectiva Expandida de tu *Ser Interior*, cuando sintonizas con los pensamientos positivos de tu Fuente, cuando sintonizas con *quien-eres-realmente*, cuando aprendes a amarte, las demás personas con las que te relacionas no podrán resistirse a esa corriente de Bienestar. O bien te amarán, o bien saldrán de tu vida.

¿Cuáles son las características de una pareja perfecta?

Jerry: ¿Es posible que la misma persona, la misma pareja, siga siendo tu pareja perfecta aunque tú experimentes un crecimiento personal, cambios y evoluciones? Es decir, hubo una época en mi vida en la que fui trapecista y mi trabajo consistía en lanzar a mi pareja y recogerla. Para eso, ella tenía que medir menos de 1,52 m y pesar menos de 44 kilos. Cuando conocí a Esther muchos años después, ya nada de eso tenía importancia. Me atraían otras cosas de ella. Por eso, era la pareja perfecta en el momento en que apareció en mi vida. Tengo la impresión de que la monogamia, o estar siempre con la misma persona, puede ser un reto bastante importante.

Abraham: Cuando contemplas los detalles de tu vida, continuamente generas nuevas preferencias a raíz de tus experiencias nuevas y actuales. Ese proceso nunca se para. Los cohetes de deseo son recibidos y custodiados por tu *Ser Interior*, en tu Realidad Vibratoria. Es decir, cada experiencia nueva hace que modifiques, poco o mucho, tu nueva versión de la vida que desees; y tu *Ser Interior* siempre actualiza tus versiones.

Mientras consigas mantener una actitud positiva con el poder de tu atención, estarás en concordancia con tu propia Realidad Vibratoria, y ésta seguirá desplegándose con naturalidad y sin

problemas. Dicho de otro modo, cuando *permites* el despliegue perfecto de la experiencia de tu vida, constantemente sientes que *éste es el siguiente paso lógico*. Por lo tanto, es posible que una pareja nueva sea «el siguiente paso lógico» para la persona que eres ahora. Ysi es así, finalizar una relación y recibir a otra pareja no te producirá una situación desagradable.

Vuestra cultura quiere que seas fiel a una afirmación bastante ilógica e imposible: «Yo te tomo a ti... para bien o para mal, en la riqueza o en la pobreza... [en cualquier situación] para cuidarte y amarte hasta que la muerte nos separe». Sería mucho mejor manifestar la intención de: *«Me comprometo a concentrar mis pensamientos en una dirección positiva para mantener mi Conexión con la Fuente y el Amor que son mi verdadera naturaleza. Con ello, siempre te daré lo mejor de mí mismo. Deseo que pidas lo mismo para ti. Y confío que al concentrarnos cada uno en sintonizar individualmente con quienes-somos-realmente, esta relación contribuya a nuestra mutua, y continuada, gozosa expansión»*.

¿No se rige nuestro apareamiento por las Leyes de la Naturaleza?

Jerry: Durante la mayor parte de mi vida he intentado averiguar cuál es la forma natural y correcta de ver el apareamiento humano. He observado a muchos animales de nuestro planeta, y la mayoría no son monógamos. El elefante espanta a todos los demás machos, y el gallo lucha a muerte contra cualquier otro gallo que intente acercarse a sus gallinas. Me he preguntado: si *los humanos nos comportáramos más como los animales respecto al emparejamiento, ¿sería más fuerte y poderosa la especie humana, como sucede con los animales que se rigen por la ley de «que sobreviva el más fuerte»*⁷. ¿Existe alguna visión correcta o incorrecta respecto

al apareamiento humano desde la perspectiva No-Física? *Resumiendo, mi pregunta es: ¿qué se puede considerar natural?*

Abraham: Hay suficientes fuerzas naturales en acción para conservar la especie humana: suficiente variedad, diversidad, equilibrio. Del mismo modo que vuestros impulsos naturales de satisfacer vuestra hambre y vuestra sed aseguran vuestra supervivencia, vuestros impulsos sexuales y de apareamiento también aseguran vuestra supervivencia. *Nuestro interés en el tema de las relaciones humanas no se debe a que tengáis que adaptar vuestra conducta para asegurar vuestra supervivencia, porque no está en peligro. Nuestro interés en vuestras relaciones es para que sobreviváis felices.*

Nosotros tenemos la ventaja de tener la visión completa de los Depósitos Vibratorios que habéis creado al contrastar vuestras experiencias con las relaciones que habéis vivido, y deseamos ayudaros a encontrar la forma de sintonizar Vibratoriamente con esas creaciones expandidas para que podáis vivirlas ahora, con toda su plenitud y alegría. *Cuando algo que habéis vivido os ha incitado a pedir una mejora, debéis permitir os la plenitud de ese deseo, o vuestra felicidad disminuirá. Es decir, para ser felices no podéis dejar de ser lo que la vida ha hecho que fuerais.*

Éstas son las cosas más correctas, verdaderas, exactas y naturales que sabemos de vosotros mientras os estáis expresando a través de vuestra forma física:

- Sois extensiones de la Energía-Fuente.
- Os concentráis en lo físico con el fin de experimentar el contraste.
- Habéis elegido experimentar el contraste con el fin de generar nuevas ideas y decisiones sobre la vida.
- Esas ideas y decisiones nuevas sobre la vida equivalen a la expansión del Universo.

- La expansión del Universo es la consecuencia inevitable de la vida.
- Cuando vuestra vida física hace que se expanda vuestra parte No-Física, para ser felices tenéis que seguir esa expansión.
- La felicidad es el principio más natural de lo que somos nosotros y vosotros.
- Las relaciones se basan en vuestro contraste.
- Por consiguiente, las relaciones son la base de toda expansión.
- Por consiguiente, las relaciones son la base de vuestra felicidad.
- Si no encontráis los pensamientos que os permitan la felicidad, os estáis alejando de *lo-que-sois-ahora*.
- Vuestras relaciones son la razón de vuestra expansión.
- Vuestras relaciones suelen ser la razón por la que no permitís vuestra expansión.
- Es natural gozar de un estado de felicidad.
- Es natural gozar de un estado de crecimiento.
- Es natural gozar de un estado de libertad.
- Esto es lo más importante que tenéis que entender sobre las relaciones.

¿Qué es lo natural para las parejas humanas?

Jerry: Pero ¿qué es más natural, tener una pareja o varias? ¿Deberían los hombres tener más de una esposa a la vez o las mujeres más de un esposo? Incluso actualmente las culturas no se ponen de acuerdo con respecto a este tema.

Abraham: Tu pregunta apunta directamente a otra importante premisa incorrecta:

Premisa incorrecta n.º 13: Hay formas correctas e incorrectas de vivir. Todos hemos de descubrir cuál es la correcta y aceptarla; esa forma de vida correcta se ha de imponer a todos.

Esta creencia incorrecta de que sólo hay una decisión correcta sobre cualquier tema es la causa de grandes discordias. Afortunadamente, no podéis imponer este concepto erróneo, porque si pudierais, seguramente conduciría al fin de la Existencia. Es decir, puesto que toda expansión nace de las nuevas intenciones e ideas que surgen del contraste, si éste desapareciera, sería el fin de la expansión.

No os preocupéis, porque eso no sucederá nunca, pues el equilibrio perfecto de la diversidad está muy bien establecido y fluye con las *Leyes del Universo*. No estamos hablando aquí de estas cosas para garantizar la continuidad de la humanidad o de la Eternidad, pues ninguna de esas dos cosas está en peligro. No obstante, hablamos de esto con vosotros porque vuestra supervivencia gozosa depende de vuestra comprensión de estas cosas.

Siempre que la vida os haga enviar una petición a vuestro Depósito Vibratorio, el Sistema de Guía Emocional os ayudará a sintonizar vuestras Vibraciones con ella. Conseguir esa sintonía es imprescindible para vuestra realización y expansión gozosa. Ninguna otra ley tiene relación con vosotros.

La mayoría de las leyes que os rodean, religiosas y seculares, fueron escritas por personas que no estaban en sintonía con la Perspectiva Expandida de su Fuente. Vuestras leyes suelen basarse en la perspectiva de lo que *no* se desea. Hay mucha gente que dedica grandes cantidades de tiempo a argumentar qué leyes son correctas y cuáles incorrectas, y con eso lo único que hacen es alejarse de sus perspectivas expandidas. Entonces, utilizan la

emoción negativa que están sintiendo (debido a que no están conectados con su Fuente) para justificar sus argumentos.

Cuando ya no sientas la necesidad de justificar lo buena que es tu conducta, sino que lo que te importe sea sintonizar con tu Fuente interior para encontrar pensamientos, palabras y obras que te llenen de amor a la vez que actúas, comprenderás que se puede vivir en paz en este planeta con muchos otros Seres que tienen otras creencias y conductas.

Cuando puedas concentrarte en sintonizar con tu Fuente, aunque los demás elijan otra conducta diferente a la tuya, verdaderamente te habrás liberado de la misión imposible de que todo el mundo esté de acuerdo en cuál es la correcta. Una conducta correcta conducirá al fin. Muchas conductas correctas permiten la expansión Eterna.

La razón por la que muchas personas piensan que necesitan leyes para controlar a los demás es porque creen que la conducta de otros puede afectarles negativamente. Pero cuando entiendes que a tu vida no llega nada que no hayas invitado a través de tus pensamientos, sabes que puedes liberarte de la carga de intentar controlar la conducta de otros y sustituirla por la tarea mucho más sencilla de controlar el rumbo de tus propios pensamientos.

Os vamos a recordar el *Arte de Permitir*: el *Arte de Permitir* tu sintonía Vibratoria con todo lo que eres y deseas. En este enorme y diverso mundo físico hay cabida para todos tus deseos. Todas las cosas terribles o aberrantes que ves, sólo existen porque alguien *desautoriza* el Bienestar que de otra forma podría reinar. La *Ley de la Atracción* es la *Ley* que controla todas las cosas que están en el plano Vibratorio. (Y todo es Vibración.) No tienes que hacer nada con esa *Ley*: simplemente es. Si te centras en comprender y aplicar el *Arte de Permitir*, vivirás feliz independientemente de lo que hagan los demás. Recuerda que mientras prestes atención a los que no son felices, no estarás practicando el *Arte de Permitir*.

¿Si te sientes bien atraerás siempre a personas que se sientan bien?

Pregunta: ¿Es una buena idea intentar atraer a una pareja que me ayude a sentirme bien respecto a mí mismo?

Abraham: Por supuesto. Cuando eres el objeto de atención y de aprecio de otros, siempre te sientes muy bien, porque están en sintonía con su propia Fuente y vierten esa Energía hacia ti. Eso siempre es bueno para ambos, para el que transmite el aprecio y para el que lo recibe. Pero no permitas que tu estado de ánimo dependa de la atención positiva de otro. Demuéstrate que puedes conectar con la Corriente No-Física, tanto si eres el receptor de la energía positiva de otra persona como si no. Si eres capaz de Conectar por ti mismo y lo practicas con frecuencia, siempre podrás mantener el equilibrio; mientras que si esperas a que otro sintonice y se centre en ti, tu estado de ánimo dependerá de lo que haga otra persona, y puede que no siempre esté en sintonía, o puede que tú no seas su punto de atención.

La razón por la que la mayoría de las relaciones van mejor al principio es porque ambas personas tienden más a ver los aspectos positivos en el otro. Puesto que vuestra relación es nueva, no sois conscientes de los defectos del otro, aunque con el paso del tiempo, es normal que veáis más faltas y os esforcéis menos por ser optimistas en vuestras expectativas.

Cuando no dependes de otro para Conectar con la Fuente, descubres la verdadera libertad: la libertad de lo único que puede llegar a atarte: tu resistencia a *quien-eres-realmente*.

¿Podría cualquier persona convertirse en mi pareja perfecta?

Jerry: Si sólo hubiera dos personas en la Tierra, sin importar quién fuera la otra persona, ¿no podríamos crear lo que deseáramos? ¿No podríamos encontrar en el interior de esa persona a la pareja perfecta?

Abraham: Primero has de entender que si sólo hubiera dos personas sobre la Tierra, las experiencias de contraste serían tan limitadas que vuestros deseos no serían muy evolucionados. Por lo tanto, bajo esas condiciones limitadas, vuestros deseos también lo serían, y es muy probable que fuerais felices con ese Ser limitado. Pero ése no es el tema que estás intentando abordar con tu inverosímil hipótesis. A lo que te estás refiriendo es: «Si en cada partícula del Universo coexiste lo deseado y lo no deseado, entonces, ¿no puedo encontrar lo que *deseo* en *todas* las cosas? Y si concentro mi atención en lo que deseo, ¿no me traerá la *Ley de la Atracción* más de lo deseado?». La respuesta es *sí*.

Buscar los aspectos positivos dondequiera que estés te conduce a un futuro mejor. Incluso cuando estás soportando una relación terrible, de ese contraste nacerán deseos de mejora, que tu Fuente interior tendrá como el objeto de su atención unidireccional. Al dirigir tu atención deliberadamente a cualquier pequeño aspecto positivo *te permitirás* sintonizar con deseos mayores que habrán nacido del contraste. Si emites sistemáticamente esa Vibración positiva, pronto aparecerá la manifestación de la versión física. Y si (en tu hipótesis extrema) hubiera sólo una persona en el planeta, ese deseo se vería satisfecho con esa persona. Afortunadamente, contáis con un campo de acción cooperativa mucho más amplio para atraer cosas.

Pregunta: Cuando pregunté cuál sería mi pareja perfecta, alguien a quien considero muy sabio respondió: «La pareja perfecta es la que hace que se manifieste lo mejor de ti y te ayuda a eliminar lo peor». ¿Cuál es vuestra opinión al respecto?

Abraham: Esa persona sería un poco como el mundo de contrastes en general. Es decir, siempre que sabes lo que no quieres, tienes más claro lo que deseas. Por lo que no cabe duda de que te ayudaría a resolver el *Paso Uno* de la ecuación: *la petición*. Tu éxito en conseguir que se convierta en una relación feliz y productiva dependerá de tu habilidad para concentrarte en el deseo que esta persona te ha ayudado a proyectar. Si tu pareja te está ayudando a invocar una corriente constante de *sé lo que no quiero*, de tal modo que proyectas cohetes de deseo de lo que *sí* deseas —y eso te permite concentrar básicamente tu atención en lo que *S/ quieres*—, en ese estado de sintonía tendrás mucho poder para influir en el mundo y dejará de molestarte. Pero si esos ataques negativos son lo bastante fuertes como para desafiar tu continuo estado de *Permitir*, esa persona no podrá permanecer en tu experiencia. La *Ley de la Atracción* os situará en distintos escenarios.

TERCERA PARTE

**La sexualidad
y la Ley
de la Atracción**

Sexualidad, sensualidad,
y las opciones de los demás

Sexo, sexualidad y sensualidad

Jerry: El sexo o la sexualidad es, al parecer, un tema delicado que pone en guardia a las personas y genera opiniones enérgicas. Mi primera experiencia con algo remotamente relacionado con la sexualidad tuvo fatales consecuencias y se produjo cuando una niña y yo, ambos tendríamos unos 2 años, jugábamos dentro de una caja de madera. Nos pillaron desnudos de cintura para abajo y ambos fuimos severamente castigados.

También recuerdo que de niño oía a mi madre discutir con mi padre por cuestiones de sexo. Ella le decía que tenía tres hijos y que no le interesaba tener relaciones sexuales, y que si eso era importante para él que se buscara a otra. Más adelante, recuerdo que cuando todavía era muy joven, todos los niños y niñas que conocía habían tenido algún tipo de experiencia sexual entre ellos, y cuando llegué a la edad de la madurez sexual, creo que debido al fuerte estigma que tenía grabado sobre el sexo, mis preocupaciones, temores e inhibiciones eran tan fuertes que hacía cualquier cosa para evitar ese tema. Tardé mucho tiempo en destruir o resolver mis barreras y empezar a tener experiencias sexuales placenteras.

Me gustaría escuchar vuestra opinión sobre los aspectos sexuales de los Seres humanos físicos; quizá podáis aclarar este tema para que algunas personas se puedan sentir mejor al respecto.

Abraham: En vuestra infancia soléis estar con adultos que han perdido la Conexión con su propio Bienestar y autoestima; de-

bido a ese estado de carencia y desconexión os transmiten sus temores.

Los seres humanos siempre le están dando vueltas al tema de la sexualidad, promulgando leyes nuevas; haciendo enmiendas en las viejas; esforzándose inútilmente en llegar a un acuerdo sobre la actitud y la visión correctas acerca de esta cuestión, y lo que es aún más inútil, tratando de imponer las leyes que crean desde esas posturas de carencia. Vuestras reglas sobre la sexualidad cambian de una cultura a otra, de generación en generación, de una sociedad a otra, de una religión a otra, pero en casi todos los casos, vuestras leyes respecto a éste y todos los demás temas suelen variar según la situación económica del momento. Pero lo más importante es que vuestras leyes y normas, al igual que todas las leyes y normas, están hechas por personas que no se hallan en sintonía con su Perspectiva Expandida.

Si los humanos entendieran que todos son Seres Vibratorios y que la *Ley de la Atracción* aporta a cada uno sus Homólogos Vibratorios, no les preocuparía tanto la conducta de los demás, pues no temerían que ésta les afectase negativamente. Pero en vuestra ignorancia sobre cómo atraéis las cosas y en vuestro temor a que suceda lo que no deseáis, tomáis decisiones y creáis leyes y normas que no sólo son inviables, sino que propician más conductas como las que pretendéis erradicar. *Cuanto más intentáis eliminar lo que no deseáis, más de lo mismo se presenta en vuestra experiencia.*

Respecto a este tema de la sexualidad, los principales detractores, y a mucha distancia, son personas de distintos grupos religiosos que creen que *Dios* ha hablado a los humanos y les ha dado instrucciones específicas. Cuando el receptor está a la defensiva o se siente culpable, la incoherencia del mensaje que cree haber recibido impide que reciba las respuestas del amor puro de la Fuente. La misma idea de que «lo que yo he recibido es lo correcto y

lo que reciben los demás no lo es» crea una resistencia a la propia Fuente de la que dices haberlo recibido. Lo cual nos conduce a la premisa incorrecta más importante de todas:

Premisa incorrecta n.° 14: *Hay un Dios Que, tras haber tenido en cuenta todas las cosas, ha llegado a una conclusión final y correcta respecto a todo.*

Esta falsa creencia o premisa es la causa del ataque constante del ser humano a la humanidad. Es la causa de vuestras guerras, de vuestros prejuicios, de vuestro odio y de vuestros sentimientos de falta de autoestima; y es la razón principal por la que no permitís vuestro propio Bienestar. Esta falsa premisa es tan importante y sus repercusiones tan amplias que podríamos escribir un libro entero sobre la visión distorsionada que tiene el ser humano sobre sí mismo, los demás y lo que denomina *Dios*. Esta conclusión errónea —de que la Fuente (no importa el nombre que quieras darle) ya no se expande, sino que es completa o perfecta, y que exige que cumplas físicamente sus rígidas normas— no sólo desafía las *Leyes del Universo*, sino que incita a otra falsa premisa, y a otra, y a otra, para que se sostenga. *Alejado* de la Vibración de amor de su Fuente, el ser humano permanece en guardia y se siente culpable y temeroso, y asigna esas mismas cualidades de escasez a lo que denomina Dios.

La humanidad sigue discutiendo sobre las leyes que les ha transmitido Dios, a la vez que las cambia y adapta a sus deseos o necesidades económicas individuales. Es habitual que los seres humanos reciban instrucciones de sus líderes religiosos acerca del valor o la necesidad de seguir esas normas. Te dicen que seguirlas te traerá bendiciones, y que si las incumples serás castigado; pero cuando observas que los transgresores medran más que la mayoría de los que las siguen, y que, además, suelen sufrir bastante, te inculcan otra de las premisas más falsas:

Premisa incorrecta n.º 15: *Mientras estés en tu cuerpo físico no puedes saber cuál es la verdadera recompensa o castigo por tus acciones físicas. Tu recompensa o castigo se te revelará tras tu muerte física.*

Las *Leyes* de amor que sostienen *Todo-Lo-Que-Existe* son *Leyes* Universales, y por lo tanto siempre son aplicables. Cuando sintonizas con ellas es tan evidente como cuando no lo haces. Cuando lo que sientes se parece al amor, lo *es*, y cuando lo que sientes se parece al odio, no es amor.

Aunque muchos quieren vivir de una forma apropiada, tener que elegir una conducta adecuada de las interminables listas de la diversidad hace que la mayoría de las personas duden de estar en el buen camino. Lo que conduce a otra premisa incorrecta:

Premisa incorrecta n.º 16: *Al recopilar datos sobre las manifestaciones o resultados de la forma en que han vivido y viven las personas de este planeta, podemos clasificarlos en dos grupos claramente diferenciados: bueno y malo. Y cuando se haya realizado esa labor bastará con imponer esas conclusiones. Cuando todo el mundo esté de acuerdo con nuestras resoluciones —y lo más importante, cuando consigamos que las cumplan— tendremos armonía en la Tierra.*

Y así, cada día mueren más personas en las luchas por defender, o probar, cuál es la forma correcta de vivir, y todos los grupos proclaman que tienen el apoyo y la aprobación absoluta de Dios. Y eso ni tan siquiera se aproxima a lo que es una verdadera Conexión con Dios.

No habéis adoptado este cuerpo físico con la intención de seleccionar un grupo de ideas para que todo el mundo las acepte. De

hecho, es justo lo contrario de lo que habíais planeado antes de nacer. Sabíais que llegaríais a un entorno de variedad extrema, y que desde esa plataforma de diferencias y opciones nacerían ideas-nuevas-y-mejoradas. Entendíais que la naturaleza Eterna de lo que los seres humanos llaman Dios se encumbraría gracias a vuestra participación. Sabíais que esta plataforma de gran contraste sería la base para la expansión Eterna que se produce en lo que los seres humanos denominan Eternidad. *La expansión de Dios no tiene fin, y la participación humana física no se puede separar de ella.*

La parte más destructiva de la confusión humana sobre su Conexión con Dios o la Fuente es su necesidad de encontrar y defender sus valores, que creen que han de imponer a los demás. La propia naturaleza de la acción de fijarse en los aspectos no deseados de los demás e intentar combatirlos impide que sintonicen con la *bondad* de la *Fuente* que están buscando. Entonces culpan del vacío que sienten a las diferencias que ven en los otros. Lo que nos conduce a otra premisa incorrecta:

Premisa incorrecta n.º 17: Sólo personas muy especiales, como el fundador de nuestro grupo, pueden recibir el verdadero mensaje de Dios. Y todos los demás mensajes son incorrectos.

Es curioso que en plena conversación sobre la sexualidad, no sólo hayamos revelado una de las premisas incorrectas más importantes, sino que el tema de la sexualidad sea uno de los pilares de la existencia humana. El sentimiento básico de falta de autoestima debido a la Desconexión con la *Fuente* es la causa de la confusión en el tema de la sexualidad.

Rara es la persona que ha descubierto lo que cree que es la conducta apropiada y que ha conseguido la autodisciplina para re-

girse por ella, debido a que sus instintos naturales inspirados en un conocimiento mucho más Amplio van en contra de la conducta restrictiva asignada por los Seres humanos.

¿Se rigen nuestras leyes sexuales por las dimensiones No-Físicas?

Jerry: Entonces, ¿qué es *natural* para mí? Recuerdo que siempre había querido comprender no sólo lo que es *natural*, sino lo que podía ir en contra de las leyes superiores. Por ejemplo, al observar o leer sobre otras culturas del mundo, parecía que todas ellas, por primitivas o supuestamente avanzadas que fueran, tenían tabúes y reglas —que controlaban a los recién llegados— respecto al sexo. Por eso, me preguntaba si traemos algo de eso desde nuestro conocimiento superior o desde nuestro *Ser Interior*.

Abraham: No hay tabúes ni reglas que provengan de vuestro *Ser Interior*, de vuestro conocimiento superior o de vuestro No-Físico, pues todas ellas son producto de vuestra vulnerabilidad física. Siempre, sin excepción, toda ley —religiosa o secular— procede de una perspectiva de escasez, de la postura de intentar proteger o guardar a alguien de algo. Si os fijarais realmente en lo que está sucediendo con esas leyes, os daríais cuenta de que no consiguen disuadir a sus transgresores. De cualquier modo, sólo sirven para incordiar a los que no las violan, restringiendo su libertad, y confundir más a los que buscan la aprobación de los otros a través de la conformidad.

¿Oís los pájaros? [Abraham comentan los sonidos de la naturaleza que se pueden oír desde el interior de la casa.] Esa es una llamada muy *sexual*. Hace un momento, el gallo cacareaba tan alto que hasta habéis pensado en interrumpir la grabación. Es

decir, vuestro mundo está repleto de Seres que reciben instrucciones desde lo No-Físico. Sin embargo, sólo son los humanos los que ofrecen resistencia y están en guardia respecto al tema de la sexualidad; son sólo los humanos los que experimentan esa carencia extrema en cuanto a la sexualidad. Y desde vuestra perspectiva de carencia, desde vuestra preocupación de estar haciendo algo incorrecto, preocupación que os ha sido inculcada por los que ya se han marchado, la mayoría estáis confundidos y no sois muy felices.

La sexualidad se guía por impulsos, no por leyes

Jerry: Vale. No hay reglas desde la dimensión No-Física que nos digan cómo hemos de actuar sexualmente en esta forma física, por lo que, cuando nacemos en este cuerpo, no venimos con ningún conocimiento previo de norma alguna. ¿Es ésta la razón por la que los niños son tan naturales y se comportan de formas que los adultos no ven con buenos ojos? ¿Y es esa la razón por la que los adultos sienten la necesidad de frenarlos o controlarlos?

Abraham: No nacisteis en este cuerpo físico recordando listas de lo bueno y lo malo, porque esas listas no existen, en cambio nacisteis con un eficaz *Sistema de Guía. Las emociones que sientes, sin excepción, siempre son indicadores de tu sintonía* —o discrepancia— *Vibratoria entre el pensamiento en que se ha concentrado tu cerebro humano y la visión de tu Perspectiva Expandida No-Física respecto al mismo tema.*

Puesto que tu Fuente interior está en Eterna expansión, tu comprensión, perspectiva, intenciones y conocimiento de esa parte tuya también se expande Eternamente. Esa es la razón por la que no puede haber listas estáticas de lo bueno y lo malo, o de

lo correcto o incorrecto, con las que puedas contrastar tu experiencia. Pero en cada momento y en cada pensamiento, cuentas con tu reacción personal, individual, amorosa y exacta, para ayudarte a saber cuándo estás en sintonía con tu Perspectiva Expandida y cuándo no lo estás. *No hay una lista de directrices de la Fuente para todos, pero sí una Guía individual para todos los Seres físicos, en todos los lugares del tiempo y del espacio, respecto a todas las situaciones.*

Si en vuestro deseo de socializar con los recién llegados a vuestra sociedad, no sois conscientes de vuestro propio *Sistema de Guía*, ni tampoco del de ellos, os embarcaréis en la misión imposible de determinar qué acciones son las correctas. Asimismo, también tendréis la misión aún más imposible de imponer vuestras elecciones.

La razón por la que muchas personas creen que han de controlar la conducta de los demás es porque consideran que otros tienen el poder de imponerse en su experiencia. Cuando recuerdas que no puede aparecer nada en tu vida que no hayas invitado Vibratoriamente antes, estás realizando la sencilla tarea de observar qué Vibraciones emites y ahorrándote el esfuerzo inútil de controlar la conducta de los demás. *Cuando recuerdes que la variedad de conductas contribuye al equilibrio y al Bienestar de tu planeta incluso aunque no apruebes las conductas de los demás, y recuerdes que no estás obligado a participar en ellas, ni lo vas a hacer —a menos que les prestes tu atención—, entonces estarás más dispuesto a permitir que los demás vivan como prefieran.*

La necesidad de controlar a los demás siempre surge de la falta de comprensión de las *Leyes del Universo* y del papel que has intentado representar con el resto de los seres con los que compartes el planeta. Pero esto nos lleva a otra gran premisa falsa:

Premisa incorrecta n.º 18: *Al descubrir los elementos indeseables de nuestra sociedad, podemos eliminarlos. Y en su ausencia seremos más libres.*

La verdadera libertad es la ausencia de resistencia, la verdadera libertad es la presencia de sintonía; la verdadera libertad son tus sentimientos cuando ya no obstaculizas tu sintonización o fusión absoluta con tu parte No-Física Expandida. Por consiguiente, no es posible actuar en contra de algo que no deseas, y al mismo tiempo, estar fusionado con *quien-eres-realmente* y con lo que quieres. *No puedes ir en contra de lo que no quieres y, al mismo tiempo, estar en armonía con lo que quieres. Nunca te sentirás mejor intentando controlar a los demás, por buenas que sean tus intenciones.*

No viniste con el conocimiento de las normas de la conducta correcta, pero te veías impulsado a cumplirlas. Es decir, igual que te sientes impulsado a beber cuando tienes sed para hidratar tu cuerpo o a comer cuando tienes hambre para proporcionarle combustible, la sensación o impulso de la sexualidad se manifiesta de forma natural para la perpetuación de la especie en vuestro planeta.

¿Y si los humanos se comportaran sexualmente como animales salvajes?

Jerry: Volviendo a los animales, que parece que actúan desde su Guía No-Física, o *instinto*, como nosotros lo hemos llamado... nuestro gallo y sus gallinas no tienen leyes o normas escritas por las que regirse; simplemente actúan guiándose por lo que sale de su interior. Si volviéramos a nacer en este planeta y pudiéramos empezar de nuevo, sin reglas, quizá también podríamos actuar desde nuestro *Ser Interior* sin necesitar restricciones externas.

Pero nacemos en sociedades y culturas que ya tienen reglas y normas a las que nos insisten que debemos ceñirnos.

Abraham: Lo que más deseamos que entiendas es que como humanos, vosotros también tenéis una Guía interior. Y esa Guía, vuestro conocimiento interno, vuestro sentido del yo —en realidad, la naturaleza Eterna de *quién-eres*— es lo que predomina. Aunque creas que las restricciones establecidas por otros humanos son un obstáculo, ese obstáculo no es ni tan grande ni tan insalvable como piensas, porque tus impulsos No-Físicos innatos son aún más fuertes.

A pesar de que vuestras sociedades han impuesto innumerables normas o leyes respecto a vuestra conducta sexual, hay muchos más transgresores —y que siempre lo han hecho— que seguidores. Eso se debe a que los impulsos No-Físicos son muy fuertes. Si tu gobierno, o alguna entidad de control estatal, te dijera que está prohibido comer, predominarían tus impulsos naturales de supervivencia y encontrarías el modo de hacerlo.

Ni tu mundo ni tú necesitáis este libro para liberar vuestra conducta de las restrictivas leyes, normas y malentendidos sobre la sexualidad, porque vuestros impulsos naturales son tan fuertes que no actuáis como si estuvierais limitados por ellos. Es decir, vuestros instintos e impulsos naturales son tan fuertes que guían vuestra conducta. Pero luego sufrís una discordia emocional cuando comparáis vuestra conducta con esas leyes no realistas que han sido creadas para intentar controlar. O sea, os comportáis de forma natural, pero os sentís culpables.

Vuestras sociedades nunca hallarán la felicidad que buscan —o conocerán las delicias de la verdadera libertad— en tanto en cuanto crean que han de controlar las conductas de sus miembros. Lo que en realidad estáis buscando es controlar vuestros pensamientos y sintonizar con vuestra Perspectiva Expandida.

¿Qué pasa cuando la sociedad desapueba la sexualidad individual?

Jerry: ¿Qué pasa si te sientes bien cuando piensas en hacer algo específico, pero cuando te das cuenta de lo que pensarán los demás, desaparece ese bienestar? ¿Qué sugerís en ese caso?

Abraham: Diríamos que no vas por buen camino porque intentas guiarte por las opiniones ajenas, y la única Guía que cuenta es lo que sientes en cada momento, cuando tu pensamiento armoniza —o no armoniza— con la Perspectiva Expandida de tu Fuente.

Ningún otro humano sabe realmente las intenciones que tenías cuando viniste desde el plano No-Físico. No son tú, ni han vivido los miles de relaciones que has experimentado, ni forman parte de los cohetes de deseo que has enviado durante toda tu vida. No conocen la Realidad Vibratoria que has creado en el transcurso de tu vida, y no pueden sentir la armonía o la discordia —permisión o resistencia— que notas a través de tus emociones.

Tu pregunta es importante porque a través de ella estás intentando comprender en cuál de tus emociones has de confiar o seguir: la emoción agradable que has sentido como respuesta a tus pensamientos sobre tu experiencia personal, o la emoción desagradable que has tenido como respuesta a ser consciente de la desaprobación de los demás.

Nada es más importante que reconocer la existencia de tu *Sistema de Guía Emocional* y cómo funciona, pues sin él no hay guía alguna en la que puedas confiar. Las emociones que sientes en cada momento te están indicando el grado de concordia o discordia entre tu Fuente y tú respecto al pensamiento que está activo en el momento de la emoción. Cuando logres comprender que en el transcurso de toda tu vida, antes de adoptar este cuerpo, tu

Ser Interior se había convertido en la suma de todas tus vivencias y que ahora es el equivalente Vibratorio de todo lo positivo —y si entonces entiendes que tus emociones te están proporcionando la información sobre tu grado de fusión con el punto de vista omnisciente, Puro y de Energía Positiva de la Fuente—, podrás apreciar realmente tus emociones.

Siempre que tienes una emoción negativa, eso significa que tu pensamiento activo actual no está en sintonía con el conocimiento de la Fuente. Es decir, cuando te encuentras defectos, cuando consideras que no vales o que no eres digno de algo, siempre sientes una emoción negativa, porque tu Fuente interior sólo siente amor hacia ti. Y siempre que desapruebas a los demás, sientes una emoción negativa, porque tu Fuente interior sólo ama a los demás. Si recordaras que siempre que sientes una emoción negativa significa que estás en discordia con la Fuente, podrías reestructurar deliberadamente tus pensamientos. Hasta que sintonizaras. Esta es la forma de utilizar tu *Sistema de Guía* con eficacia.

Cuando las personas sustituyen esta Guía tan personal para intentar modificar su conducta con la intención de complacer a los demás, pronto se dan cuenta de la incoherencia de las directrices ajenas y de que no saben lo que han de hacer. Muchas personas han perdido su Conexión consciente con su *Sistema de Guía*, y en lugar de concentrar deliberadamente sus pensamientos para que estén en armonía con su Fuente y su poder —en vez de asegurarse de que están en sintonía con su Vibración de claridad, amor y fuerza—, trasladan su atención a los resultados de lo que han estado pensando ellos y las personas que las rodean. Es decir, examinan, clasifican, encasillan, evalúan y juzgan los resultados de la creación Vibratoria que está teniendo lugar a su alrededor, clasificándolos como *buenos* o *malos*, *correctos* o *incorrectos*. Y con todos esos datos pierden su rumbo.

Hay tantas opiniones diferentes, circunstancias extenuantes y motivos, que juzgar si las conductas interpersonales en vuestras sociedades son correctas o incorrectas es imposible. Incluso cuando más o menos llegáis a un consenso en algunos aspectos sobre la forma adecuada de vivir como sociedad, no tenéis modo de convencer a los demás de que estáis en lo cierto. Incluso cuando os unís y dictáis leyes contra las conductas «inapropiadas», no tenéis forma de imponerlas... *Aunque vuestras sociedades siguen intentando dictar e imponer una conducta humana que complazca a la mayoría, debido a vuestra diversidad ese desagradable esfuerzo siempre resulta ser un precio demasiado alto. Simplemente, no hay bastante dinero en el mundo para contrarrestar las corrientes naturales de libertad individual y pensamiento independiente.*

Cuando las personas han olvidado que viven en un Universo inclusivo y que la *Ley de la Atracción* es la administradora que organiza todos los detalles de los encuentros, temen algo imposible: *que aparezca lo no deseado en su experiencia.* Pero cuando recuerdas que no llega nada a tu vida que no hayas invitado, y que toda invitación de lo deseado y lo no deseado aparece porque has pensado lo suficiente en su esencia, puedes empezar a utilizar tu poderoso *Sistema de Guía Emocional* con la convicción de que estás creando tu propia realidad.

Si las personas prestaran atención a su armonía o desarmonía interior —que se manifiesta como emociones negativas o positivas—, podrían ahorrarse la ardua e inútil tarea de intentar controlar la conducta de los demás.

Cuando tus pensamientos sintonicen con tu entendimiento Expandido y ya no gastes ni el tiempo ni el dinero en cosas que no puedes controlar, no sólo sintonizarás con tu Fuente y te tranquilizarás emocionalmente, sino que aparecerán en tu vida todas las cosas que deseas.

Volviendo a tu importantísima pregunta... los pensamientos

sobre una conducta o acción que te ha proporcionado placer—independientemente de las opiniones de los demás con sus innumerables críticas, reglas y desaprobaciones—, concuerdan con los de la Fuente. Y tus pensamientos de desvalorización que te hacen sentirte mal, porque has aceptado la desaprobación ajena (real o imaginaria), son pensamientos que no concuerdan con la Fuente.

Clasificar las conductas de las sociedades, del pasado y del presente; clasificar todas las opiniones de las personas de todo el mundo; revisar todas las leyes; comprender por qué se dictaron; evaluar su evolución; intentar vivir según todas ellas o imponerlas... crea confusión, es abrumador e imposible.

Para saber si la Fuente, la Inteligencia Infinita, el Ser Interior, Dios está de acuerdo o no con tu pensamiento, palabra o acción, basta con que observes cómo te sientes.

Para estar en paz con todo has de dejar de lado tu deseo de buscar la aprobación de los demás y obtenerla de ti mismo. Eso se consigue de dentro hacia fuera; reconociendo que quieres sentirte bien y que deseas una vida que esté en armonía con lo bueno. Si ese es tu punto de partida, te garantizamos que nunca te encontrarás en una situación donde la acción que realices o que observes te haga sentir que has traicionado tu sentido del bien y el mal.

¿Quién establece la jerarquía sexual humana?

Jerry: En mi evaluación de la sexualidad humana dentro de nuestra cultura, a mi entender tenemos lo que podríamos denominar sumo sacerdote, que *no* practica el sexo; luego está la gente corriente, que practica el sexo (pero sólo con fines procreadores); y por último, en la categoría más baja de la jerarquía, se encuentran

los que lo practican por placer. Pero a mí me parece que todos tenemos algo de todo eso...

Abraham: Hemos de interrumpirte aquí porque todas esas ideas proceden de una perspectiva de escasez, de personas que creen que no se consideran dignas.

Vuestra experiencia física de la vida es sensual. Venís a este entorno físico con ojos sensuales para ver, orejas sensuales para escuchar, nariz sensual para oler, piel sensual para sentir, y lengua sensual para saborear. Esta realidad espacio-temporal de Primera Línea se basa en las complejas interpretaciones Vibratorias que os proporcionan los sentidos, y todo ello es para ensalzar vuestra experiencia física.

Si prestáis atención a vuestras emociones, descubriréis qué conducta es la apropiada para vosotros, y entenderéis lo que valéis. No es necesario, ni siquiera posible, localizar el momento en que los humanos dejasteis de creer en vuestro valor y dignidad. Ha sido una erosión gradual provocada por vuestra Desconexión con la Fuente a causa de la incesante comparación de vuestra experiencia humana en busca de la respuesta o la conducta «correctas». Y ahora impera en vuestro planeta el sentimiento de falta de autoestima, y gran parte de los pensamientos de las personas están concentrados en la escasez, que sólo promueve más falta de sintonización con la Fuente, el amor y el Bienestar.

Estáis aquí en vuestro cuerpo físico como extensiones de la Energía Fuente experimentando contrastes específicos y tomando nuevas decisiones específicas respecto a la bondad de la vida, y cada vez que vuestra experiencia os plantea una pregunta, nace una respuesta equivalente en la experiencia de la Fuente. Cada vez que tu experiencia te plantea un problema, nace una solución equivalente en la experiencia de tu Fuente. Por vuestra voluntad de vivir, explorar y experimentar el contraste, estáis generando

constantemente nuevos cohetes de deseo, y *Todo-Lo-Que-Es* se expande gracias a lo que estáis viviendo.

Cuando tu principal intención sea encontrar sentimientos que te ayuden a sentirte bien, te convertirás en el Homólogo Vibratorio de tu Fuente, y el sentimiento positivo que reinará en tu interior será tu indicador de que estás cumpliendo con tu razón de existir y de que prosigues con la expansión de tu propio Ser.

Cada experiencia te ayuda a expandirte, y tu emoción positiva es tu indicador de que estás a la altura de esa nueva expansión. La emoción negativa es tu indicador de que la mayor parte de tu ser se ha trasladado a un lugar expandido, pero tú te estás retrayendo. Al observar tus sentimientos y buscar sistemáticamente tus mejores pensamientos creas una dinámica de sintonización que te ayuda a darte cuenta enseguida de que te estás alejando de la armonía que has conseguido.

Te prometemos que nunca podrás actuar en contra de tu alegre, adorable Ser Fuente-Dios sin que sientas una fuerte emoción negativa.... Son muchas las personas que están en total discordia con su Fuente, que condenan a los demás a la vez que proclaman su rectitud. Pero la ira que las corroe es la prueba de que están bloqueando esa rectitud de la que tanto alardean. *La ira, el odio, la condena no son signos de estar en sintonía con Dios, sino indicadores de discordia con lo que denominas Dios.*

Algunas personas dirán: «Entonces, el sentimiento de culpa que tengo debe de ser porque estoy haciendo algo malo o equivocado». No obstante, lo que queremos que entiendas es que tu emoción negativa simplemente significa que el pensamiento que vibra en tu interior no coincide con la Vibración de tu Fuente. La Fuente te sigue queriendo. Cuando *tú* no te quieres, sientes discordia.

Si nosotros estuviéramos en vuestro lugar y contempláramos una acción que nos causara una emoción negativa, no pasaríamos

a la acción hasta que hubiéramos resuelto la emoción negativa. Nos cercioraríamos de haber sintonizado con la Fuente antes de proceder. *Al sentir el pensamiento más positivo, en un período de tiempo generalmente breve, sentirás la armonía con tu Fuente; y sabrás cuál es la conducta apropiada para ti. No buscaríamos largas listas de bueno y malo, sino que sentiríamos la emoción de estar en sintonía con la Fuente.*

La emoción negativa no significa que no seas bueno. Significa que en estos momentos tu pensamiento activo no está en armonía con los pensamientos activos de tu Fuente sobre el mismo tema. Si crees que las relaciones sexuales son malas y estás a punto de tener una, tu emoción negativa no confirma que la relación sexual sea negativa. Confirma que tu opinión sobre tu conducta y sobre ti mismo en estos momentos no está en armonía con los sentimientos de tu Fuente respecto a ti. Detente y busca pensamientos agradables y de aprobación respecto a ti mismo, y siente cómo desaparece la discordia.

En general, cuando ya llevas cincuenta, sesenta o setenta años en tu cuerpo, tienes muy claro que no puedes complacer a todos. De hecho, entiendes que tampoco puedes complacer a muchas personas, porque cada una quiere algo distinto de ti. Intentar guiarte por la aprobación de los demás es inútil y penoso. Pero puedes confiar en tu Guía interior. En realidad, es en lo único en que *puedes* confiar, porque contiene la comprensión completa de *quien-eres-realmente, de-quien-eres-ahora*, y sabe cuál es tu relación Vibratoria con tu Ser expandido.

Cuando entiendas tu relación con tu Fuente y seas consciente de la relación Vibratoria que mantienes con tu *Guía emocional*, no podrás desviarte de la plenitud, bondad y valía que constituye tu ser.

¿Cómo podemos coordinar nuestras co-creaciones sexuales?

Jerry: Tengo la impresión de que los seres humanos encerramos una necesidad innata de procrear, así como el deseo innato de gozar de la sensualidad. También creo que tenemos el deseo innato de crear a través del pensamiento, pero el tema de la sexualidad apunta a la idea de la co-creación, donde están implicados los deseos, las creencias e intenciones de dos personas. ¿Cómo pueden dos personas diferentes, que están sujetas al tiempo y a las experiencias, seguir co-creando en armonía? ¿Cómo puedo coordinar mis deseos con los de mi pareja, puesto que ambos cambiamos?

Abraham: Como hemos dicho en la última pregunta, es importante que tu deseo de armonía con tu pareja no se convierta en un deseo de búsqueda de la aprobación de esa persona. No hay fuerza más destructiva para las relaciones que perder la libertad para llegar a un acuerdo. Lo que nos lleva a otra premisa incorrecta:

***Premisa incorrecta n.º 19:** Una buena relación es aquella en la que cada persona tiene la intención de encontrar la armonía y el acuerdo en el otro.*

¿Cómo es posible que el hecho de que dos personas busquen la mutua armonía sea una mala base para gozar de una buena relación y ser felices? Ambas personas han creado su propio Depósito Vibratorio (Realidad Vibratoria) con el que han de estar en armonía si quieren ser felices. Cuando estar en armonía con tu pareja se antepone a estar en armonía con tu Ser Interior, es muy probable que se produzca la discordia entre tu Fuente y tú. El sentimiento de discordia se traduce en la pérdida de la libertad, y entonces tu pareja, con la que quieres estar en armonía, no se

siente tan bien. Notas que has perdido la conexión con tu Fuente, y así *es*; y entonces (sin pretenderlo) empiezan los resentimientos con la pareja a la que estás intentando complacer. Resumiendo, no hay sustituto para el estado de sintonía con la Fuente.

Una vez más, estás buscando el amor donde no debes. No estamos insinuando que no tengas que llevarte bien con tu pareja, sino el enorme beneficio de sintonizar primero con la Fuente. *Cuando sintonizas con la Fuente que hay en tu interior, también sintonizas con tu mayor expansión. Y cuando sintonizas con quien-eres-realmente y con todo lo que eres ahora, automáticamente estás en armonía con lo mejor de tu relación de pareja.*

Las parejas, o cualquiera que esté implicado en algún tipo de creación conjunta, que pretendan encontrar la armonía intentando primero complacer al otro, siempre acaban descubriendo el fallo de esta premisa. *Si no eres lo bastante egoísta para buscar y encontrar la armonía con tu Fuente, tampoco tendrás nada que ofrecerle a tu pareja.*

Si hacer feliz al otro lo consideras tu obligación y te esfuerzas por comportarte de formas que complazcan a tu pareja, la predispones para que sea infeliz porque le estás enseñando a recurrir a ti y a tu conducta para sentirse bien, en lugar de que intente sintonizar con su Fuente. No importa lo bueno que seas complaciéndola, ni lo mucho que te esfuerces, nunca serás un buen sustituto de la sintonía de tu pareja con su propia Fuente.

El mensaje que deseas transmitir a las personas con las que estás co-creando es: «Nunca te haré responsable de mis sentimientos. Tengo el poder de concentrarme para sintonizar con mi Fuente, y por consiguiente está en mi mano sentirme bien». Si esa es tu verdadera intención, habrás descubierto el camino, el único camino hacia la verdadera libertad y felicidad. Pero si tu felicidad depende de las intenciones, creencias o conductas de otro, estás atrapado, pues no puedes controlar nada de eso.

El temor al sexo estropea el placer de las caricias

Jerry: Abraham, me gustaría leeros algunas preguntas que nos han hecho. Son ejemplos de la vida real que les suceden a las personas, y me gustaría conocer vuestras respuestas respecto a las *Leyes* y procesos que nos habéis estado enseñando.

Una mujer joven nos dice: «Mi madre y yo no nos sentimos cómodas con la sexualidad. No nos gusta oír hablar de sexo, ni leer sobre él, ni verlo por televisión, ni practicarlo. Creo que los fuertes sentimientos negativos que tiene mi madre al respecto han influido en que ahora, cada vez que mi pareja me acaricia, sienta miedo de que quiera sexo. Me gustaría disfrutar de una buena relación matrimonial, pero ¿cómo puedo gozar de la parte sensual o del tacto sin sentir el temor de que eso nos lleve a la relación sexual?»

Abraham: Nadie que escuche o lea la situación de esta mujer se quedará indiferente ante sus palabras. Unos sentirán lástima por ese esposo que tiene una mujer que rechaza tanto el sexo, mientras que otros se identificarán con ella. Si esta mujer está casada con alguien que tiene otras ideas respecto a la relación sexual, uno de los dos siempre se sentirá incómodo con este tema.

Lo más importante que nos gustaría que entendiera (y que suele ser lo más difícil para la mayoría de las personas) es que esta conversación, y en última instancia su solución, no tiene nada que ver con el *acto* sexual, pues no hay normas sobre qué está bien o qué está mal en la conducta sexual. Una fuerte emoción negativa asociada a un tema específico significa que tus pensamientos activos habituales respecto a él están en discordia con tu Fuente.

Por ejemplo, si de joven (no importa la edad, pero estas cosas suelen empezar muy pronto) sentiste una fuerte desaprobación

como respuesta a tus palabras o conducta respecto a este tema, lo más probable es que hayas llegado a la conclusión de que esas palabras, conducta o pensamientos no eran apropiados. Al sentimiento de vacío lo llamaste *culpa*, y lo aceptaste como una prueba de tu mal hacer o de tus malas palabras o pensamientos. Pero la guía que te estaba ofreciendo tu *Sistema de Guía Emocional* era muy distinta: tu sentimiento de culpa era un sencillo indicador de que tu conclusión sobre tu autodesaprobación difería mucho de la opinión de tu Fuente. Es decir, tú te estabas condenando, pero tu Fuente no.

No hay deseo más innato que reconocer lo que vales y lo bueno que hay en ti, y cuando albergas pensamientos crónicos que no te lo permiten, te sientes mal. Si has llegado a la conclusión de que una conducta en particular es incorrecta, te sentirás peor cuando la realices. Si has llegado a la conclusión de que una conducta es buena, te sentirás mejor cuando la realices. Pero tu vida se complica cuando intentas poner orden en todo eso clasificando las conductas en *buenas* y *malas*, o en *correctas* e *incorrectas*.

Por ejemplo, si crees que una buena esposa es la que intenta complacer a su esposo, te sentirás mal si no cedés a sus deseos sexuales. Si crees que la relación sexual no está bien, ceder a los deseos sexuales de tu esposo te incomodará, así que tanto si dices *sí* como si dices *no* a su petición, te sentirás mal. Para ti es imposible decidir. Y con el tiempo acabas llegando a la conclusión de que el deseo sexual es inapropiado.

Pero queremos que entiendas que ninguna de las emociones que has sentido tiene relación con que su conducta o su petición sea correcta o incorrecta. Tus emociones siempre están condicionadas a que tus pensamientos estén en sintonía con tu *Ser Interior*. Cuando crees que no eres apropiado, nunca estás en sintonía con tu Fuente. Cuando crees que tu marido no se comporta adecuadamente, nunca estás en sintonía con tu Fuente. Si crees

que tu madre estaba equivocada cuando te influyó sobre el tema de la sexualidad, no estás en sintonía con tu Fuente.

Imaginemos que debido a tu experiencia de la vida has decidido que no quieres participar en una actividad en concreto, sexual o de otra índole, ni piensas en lo que no quieres respecto a ese tema, por lo que no has activado ninguna Vibración. Bajo esas condiciones, la poderosa *Ley de la Atracción* te aportará una pareja que esté totalmente de acuerdo contigo y no tendréis ningún problema de incompatibilidad.

Ahora bien, imaginemos que, debido a tu experiencia en la vida has decidido que no quieres participar en una actividad en concreto. Tomaste esa decisión cuando eras joven. De hecho, la aprendiste de tu madre, en quien confiabas. Te parece una decisión importante. Lees libros que están relacionados con ella. Buscas consejo. Tienes muy, pero que muy claro lo que no quieres, y sueles justificar esa decisión. En esta situación, a la *Ley de la Atracción* le sería imposible aportarte una pareja que esté de acuerdo contigo porque tu Vibración predominante sobre este tema no coincide con la de tu decisión. Por lo tanto, atraerás parejas que te pedirán o exigirán justo lo contrario de lo que has decidido que desees.

No pretendemos ni disuadirte ni convencerte de nada respecto al sexo, sino que entiendas que éste es otro caso de los que «no puedes llegar allí desde allí». No puedes seguir irradiando una Vibración que se base principalmente en lo que *no* desees y conseguir lo que *si* desees. Por otra parte, también queremos que comprendas que cuando prestas atención a tus sentimientos y eliges deliberadamente los que te ayudan a sentirte mejor, empiezas a reconocer la naturaleza de tus deseos No-Físicos Expandidos. *La mayoría de tus emociones negativas no se deben a que lo que ocupa tus pensamientos esté mal, sino a que estás condenando lo que tu Fuente no condena. Tu Fuente es amor, no condenación.*

Con el tiempo, cuando estés más en sintonía con la Vibración de tu Fuente, te prometemos que volverá tu sensualidad. Pues has venido a este cuerpo físico deseando explorar y gozar la deliciosa naturaleza de tu corporeidad. Nunca hemos visto a un ser humano físico que estuviera en *sintonía* con la Fuente, que repudiara la relación física. La repulsión es un indicativo de *desconexión*.

Siempre podemos volver a empezar

Jerry: Abraham, antes de conoceros, yo describía la vida como recorrer un sendero con muchos desvíos posibles que se bifurcaban por aquí o por allá. Podía elegir este desvío o ese otro; y si alguna vez me encontraba en algún punto donde la vida no me parecía bien, hacía marcha atrás y regresaba al anterior desvío, y entonces a veces escogía otro mejor. Pero por vuestras palabras me parece entender que no es necesario volver atrás y que puedo empezar de cero en cualquier momento.

Abraham: Lo que tu analogía no tiene en cuenta es que durante el tiempo en que seguiste un camino que no te gustaba, no te sentías bien y enviabas cohetes de deseo para conseguir soluciones o mejoras; y de ese modo, añadiste tus deseos rectificados a tu Depósito Vibratorio. Es más, tu parte No-Física se convirtió en ese Ser expandido que vivía una experiencia mejor. Ni es necesario ni posible que vuelvas a una perspectiva física anterior. La vida ha hecho que avanzaras. Pero lo más importante es que esa versión expandida de ti te está llamando, y si escuchas, se te presentará un camino bien-iluminado y fácil de recorrer.

¿Cómo recobrar la frecuencia de la sexualidad placentera?

Jerry: Aparte de la pregunta planteada por la joven de la que acabamos de hablar, hay un hombre que dice: «Durante los tres primeros meses de matrimonio, mi esposa y yo hacíamos el amor tres o cuatro veces al día. Pero, ahora, con el paso de los años, a mi esposa hasta le molesta mantener relaciones. Y si no soy yo el que empieza, nunca haríamos nada. No le interesa ninguna forma de estímulo mental, como palabras, películas o revistas. No permite que le enseñe nada que desvíe su atención en esa dirección. No quiero hacer el amor con ella si no disfruta, porque si no es placentero para ella, tampoco lo es para mí. *¿Qué pensamientos he de cambiar para cambiar esta experiencia?».*

Abraham: Muchas personas se encuentran en situaciones que parecen no tener solución: «Puesto que mi esposa no quiere mantener relaciones sexuales, mis opciones son: 1) pasar sin sexo... y no sentirme bien; 2) dejar a mi esposa y buscar otra pareja que sea más compatible, como lo éramos los dos al principio... pero no quiero dejarla; 3) seguir casado pero buscar una amante... pero no quiero traicionar a mi esposa, y estoy seguro de que ella no lo aprobaría; 4) intentar convencerla o incluso presionarla un poco para que acceda a mis deseos... pero eso me resulta incómodo y hace que se me quiten las ganas».

La razón por la que ninguna de las opciones que acabo de mencionar aportan una solución viable es porque ninguna apunta al verdadero problema. Cuando dos personas están enamoradas (como describen tantas personas al principio de sus relaciones), su atención positiva en el otro, y sus expectativas positivas sobre su relación, suelen ser el catalizador que hace que ambas sintonicen con su respectivo *Ser Interior*. Se podría decir que se

utilizan mutuamente como excusa para sintonizar con *quienes son-realmente*. Y esa sintonía se traduce en armonía. *No hay mayor símbolo de armonía co-creativa que la fusión física de dos personas en la interacción sexual.*

Es evidente que se pueden tener relaciones sin que ninguno haya sintonizado con su Fuente, pero cuando existe esa sintonía física-Fuente, la relación física es divina.

Como es natural, es deseable que tu pareja esté en sintonía con su Fuente por muchas más razones que por el simple hecho de que quiera tener relaciones contigo, pero en cualquier caso, nosotros nos centraremos en su Conexión con la Fuente.

No puedes hacer nada para que los demás sintonicen con su *Ser Interior*. Sólo puedes sintonizar con el tuyo. No puedes centrarte en tu incompatibilidad sexual y estar en sintonía con tu *Ser Interior*. No puedes observar que tu pareja no está en sintonía con su *Ser Interior* y tú sí estarlo. No puedes dirigir tu atención a la ausencia de algo que desees y al mismo tiempo estar en sintonía con tu *Ser Interior*. La solución depende de tu habilidad para encontrar pensamientos sobre la sexualidad con tu pareja sin perder tu armonía con la Fuente.

Resumiendo, si habitualmente tienes pensamientos agradables sobre tu relación sexual con tu pareja, estarás en sintonía con tu Fuente y con tus deseos. Si piensas en las relaciones sexuales con tu pareja y te sientes culpable o decepcionado, es que no estás en sintonía con tu Fuente ni con tus deseos. Cuando piensas en tener relaciones con tu pareja y sientes entusiasmo, felicidad o sensualidad, estás en sintonía con tu Fuente y con tu deseo. Con el tiempo, siempre que puedas concentrarte en el tema y mantener la sintonía con tu Fuente, la poderosa *Ley de la Atracción* te aportará más puntos de encuentro compatibles y volverás a descubrir la pasión inicial con tu pareja.

Puede que tu pareja se resista a su propia sintonización; si es

así, la *Ley de la Atracción* te traerá otra pareja que coincida con la Vibración que has desarrollado. No obstante, si has mantenido sistemáticamente a tu pareja como objeto positivo de tu atención mientras estabas en total armonía con tu *Ser Interior*, es probable que ella vuelva a sintonizar contigo.

Una relación sexual, inspirada desde la Conexión con tu *Ser Interior*, es una experiencia física deliciosa, mientras que si lo haces por compromiso u obligación, no lo es.

Es decir, si a pesar de la conducta de la otra persona no sientes vacío o ausencia y puedes mantener tu estado de armonía con tu Fuente, llegará lo que deseas. Y en este caso, donde está claro que a este hombre le importa lo que siente su pareja, es muy probable que su armonía inspire la de ella.

No estamos hablando de ver cómo puedes conseguir lo que deseas de otra persona, sino de cómo sintonizas con tu Fuente, independientemente de lo que haga el otro. Entonces, gracias a tu concordancia sistemática con tu Fuente, *puede* que inspires esa misma concordancia en tu pareja. El resultado de dicha sintonización es —como descubrió el hombre en los primeros días de su relación— el deseo de ser uno con el objeto positivo de tu atención.

El sexo, la religión y los centros psiquiátricos

Jerry: Hace algunos años fui a visitar a un grupo de amigos psiquiatras y psicólogos y me dijeron que básicamente la mayoría de las personas que ingresaban en los centros psiquiátricos donde ellos trabajaban, cerca de Spokane, Washington, estaban allí debido a su confusión respecto a temas de religión o de sexo. Estoy seguro de que no fue sólo su confusión lo que los condujo hasta allí, sino también su conducta.

Abraham: No es de extrañar, porque tanto el tema de la religión como el de la sexualidad están relacionados con el origen de los Seres humanos. Muchas personas recurren a la religión para que las ayude a comprender por qué están aquí. Quieren entender su propósito para existir y cumplirlo. La sexualidad es el medio a través del cual adoptaron su cuerpo físico.

La mayoría de las religiones transmiten fuertes patrones de «oposición» en su escrutinio de la conducta humana, en busca de pruebas de malas obras o pecados. Muchas veces, lo que perciben como malas conductas tiene relación con la conducta sexual. Cada pensamiento de desvalorización del yo, aunque se transmita desde una plataforma religiosa, provoca separación entre el yo humano físico y el *Ser Interior* No-Físico. De hecho, eso es lo que es la *confusión*. Sólo las personas que están muy distanciadas de la Fuente realizarían un acto de hostilidad, violencia o agresión sexual. En todo esto existe una poderosa conexión: *como han centrado su atención en la escasez, se fijan en lo que es más importante para ellos y en que no lo tienen.*

¿Por qué la gente utiliza a Dios y al sexo en vano?

Jerry: Otra cosa que he observado es que, por alguna razón, cuando la gente está muy enfadada, se vuelve violenta, amenaza o intenta herir los sentimientos de otra persona, utilizando palabras relacionadas con el sexo o la religión para insultarla. Parece que cuanto peor se sienten, más palabras despectivas relacionadas con el sexo o la religión emplean para ofender.

Abraham: Como están concentradas en la escasez —y por consiguiente desconectadas de la Fuente— elijen los temas que son más significativos para ellos y observan su ausencia.

¿Por qué los medios de comunicación hablan tanto del sufrimiento, pero censuran el placer?

Jerry: También he observado que en nuestra cultura, al parecer, es del todo apropiado que la televisión o el cine muestre las mutilaciones de las personas, la destrucción, la sangre —cualquier aberración relacionada con la destrucción del cuerpo humano—, y, sin embargo, no quede bien mostrar la sexualidad y el placer. Nunca he entendido por qué se ha llegado a este estado de poder soportar ver el odio, la ira y el sufrimiento, y no el placer.

Abraham: No se trata de querer ver el odio, la ira y el sufrimiento y de no querer ver el placer. De hecho, es justo lo contrario: la gente sí quiere sentirse bien, ver cosas bellas, placenteras y el éxito.

Muchas personas atraen cosas no deseadas en virtud de la atención que les prestan. La esencia de esta conversación es la falta de comprensión de las *Leyes del Universo*, pues vuestra sociedad declara, sin parar, guerras contra las cosas que no desea: contra el terror, contra el sida, contra los embarazos en la adolescencia, contra la violencia, contra el cáncer, y todas esas cosas aumentan porque la atención a lo no deseado crea más de lo mismo.

Vuestros productores de cine, tanto si entienden la *Ley de la Atracción* como si no, saben que las personas se sienten más atraídas a ver cosas desagradables que agradables. Y confirmamos que es cierto por el hecho de que en la mayoría de las personas están más activas las Vibraciones acerca de lo que no desean que de lo que desean. Si hablaras con una persona normal y corriente de lo que le está sucediendo en su vida, observarías que hace más hincapié en lo que no le va bien —en las cosas injustas y que se han de cambiar— que en expresar la belleza de su vida y de su mundo.

Por otra parte, cuando has llegado a la conclusión de que el mundo se inclina hacia la ira y el odio, ya no eres el Homólogo Vibratorio de la belleza que existe en él, y cuando atraes algo, coincide con la tendencia de tu creencia. Todo aquel que empieza a hacer listas de los aspectos positivos del mundo que le rodea sintoniza su Vibración, y por consiguiente, su punto de atracción con cosas similares. Entretanto, los directores de cine seguirán haciendo las películas que el público les pide.

Nos gustaría que recordaras que si esperas a que se arregle tu sociedad para ser feliz, tendrás que esperar mucho. Si esperas que llegue una persona a tu vida para arreglarla y ser feliz, tendrás que esperar mucho.

No estás aquí para *descubrir* la perfección. Estás aquí para *crearla* o *atraerla*. A medida que el contraste de tu vida, o incluso las películas que consideras desagradables, te ayudan a descubrir lo que *no* quieres, también entiendes con más claridad lo que *sí* quieres. *Concéntrate en lo que deseas, sé el Homólogo Vibratorio de lo que deseas, entrénate para que tu punto de atracción sea lo que deseas, y observa cómo tu mundo personal se convierte en eso.*

La monogamia: ¿es natural o antinatural?

Participante: Mi problema es el tema de la *monogamia*. Fui educado así, y por eso asumo que es uno de mis valores, pero he observado mucho sufrimiento y miedo al respecto. En primer lugar, has de encontrar a alguien que desee lo mismo, y luego has de controlar el deseo de la otra persona, lo cual no es precisamente divertido, y...

Abraham: No sólo no es divertido intentar controlar a otro, sino que es imposible. Las personas suelen creer que lo que realmente

les gustaría es tener una norma definitiva respecto a si la monogamia es buena o mala, para seguirla o incumplirla, pero al menos saber cuál es la norma. Por eso, en vuestras sociedades, esa norma ha cambiado muchas veces. En la actualidad, depende principalmente de la zona del planeta en la que vives. Nos gustaría que entendieras que cuando viniste de lo No-Físico no lo hiciste con la intención de encontrar una forma de vida y convencer o coaccionar a los demás para que también se rijan por ella. Sabías que el mundo es lo bastante grande para albergar todos los deseos, creencias y estilos de vida.

Esto nos lleva a la primera parte de la pregunta: *He de encontrar a alguien que quiera lo mismo que yo*. Encontrar a alguien que coincida con tus deseos no significa que vayáis a mantener una buena relación. También es obvio que hay suficientes personas en este planeta como para que encuentres a alguien que coincida contigo y con tus deseos. Pero el problema que tienen la mayoría de las personas —en su intento de encontrar a esa otra mitad que coincida con sus deseos— es que no podrán encontrarla a menos que ellas mismas sintonicen con sus deseos.

Las personas que quieren encontrar a alguien que les sea fiel, no pueden encontrar a esa persona porque sus pensamientos más activos son su preocupación por la traición. A las personas les cuesta encontrar a la pareja de sus sueños, no porque ésta no exista, sino por sus constantes pensamientos contradictorios respecto a su deseo.

Si constantemente tienes pensamientos positivos respecto a tu futura relación y te sientes bien cuando piensas en ellos, eso significa que coincides con la frecuencia de los deseos que has generado en el transcurso de tu vida. Bajo esas condiciones, sólo puede aparecer alguien que esté de acuerdo con ellos. Bajo esas condiciones, no se necesita control.

Participante: Entonces, ¿es «natural» para nosotros tener sólo

una relación en nuestra vida, o es algo que nos ha sido impuesto por nuestra cultura o religión?

Abraham: Tu intención era relacionarte con muchas otras personas en muchas áreas diferentes. Y el hecho de que elijas que el tema de la sexualidad lo vas a experimentar sólo con una persona, con más de una o con muchas, es una opción personal. Y tus ideas al respecto cambian continuamente.

No obstante, vale la pena observar que las normas y las leyes que se supone que han de restringir la conducta siempre nacen de la desconexión con la Fuente. Es decir, cuando vuestros legisladores, líderes o gobernantes crean las leyes o normas para intentar erradicar algo de la sociedad, su atención suele estar centrada en ese aspecto de la sociedad que *no* desean. Y aunque redacten leyes e intenten imponerlas, tienen un control mínimo, porque van en contra de las leyes naturales de la naturaleza. *La fuerza intrínseca más poderosa en todo ser vivo es el reconocimiento de la libertad personal.*

No podrás formar tus ideas sobre lo que es una relación maravillosa si no tienes contacto con cosas maravillosas. Las mejores relaciones que existen actualmente en vuestro planeta son las que han surgido de una serie de relaciones no tan maravillosas. *En cada interacción, lanzas continuamente cohetes de deseo sobre tus preferencias. Pero, sólo cuando seas el Homólogo Vibratorio de la culminación de esos deseos, permitirás el encuentro con alguien que encaje con esas intenciones que has ido recopilando a lo largo de tu viaje por el plano físico.*

El sexo, el arte, la religión y la monogamia

Participante: Quisiera ampliar lo que comentaba Jerry anteriormente sobre las personas que están en centros psiquiátricos

debido a su confusión sobre el sexo y la religión. Soy artista, y siempre he oído decir que todos los grandes artistas reciben su inspiración del sexo y de la religión; y durante esta conversación sobre el sexo, me he dado cuenta de que, desde mi perspectiva, lo máximo a lo que se puede aspirar en una relación implica la fusión perfecta de la Energía creativa y sexual. Pero, diga lo que diga la sociedad sobre lo que debo o no debo hacer en lo que se refiere a mis elecciones sexuales, a mí me parece que la fusión de Energías es más intensa y exquisita con una sola persona.

Abraham: Eso es cierto para todas las cosas. Cuando te concentras positivamente, le prestas tu atención a algún objeto positivo y de ese modo sintonizas con tu Fuente interior, tus Energías convergen y tu experiencia ha de ser maravillosa. Pero estamos hablando de sintonizar primero con la Fuente, gracias a tu atención positiva, no de las ventajas de tener un amante o muchos.

La mayoría de las personas que buscan tener muchas experiencias sexuales son las que no han acabado de definir qué es lo que desean. Todavía están recopilando datos, y eso no tiene nada de malo.

Participante: Yo utilizo el término *pareja para toda la vida* en lugar de *monogamia* para describir lo que estoy buscando.

Abraham: Una *pareja para toda la vida, por el momento*, puede ser una buena idea. Pero como los pormenores de tu vida te irán aclarando lo que deseas, siempre lanzarás nuevos cohetes de deseo. El compromiso más productivo y sostenible que puedes tener jamás es el de sintonizar con la expansión que la vida ha hecho que descubras.

Es decir, aunque vivas la vida con todos sus detalles —incluida la persona de la que estás enamorado y con la que vives o estás

casado—, sigues enviando cohetes de deseo para mejorar, y tu parte de la Energía Fuente No-Física recibe cada petición tuya y la fusiona en el magma Vibratorio de tu incesante transformación que es *quien-eres-realmente*. Tu intención de mantenerte en esa expansión es tu verdadero camino hacia la felicidad.

Por supuesto, los que siempre están en armonía con su Fuente siguen inspirando armonía y amor en sus parejas. No te estamos diciendo que no debas o no puedas mantener una maravillosa relación de por vida con otra persona, sino que lo primero es tu relación entre tu yo y tu Yo, para que cualquier otra relación sea satisfactoria.

Muchas personas que temen perder el amor pactan acuerdos matrimoniales como lo de «hasta que la muerte nos separe» para protegerse de lo que no desean. Es justo lo opuesto de lo que estamos explicando aquí.

¿Cuál es la experiencia sensual-sexual última?

Participante: ¿Cuál es la *fuerza sexual*'? Para mí, la experiencia sexual última implica una fusión perfecta con otra persona, comunicarse a todos los niveles posibles de armonía sensual, Espiritual y emocional. Siento una expansión personal cuando ese es el caso, como si se redujeran mis limitaciones.

Abraham: Tanto si tu experiencia sexual es la razón de que te hayas concentrado en lo positivo y hayas sintonizado con la Fuente, como si ya estabas en armonía cuando mantuviste tu relación sexual, lo que importa es tu convergencia con la Fuente.

¿Te has dado cuenta de que no puedes tener ese tipo de experiencia si estás discutiendo? No puedes ver defectos en tu pareja, sentirte inseguro e incompleto y tener esa experiencia.

Como Seres físicos, sois extensiones de la Energía Fuente, de la Energía que crea los mundos; y cuando os proponéis sintonizar con la frecuencia de esa Energía Positiva y Pura, y dirigirla a vuestro arte o experiencia sexual, sentís fluir esa Energía a través de vosotros. Esa es la fuerza sexual que intentas definir... *Una maravillosa experiencia sexual depende mucho más de tu sintonización con tu verdadera Corriente de Energía Creativa que de la relación física.*

Participante: Mi pareja actual es muy consciente de los aspectos No-Físicos de su Ser. Medita e intenta centrarse en la Espiritualidad, pero dice que cuando tiene relaciones sexuales, es como si tuviera que volver a asumir su pequeña personalidad física y su ego, y que entonces pierde la conexión con su parte psíquica más amplia, con su experiencia No-Física.

Abraham: En ese caso, tiene problemas con todos los aspectos físicos, no sólo con el sexual. Lo que nos lleva a explicar otra premisa incorrecta:

***Premisa incorrecta n.º 20:** Cuando me concentro en las cosas materiales, soy menos Espiritual.*

Puesto que sois creadores que venís de la Fuente, literalmente sois extensiones de ella. Cuando os concentráis en este mundo material, lo estáis haciendo en las creaciones de la Fuente, y seguís aportando a su creación con vuestra voluntad de explorar el contraste y vuestras continuas peticiones de mejoras. *Tener un cuerpo físico no os separa de la Fuente, y tener relaciones sexuales no ha de reducir vuestra conexión Espiritual. Ir en contra de lo no deseado y aprender patrones Vibratorios diferentes de la Fuente de Vibración es lo que os desconecta de la Fuente.*

No hay nada más Espiritual que permitir que el verdadero espíritu que eres fluya a través de ti en tu cuerpo físico. La ausencia de Espiritualidad no tiene nada que ver con el objeto o la acción, sino con tus elecciones Vibratorias.

La Fuente te ama, y cuando tú no te quieres, no eres Espiritual. La Fuente ama a los demás seres con los que compartes el planeta, y cuando tú no lo haces, no eres Espiritual. La Fuente entiende tu naturaleza expansiva y de *Todo-Lo-Que-Es*, y cuando crees que has de ser perfecto en todas las cosas, no eres Espiritual. Cuando no te sientes digno, estás desconectado de la Fuente.

Pero, tal como hemos dicho, tu Conexión con la Fuente no ha de depender de la Conexión de tu pareja con su Fuente. Has de usar tu poder de concentración para sintonizar con *quien-eres-realmente*. Cuando hablas de que tu pareja siente que pierde la conexión con su expansión, tú también la pierdes temporalmente.

No puedes calificar estos temas desde fuera intentando determinar qué conducta es la adecuada y cuál no lo es. Tu determinación de lograr tu propia Conexión con tu Espiritualidad será lo que más pueda inspirar a tu pareja a que consiga lo mismo. Y si sigue creyendo que el acto sexual la aleja de la Espiritualidad que pretende conseguir, la *Ley de la Atracción* la apartará de tu vida. Si sigues concentrándote en las cosas que te ayudan a sintonizar con tu Fuente, la *Ley de la Atracción* te traerá otra persona que no sólo esté en sintonía con su Fuente, sino que comparta tus valores y deseos respecto a la sexualidad.

Cada matrimonio ha sido diferente, pero no mejor

Participante: Me he casado cuatro veces con dos maridos distintos. En ambos casos, volvimos a casarnos pensando que nos iría mejor. Fue diferente; pero no mejor. Por lo que estáis diciendo

ahora sobre la libertad, me doy cuenta de que estos matrimonios no hicieron más que reforzar mi deseo de ser libre.

Uno de mis maridos me dijo: «Solamente te interesa la pasión». Y creo que en cierto modo acertó, porque pensé que hubiera preferido ser su amante que su mujer, puesto que en la vida conyugal hablamos de dos cosas distintas: una es la *sexualidad*, y, la otra, el matrimonio. En el matrimonio tienes hijos, suegros, propiedades, responsabilidades, deberes...

Abraham: No se puede separar nada de nada, porque en el fondo de todas las cosas estás tú y cómo te sientes. Cuando te fijas en un aspecto desagradable o no deseado de la vida, eso trasciende a todos los demás ámbitos.

Participante: De acuerdo. Así que al final mi deseo de libertad primó tanto en ambos casos que los abandoné. Me gusta la premisa de la vida de la que estáis hablando, de la libertad, el crecimiento y la felicidad, pero mis matrimonios no me aportaban felicidad.

Abraham: ¿Te das cuenta al mirar atrás que tuviste oportunidades de buscar aspectos positivos, pero que al fijarte en los negativos, esos fueron los que dominaron tu experiencia?

Participante: Sí, pero no soportaba sentirme encerrada, limitada, y con la obligación de realizar ciertas tareas, que aunque las hiciera y las hiciera bien, lo que quería era ser libre, ser yo misma...

Abraham: *La libertad que estabas buscando era liberarte de la emoción negativa, de sentirte mal, de no sentirte bien, de no ser quien-eres-realmente.*

Queremos que entiendas que en todo momento, incluso en

aquellos en los que crees que no tienes ningún control, tienes la libertad de reflexionar sobre ello con sentimientos positivos o negativos. Puedes concentrarte en ellos a través de los ojos de tu Fuente, o desde la perspectiva que te desconecta de ella. Tus sentimientos de sentirte presa y de falta de libertad se debían a tu discordia Vibratoria previa, no al sujeto en el que te estabas concentrando, que fue lo que la desencadenó; y esta diferencia es muy importante.

No buscas liberarte de las experiencias que incitan tu deseo de expandirte, sino de los pensamientos que impiden tu expansión. La sensación de encierro o de falta de libertad que estás describiendo era en realidad un sentimiento de no estar a la altura de tu propia expansión, la misma expansión que fue posible gracias a tu relación.

¿Has observado que en lo que respecta a la actividad física estás más ocupada que nunca? [**Participante:** Es cierto.] Sin embargo, te sientes más libre porque ya no tienes la mirada puesta en la escasez.

No te estamos sugiriendo que deberías haber actuado de otro modo. No estamos insinuando que hubiera sido correcto que siguieras con la relación e incorrecto que la abandonararas, o a la inversa. Pero nos gustaría que te dieras cuenta de que tu estado de ánimo en cada momento se debe a una sola cosa: a tus pensamientos y a la relación Vibratoria entre tu opinión y la de tu Fuente. Y no hay nadie, por más que intente ser un buen compañero, que pueda hacer los suficientes malabarismos para compensar *tus* pensamientos.

Sabemos que para algunas personas parece que la vida sea más sencilla, pero aun así no animamos a nadie a que intente modificar su conducta para hacer felices a los demás. *Una persona con buenas intenciones que hace todo lo posible para que te sientas mejor, está dificultando que armonices tus pensamientos*

con tu Perspectiva Expandida. Puesto que tus sentimientos de libertad, felicidad y crecimiento personal dependen de tu Conexión No-Física, cualquier cosa que te distraiga de ello no te ayuda.

Abraham propone algunos votos de «unión»

Participante: Abraham, seguí una creencia religiosa durante tres años en la que me enseñaron que los Seres Espirituales no tienen contacto físico, no hacen el amor. Comparaban el cuerpo a una batería eléctrica, y decían que con las relaciones sexuales, descargabas y agotabas la energía.

Abraham: La única forma en que puedes «descargar y agotar la energía» es concentrándote en la escasez de lo que deseas. Puesto que tu Fuente está concentrada en *quien-eres-realmente*, en todo lo que eres ahora y en todo lo que deseas, cuando te concentras en otra cosa pierdes tu Conexión. Tu *creencia* de que no vales es lo que provoca tu falta de armonía, no tu conducta física.

Si mantienes una relación sexual y te sientes muy culpable, por la razón que sea, no será una experiencia válida para ti. Entonces *estarás* drenando tu Energía. Pero si tienes una experiencia sexual y te sientes muy bien, el poder del Universo te estará apoyando.

Participante: Si hace veinticinco años hubiera sabido lo que acabo de aprender ahora... vengo de una situación en la que todo es «no-no», donde mi única responsabilidad en la vida era casarme, tener hijos y obedecer a mi esposo. Incluso esto es lo que dicen mis votos matrimoniales: amarás, honrarás y obedecerás a este hombre durante el resto de tu vida. Vaya, si hubiera sabido entonces lo que sé ahora, habría salido corriendo.

Abraham: Vamos a proponeros los votos perfectos para una unión; si queréis podéis llamarla matrimonio o utilizar cualquier otro nombre:

Hola, amigo/a. Estamos aquí como co-creadores. Espero que en el transcurso de este matrimonio [o esta relación] ambos estemos satisfechos de todas las maneras posibles. Quiero descubrir quién soy y quién eres. Pero lo más importante para mí es ser feliz para inspirar esa felicidad en ti.

No asumo tu vida como responsabilidad mía. Asumo mi vida como mi responsabilidad. Espero que nos lo pasemos muy bien. Estoy seguro/a de que nuestra vida en común estará plagada de experiencias muy positivas, porque eso es lo que yo busco. Mientras nos lo pasemos bien, estaremos juntos. Y si dejamos de estar bien, nos separaremos—ya sea de pensamiento o físicamente— hasta que lo negativo deje de separarnos.

No estamos fomentando que rompáis vuestros matrimonios o relaciones. Pero queremos animaros a que cuidéis la relación más importante de todas: la relación entre tu *yo* y tu *Yo*. Cuando consigas tener pensamientos sobre todas las cosas y personas que estén en armonía con tu Fuente, sentirás que has sintonizado realmente con tu Ser; entonces, sólo entonces, tendrás algo que ofrecer a otro. *Has de ser lo suficientemente egoísta para estar en sintonía con tu verdadero ser antes de poder dar algo.*

CUARTA PARTE

Ser padres y la Ley de la Atracción

Crear relaciones positivas
padres-hijos en un mundo
de contrastes

*

¿Cuál es el papel de supervisión del adulto en la conducta de un hijo?

Si los niños pudieran relacionarse entre ellos sin la supervisión y la interferencia Vibratoria de los adultos que no están en armonía, sintonizarían de forma natural con su Perspectiva Expandida y se relacionarían de forma positiva. Observarían las diferencias que vieran entre ellos, pero éstas no se convertirían en puntos de atención en los que encontrarán oposición. Y tendría lugar una co-creación positiva, eficaz y agradable. Pero cuando aparecen los adultos que no están en armonía con su Perspectiva Expandida, desaparece la dinámica positiva.

Muchos adultos creen que si se deja solos a los niños, se desviarán del buen camino. Entonces los adultos se inmiscuyen en busca de pruebas de lo que consideran que es una mala conducta e intentan guiar a sus hijos alejándolos de lo que no desean; pero los niños a los que se les obliga a centrarse en una «mala» conducta o que simplemente observan al adulto que los está contemplando con desaprobación, sienten una gran discordia en su interior, pues les están influyendo para que se alejen de su adorable y complaciente *Ser Interior*.

Cuando los adultos, o cualquier otra persona, esperan o exigen que adaptes *tu* conducta para que hagas algo que *les* complazca, intentan alejarte de las ventajas de tu *Sistema de Guía Emocional* personal. La ruptura de todas las relaciones, la razón de cada insatisfacción, la causa de todas las enfermedades o fracasos, pro-

viene directamente de este increíble malentendido: *nunca pretendiste dejarte guiar por la aprobación o desaprobación de los demás, sino por la armonía o desarmonía de las Energías entre tu yo y tu Fuente.*

Si este grupo de niños los reuniera un adulto que hubiera sintonizado con su propia *Fuente*, que no dependiera de la conducta de *ellos* para *sentirse* bien, no se sentirían intimidados por su presencia, pues los animaría —con la fuerza de su ejemplo— a conseguir su armonía personal... *Cuando se relacionan dos o más personas que han conectado con su Perspectiva Expandida, el encuentro físico es agradable, productivo y vital.*

Eliminar de pronto la supervisión del adulto preocupado de la experiencia de los niños no les devolverá inmediatamente a su estado de Bienestar natural, porque los niños han aprendido los patrones de los adultos y ahora actúan entre ellos dentro del marco que les han trazado. Pero todas las personas, desde las de más edad hasta las más jóvenes, quieren sentirse bien porque tu parte No-Física, tu *Ser Interior*, se *siente* bien. Por eso siempre que no te sientes del todo bien es que hay algo que no está en sintonía. Como los niños han practicado sus pensamientos de resistencia durante menos tiempo que los adultos que los rodean, les resulta más fácil regresar a ese estado de sintonía y mantenerlo.

¿Cómo es la relación de un niño con otros niños sin los adultos?

Eliminemos todas las preocupaciones, protecciones, controles, influencias de resistencia que suelen aportar los adultos y veamos cómo sería la relación idílica en un grupo de niños:

Utilizarían sus sentidos físicos y se observarían y conside-

rarían con detenimiento. Contemplarían la variedad de personalidades, creencias e intenciones, como cuando observas la variedad de platos en un bufé libre. No te sientes amenazado por las comidas que ves que no te interesa probar; simplemente eliges lo que *prefieres* y te lo sirves en el plato. Asimismo, esos niños a los que no se les ha enseñado a apartar los componentes *no deseados*, simplemente se acercarán a los *deseados*. *Los niños con intereses y deseos afines, en algún momento del tiempo se unirán, creando una relación satisfactoria y significativa entre ellos. Los niños que sean diferentes entre sí simplemente no se acercarán, y de ello se derivará un entorno armonioso.*

Muchas personas argüirían que nunca han visto nada semejante, y tendrían razón. Otras argüirían que un entorno así es más que improbable, y estaríamos de acuerdo con ellas, porque es muy raro que haya un niño al que le hayan concedido la libertad de tomar sus propias decisiones sin la influencia deliberada de los adultos que los han traído a esta existencia. Pero cuando comprendes tu propio *Sistema de Guía* y su funcionamiento (que eres una extensión física de la Conciencia No-Física; que existe tu perspectiva No-Física al mismo tiempo que tu perspectiva física; y que en primer lugar lo que pretendes es sintonizar con tu *Sistema de Guía*), puedes encontrar armonía en cualquier entorno físico, aula, situación o relación personal.

Si practicas buscar primero la armonía, llegarás a ser como los niños que estamos describiendo. Te relacionarás con ellos sin sentir la necesidad o compulsión de ir en contra de sus aspectos no deseados. Y serás (como tu *Ser Interior*) una persona que sólo es capaz de ver lo mejor de los demás y de sí misma, y que permite que la poderosa *Ley de la Atracción* le traiga sólo lo que desea.

¿Cuáles son los papeles naturales del padre y de la madre?

Jerry: Desde vuestra perspectiva, ¿cuál es el papel principal o natural del padre o de la madre durante el transcurso de la vida de sus hijos?

Abraham: El papel principal tanto del padre como de la madre es proporcionar el medio para que la Energía Fuente No-Física de su hijo pueda desembocar en la experiencia física.

Jerry: ¿No veis ninguna diferencia entre el papel del padre y el de la madre?

Abraham: Ninguna diferencia que sea importante. Las diferencias son evidentes cuando piensas en cómo pueden influir, pero la influencia de los padres no es tan importante como piensa la sociedad. En el mejor de los casos, los padres proporcionarán un entorno estable en los primeros tiempos de adaptación a esta nueva vida dentro de un escenario y un cuerpo nuevos. En el peor, impedirán que sus hijos tomen decisiones y conozcan la libertad. Por eso, muchas veces, la influencia de los padres no es una ventaja para los niños. Los padres generalmente han desarrollado expectativas negativas respecto a la vida, y, por lo tanto, la influencia que ejercen sobre sus hijos también es negativa.

La perspectiva de cómo deberían ser los padres perfectos

Jerry: ¿Cuál es vuestra perspectiva de cómo deberían ser los padres perfectos?

Abrahamn: Lo mejor que un padre o una madre puede hacer por sus hijos es comprender que, aunque al principio sean muy pequeños y dependientes, en realidad son poderosos creadores que han venido a este entorno material con mucho entusiasmo, propósitos y habilidades. Lo mejor que pueden hacer es observar las pruebas de su excelencia y tener en cuenta sólo los aspectos positivos. La mayor aportación que puede hacerle un padre o una madre a su hijo sería influirle para que se guíe por su propio *Sistema de Guía*.

Sabemos que tu intención es ofrecer estas preguntas para guiar a los padres a fin de que sus relaciones con sus hijos sean satisfactorias, y estamos encantados de hablar de este tema. Pero, sobre todo, queremos que entiendas que los seres recién llegados a esta realidad espacio-temporal no vienen con la intención de nacer entre algodones con unos padres perfectos. Una vez que estáis aquí relacionándoos los unos con los otros, experimentando la discordia que surge de esas relaciones interpersonales, soléis culpar a los demás de cómo os sentís o por el rumbo que ha tomado vuestra vida. No obstante, desde vuestra perspectiva No-Física comprendéis a la perfección que la influencia de los que os rodean no necesariamente tiene una repercusión negativa sobre vuestra experiencia; y, de hecho, ninguno de vosotros, antes de nacer, pretendía llegar a un entorno perfecto.

La mayoría de los padres desean lo mejor para sus hijos, y las opiniones sobre lo mejor que se puede ofrecer a los hijos son muy variadas. Desde nuestra perspectiva y desde la de vuestros hijos antes de adoptar este cuerpo físico, lo mejor que podéis ofrecerles es ser un claro ejemplo de alguien que intenta sintonizar con su Fuente interior, y demostrar, a través de la claridad de vuestro ejemplo personal, la eficacia de utilizar tu propio *Sistema de Guía Emocional*.

Lo que provoca un mayor malestar, tanto en los padres como

en los hijos, es la falta de comprensión por parte de los padres de la sabiduría interna de sus hijos y de sus propósitos. La razón por la que los padres no comprenden esto en sus hijos es porque no lo comprenden en ellos mismos. Es decir, si los padres consideran que el mundo es peligroso, que supone una amenaza y que hay cosas desagradables, se vuelven protectores y se ponen en guardia ante esas cosas, es porque no están conectando con su verdadero conocimiento y poder. Y bajo esas condiciones guían a sus hijos para que adopten la misma postura.

Pero unos padres que reconocen el valor de su propio *Sistema de Guía Emocional*; que primero intentan conectar con su *Perspectiva Expandida*; que entienden la naturaleza creativa del Vórtice de Energía, girando a su favor, y cuya prioridad es estar en sintonía con *quienes-son-realmente*, esos padres pueden influir en sus hijos para que encuentren su propia Guía.

La razón por la que hay tantas personas que culpan a sus padres de sus fracasos o desgracias es porque éstos les han enseñado a que recurran a ellos cuando necesiten guía y apoyo. Pero ni el mejor de los padres puede sustituir el apoyo y la guía interna. Y lo que es más: *todos vivís el contraste que os rodea y enviáis constantemente cohetes Vibratorios de expansión, pero también tenéis que seguir esos cohetes y permitirlos la completa evolución de esa expansión, o de lo contrario nunca seréis felices*. Cuando los padres interfieren en ese proceso natural convenciendo a sus hijos de que lo que sienten no tiene importancia, que no hay que escuchar las emociones, y que lo que realmente importa es hacer caso de las opiniones, reglas y creencias que ellos les dictan, no es de extrañar que estalle la rebelión. Y esa rebelión interna seguirá hasta que consciente y deliberadamente conectes con *quien-eres-realmente*.

Lo mejor que pueden hacer unos padres por sus hijos es no intentar controlar ni su conducta ni sus pensamientos, y fomentar que sean conscientes de su propio Depósito Vibratorio, de su

Vórtice Creativo y de su *Sistema de Guía Emocional*. Y la única forma en que un padre puede influir en que su hijo entienda todo esto es entendiéndolo él mismo.

Cuando los padres o los hijos sienten el vacío del miedo, la ira, la decepción o el resentimiento, se debe únicamente a que no están permitiendo su Conexión Vibratoria con su Ser expandido. Esas emociones negativas son síntomas de su percepción de falta de libertad, y el sentimiento de falta de libertad siempre se debe a que en ese momento no estás permitiendo la plenitud de *lo-que-eres-ahora*.

Es curioso que la postura que adoptan la mayoría de los padres, de observar el mundo, evaluar sus componentes, descifrar su rectitud o injusticia, clasificarlos en grupos, y, por último, alejar a sus hijos de lo no deseado, es justamente lo contrario a la intención que tenían padres e hijos cuando vinieron a su experiencia física.

Por lo tanto, nuestra perspectiva de lo que serían unos padres felices y útiles es:

Entiendo que mi hijo es un poderoso creador que ha venido a este entorno físico, igual que yo, para crear una experiencia maravillosa. Mi hijo tendrá la ventaja de poder seleccionar entre el contraste que le ofrece la vida a fin de determinar sus preferencias. Cada vez que mi hijo tenga una experiencia que amplíe su conocimiento de lo que no desea, emanará de él una petición Vibratoria para conseguir el opuesto mejorado, que quedará retenido en su Realidad Vibratoria, en su Vórtice Creativo. Cuanta más atención preste a su Sistema de Guía Emocional interno e intente encontrar pensamientos que le ayuden a sentirse bien, más conectará con lo-que-es-ahora y conocerá la plenitud de quién-es. Y en todo ese proceso sentirá la satisfacción de ser el creador de su propia realidad. Y, yo como padre o madre, le doy todo mi apoyo en su transformación.

¿Cuáles son los vínculos familiares entre los *Seres Interiores* de los padres y los de los hijos?

Jerry: Me gustaría retroceder a un poco antes de nuestro nacimiento en esta realidad material. ¿Qué relaciones existen entre los *Seres Interiores* de los padres y los de los hijos?

Abraham: Todos los que venís al mundo material sois una extensión de la Energía Fuente, por lo tanto, en ese sentido, todos estáis conectados. Y todas las relaciones son Eternas. Cuando se ha establecido una relación, nunca concluye. Venís de lo No-Físico en lo que se podría denominar grupos de Energía o Familias de Conciencia, y en todos los casos mantenéis fuertes vínculos Vibratorios No-Físicos con los miembros de vuestras familias físicas.

La intención primordial que tenáis en cuanto a vuestra creación conjunta no era de dependencia. Sabíais que a través de una variedad de relaciones interpersonales nacerían nuevas ideas de creación, y esperabais con impaciencia esa perspectiva que surgiría de vuestras relaciones. Antes de que naciera el hijo, o incluso antes de que nacieran los padres, todos estabais esperando vuestra futura relación y conocíais el valor que tendría. Como entendíais vuestra Conexión No-Física, vuestra atención se fijaba en vuestra expansión y no mirabais atrás, buscando vuestras raíces, estabilidad y seguridad. Os sentíais estables y seguros.

Jerry: ¿Tiene algún valor considerar conscientemente la conexión que teníamos con nuestros padres antes de nacer?

Abraham: No tiene mucho valor intentar mirar atrás para descubrir tus orígenes No-Físicos porque no son lo bastante tangibles como para entenderlos realmente desde vuestro formato físico, y como no podéis sacar mucho de ello, nos parece una distracción

de lo que veníais a hacer en vuestro entorno físico. Pero lo más importante es que a través de vuestras relaciones en esta realidad espacio-temporal, habéis lanzado poderosas peticiones y sois una catálisis dinámica de vuestra mutua expansión. Cuando intentéis conectar con vuestra versión expandida, también lo haréis con la de vuestros padres, y la satisfacción resultante será inmensa. Podéis conseguir todo eso mediante el sencillo proceso de buscar los aspectos positivos de las otras personas, y descubrir todas las razones posibles para apreciarlas.

¿Tienen las familias intenciones mutuas específicas prenatales?

Jerry: Puesto que nuestras relaciones son eternas, ¿tenemos intenciones específicas respecto a nuestra relación con nuestros padres o hijos después de nacer? ¿O todo es más bien general?

Abraham: En la mayoría de los casos, vuestras intenciones son de índole general en cuanto a que entendíais vuestro poder creativo y las *Leyes del Universo*; y estabais deseando llegar para mover las cosas, experimentar el contraste y crear. Veíais a vuestros padres como una maravillosa vía para llegar a este plano físico y como proveedores de estabilidad en los primeros tiempos hasta que os crecieran vuestras alas creativas, por así decirlo. Vuestra principal intención era adoptar el cuerpo físico que tenéis para sumergiros en el contraste y conducir el pensamiento y la vida más allá de sus límites. Esperabais que vuestras relaciones con vuestros padres y otras personas os proporcionaran una maravillosa plataforma de contraste, y por lo tanto, un buen punto de partida para pedir y expandiros. Sabíais que los detalles os los aportaría la vida. No pretendíais saberlo todo de antemano.

¿Con quiénes tenemos más responsabilidad?

Jerry: ¿Estáis insinuando que no tenemos más responsabilidad entre padres e hijos e hijos y padres que con cualquier otro ser humano del planeta?

Abraham: Exactamente. Habéis venido a esta experiencia física para co-crear con todos los *demás*.

¿Qué pueden aprender los padres de los hijos?

Jerry: ¿De la misma forma que un profesor aprende de sus alumnos y éstos de él, sucede algo parecido con los padres? ¿Aprenden de los hijos?

Abraham: Cuando nace en ti una pregunta, inmediatamente se genera la respuesta equivalente en tu Realidad Vibratoria. Cuando tienes un problema, se forma una solución equivalente en tu Realidad Vibratoria. Por lo tanto, es natural que en tus interacciones con los demás —padres-hijos, maestro-alumno, persona-persona— descubras preguntas y problemas que estarán generando respuestas y soluciones. Así, aprender (nosotros preferimos llamarlo *expansión*) es el resultado de toda experiencia de creación conjunta.

Jerry: Entonces, ¿estamos aprendiendo aunque no nos demos cuenta de ello?

Abraham: A menos que seas el Homólogo Vibratorio de *quienes-realmente* —a menos que hayas sintonizado Vibratoriamente con tu versión expandida que existe en tu Vórtice Vibrato-

rio—, no puedes ser consciente de tu expansión. Tu expansión es constante. Mantenerla es opcional. Cuanto mejor te sientes, más al día estás con tu expansión y más puedes reconocerla. Es decir, *quien-eres-realmente* ha aprendido. Pero a menos que estés en el Vórtice, no podrás darte cuenta. Cada experiencia te ofrece más conocimiento, tanto si eres consciente de ello como si no.

¿Por qué responden los hermanos de forma diferente a influencias similares?

Jerry: He observado que aunque los hermanos tengan los mismos padres, normalmente no son calcomanías los unos de los otros. Es decir, uno puede ser sano y feliz, lo que yo denomino un Ser con éxito, mientras que el otro hermano o hermana de la misma familia puede tener una experiencia muy dolorosa. ¿Significa esto que la influencia de los padres, aunque sea similar para todos los hermanos, no es un factor importante en la experiencia de sus hijos?

Abraham: No se puede mantener el éxito al que denominas *felicidad* sin un esfuerzo consciente para conectar con tu Ser No-Físico Expandido. Pero a veces un padre o una madre pueden ser un catalizador que te influye en esa dirección. Todos nacemos con la intención de sentirnos bien y tenemos la tendencia instintiva natural de encontrar esa conexión. De lo que estamos hablando aquí es de la influencia que obstaculiza esa armonía natural, porque los niños tienden de manera innata hacia lo que les hace sentirse bien y a sintonizar con su Fuente. Es decir, si se los dejara que actuaran por sus instintos naturales, sintonizarían más rápidamente. Pero los padres bienintencionados y protectores reprimen esos impulsos porque les preocupa lo que puede

suceder, e influyen en sus hijos para que no se guíen por su *Sistema de Guía*.

Contrariamente a lo que la mayoría de los padres creen, cuanto menos se preocupen por el bienestar de sus hijos, mejor les irá a éstos, porque si no hay especulación negativa y preocupación, es más fácil que los hijos logren su conexión.

Así, regresando a los detalles de tu pregunta... normalmente el primer hijo que nace de una pareja bienintencionada pero demasiado protectora es objeto de más barullo, preocupación e influencias negativas que los que nacen después.

Hay muchos factores que influyen en los sentimientos de los niños o la gente en general, pero sólo hay un factor importante que tener en cuenta: *¿está el pensamiento que transmite esta persona, en estos momentos, en concordancia con el pensamiento de la Fuente interior?* Esa es la influencia con la que has de sintonizar. Todas las demás son secundarias. De la misma manera que un corcho que se mantiene bajo el agua, al soltarlo busca la vía más directa para regresar a la superficie, cuando te liberas de la resistencia provocada por los pensamientos contradictorios-a-tu-Fuente, retornas a la claridad, felicidad, éxito y conocimiento de la Fuente.

¿Han de «parecerse» los hijos a los padres?

Jerry: Mi madre solía decirme: «Jerry, te pareces a tu padre» o «Te pareces a mi padre» o «a tu tío», y recuerdo que yo no estaba nada de acuerdo.

Abraham: ¿Por qué crees que no estabas de acuerdo?

Jerry: No consideraba que fuera necesario parecerme a nadie,

pero el caso es que cuando me decía eso, generalmente era porque se trataba de algún rasgo que no le gustaba.

Abraham: Eso es justamente lo que queríamos que vieras. La discordia que sentías era debido a que la desaprobación de tu madre activaba en tu interior un pensamiento que estaba en total desacuerdo con tu *Ser Interior*. En otras palabras, cuando tu madre te señalaba algún defecto comparándolo con el de otra persona, para de algún modo intentar controlarte, amenazándote con la posibilidad de un resultado negativo, entonces tu *Ser Interior* estaba ofreciéndote una opinión muy distinta de ti. Y tu emoción negativa era tu indicativo de la disparidad. Así funciona tu *Sistema de Guía*. Siempre que sientes una emoción negativa significa que has activado un pensamiento (no importa cómo) que no coincide con lo que sabe tu *Ser Interior*.

Jerry: Incluso hoy, de vez en cuando, me pasan cosas que me recuerdan cuando mi madre me señalaba algunos de esos defectos.

Abraham: Y todavía sientes la emoción negativa cuando eso sucede, lo que significa que tu *Ser Interior* sigue sin estar de acuerdo con lo que decía tu madre.

¿Determinan los rasgos hereditarios mi experiencia futura?

Jerry: Pero ¿no transmitimos algunas de nuestras características a nuestros hijos, del mismo modo que transmitimos algunos rasgos físicos?

Abraham: ¿En qué estás pensando específicamente?

Jerry: En la inteligencia, facultades físicas, habilidades, salud...
¿Cuánto influye en mi todo eso?

Abraham: Nada tiene por qué influirte negativamente, pero si *tienes* una influencia negativa es porque estás permitiendo un pensamiento activo que impide la manifestación de lo que realmente deseas.

Es bastante habitual transmitir las *emociones negativas* de una generación a la otra, pero en cualquier momento, la persona que reconoce la discordia de ese pensamiento negativo, que reconoce que esa emoción significa que su *Ser Interior* no está conforme, puede ir omitiendo gradualmente esos pensamientos de resistencia, que son la esencia de toda enfermedad, malestar y experiencias negativas.

¿Es correcto quitarles los hijos a los padres que «abusan» de ellos?

Jerry: Si cuando yo era pequeño hubieran existido las normas y leyes que hay ahora, con el tipo de vida que llevaba, a mis padres les habrían quitado mi custodia. Pero en aquellos tiempos se toleraba la forma en que vivíamos. Por eso cuando crecí y me marché, no veía mi entorno familiar tan negativo. Creo que incluso entonces lo veía más como una aventura, como una forma de vida, con entusiasmo y variedad. Nunca recordé el pasado culpabilizando a mis padres por el terrible trato que me habían dado. Sencillamente, era el modo en que ejercíamos nuestra creación conjunta. Es decir, sabía cuál era mi papel, y supongo que ellos conocían el suyo. Pero, actualmente, vivimos en otra era, y los malos tratos a un menor son una cosa muy seria.

Tengo la sensación de que muchas personas se exponen deliberadamente a lo que podría considerarse un *maltrato* cuando

juegan al hockey, al fútbol, o se enfrentan a un rival en un combate de boxeo... ¿Es posible que todos *elijamos*, y que de alguna manera, yo elegiera ser maltratado por mis padres?

Abraham: Gracias por tu pregunta porque habrá mucha gente que discrepará con la comparación que has hecho de las personas que eligen deportes de contacto y los niños que reciben malos tratos por parte de sus padres, pero tienes razón con la similitud.

Lo que la gente no logra entender es que no eliges las cosas mirándolas y gritando: «¡Sí, quiero un poco de eso!» Eliges con la atención que les prestas. En este Universo, que se basa en la atracción, cuando contemplas algo no deseado, tu atención despierta una Vibración en tu interior, y la Ley de la Atracción aporta más de lo mismo a tu experiencia.

No vamos a negar que es terrible que un niño sufra malos tratos, pero también lo es cuando se le niega la libertad para ser *quien-es-realmente*. Nos gustaría que entendieras que en todos los casos, los que están dando los malos tratos —por graves que puedan considerarse en tu escala de cosas indeseables— están padeciendo su propia desconexión de la Fuente cuando lo hacen. Es decir, el problema no es sólo que el niño esté padeciendo el abuso de sus progenitores, sino que éstos, a su vez, están padeciendo el abuso de la desconexión.

Apartar a un niño de los malos tratos físicos se ha de considerar la mejor forma de actuar en esa circunstancia, pero eso no resolverá el problema. De hecho, la discordia causante del abuso aumenta al retirar físicamente al niño de ese entorno. Ahora, el padre o la madre que no se sentía digno, se siente peor, y en su intento de mejorar su estado de ánimo, propicia más malos tratos. Con frecuencia, los niños, que están agotados por toda esa experiencia, se sienten más inseguros; además, se les niega la relación con alguien a quien realmente aman.

El tema de los malos tratos a menores no terminará hasta que las personas entiendan sus emociones y sean capaces de controlar sus pensamientos. Hasta que no terminen los malos tratos autoinfligidos —negar la Conexión con *lo-que-eres-ahora*, con tu *Ser Interior*—, seguirá existiendo la violencia en todas sus formas.

Los niños son fuertes y regresan a su Conexión con la Fuente con mayor facilidad que los adultos. Al no haber un asistente social que te estuviera señalando lo mal que te trataban, sobreviviste al abuso, lanzaste cohetes de deseo a tu Realidad Vibratoria y te beneficiaste de esa experiencia. Eso es lo que más le cuesta entender a la gente. «¿Por qué iba a querer un niño nacer en una casa donde se le maltratará? ¿Por qué iba a permitir un Dios amoroso, semejante cosa?»

Os recordamos que no pretendíais nacer entre algodones, donde todo fuera perfecto. Queríais diversidad y variedad, incluso discordia. Queríais tener la oportunidad de definir una experiencia aún mejor. Sabíais que erais creadores y queríais experiencias que os ayudaran a elegir. Todos los días de vuestra vida estáis aprendiendo y expandiéndoos. No sólo cuando sois pequeños.

¿Colaborarían los hijos en las tareas del hogar sin imponerles disciplina?

Jerry: Abraham, ¿dónde encajaría la disciplina en la relación entre padres e hijos? ¿Cómo veis la *disciplina* para que la vida cotidiana fluya con armonía en todos sus detalles, como la limpieza de la casa, sacar la basura, y ese tipo de cosas?

Abraham: No somos defensores de la *disciplina*, porque es uno de los componentes de intentar *motivar* a alguien para que actúe, y nunca hemos visto que eso funcionara. Es decir, si unos padres

quieran tener una casa ordenada y ven a sus hijos como colaboradores armoniosos, no habrá discordia Vibratoria en esos padres, porque sus deseos y sus expectativas coincidirán. Y bajo esas condiciones, *inspirarán* la cooperación voluntaria de sus hijos. Nosotros aconsejamos este tipo de *inspiración* en lugar de *motivación*.

La *motivación* actúa así: los padres ven que hay muchas cosas por hacer, ven que sus hijos no ayudan; su observación no coincide con su deseo y sufren una discordia Vibratoria, que experimentan como una emoción negativa. En su frustración o enfado, emiten un ultimátum sobre disciplina que utilizarán de no producirse la cooperación esperada. El niño se siente motivado a actuar porque no desea las consecuencias negativas de su inacción. Pero por su falta de conexión con la Fuente, no está atento ni escucha, no hace bien su trabajo, está resentido por tener que hacerlo, etcétera. Éste es otro ejemplo perfecto de que no se puede ir allí desde allí.

Si nosotros fuéramos padres o alguien que quiere inspirar una conducta positiva de otra persona, primero realizaríamos nuestro trabajo de sintonización Vibratoria. Conectaríamos con nuestra Energía Fuente visualizando el resultado deseado y manteniendo a los implicados como objetos positivos de nuestra atención. No permitiríamos que ninguna conducta no deseada del presente fuera nuestro objeto de atención.

Otra forma de decirlo es: no permitas que si tus hijos no cooperan, te distraigan de la visión que hay en tu Depósito Vibratorio de que pueden colaborar con alegría. Si eres capaz de mantener tu visión de cooperación y no fijarte en su falta de acción, lo cual te desconectaría de tu fuerza, al final sentirán la atracción de la poderosa influencia de tu Conexión. Tus hijos serán más creativos y siempre buscarán la forma de ser más útiles, en lugar de refunfunar por cada cosa que han de hacer, porque les habrás convencido de que si no lo hacen, sufrirán consecuencias negativas.

¿Es necesario perder la libertad personal para mantener la «armonía familiar»?

Jerry: Cuando una familia vive junta, tanto si se trata de una familia muy pequeña, un progenitor y un hijo o hija, como si es un grupo de 14 personas —padres, abuelos e hijos, todos compartiendo el mismo techo—, ¿cómo pueden avenirse con una actitud de respeto mutuo sin perder su libertad individual? ¿Tiene que haber alguien responsable, o todos pueden ser libres, tomar sus propias decisiones y vivir en armonía como una unidad familiar?

Abraham: Cualquier grupo de cualquier tamaño puede vivir, jugar o trabajar en armonía si sus componentes han sintonizado con *quienes-son-realmente*. No es necesario que todos hayan sintonizado con sus *Seres Interiores* para gozar de una experiencia armoniosa dentro del grupo. La armonía que buscan todas las personas en este grupo dinámico es sintonizar con sus propios *Seres Interiores*; y cuando lo consiguen, podrá haber armonía con los demás. *Una persona que esté siempre dentro de su propio Vórtice hallará la armonía con otras personas, aunque los demás no la encuentren en su interior.*

Lo que desean todas las personas —un objeto material, una condición física, una situación económica o una relación armoniosa— sólo es por una razón: porque creen que se sentirán mejor teniéndolo. Cuando te demuestran —practicando pensamientos que te ayudan a sentirte mejor, haciendo listas de aspectos positivos, permitiéndote gozar de Torrentes de aprecio— que puedes mantener tu armonía con tu propio Ser Interior y permanecer dentro de tu Vórtice de Creación, tú también descubrirás la armonía en el mundo que te rodea.

¿Y quién sería el responsable? Una forma mejor de decirlo es: ¿quién sería el líder del grupo? La respuesta es: *El que ha sin-*

ionizado con la Fuente tiene más fuerza que millones que no lo han conseguido. Por lo tanto, la persona que esté más en sintonía con su Ser Interior, con su Vórtice de Creación y del poder que crea los mundos se erigirá como líder. La gente se siente atraída de forma natural hacia aquellas personas de mentes claras, estables y felices.

Si en un hogar no hay nadie que reúna esas características, el liderazgo suele recaer en el de mayor edad, el más fuerte o en el que más grita. Pero en un grupo donde nadie ha sintonizado con su Fuente, no hay un verdadero líder.

Muchas personas ven la vida y el liderazgo de un modo muy arcaico. Quieren que los demás actúen para complacerlas, para sentirse bien al observar lo que les complace. Os animamos a que centréis vuestra atención en *pensamientos* que os complazcan, aunque no haya nada *externo* que os fomente esa emoción, porque la ausencia continuada de resistencia y de emociones negativas os ayudará a sintonizar con todo lo que hay en el interior de vuestro Vórtice. Y una familia feliz y armoniosa está incluida en él.

¿Qué miembro de la familia ha de ser el responsable?

Jerry: Entonces, ¿en esta familia de la que estábamos hablando, no hay nadie al mando?

Abraham: Eso es como preguntar quién controla a los demás, cuando lo único que puedes controlar en esta vida es la dirección de tus pensamientos. La respuesta que darían la mayoría de las personas es: «Los mayores o los más fuertes son los que mandan o controlan», aunque tu historia no confirma eso, porque desafiaría la *Ley de la Atracción*. Una persona que esté conectada con

quien-es-realmente —es decir, alguien que se encuentre dentro de su propio Vórtice Vibratorio— tiene más fuerza que millones de personas que no lo estén.

No necesitas controlar la conducta o las creencias de tu familia, sino tu facultad de verlos como quieres que sean. Cuando consigues controlar tus pensamientos y conectar sistemáticamente con tu versión en constante expansión y evolución de sus felices y exitosas vidas, tu poder para influir en los demás será tal que quienes te observen se preguntarán qué tipo de magia estás obrando.

Te aconsejamos que no te preocupes más por lo que hagan los otros y que busques pensamientos, palabras y acciones que te ayuden a sentirte bien. Aprende a conectar Vibratoriamente con todas las experiencias maravillosas y relaciones que has proyectado en tu Vórtice de Creación, y observa la armonía que te envolverá cuando lo hagas.

Padres e hijos, armonía y traumas

Jerry: Es inevitable darse cuenta de cómo ha cambiado la dinámica familiar desde que yo era pequeño. Mis padres estaban firmemente convencidos de que eran responsables de mí. Creo que mi madre en parte actuó como lo hizo con la convicción de que era lo mejor que podía hacer, aunque ahora me parece evidente, gracias a lo que he aprendido con vosotros y por las palizas que me dio, que la mayoría de las veces no estaba en armonía con su *Ser Interior*.

No hace mucho, iba por el pasillo y observé a una madre y una hija. La niña se había quedado atrás y gritaba: «¡No!»

Y la madre le decía: «¿Qué?»

Y la niña respondía: «¡No!»

Y la madre le dijo: «¡Vaya! ¿Quieres mandar *tú*?»

Y la niña respondió: «Sí». Y la temperamental niña bajó la

escalera mientras su madre la esperaba, y luego empezó a guiar a su madre hacia donde ella quería ir.

En ese momento pensé: «El péndulo se ha decantado justo hacia el lado opuesto de cuando yo era niño». Hoy en día no es tan infrecuente ver que los niños exigen a sus padres, y que éstos acceden a sus exigencias. ¿Podrías hablar un poco de esto, por favor?

Abraham: Cuando ninguno, o sólo uno, de los implicados en una situación de creación conjunta se ha tomado la molestia de sintonizar con la fuerza de su propio Vórtice, es decir, que todos están fuera de él, generalmente quien está más desconectado —el que se siente peor— es quien se pone al frente de la situación. Pero medir el poder de personas sin fuerza es como pedir claridad a una persona confundida. No sucede nada productivo y todos son desgraciados.

Desde nuestra perspectiva, sólo los padres o mentores que están habitualmente dentro de sus Vórtices creativos pueden ofrecer una buena guía o educación. Si no te has dedicado a sintonizar con el poder, la claridad y el conocimiento de la Fuente, no tienes ningún don de mando.

Los niños aprenden a dar esas pataletas de los adultos que están desconectados y en discordia.

Los niños aprenden su estabilidad y claridad de los adultos que han sintonizado con la Fuente.

¿Deben los padres inculcarles sus creencias a sus hijos?

Pregunta: Muchas veces somos padres demasiado jóvenes, cuando todavía nos queda mucho por aprender. ¿Cómo podemos enseñar a nuestros hijos si *nosotros* todavía no hemos aprendido?

Abraham: Normalmente, vuestros hijos recuerdan cosas que vosotros ya habéis olvidado: todavía recuerdan que son buenos. Todavía esperan que las cosas les salgan bien. Todavía están en armonía con su *Ser Interior*. Es decir, todavía están en sus respectivos Vórtices. Esa es una de las razones por las que muchas veces no están dispuestos a escucharos o a aceptar lo que decís, pues de algún modo les estáis tachando de inapropiados. Aquí tenemos otra premisa incorrecta:

Premisa incorrecta n. "21: Mi misión como padre es tener todas las respuestas para enseñárselas a mis hijos.

Nunca tendrás todas las respuestas porque nunca has planteado todas las preguntas. Siempre descubrirás una nueva plataforma de contraste que generará más preguntas que se deberán responder. Eso, de hecho, es la alegría de vuestra vida Eterna... el gozo de la evolución, expansión y descubrimiento Eternos. *Las palabras no enseñan; sí lo hace la experiencia de la vida. Tus hijos no han venido a aprender de tus palabras, sino de su propia experiencia de la vida.*

El mayor valor que puedes aportarle a tus hijos es comprender la relación entre tus aspectos físico y No-Físico; utilizar bien tu *Sistema de Guía Emocional*, e intentar todos los días estar lo más cerca posible de tu Vórtice.

Si no estás en tu Vórtice, y por lo tanto si estás muy animado, no finjas *estar* bien. Sé auténtico. Que tus hijos sepan que eres consciente de que no estás en sintonía con *quien-eres-realmente*, y demuéstrales tu deseo de encontrar esa armonía. Enseñales los procesos que has aprendido para sentirte mejor, y aplícalos abiertamente y con frecuencia, hasta que consigas trasladarte con facilidad al interior de tu Vórtice siempre que lo desees.

Si finges ser feliz cuando no lo eres, o tener seguridad cuando tienes miedo, les crearás confusión. Muéstrales a través de la claridad de tu ejemplo intencionado, lo fácil que es la vida cuando se controla deliberadamente el vacío Vibratorio entre los dos aspectos Vibratorios. Hazles saber que *quieres* sentirte bien, y demuéstales que *puedes* conseguirlo siempre que lo desees, independientemente de lo que suceda a tu alrededor.

Y, lo más importante de todo, que tus hijos entiendan que no los consideras responsables de tu estado de ánimo. Libéralos de la esclavitud imposible de pretender complacerte, y con ello los dejarás en manos de su propio y maravilloso *Sistema de Guía*.

¿Quién tiene la culpa de esta familia disfuncional?

Pregunta: Cuando era pequeño, mis padres gritaban, vociferaban y se peleaban y nos pegaban. Crecí con la creencia de que el mundo no era un lugar seguro y que podían pasar cosas muy malas. De adulto asistí a terapia durante cinco años, y a raíz de ello, salí con la creencia de que no era responsable de lo que me había sucedido, sino sólo la víctima de unos padres fuera de control.

Abraham: Aunque el terapeuta no quería que te sintieras culpable de lo ocurrido, tampoco te sirve de mucho trasladar la culpa a tus padres, porque cuando sientes *culpa* o *vergüenza*, también estás fuera del Vórtice; no estás en armonía con *quienes-realmente*. *No hay conclusión más destructiva que la creencia de que eres una víctima y que los demás tienen poder para hacerte sufrir.*

Sabemos que es difícil comprender qué es lo que queremos decir cuando, de hecho, tú recibiste dolor y sufrimiento a raíz

de las acciones de otros. Hay algunos factores importantes que se han de explicar antes de que puedas entenderlo: tus padres no te pegaron porque fueras malo. Ni te pegaron porque ellos fueran malos. Lo hicieron porque no estaban en armonía y se sentían impotentes. No es ilógico —en realidad, es muy lógico— que una persona vaya de un sentimiento de impotencia a otro de *venganza* o *enfado*, porque eso es un paso hacia arriba en la Escala Vibratoria.

Es decir, sentirse *impotente* es la emoción más alejada del Vórtice de *quien-eres-realmente*. La *venganza* está más próxima, y el *enfado* más; el *agobio* está más cerca de *quien-eres-realmente*, y la frustración todavía más. La *esperanza* está muchísimo más cerca, y ya casi has llegado, casi estás dentro del Vórtice. La *creencia* en el Bienestar y el conocimiento de éste se hallan en el interior del Vórtice, junto con el *aprecio*, el *amor*, la *pasión*, el *entusiasmo* y todas las emociones positivas.

Al encontrarte en medio de una situación terrible e incontrolable, tu respuesta fue el miedo. Y al acobardarte y llorar (respuesta perfectamente comprensible), evocaste más de lo que no querías de tus padres. Puede que cueste entenderlo, pero si mentalmente hubieras podido apartarte del drama de esas peleas, te hubieras centrado en tus juguetes, te hubieras quedado en tu habitación y no hubieras participado de esa mezcla Vibratoria, tus padres te hubieran dejado fuera. Pero no es nada fácil no observar lo que está sucediendo o no responder a ello.

Lo mismo les sucedía a tus padres. Estamos seguros de que pasaban cosas desagradables en sus vidas y que les era muy difícil ignorarlas, lo cual provocó que atrajeran más situaciones no deseadas. Es una especie de cadena-de-dolor que se va creando cuando alguien es infeliz (y generalmente está justificado), entonces esa persona se descarga con otra, y esa otra con otra, y así sucesivamente...

La mayoría de las personas implicadas en una cadena-de-dolor, niños o adultos, llegan a la conclusión, debido a su desagradable vida, de que no merecen nada y que no les pasarán cosas buenas. Y como se sienten de ese modo, eso es lo que les sucede.

Y entonces, la mayoría de la gente, incluso los que van a terapia, pasan una gran cantidad de tiempo intentando dilucidar si las conductas de las personas implicadas están bien o mal. Los niños se culpan a sí mismos, culpan a sus padres; los padres se culpan a sí mismos, culpan a sus hijos, y así sucesivamente, y la cadena-de-dolor continúa.

Sólo cuando estás dispuesto a encontrar un pensamiento, cualquier pensamiento, que te aporte un poco de consuelo, empezarás a ascender por la *Escala Emocional* en dirección al *amor* y al *aprecio* que representan *quien-eres-realmente*. Sólo cuando estés dentro del Vórtice apreciarás plenamente la experiencia, la expansión y la comprensión que has adquirido.

La mayoría de las personas creen que lo que buscan es una persona que las ame, y también que los padres tienen la responsabilidad de amar a sus hijos. Pero unos padres *desesperados*, alejados de su Vórtice de Bienestar, no tienen amor que dar. Entonces el niño supone que no le aman porque no es digno de ello, en lugar de entender que sus padres no los quieren porque no pueden sintonizar con el amor.

Una vez más hemos de recordar que los humanos buscan el amor en donde no está. Busca tu Vórtice, busca a tu yo expandido, busca tu Fuente, busca el recurso del Amor. Siempre está a tu disposición, pero has de sintonizar Vibratoriamente en tu interior. Sintoniza tu frecuencia Vibratoria con la frecuencia del amor —y tu Vórtice te envolverá—, y estarás rodeado de amor.

¿Cómo pueden los bebés atraer experiencias «no deseadas»?

Pregunta: ¿Cómo puedes atraer experiencias terribles cuando sólo tienes 9 meses?

Abraham: Aunque sólo tengas 9 meses en tu cuerpo físico, eres un creador muy sabio y anciano que se ha centrado en un cuerpo de bebé. Viniste con la poderosa intención de experimentar el contraste para lanzar cohetes de deseo a tu Realidad Vibratoria con el fin de expandirte.

Las personas suponen que un bebé que todavía no habla no puede crear su propia experiencia, pero os prometemos que nadie crea vuestra experiencia por vosotros. Los niños emanan Vibraciones —que es la razón por la que atraen— desde el mismo momento de su nacimiento.

La mayoría de los niños nacen en situaciones que no ponen en peligro su tendencia natural a estar en armonía con su Vórtice. La mayoría de los niños no se ven obligados por las personas que los rodean a salir de su Vórtice en sus primeros meses de vida. Pero a veces, cuando vienes a esta experiencia física con la poderosa intención de enseñar el Bienestar, antes de nacer ya tienes la intención de someterte al contraste en una fase muy temprana para estimular tus deseos, porque entiendes el poder de pedir que generará en ti esa situación. Cuando realmente sabes lo que *no* quieres, pides con mayor claridad lo que *sí* deseas, y tu Vórtice se expande más rápidamente.

Desde tu perspectiva No-Física antes de nacer, también entiendes que el verdadero malestar, emoción negativa, enfermedad o cosas no deseadas, es tu disociación con tu Vórtice, con *quien-eres-realmente*. Por lo tanto, en todos los seres que se lanzan a la experiencia física existe un verdadero afán por tener ex-

perencias de contraste desde una temprana edad, para proyectar sus cohetes de deseo hacia sus Vórtices de Creación, pues con cuanta más fuerza gire su Vórtice, más fuerte será la llamada de la Fuente. *Todos los seres No-Físicos entienden que cuando el deseo es grande, se es más consciente de la resistencia que opones; y como la resistencia es lo único que realmente te aparta de tu gozosa creación, cuanto más consciente eres de ella, mejor.*

Entendemos que si estáis fuera de vuestro Vórtice, desconectados del poderoso Ser que ha surgido del contraste que habéis vivido, ninguna de estas explicaciones os sea satisfactoria. Pero os prometemos que, cuantas más razones busquéis para sentir os bien; que, mientras intentáis conceder el beneficio de la duda a vuestros padres, o a cualquier otra persona que os haya hecho daño o por la que os hayáis sentido traicionados; que, mientras os mováis hacia el interior de vuestro Vórtice, entonces lo entenderéis. Pues cuando os fusionéis con vuestra parte evolucionada y expandida, y estéis rodeados por el equivalente Vibratorio de todo lo que habéis pedido y de lo que sois ahora, no albergaréis ningún resentimiento hacia ninguna de las personas que os han ayudado a conseguirlo. De hecho, sentiréis aprecio por el papel que desempeñaron en vuestra gozosa expansión.

¿Por qué hay niños autistas?

Jerry: ¿Qué puede provocar que un niño quiera nacer con una condición física no deseada? Por ejemplo, parece haber casi una epidemia de niños denominados *autistas*. ¿En qué momento antes del nacimiento puede un bebé empezar a tener pensamientos de escasez?

Abraham: Si bien desde tu perspectiva física no sueles recordar el

inmenso valor del contraste y la diferencia, desde tu perspectiva No-Física antes de nacer, éste suele ser un factor muy importante en tu toma de decisiones. Muchos padres y maestros que han olvidado el valor del contraste y de la diferencia tienen el fuerte deseo de que sus hijos «encajen», lo que ha dado como resultado una verdadera y preocupante epidemia de conformidad. Por eso hay muchos Seres que vienen a esta experiencia física con la clara intención de ser diferentes para que la conformidad no los controle. Todos los Seres No-Físicos que llegan a esta experiencia física tienen las intenciones claras, entusiasmo y seguridad, y nunca vienen con una actitud de escasez. Jamás.

QUINTA PARTE

I **Autoestima y la Ley de la Atracción**

El aprecio, la clave «mágica»
de tu vórtice

El aprecio, tu llave para entrar en el Vórtice

Nos ha gustado mucho presentaros nuestro conocimiento sobre el Universo, las *Leyes del Universo* y el importantísimo papel que desempeñáis en él. Nuestra principal intención al relacionarnos con nuestros amigos físicos es ayudaros a entender quiénes sois realmente para que podáis apreciar en su totalidad vuestra intervención en esta gozosa creación Eterna y Universal.

Nuestros diálogos entre la perspectiva física y la No-Física son como un baile primordial que interpretamos conjuntamente, pues ambas perspectivas forman parte integral de la totalidad. Y aunque las dos perspectivas son esenciales para nuestra expansión Eterna, el conocimiento más significativo que estamos presentando en este libro y el más importante que adquiriremos jamás, es la integración de esos dos puntos de ventaja Vibratorios.

Vuestro punto de vista físico es muy convincente para vosotros, puesto que observáis y exploráis vuestro mundo a través del desglose detallado que os ofrecen vuestros sentidos. El contraste de vuestro entorno terrenal palpable, sensual y fragante, con todos sus detalles y viveza hace que lo llaméis «realidad». De hecho, la atención que le concedéis a vuestro mundo físico os presta un gran servicio a vosotros y a *Todo-Lo-Que-Es*, pero hay más en esa imagen e historia de la realidad de lo que estáis descubriendo con vuestros sentidos físicos aquí en vuestro sorprendente planeta, en vuestra sorprendente galaxia, en vuestra sorprendente realidad espacio-temporal. Pues todo esto, todo lo que contempláis,

no es más que el preludio de lo que ha de venir: una plataforma de despegue hacia una realidad y transformación más gozosa.

Aunque cuando observáis la maravilla de vuestra galaxia y de vuestro planeta y especuláis que se originaron por fuerzas No-Físicas, vuestras explicaciones sean pobres, en esencia son exactas: *Vuestro mundo físico es una extensión y creación de la Energía No-Física. Todo lo que contempláis ahora fue creado por la atención consciente de la Energía Fuente.*

La historia de vuestra creación y la de vuestro mundo no es el relato de algo que sucedió, sino de algo que *está* sucediendo. La Energía Fuente que creó vuestro mundo sigue fluyendo hacia vosotros y a través de vosotros para la continuidad de la creación y la expansión del Universo.

Con frecuencia, los seres humanos, en su humildad, no quieren aceptar el importante papel que desempeñan en la continua expansión de *Todo-Lo-Que-Es*, y por eso os ofrecemos este libro. Deseamos despertar en vosotros el recuerdo de *quiénes-sois-realmente* y por qué estáis aquí. Queremos ayudaros a que recordéis el conocimiento de vuestra capacidad creativa; queremos que maduréis los beneficios del importante trabajo que estáis haciendo en vuestros cuerpos físicos; queremos que retornéis a vuestro Vórtice.

Vuestra exposición al mundo físico os proporciona el contraste necesario para que forméis vuestras opiniones y deseos sobre cómo puede mejorar la vida. Y aunque no podáis verlos, ni seáis conscientes de ellos, vuestros deseos de mejora despegan de vosotros como cohetes Vibratorios o mensajeros de peticiones. Salen a la atmósfera Vibratoria del mismo modo que fueron enviados los cohetes originales que crearon vuestro planeta, y los recibe la Energía Fuente que crea los mundos, que es el origen de *Todo-Lo-Que-Es*. Esas ideas, peticiones y deseos se entienden y reciben respuesta en el mismo momento de su lanzamiento.

La mayoría de las personas no son conscientes de que lanzan cohetes, ni de que la Fuente los reciba y responda, pero, aun así, se inicia una nueva creación. Cuando leen estas palabras, algunas personas entienden la lógica de la naturaleza Eterna de la creación. Muchas pueden aceptar la existencia de fuerzas creativas y que se sigue produciendo una expansión. No obstante, la parte peor entendida o descuidada por nuestros amigos humanos es que al vivir su vida física y lanzar esos cohetes de expansión deseada, no sólo están expandiendo su mundo, sino a su propio yo.

Cuando observas la enfermedad en ti mismo o en otra persona, envías una petición vibratoria de bienestar que la Fuente recibe y a la que responde. Cuando el contraste de tu mundo físico te revela corrupción o injusticia, envías una nueva petición Vibratoria de justicia y equidad. Cuando alguien es grosero contigo, envías un cohete pidiendo experiencias más placenteras. Cuando no tienes suficientes recursos económicos, tu cohete pide más. Y con cada una de las peticiones enviadas a lo largo del día, todos los días, se forma un Depósito Vibratorio o Realidad Vibratoria. Vuestra parte No-Física Expandida, esa que ya existía antes de vuestro nacimiento, la que existe paralelamente en lo No-Físico mientras estáis en lo físico —la Fuente (vuestro *Ser Interior*)— no sólo responde a vuestra petición de mejora, sino que se convierte en ella.

A los humanos les cuesta conceptuar un creador, fuerza o proceso a través del cual haya llegado a generarse este sorprendente planeta, que gira en su órbita cerca de otros planetas. Y aunque no lo entendáis, ni sepáis cómo empezar a explicarlo, seguís —todos vosotros— colaborando en su expansión a través de vuestra vida y de vuestros lanzamientos de cohetes a la Realidad Vibratoria, que algún día se materializarán para los futuros habitantes de la Tierra.

Hemos escrito este libro porque queremos que os fijéis en la Realidad Vibratoria que estáis a punto de crear. Queremos que seáis conscientes de vuestro Vórtice de Creación; y lo más importante, que encontréis el modo, dirigiendo deliberadamente vuestros pensamientos, de convertirlos en Homólogos Vibratorios de los contenidos de vuestro Vórtice Vibratorio de Creación, porque cada deseo que nace en vuestro interior, allí ya se ha hecho realidad, tal como lo habéis soñado, y está esperando a que conectéis con él.

Todo lo que veis que ahora es *realidad* física, tangible, visible, audible, anteriormente estaba girando en el Vórtice Vibratorio de la Creación; pues primero es el *pensamiento*; luego el *pensamiento-forma*, luego la *realidad* tal como la conocéis en vuestro mundo físico. Vuestra parte Expandida ha recibido vuestros sueños, deseos e ideas de mejora; y cuando esa parte más anciana, sabia, expandida se centra únicamente en vuestras peticiones, sin ofrecer resistencia alguna, la poderosa *Ley de la Atracción* responde. Entonces, todos los componentes cooperativos (todos los componentes que están en la misma frecuencia) son atraídos hacia esta Realidad Vibratoria giratoria que es el precursor de la realidad física que ya está a vuestro alcance. Sólo hace falta una cosa para que esta Realidad Vibratoria se materialice en el mundo físico, para que se manifieste en las cosas y experiencias que puedes ver, oír, oler, degustar y tocar: *¡tienes que introducirte en tu Vórtice!*

Cuando tu frustrado esposo te grite y sientas que te desestabilizas ante esa falta de cariño que te está demostrando, enviarás un cohete de deseo para que te respete, te ame; para encontrar otra pareja mejor, una pareja que te ame. Y *clic, clic, clic, clic*, esas peticiones se van registrando e integrando en tu Vórtice Vibratorio de Creación. Entonces, la *Ley de la Atracción* responde a esta creación giratoria atrayendo todos los componentes, y tu Vórtice recién modificado se expande. Pero hay una pregunta

muy importante que deberías considerar: *¿eres ahora uno de esos componentes cooperativos? ¿Estás en tu Vórtice?*

- Si todavía sientes el malestar por los insultos de tu pareja, no estás en el Vórtice.
- Si le estás contando a tu amiga lo que sucedió, defendiendo tu inocencia, no estás en el Vórtice.
- Si estás anhelando el tiempo en que te trataba mejor, no estás en el Vórtice.
- Si no le das importancia y piensas en cómo te sentías cuando te casaste con él, estás en el Vórtice.
- Si no te tomas su arrebató como algo personal y te centras en los otros aspectos positivos de tu experiencia, estás en el Vórtice.
- Si te sientes fatal, no estás en el Vórtice.
- Si te sientes mejor, te estás acercando al Vórtice.

Una forma sencilla de entender el Vórtice es la siguiente:

- Antes de nacer en este cuerpo físico, estabas en el Vórtice (allí no había resistencia).
- Una parte de la Conciencia que eras, ahora dirige su atención al aspecto físico que identificas como *yo*.
- El contraste de tu vida hace que envíes cohetes de expansión a tu Vórtice, donde existe tu parte No-Física expandida.
- El Vórtice, que contiene sólo tus peticiones positivas de mejora y expansión, no encierra pensamientos que las contradigan.
- La *Ley de la Atracción* responde a la Vibración pura y sin resistencia de tu Vórtice y reúne todos los componentes cooperativos que coinciden Vibratoriamente y que son necesarios para completar la creación.

- Eres uno de los componentes de tu creación.
- De hecho, *eres la creación*.
- La única pregunta aquí es: *¿eres en estos momentos, en tu cuerpo físico, el Homólogo Vibratorio de tu creación? ¿O no lo eres?*
- La respuesta está en cómo te sientes ahora al concentrarte en el tema de la creación.
- Si estás enfadado, no eres el Homólogo Vibratorio y no estás en el Vórtice.
- Si sientes aprecio, eres el Homólogo Vibratorio y estás en el Vórtice.

La llave para entrar en el Vórtice Vibratorio de Creación, para experimentar la ausencia total de resistencia, para lograr la convergencia absoluta con todo aquello en lo que te has convertido y deseas, y atraer a tu experiencia física todo lo que anhelas, es establecerte en el estado de aprecio. No hay objeto de atención más importante hacia el cual dirigir tu aprecio que tú mismo. El hábito de pensamiento, o creencia, que albergan la mayoría de las personas que no están en su Vórtice de Creación, y que predomina sobre todos los demás, es la falta de autoestima.

¿Por qué perdemos la confianza en nosotros mismos?

Jerry: Bueno, suelo hablar de mis experiencias porque estoy seguro de cómo han sucedido y de cómo me he sentido. Recuerdo que de niño tenía mucha confianza en mí mismo. Pero con el paso de los años empecé a aceptar las críticas de los demás, a sentir la autocritica y a perder mi confianza. Casi me volví introvertido.

Hoy, cuando veo a los niños con tanta osadía y autoconfianza, recuerdo que yo también me sentía así. Pero después, poco a poco, observo que les sucede lo que denomino «la poda» y esa confianza en sí mismos va desapareciendo. ¿Podrías aclarar por qué experimentamos esta erosión de nuestra autoestima y cómo podemos evitarla? ¿Y cómo podemos ayudar a otros a que aumenten su autoestima?

Abraham: Tienes razón, sólo podéis entender algo a través de vuestras propias experiencias, porque aunque la vida ha hecho que os expandierais, que lanzarais cohetes a vuestro Vórtice Vibratorio de Creación, el verdadero conocimiento o comprensión sólo se consigue cuando logras fusionarte con esos cohetes. Nunca adquirirás ningún conocimiento intentando fusionarte con los cohetes que han lanzado otros. Por eso las palabras no enseñan. Sólo tu experiencia de la vida lo hace.

Ese es el motivo por el que eres tan independiente al principio: no quieres seguir los consejos de los demás, quieres tu propia experiencia, quieres tomar tus propias decisiones, quieres tener libertad para escoger. Nada de lo que desees retrocede o se empequeñece. Todo lo contrario, ¡se agranda! *La razón por la que la osadía con la que naciste se desvanece es porque te has permitido distraerte de tu Vórtice. Dicho de otro modo, has permitido que los demás te convenzan de que es más importante que te fijas en lo que sienten ellos que en lo que sientes tú.*

Todas las emociones que experimentas son un indicador de tu relación con tu Vórtice. Cuando te sientes seguro, significa que tu pensamiento actual es el homólogo perfecto de lo que siente tu Fuente respecto a ti, desde el interior de tu Vórtice de Creación. Cuando te sientes avergonzado, significa que tus pensamientos actuales no coinciden con lo que siente tu Fuente. Cuando tus padres o maestros proyectan una actitud de desaprobación hacia ti (en

un intento de inducirte a una conducta que les complazca más a ellos), si respondes a esa desaprobación modificando tus pensamientos, palabras o conducta para agradecerles, te habrás distraído de tu verdadera Guía y de tu auténtica Fuente de confianza.

Entonces, no es que la confianza en ti mismo se *debilite*, sino que no estás permitiendo su renovación continua. Al buscar la aprobación de los demás, te alejas de tu fuente de renovación que es la Energía Fuente. De nuevo, «buscas amor donde no se encuentra».

Para ayudar a los demás, has de dirigirlos hacia su fuente de renovación. No los ayudas pidiéndoles que respondan a tu aprobación o desaprobación. Muchos piensan que la forma de ayudar a los demás es regalarles su aprobación. Pero si te necesitan para que renueves su existencia y tienes otros asuntos pendientes, tendrán problemas. Si te buscan, y en ese momento no estás conectado con tu propia Corriente de renovación, no podrás darles nada y volverán a tener dificultades. Pero si les ayudas a entender la naturaleza de su Vórtice de Creación y a sintonizar con él, les habrás ofrecido la verdadera ayuda que les servirá para el resto de sus días.

¿Cuál es el primer paso para la autoestima?

Jerry: Recuerdo todas las cosas negativas y críticas que recibí y que me hicieron sentirme muy mal conmigo mismo, pero también recuerdo a mi abuelo, que siempre me animó muchísimo. Tuve profesores que me menospreciaron, que intentaron humillarme y avergonzarme, pero también recuerdo a mi profesor de expresión oral, el señor Hanley, que me alababa y conseguía que me sintiera muy bien. Recuerdo a los compañeros del gimnasio que se reían de mí, pero el señor Piers, mi entrenador, me apoyaba mucho. Recuerdo haber participado en los programas para adolescentes de la

iglesia, el coro y los Boy Scouts, pero en la iglesia se criticaba tanto a otras iglesias y al resto del mundo que lo único que deseaba era salir corriendo. Quería sacar mi cuerpo físico de allí.

Pero ahora, lo que estoy escuchando de vosotros es que no se trata de actuar, de abandonar lo que no nos gusta. No necesitamos buscar otros maestros o familiares para que nos animen o nos den confianza en nosotros mismos, aunque eso ayude. Podemos encontrarlo directamente en nosotros, pase lo que pase a nuestro alrededor, ¿no es cierto?

Abraham: Acabas de señalar a través de los ejemplos de tu propia vida cuál es el problema de recurrir a los demás para que te animen. Con los que gozaban de un estado de aprecio —y por consiguiente, estaban en armonía con la Fuente; con su Vórtice; con la Energía Positiva Pura que crea los mundos—, como eras el objeto de su atención, sentías la *ventaja* de su mirada. Mientras que al ser el objeto de atención de los que no estaban en su Vórtice, que no estaban en armonía con la Fuente, sentías la *desventaja* de su mirada. La incoherencia de las respuestas que recibes de los demás es lo que termina por mermar tu confianza.

Tu Vórtice de Creación, o tu Fuente interior (tu *Ser Interior*), es firme y seguro. Cuando llegas a tu Vórtice de Creación a través de los pensamientos que eliges, siempre te renuevas. Para gozar de una vida equilibrada y agradable has de ir a beber con frecuencia a la Fuente.

¿Cómo afecta la Ley de la Atracción a la competitividad?

Jerry: ¿Consideráis útil la competitividad? Cuando era adolescente, siempre que veía a un nadador realizar un salto de trampolín

espectacular, me sentía inspirado a hacer algo mejor. Si veía a un acróbata que podía superarme en algún aspecto, intentaba idear otros ejercicios que no hubiera hecho nadie. Creo que siempre estaba evaluando mi talento y habilidades comparándolos con los de otras personas. Pero cuando me hice adulto me alejé de todo tipo de competitividad, porque no me gustaba la idea de que para que alguien ganara, otro tuviera que perder. Me gustaba ganar, pero no me gustaba perder; realmente no me gustaba que perdieran los demás, ni siquiera cuando era yo el ganador.

Abraham: Te has situado deliberadamente en una realidad espacio-temporal llena de variedad y contraste porque te gustaba el estímulo que le proporcionaba a tu pensamiento. La clave para utilizar eficazmente la variedad o competición de ideas y experiencias es usarlas para estimular tus deseos, pero una vez que éstos se han formulado y has lanzado tus cohetes hacia tu Vórtice, debes concentrarte en ti y en tu relación pensamiento-a-pensamiento con tu propio Vórtice. Cuando has lanzado tus cohetes, la competitividad física ya ha cumplido su fin. Es decir, la competitividad te proporciona un tremendo impulso en el *Paso Uno* de tu Proceso Creativo, pero es un gran obstáculo para el *Paso Tres*.

Jerry: ¿No os estáis refiriendo más a la comparación que a la competitividad?

Abraham: La competitividad es una versión avanzada de la comparación. Es importante recordar que no existe el final del juego, pues siempre habrá otra combinación del contraste que te incitará a lanzar otro cohete de deseo. Por consiguiente, siempre disfrutarás de la diversión de avanzar hacia tu Vórtice; de cerrar el vacío Vibratorio; y de experimentar, con detalle, tu nueva expansión.

¿Y si nos comparamos desfavorablemente con los demás?

Jerry: Aunque me había comprado un coche de lujo, seguí conduciendo vehículos más normales durante mucho tiempo porque recuerdo que anteriormente había sido muy crítico con las personas que llevaban vehículos ostentosos. Cuando dejé de criticar, conduje el coche más caro del mercado. Pero, en ambos casos, estaba influido por la respuesta que atraería de otras personas. ¿Consideráis esa situación poco saludable?

Abraham: Siempre que la opinión de otra persona sobre ti pese más que la tuya, estarás en una postura poco saludable, porque habrás sustituido tu propio *Sistema de Guía* por su *opinión*. Cada vez que actúes para manipular o influir en las opiniones o actitudes de los demás respecto a ti, te pondrás en una situación muy poco recomendable, porque habrás sustituido tu Sistema de Guía por su *opinión*.

¿Y si tememos una crisis económica a nivel mundial?

La mayoría de las personas están tan distraídas debido a lo que hacen y piensan los demás que se olvidan de sintonizar con su propia expansión. Cuando aparece el sentimiento de vacío, suponen incorrectamente que tiene algo que ver con la conducta u opiniones de los otros. Pero eso nunca es así. *Cada una de tus emociones, buenas o malas, se deben a tu relación entre tu pensamiento actual y la visión de la Fuente sobre el mismo tema.*

Algunas personas sienten un miedo intenso o ansiedad porque en estos momentos no tienen trabajo o ingresos. Pero el te-

mor que sienten actualmente la mayoría de los que se encuentran en esta situación, se debe a sus especulaciones negativas respecto a lo mal que se van a poner las cosas y la nefasta repercusión que eso tendrá en sus vidas.

Al prestar atención al descalabro económico que están experimentando algunas personas, y aportar malestar con su propia preocupación sobre lo mal que *podría* ir todo, sin pretenderlo, e indudablemente sin desearlo, están ayudando enormemente a empeorar la situación económica. Sus pensamientos de preocupación no son una fuerza negativa que esté contribuyendo en la destrucción de los negocios, el empleo y los recursos, pero sí que *las* están alejando del bienestar económico que tanto desean.

Cuando ves que otros lo pasan mal y tienes miedo de que a ti te pase algo parecido, mantienes una tensión Vibratoria que impide tu Bienestar natural. *Cuantas más personas observan las dificultades y adoptan una actitud de resistencia y tensión —impidiendo de ese modo su Bienestar—, tantas más las utilizan como excusa para hacer lo mismo. Y en breve, su negativo patrón de resistencia puede asolar la población. La ventaja de esta condición es que todas las personas que en estos momentos sienten una emoción negativa respecto a la situación económica, también lanzan peticiones Vibratorias para que haya más abundancia, y la Fuente recibe alto y claro esas peticiones y las responde de inmediato. Entonces un Vórtice Vibratorio de Creación empieza a girar con fuerza como respuesta a esas poderosas peticiones, y todos los elementos compatibles son atraídos hacia él para que los descubran y consuelen a aquellos que se han permitido entrar.*

Aunque existe mucha confusión respecto a qué se debe hacer para arreglar la situación económica de tu nación o de tu mundo, la solución no está en las acciones que realices, sino en descubrir la postura Vibratoria que te permita ver claramente el camino hacia las soluciones que buscas. Simple y llanamente, puesto que las so-

luciones que buscas ya las ha reunido la *Ley de la Atracción* dentro de tu Vórtice Vibratorio de Creación, sólo has de dejar de albergar los pensamientos que te mantienen fuera de él, pues esos pensamientos que tienes a menudo, Vibratoriamente opuestos a lo que deseas, evitan que encuentres las soluciones que estás buscando.

Las *contradicciones* personales y colectivas respecto a la abundancia y bienestar económico están proliferando en vuestra sociedad, gobierno, en las mentes de los que dicen que van a resolver la situación y entre la población en general. Es decir, no puede ser de las dos formas: vuestros empresarios reconocen que quieren que las personas compren sus productos y servicios, que haya gasto para estimular la economía; reconocen que muchos negocios prósperos hacen prosperar la economía. Pero también parece imperar la afirmación contradictoria de que es impropio y arrogante hacer alarde de opulencia gastando demasiado o viviendo bien.

Muchas personas quieren tener más riqueza personal, pero a la vez critican a los que la tienen:

- «Necesitamos que gastes, pero tu gasto nos incomoda.»
- «Quiero ser rico, pero los ricos son inmorales.»
- «Me gustaría tener dinero, pero los ricos roban a los pobres.»
- «El gasto estimula la economía, pero gastar es derrochar.»
- «Gasta, y así estimula la economía, pero ahorra y sacrificate por el bien de ella.»
- «Quiero prosperar, pero faltan recursos.»

Es natural que prosperes, y existen los recursos para ello. Pero los pensamientos crónicos de escasez o de oposición contra los que medran, contradicen tus propios deseos, y, lo más importante, todo aquello que tú mismo has puesto en tu Vórtice de Creación.

La emoción negativa que sientes cuando crees que los demás te están privando de algo, no es por lo que *ellos tienen* y que, por lo tan-

to, *tú no*. Tu emoción negativa se debe siempre a lo que tú mismo te estás negando a recibir. Pero lo más importante es que si no hubieras invocado la riqueza en virtud de tus experiencias, y si esa abundancia no estuviera ya girando en tu Vórtice a la espera de que la recibas, no sentirías la emoción negativa al privarte tú mismo de ello.

Si quieres bienestar económico, has de alabarlo cuando lo veas.

Si quieres más abundancia para ti o para otros, no critiques a los que gozan de la abundancia. Cuando criticas, condenas o te opones a algo, activas una Vibración opuesta a lo que buscas. Siempre. Sin excepción. Lo que nos conduce a otra premisa incorrecta:

Premisa incorrecta n.º22: Puedo criticar a las personas que tienen éxito, y aun así alcanzar yo el éxito.

Siempre que criticas o te opones a algo, te alejas de tu Vórtice. Sólo alcanzarás tu éxito cuando estés dentro del Vórtice. Las falsas premisas alejan a las personas de sus Vórtices de abundancia, de la comodidad y el Bienestar que se merecen. No puedes «criticarte» si quieres tener éxito. No puedes «condenarte» si quieres Bienestar. La emoción negativa que sientes en tu decepción, ira y condena es la señal de que albergas pensamientos de oposición en tu interior. Te estás oponiendo a tu éxito. Te estás oponiendo a tu abundancia. Te estás oponiendo a tu Fuente. Te estás oponiendo al Vórtice que contiene todo lo que deseas.

El egoísmo y la Ley de la Atracción

Algunas personas nos critican porque enfatizamos lo de sentirse bien con uno mismo y nos acusan de *egoísmo*. Reconocemos que nuestra enseñanza se basa en el verdadero egoísmo, porque si no

eres lo bastante egoísta, si no te preocupa cómo te sientes, si no estás siempre dispuesto a cambiar tus pensamientos por otros más positivos, no puedes sintonizar con tu Fuente. Salvo que estés en armonía con tu Fuente interior, no puedes ofrecer nada a otro. Sintonizar con la Fuente —estar dentro de tu Vórtice de Creación, ser uno con tu verdadera versión expandida— es el egoísmo último.

Y sí, en ese estado de armonía, sólo te pueden llegar cosas buenas. Cada cohete de deseo que lanzas se verá cumplido. El verdadero éxito no es lograr cosas, terminar tareas o conseguir abundancia económica. El éxito es sintonizar con tu Yo. *¡Sí, sintonizar egoístamente con tus deseos, tu claridad, tu confianza, tu conocimiento, tu amor y contigo mismo!*

¿Hemos de guiarnos por las intenciones de otros?

Jerry: Si todos estuviéramos en total armonía con nosotros mismos, si sistemáticamente estuviéramos dentro del Vórtice, ¿sería necesario que hubiera líderes o personas en el mundo que nos controlaran o nos dijeran lo que hemos de hacer?

Abraham: Sintonizar con tu Fuente es lo más importante que harás jamás; no puede compararse con ninguna otra guía que recibas del exterior. A veces, individual o culturalmente, tienes la suerte de tener un líder que guía desde el *interior* de su Vórtice. Cuando es así, sientes el poder de esa persona y sueles obtener claridad e intuición al escucharla. Pero lo más habitual es que cuando un líder empieza a dirigir y se centra en los problemas que hay que resolver, salga del Vórtice e intente hacerlo desde su nueva postura muy debilitada. Si estuviéramos en vuestro lugar, no buscaríamos un líder para pedirle que entrara en su Vórtice para dirigiros. Encontraríamos la manera de entrar

nosotros, haríamos todo lo posible para permanecer allí, y descubriríamos que el poder que crea los mundos fluye a través de nuestros dedos.

Lo más habitual es que os agrupéis cuando os sentís débiles. Desde vuestras posturas de inseguridad intentáis mejorar las cosas. Pero todas esas personas que no están en sus Vórtices nunca podrán ofrecer claridad, fortaleza o soluciones. *Una persona que esté sistemáticamente dentro del Vórtice tiene más fuerza que millones que no lo están.*

¿Cómo puedo aumentar mi autoestima?

Jerry: Esta filosofía se basa en el valor que tiene sentirse bien. ¿Podéis guiarnos para aprender a sentirnos bien? ¿Podéis darnos una técnica o proceso para estar bien con nosotros mismos? Es decir, nos gustaría que nos hablarais de cómo aumentar deliberadamente nuestra autoestima.

Abraham: La autoestima última es permitirte estar en armonía Vibratoria con la Fuente, con el yo expandido que se encuentra dentro de tu Vórtice, y no es necesario que te concentres en ti para conseguirlo. De hecho, a la mayoría de las personas, sobre todo al principio, les resulta más fácil sintonizar concentrándose en muchas otras cosas que no sean ellas mismas.

Con el tiempo has desarrollado muchas opiniones, actitudes y hábitos de pensamiento —o creencias respecto a ti mismo— que cuando las activas te sacan de tu Vórtice. Por eso te resulta más sencillo entrar en el Vórtice concentrándote en otros temas que te resulten agradables.

Por ejemplo, si piensas en tu mascota favorita y en lo mucho que la quieres, entrarás directamente en el Vórtice porque »

hallarás pensamientos de resistencia, de envidia o culpabilidad respecto a ella. Nos gustaría que entendieras que cuando piensas en tu gato —o en cualquier otra cosa que no opone resistencia a tu Vórtice, por lo que puedes fluir fácilmente hacia su interior— te unes (o mejor dicho, te *permites* fusionarte) con la totalidad de lo que eres. Nosotros lo denominaríamos la autoestima última, aunque no pienses en *ti* para conseguirla. Si estuviéramos en vuestra piel, elegiríamos los temas con los que nos fuera más fácil sentirnos bien como medio para entrar en el Vórtice.

Aunque tu orientación hacia lo material te ha enseñado a ser objetivo, a sopesar los pros y los contras de cada cosa, cuanto más sigas estas enseñanzas, más te darás cuenta de que los aspectos positivos de algo pueden conducirte al Vórtice, mientras que si te centras en los negativos, éste te escupirá fuera. *No puedes concentrarte en lo que no deseas y estar en el Vórtice...* Afirmando a menudo «No hay nada más importante que sentirme bien», serás más consciente de la proximidad a tu Vórtice.

¿Cuál es el propósito de mi vida?

Cuando las personas se encuentran en medio del contraste que les proporciona su vida en este plano físico, muchas veces se preguntan: «¿Cuál es el propósito de mi vida? ¿Por qué estoy aquí?» Queremos transmitirlos que vinisteis deliberadamente a disfrutar de vuestra exploración del contraste en vuestra realidad espacio-temporal porque sabíais que eso os inspiraría ideas y deseos nuevos, y que sería la base de vuestra expansión.

Confiamos en que al leer este libro tengáis una comprensión más clara de cuál es vuestro lugar en la creación global y el importante papel que desempeñáis desde vuestra forma física en esa totalidad.

Estaremos encantados de ayudaros a recordar que aunque estéis totalmente concentrados en vuestra forma física, en la realidad material de estos momentos, estáis —y nosotros también— creando una Realidad Vibratoria que encierra la promesa de vuestras manifestaciones futuras. La cantidad de tiempo que transcurrirá antes de que *empecéis* a ver y experimentar esas manifestaciones deseadas no es más que la que necesitáis para entrar en vuestro Vórtice. Es decir, vuestros estados de ánimo, actitudes y emociones son los indicadores de vuestra proximidad al Vórtice, a vuestra Realidad Vibratoria, a todo lo que deseáis y a todo aquello que ya sois.

Si hace cierto tiempo que seguís nuestras enseñanzas o ya habéis leído algunos de nuestros libros anteriores, sabréis que somos prolíficos en generar procesos, y que cada uno de ellos está diseñado con la intención de ayudaros a liberaros de la resistencia que os aleja de vuestro Vórtice.

A continuación os vamos a ofrecer una serie de sencillos procesos que si los aplicáis con frecuencia, os ayudarán a sintonizar de forma gradual pero segura con la *Energía-que-sois-realmente*, y que os garantizan la entrada a vuestro Vórtice; una vez que podáis entrar cuando lo deseéis, vuestra vida física se transformará por completo.

Algunos procesos para entrar en el Vórtice

No es necesario aplicar estos procesos ni ningún otro para elevar vuestra frecuencia Vibratoria y entrar en el Vórtice. Muchas personas entran con facilidad, sencillamente porque les gusta sentirse bien y suelen pensar en cosas agradables. Puede que no supieras nada de lo que enseñamos en este libro; puede que no tuvieras ni idea de lo que es la *Ley de la Atracción*; que no supieras nada

de los Tres Pasos del Proceso Creativo, de que eres una extensión de la Energía Fuente... y que estuvieras habitualmente en tu Vórtice, simplemente porque en general te sientes bien y diriges tus pensamientos hacia cosas agradables. Puede que tu abuela fuera un ejemplo de persona alegre que buscaba lo bueno en todas las cosas y personas, y como sentías el poder de la influencia de su Conexión, es muy probable que hicieras lo mismo. Pero si eres como la mayoría de las personas que observan el mundo que las rodea, probablemente habrás desarrollado patrones de pensamiento que no te sirven y que —sin darte cuenta— te mantienen fuera de tu Vórtice.

Cuando tengas una creencia respecto a algo (una creencia no es más que un pensamiento que repites muchas veces) y pienses a menudo en ello, estarás activo en tu Vibración y la *Ley de la Atracción* se limitará a darte pruebas para apoyarte (porque obtienes aquello en lo que piensas, tanto si lo deseas como si no). Sin tomar la decisión de hacer algo para cambiar el patrón Vibratorio que encierran esas creencias, no cambiará nada y no podrás controlar deliberadamente la proximidad a tu Vórtice o a *lo-que-eres-ahora* y a lo que deseas.

Los procesos que vienen a continuación son para ayudarte a liberar tu resistencia y proporcionarte un sendero seguro hacia tu Vórtice:

Proceso de visualizarían para antes de dormir

Esta noche, cuando te estires en tu cama, concéntrate en cosas agradables. Interioriza tus pensamientos, aléjalos de todos los detalles abrumadores del día, y observa la tranquilidad que te invade a medida que te concentras en algo cercano a ti. Por ejemplo, tu cama; piensa detenidamente en ella: en su comodidad, siente

el tacto de la ropa. Piensa en la relación de tu cuerpo con el colchón, e imagínate que éste flota o que tu cuerpo se fusiona con él... Relájate y respira, y disfruta de la comodidad de tu cama. Di cosas como: *Me gusta esto. Es estupendo. Tengo una vida estupenda.* Y ponte a dormir.

Cuando te despiertas

Cuando te despiertas por la mañana, quédate un poco más en la cama con los ojos cerrados durante unos cinco minutos, con la intención de disfrutar recordando las cosas más agradables que se te ocurran... Por la noche te has liberado de todas tus resistencias, y si ahora no las activas, no aparecerán. Estos cinco minutos extra son para permitir que se afiance tu Vibración superior... Deleítate en tus pensamientos y manténlos todo lo que puedas. Cuando aparezca la menor inquietud, respira profundo y vuelve a concentrarte en lo cómoda que es tu cama, busca algo por lo que puedas sentir aprecio, y luego levántate y empieza el día.

Proceso de la Rueda de la Concentración

Después de haberte refrescado y desayunado, siéntate en un lugar cómodo con la intención de hacer una o dos *ruedas de la concentración*, un proceso específicamente diseñado para ayudaros a liberar vuestra resistencia y concentraros en vuestro Vórtice. De hecho, este proceso imita un Vórtice giratorio que atrae, que va cobrando fuerza a medida que gira.

¿Has visto las ruedas giratorias de los parques infantiles? Los niños se suben a ellas y las empujan para ir cada vez más rápido. Es fácil subirse cuando van despacio o están paradas, pero cuan-

do están girando deprisa, es mucho más difícil o imposible. Y si lo intentas, el propio impulso de la rueda te proyectará hacia fuera. Visualizar esta rueda te ayudará a entender este *Proceso de la Rueda de la Concentración*.

En el transcurso del día, verás o recordarás muchas cosas que activarán tu resistencia en tu interior. Puede que leas algo desagradable en el periódico, que alguien te diga algo; y cuando se produce la resistencia, siempre sientes la punzada de la emoción negativa. Lo más habitual es que no puedas dejar de hacer lo que estás haciendo para ocuparte de ese pensamiento de resistencia que se ha activado, pero te animamos a que tomes nota mentalmente, o mejor aún, que te lo apuntes: *Me duele la actitud de mi jefe respecto a mí. No valora mi trabajo*. Ahora tienes un tema para el segmento de la *rueda de la concentración* de mañana.

Ayer, cuando te encontrabas en la cama antes de dormirte, te desprendiste de toda tu resistencia. Mientras dormías seguiste liberándote de toda resistencia. Y por la mañana al despertarte, proseguiste deliberadamente en esa zona de no resistencia gozando un rato más. Has desayunado, te has duchado y lavado los dientes, y ahora vas a dedicar 15 o 20 minutos más a limpiar cualquier rastro de resistencia que esté acechando a tus procesos de pensamiento. El mejor momento para hacerlo es cuando te sientes bien.

Cuando leas tu nota sobre tu opinión acerca de la actitud de tu jefe, reactivarás ese pensamiento de resistencia. Toma una hoja de papel grande y escribe en la parte superior: *Me duele la actitud de mi jefe respecto a mí. No valora mi trabajo*.

Ahora dibuja un gran círculo que ocupe toda la página. Luego dibuja otro más pequeño en el centro del grande, y luego dibuja 12 círculos alrededor del perímetro del círculo grande, colocándolos como si fueran los números de un reloj.

Siempre que te sucede algo que te indica muy claramente lo que no deseas, se incuba en tu interior con la misma claridad lo que

deseas. Así pues, al concentrarte en tu creencia de que tu jefe no aprecia tu trabajo, nace en ti un *deseo* igualmente fuerte: *Me gustaría que mi jefe entendiera mi profundo interés y mi contribución al éxito que estamos teniendo*. Escribe tu versión dentro del círculo interior.

Ahora, como si se tratase de la rueda de los parques infantiles, has de encontrar el modo de subirte a ella. Si tus pensamientos de resistencia giran demasiado rápido, no podrás hacerlo, pues la rueda te expulsará hacia fuera. Intenta buscar algo que ya creas que coincide, de alguna manera, con lo que sentías cuando escribiste las palabras en el centro del círculo.

Puede que pienses:

- *Mi jefe me aprecia.* (No te lo crees; al menos todavía no.)
- *Mi jefe no me merece.* (Ahora ni siquiera lo estás intentando.)

Sigue concentrándote en las palabras de dentro de tu *Rueda de la Concentración*. Te ayudará a activar creencias que ya tienes y que coinciden con ese sentimiento.

- *Mi jefe quiere que su empresa tenga éxito.* (Te has subido.) Escribe eso a las 12 en punto de tu rueda.
- *Su empresa estaba fatal cuando yo entré a trabajar en ella.* (No has resuelto el problema, pero esta afirmación te la crees, y en cierto modo te ayuda a sentirte mejor.) Escribe eso a la 1 en punto de tu rueda.
- *Hay cosas de este trabajo que me gustan mucho.* (Eso también es cierto, y ahora estás ganando algo de impulso.) Escríbelo a las 2 en punto.
- *Me encanta cuando mi jefe y yo congeniamos.* (Es cierto y te sientes bien.) A las 3 en punto.
- *Ambos sentimos la sinergia de nuestra colaboración.* (Mas impulso... ahora empiezas a girar.) A las 4 en punto.

- *He sentido que mi jefe me inspiraba una idea nueva.* (Ahora ya has despegado y estás volando. Ha desaparecido la resistencia.) A las 5 en punto.
- *Estoy seguro de que mi jefe ha sentido que yo le he inspirado una idea nueva.* A las 6 en punto.
- *Creo que todos nos damos cuenta de que estamos en esto juntos.* Las 7 en punto.
- *No me gustaría dejar este trabajo.* Las 8 en punto.
- *Mi jefe muchas veces me pide que dirija proyectos y que dirija a los demás.* Las 9 en punto.
- *Es evidente que ha confiado en mí.* Las 10 en punto.
- *Me gusta trabajar con él.* Las 11 en punto.

Y ahora, en el centro de la rueda —justo encima de lo que has escrito antes al inicio de la página, alrededor del borde o cruzando toda la página, con letras visibles y firmes, escribe: *Sé que mi jefe reconoce lo que valgo.*

Has trasladado tu Vibración a un lugar nuevo respecto a este tema, y, por consiguiente, tu punto de atracción ha cambiado, igual que tu relación con tu Vórtice. Esto es la Creación Deliberada en su máxima expresión. En este breve proceso te has liberado de tu oposición, has mejorado la relación con tu jefe, has vuelto a sintonizar con *quien-eres-realmente* y has entrado en tu Vórtice. Y ahora que estás dentro de él, contemplas tu mundo con los ojos de la Fuente.

Proceso de la Lista de los Aspectos Positivos

Ahora que has liberado tu resistencia respecto a tu jefe y que has establecido una Vibración de frecuencia superior y sin oposiciones respecto a este tema, puede serte muy útil mantener rodando

esta rueda a fin de afianzar tu nueva base Vibratoria y punto de atracción. Es decir, vamos a aprovecharnos un poco más y a sacar el máximo provecho del impulso que hemos logrado.

Ahora que has sintonizado con tu Ser Interior, haz una lista de los aspectos positivos de tu jefe y de tu trabajo desde la perspectiva de la Fuente. Cuando se está dentro del Vórtice, esto es sencillo. La razón por la que te animamos a hacerlo es porque es muy útil estar dentro del Vórtice. Por lo tanto, cuanto más rato puedas quedarte ahí, tanto mejor.

Ahora, vuelve la hoja y escribe como encabezamiento de la página: LOS ASPECTOS POSITIVOS DE MI JEFE:

Se preocupa de su negocio.

Sabe muy bien a quién contrata.

Casi siempre está dispuesto a colaborar en cualquier proyecto.

No le cuesta sonreír.

Le cae bien a la gente.

Su empresa tiene una sólida base económica.

Tuvo la iniciativa y el coraje de montar el negocio.

Siempre prepara la nómina, y lo hace a tiempo.

Su negocio sigue expandiéndose.

Estoy contento de trabajar aquí.

Me gusta lo que hago.

Realmente me gusta este hombre.

La lista puede ser más larga, porque cuando has sintonizado, tienes la mente muy clara. Notarás que las palabras te fluyen sin esfuerzo. Posteriormente, puede que te sorprendas de tu verborrea de cumplidos para alguien que a menudo te resulta molesto, pero recuerda: *en este momento, estás viendo a tu jefe con los ojos de tu Fuente.*

Proceso del Torrente de Aprecio

Si ahora realmente quieres reafirmar tu Vibración superior recién adquirida sobre este tema, pasa al proceso final: el *Torrente de Aprecio*. Toma otra hoja de papel y empieza a escribir, o a expresar en voz alta, tu aprecio por tu jefe:

Aprecio...

... su hermoso coche.

... que siga invirtiendo en su empresa.

... que muchas veces nos compre los bocadillos.

... nuestro precioso entorno laboral.

... las posibilidades de este negocio.

... hacia dónde nos dirigimos.

... el potencial que tenemos todos los que trabajamos aquí.

... cómo contribuye al mundo esta empresa.

... la flexibilidad de la que dispongo.

... su afán por aprender.

... lo que le gustan las buenas ideas.

... su maravillosa risa.

... su dedicación a este negocio.

... la estabilidad de este negocio.

... el trabajo que me ofrece.

... la emoción de la aventura.

... la oportunidad de expansión.

... el contraste que me ayuda a expandirme.

... mi Sistema de Guía que me ayuda a seguir expandiéndome.

... este mundo.

... esta maravillosa época de tecnología.

... ¡mi vida!

Cómo es la vida desde dentro del Vórtice

Os ofrecemos este libro para ayudaros a aceptar la existencia de vuestro Vórtice de Realidad Vibratoria e inspiraros el deseo de entrar en él con frecuencia, porque tenemos la gran ventaja de existir dentro de este Vórtice que estáis creando. Desde el interior de vuestro Vórtice, dirigimos nuestra mirada a todo lo que habéis pedido, y por consiguiente, a todo lo que sois ahora. Si observáis vuestras emociones y conseguís pensar en cosas agradables sistemáticamente, entraréis en el Vórtice siempre que lo deseáis, y cuanto más entréis, más querréis regresar, porque la vida en el Vórtice es sublime.

Vuestro punto de atracción será tal que sólo os sucederán las cosas que deseáis. Las personas que conozcáis serán homólogos perfectos de vuestros intereses, y no os encontraréis con los que no vayan a vuestra misma velocidad. Os sentiréis vitales, vivos, con la mente clara y seguros.

Veréis lo mejor en los demás, tanto si ellos lo ven como si no. Vuestro aprecio por la vida se manifestará como emocionantes sensaciones que recorrerán vuestro cuerpo cuando dirijáis la mirada a los objetos que más apreciáis.

Pero de vez en cuando, incluso a menudo, recordaréis u observaréis algo que no va a la misma velocidad, y el Vórtice os expulsará. No os asustéis, pues habréis entrado deliberadamente en un entorno de contraste porque sabéis el valor que tiene generar una idea nueva. Es normal tener esos momentos del *Paso Uno* (pedir) en los que sabes muy bien qué es lo que no quieres. Recordad que en estos momentos estáis lanzando cohetes de deseo específicos a vuestro Depósito Vibratorio; y posteriormente, cuando hayáis conseguido libraros de nuevo de la resistencia, encontraréis fácilmente el camino de vuelta al Vórtice, donde volveréis a cosechar el beneficio de vuestro anterior momento de contraste.

Ahora que entendéis la visión global, os resultará fácil y seguro el Proceso Creativo de los Tres Pasos. Cuando os suceda algo que os incite a pedir (puesto que ya entendéis lo que es el Vórtice y sabéis cómo entrar), ya no sufriréis el malestar de sentirnos impotentes. Por desagradables que sean vuestros problemas, surgirá un deseo o petición de mejora, y su solución reunirá todos los componentes cooperativos, que quedarán a la espera de que entréis en el Vórtice.

No tenéis que explicar esto a nadie; de hecho, si lo hacéis, puede que no os entiendan. Pero os prometemos que al haber leído este libro y entender vuestra relación con el Vórtice, a través del poder del ejemplo de vuestra gozosa vida, los demás sentirán la inspiración de querer conocerla.

Hemos disfrutado mucho con esta interacción.

Aquí donde estamos hay mucho amor para vosotros, y seguimos estando gozosamente incompletos.

Abraham

SEXTA PARTE

**Transcripción de Abraham
en directo:**

Un taller sobre la *Ley de la Atracción*

¿Te enseñaron a ser negativo de pequeño?

Abraham: Buenos días. Estamos muy contentos de que estéis aquí. Es estupendo reunimos con el fin de co-crear, ¿no os parece? ¿Sabéis lo que queréis? ¿Estáis disfrutando de la expansión deseada? Eso es bueno. Ésta es la máxima expresión de la co-creación, ¿no es cierto?

¿Sabéis que sois más de lo que veis en estos cuerpos físicos? ¿Sabéis que sois extensiones de la Energía Fuente Expandida en un cuerpo físico? ¿Sois conscientes de que vuestra parte No-Física Expandida, vuestra Fuente interior, siempre está fluyendo hacia vosotros y a través de vosotros, que no podéis separaros de ella? ¿Sabéis que vuestra parte No-Física Expandida desempeña en vuestras actividades cotidianas un papel más importante de lo que imagináis la mayoría? *El continuo de lo que eres es profundo; eres la Energía Fuente en un cuerpo físico.*

Muchos no sois conscientes de eso. Muchas veces decís: «Si eso es cierto, ¿por qué no me va mejor? Si soy la Energía Fuente en forma física, ¿por qué los ángeles no me ayudan un poquito más?»

Queremos que sepas que en todo momento, el Bienestar que eres realmente —que te envuelve, que impregna todo en todas partes, en lo físico y No-Físico— fluye siempre hacia ti y a través de ti. Y verás pruebas de ello en la medida que lo *permitas*.

Muchas veces, cuando contemplas los detalles de ese despliegue en tu vida, te parece que debe haber algunas fuerzas o

circunstancias externas —algunos detalles— que te alejan del Bienestar que te estamos diciendo que te pertenece. Cuando el Bienestar no fluye —cuando no fluye el dinero a tu vida, cuando alguien te ha roto el corazón o cuando no llega algo que deseas—, sabemos que a veces crees (porque lo deseas demasiado como para que sea de otro modo) que debe haber alguna otra causa que está impidiendo ese Bienestar. Nos gustaría que entendieras que no hay nada más que tú que pueda impedir tu propio Bienestar.

Reconocemos que muchas veces nacéis en un entorno donde no fluye el Bienestar. Vuestros padres lo pasaban mal, o tu entorno era muy polémico. Y como tú, incluso de bebé, empezaste a observar los detalles del ambiente que te rodeaba, sabemos que en virtud de lo que estabas observando, para ti no fue difícil modificar tu Vibración para que se resistiera al Bienestar del que habrías gozado si no te hubieran enseñado la resistencia.

Muchos decís: «Eso es lo que estamos diciendo. ¿Por que querría un bebé recién nacido llegar a un entorno donde pudiera aprender la Vibración de resistencia? ¿Cómo puede un bebé aprender una Vibración que impide el flujo de Bienestar?»

La respuesta es que ese bebé, que parece tan pequeño y que no sabe nada, es en realidad un genio *Creador Deliberado de la Energía Fuente que ha venido a esta experiencia física sin preocuparse del contraste, sin pretender evitarlo, sino para acogerlo, con la comprensión de que del contraste siempre nace la claridad del deseo de mejorar.*

Por eso, muchas veces los grandes maestros de vuestro entorno físico nacen en situaciones donde hay mucho contraste rodeados de cosas que *no* desean, rodeados de cosas que *sí* desean. Supongamos que eres uno (o que conoces a alguien) de esos que ha nacido en un entorno de mucho contraste. Queremos que sepas que ese contraste no sólo te sirvió a ti, proporcionándote expansión (con la que puedes vivir favorablemente mientras

estés en este cuerpo físico), sino que ese contraste está sirviendo a la *Conciencia Colectiva*, y sin duda también está sirviendo a la *Totalidad-de-Lo-Que-Es*, que eres tú y todos *nosotros*.

Tu Universo se rige por la *Ley de la Atracción*

Este Yo Energía Fuente sigue concentrado en lo No-Físico, y hay una parte de vosotros que se centra en este cuerpo físico, y el contraste os ayuda a conocer lo que *no* queréis, lo que hace que sepáis lo que *sí* queréis. Hay veces que sabéis muy bien lo que *no* queréis, y, por lo tanto, sabéis muy bien lo que *sí* queréis. Otras veces, más o menos sabéis lo que *no* queréis, por lo que más o menos sabéis lo que *sí* queréis. Pero el contraste siempre genera una concentración en la Vibración.

Ahora bien, aunque expreséis alto y claro lo que deseáis a raíz del contraste que habéis vivido, también seguís emitiendo su señal Vibratoria. Muchas personas dicen: «Oh, señal Vibratoria. Señal Vibratoria: eso no significa nada para mí». Pero nosotros respondemos que vivís en un Universo Vibratorio regido por la *Ley de la Atracción*; esta *Ley* responde a las Vibraciones predominantes y las administra —seleccionándolas— y uniendo Vibraciones similares. Por eso es importante que reconozcáis que sois Seres Vibratorios, que siempre estáis emanando señales Vibratorias de deseo. Y aquí tenéis algo muy importante que puede que hayáis olvidado: *cuando emitís una Vibración de lo que deseáis desde vuestra forma humana —porque sabéis lo que no queréis, y por lo tanto sabéis lo que sí queréis—, en vuestra experiencia no aparecerá nada que no tenga los mismos componentes Vibratorios de lo deseado y lo no deseado.*

Si no tienes suficiente dinero, esa escasez se corresponderá con lo que tú consideres insuficiente y pedirás la proporción idéntica

de dinero que corresponda a tu percepción de insuficiencia. (¿Lo entendéis?) Si estás un *poco* enfermo, pedirás estar un *poco* bien. Si estás *muy* enfermo, pedirás estar *muy* sano. Es decir, si lo que te interesa es tu experiencia física, la proporción de lo que *no* deseas está representada por el equivalente Vibratorio de lo que *sí* deseas. (¿A que lo entendéis mejor?)

Tanto si lo manifestáis en palabras como si no, lo estáis transmitiendo con vuestra Vibración. Y cuando eso sucede, esa parte de Energía Fuente No-Física concede toda su atención a esa nueva versión añadida y modificada de vuestra petición o deseo, y vosotros, desde vuestra ventajosa posición No-Física, os expandís hacia ese lugar nuevo, justo en este momento.

Siempre que sucede esto, significa que la Vibración de vuestra parte expandida (y ah, es vuestra parte expandida, vuestra parte No-Física Eterna)... de vuestra parte expandida ha cambiado —ah, estupendo— gracias al contraste que habéis vivido. Y si vosotros, que acabáis de vivir el contraste, pudierais unir esa parte expandida con la Vibración de lo que habéis pedido, viviríais un momento exultante, *ahora* mismo. Pero normalmente no es así.

Lo más habitual es que en lugar de saber lo que *no* deseáis, que es lo que hace que sepáis lo que *sí* deseáis y dirigir vuestra atención hacia lo que *sí* deseáis, seáis centrándoos en lo que *no* deseáis. Y eso en realidad no es malo, pero si seguís así, simplemente no os sirve. Es decir, lo que ha sucedido es que aunque la vida ha hecho que os expandierais, vosotros os habéis quedado atrás. La vida ha hecho que fuerais a más, pero todavía seguís justificando por qué queréis más, por qué os merecéis más, lamentando el hecho de que no sois más, sintiándoos mal por no tener lo que deseáis, quejándoos porque otros lo *están* consiguiendo, mientras vosotros todavía *no* lo habéis conseguido, enfatizando lo mal que están las cosas *aquí* sin tener lo que deseáis, quejándoos de estar *aquí*, explicando cuánto tiempo lleváis *aquí*, obser-

vando cuántas personas están en vuestra misma situación *aquí*, creando clubes de personas que están *aquí*... cuando en realidad lo que queréis es estar allí. [Risas]

Foros en internet: «Estamos aquí, estamos aquí, estamos aquí, estamos aquí, estamos aquí. Y los que están allí seguro que han hecho algo mal. [Risas] Deben estar estafando. Traficando con drogas. Deben haber nacido ricos. Seguro que no se lo merecen más que yo, pero yo no lo tengo, no lo tengo, no lo tengo. ¿Dónde está lo mío? ¿Dónde está lo mío? ¿Dónde está lo mío? ¿Dónde está lo mío?». [Risas]

De modo que, (sin pretenderlo) permanecéis en la Vibración que os ha incitado a *pedir*, sólo que ahora no pedís con la Vibración de *tener*, sino con la de *no tener*. Como veis, es bastante común, ¿no os parece? Cuando no tenéis algo que deseáis, pedís desde esa carencia. Pero ¿podéis sentir cuando estáis en la Vibración de «No tengo algo que necesito; no tengo algo que necesito; no tengo algo que necesito. Lo quiero, ¿dónde está? Lo quiero, ¿dónde está?»... ¿Podéis sentir que esa Vibración es opuesta a la de «Tengo algo que deseo»?

Vuestra Fuente interior, en el momento en que pedís (ah, ésta es la parte que queremos que escuchéis con atención, porque es la que explica todas vuestras emociones, las emociones que sienten todas las personas)... cuando vuestra Fuente interior se fusiona con la Vibración de vuestra petición y *vosotros* no lo hacéis, entonces sentís la discordia.

Vamos a explicarlo de modo que podáis entenderlo: si no pedís nada que esté más allá de lo que tenéis —de modo que no estaréis enviando a vuestra Fuente interior a nuevas zonas Vibratorias en vuestro nombre—, entonces podéis seguir donde estáis sin sentir discordia alguna. Lo más engañoso del caso es que el Universo entero está diseñado para tu expansión. *No puedes estar siempre en el mismo lugar. En todo momento, estés donde estés,*

hay un contraste que hace que te expandas; y si no sigues el ritmo de esa expansión, sientes la resistencia de la separación.

¿Obstaculiza algún amigo tu expansión?

Cuando sientes *júbilo*, significa que te has expandido; y en el momento en que lo piensas, sintonizas con la expansión. Cuando sientes *amor*, significa que te has expandido; y en el momento en que lo piensas, sintonizas con el pensamiento de *amor*. Cuando sientes *interés*; cuando sientes *excitación*; cuando sientes pasión; cuando has sintonizado, conectado, significa que te has expandido... y, en ese momento, dejas de hacer lo que haces a menudo: no ser *quien-eres-realmente*.

Pero, si en algún momento sientes *frustración*, *ira* o *miedo*, si te sientes *impotente*, si tienes esas emociones negativas que te hacen sentirte tan mal, eso significa que en estos momentos pasa algo por tu mente. Puede que estés hablando de ello, comentándolo en un blog; tienes algo en la mente que ni siquiera se acerca a *quien-eres-realmente*. Y la emoción negativa que sientes es tu *indicador* de separación. Ahora bien, aunque *separación* una palabra demasiado fuerte, queremos que le prestes atención. *Cuando sientes una emoción negativa, sencillamente significa que no estás sintonizando con tu Yo.*

Hay algunas cosas importantes que debes conocer al respecto: si la vida no hiciera que te expandieras, no tendrías que sintonizar con nada. Y nos dirás: «Sí, eso mismo es lo que pienso. Sí no hubiera contraste, no me expandiría. Y si no me expandiera, no tendría que seguir ese ritmo. Sencillamente, podría quedarme» donde estoy». Pero, lo sentimos porque eso es *imposible*, porque no puedes dejar de estar ante un bufé de posibilidades que estia haciendo que te expandas constantemente.

Somos Seres que están Eternamente concentrados, lo que significa que estás concentrado *egoístamente* —todos lo estamos—, y en ningún plano de nuestra Existencia (ni siquiera en el celular) podemos evitar seguir pidiendo mejorar, pidiendo mejorar, pidiendo mejorar. Como ves, es un poco engañoso, y entendemos que te quejes. Pero esto funciona así: *Si no fuera por el contraste, no podrías pedir mejorar. Pero el mismo contraste responsable de la mejora, es el que utilizas como excusa para no avanzar.* (¿No te parece interesante?)

Es como cuando tienes un amigo (utilizamos esta palabra en un sentido un poco libre)... que está impidiendo tu expansión. Este amigo te ha hecho sufrir durante mucho tiempo, y no puedes librarte de él porque hablas tanto de sus cosas que la *Ley de la Atracción* sigue manteniéndolo en tu espacio. Y aunque puedas alejarte físicamente de él yéndote a vivir a las antípodas, otra persona ocupará su lugar casi de inmediato. Porque cuando has activado algo en tu Vibración, la *Ley de la Atracción* seguirá trayéndotelo.

De modo que tienes un amigo que está impidiendo tu expansión. Ese amigo está siguiendo la naturaleza de su verdadero yo *egoísta*, y está haciendo todo lo posible para sentirse bien *él*. Tu amigo está obstaculizando tu expansión, y lo está haciendo bien, porque es una molestia constante para ti; esta persona lleva mucho tiempo en tu vida; y vaya chico, vaya, vaya, vaya, ha conseguido que se expandiera tu parte expandida debido a la consternación que te ha generado esta relación. Te has expandido, expandido, expandido. De modo que podríamos decir con bastante exactitud que este amigo con el que no te sientes muy a gusto es el responsable de una enorme parte de tu expansión Vibratoria, y tu Fuente interior se ha beneficiado espectacularmente gracias a esta incómoda relación. Este amigo es el responsable de tu expansión, pero ahora ésta es la parte interesante: *si eres como la mayoría de las personas, en estos momentos estás usando a este*

amigo y esta experiencia llena de contraste como excusa para no seguir con la expansión que te ha provocado esta persona.

Ésa es la razón por la que estás tan, pero que tan enfadado con él. Los dos estáis unidos Vibratoriamente. Es decir, este amigo es un co-conspirador de tu expansión, pero estás usando los detalles de esta relación como excusa para no expandirte, y por eso no puedes sacártelo de la mente. Por eso parece que esa persona tenga la culpa de todo. ¿Y no has notado que cuando te pasa esto (y a casi todo el mundo le pasa, en algún grado), durante un tiempo sólo existe esa persona, y esa persona, y esa persona, y esa persona, y esa...⁷.

Es decir, parece que siempre hay algo que puedes usar como tu excusa actual para no sentirte bien. Piensas: «Si pudiera luchar contra esta persona, reducirla en el suelo y matarla, al no existir ese incordio, me sentiría bien».

Y nosotros te decimos: *No puedes eliminar del mundo las cosas que te molestan. Has de eliminarlas de tu Vibración. Y cuando hayas eliminado de tu Vibración aquello que te molesta, no llegará nada semejante a tu vida.*

Pero, no puedes *sacar* nada de tu Vibración, porque en este Universo basado en la atracción no existe la exclusión. En un Universo que se basa en la atracción, sólo hay inclusión, lo que significa que cuando observas lo que deseas y le dices *sí*, lo incluyes en tu Vibración. Pero cuando observas algo que no deseas *T* gritas *no*, también lo incluyes en tu Vibración. *La única forma m que puedes dejar de atraer algo que no deseas es prestando atención a lo que sí deseas. Pero has de hacerlo paso a paso.*

Realmente queremos transmitirlo de forma que os proporcione un poco de consuelo: si has activado algo en tu Vibración y te has concentrado en ello durante un tiempo, no puede» cambiar de emisora de repente, como haces con la radio. Solamente puedes ascender paulatinamente por la *Escala Emocional*. Si haÉ

practicado (y ésta es una buena forma de expresarlo), si has *practicado* la frecuencia de la queja sobre algo... y sabemos que es legítimo. No te lo estás inventando. Has estado observando lo que sucedía. Sabemos que podían haberlo hecho mejor. Que podían haber sido más amables. Podrían haber estado mejor sintonizados, mejor introducidos, mejor conectados. Si hubieran sintonizado, introducido, conectado, lo único que hubieras tenido que hacer habría sido observarlos para sentirte mejor. Lo sabes, porque hay *algunos* seres adorables en tu vida. (No muchos, pero hay algunos.) La mayoría de las veces son menos de dos. [Risas] Pero hay algunos seres realmente adorables en tu vida... pero tienen pelaje o tienen plumas. [Risas] La mayoría de las personas no controlan su Vibración. Y cuando le dices a alguien: «Necesito que siempre estés en sintonía con *quien-eres-realmente* para que cuando te mire, yo pueda estar en sintonía con *quien-soy*», le estás pidiendo lo imposible.

Lo que has de hacer es controlar tu propia Vibración y decir a todos: «No tenéis por qué estar en armonía para que yo me sienta bien. Es mi responsabilidad mirar a mi alrededor —pasado, presente y futuro— para encontrar cosas que estén en armonía con quien-soy-realmente». En otras palabras, estáis buscando el amor donde no está, amigos. El lugar donde tenéis que buscarlo y encontrarlo es en vuestro Yo Expandido, en el Yo Energía Fuente, en vuestra parte que es amor puro. Sintonizad con esa Vibración.

Se reúnen todos los componentes cooperativos

Supongamos que estás utilizando———(lo que sea) como excusa para no ser el Homólogo Vibratorio de *quien-eres-realmente*... Y estás utilizando tu *Sistema de Guía*, es decir, tus emociones. Tus emociones son tu *indicador*: cuanto mejor te sientes,

menos separación hay entre tu yo y tu Yo... Cuanto peor te sientes, más has *ampliado* la separación entre tu yo y tu Yo. Si siempre te quejas y no te encuentras bien, significa que has practicado una Vibración que no te facilitará la vida. Entonces dices: «Tengo muchas razones para quejarme».

A lo que nosotros respondemos que suponemos que es cierto, porque cuando practicas una Vibración de queja, el Bienestar queda interrumpido por tu hábito de pensamiento.

Entonces, replicáis: «¿Y cómo puedo dejar de practicarla?»

Y a ello te respondemos, consiguiendo el mayor número de veces —consciente y deliberadamente— en tu situación actual, los mejores pensamientos sobre el tema que has activado. Buscando lo *mejor*, en lugar de lo *peor* de la situación. Repitiendo *Sería estupendo si...* en lugar de *Sería horrible si...* Repitiendo *Realmente, me gusta esto*, en lugar de *Lo que no me gusta de esto es...*

Si pudiéramos convencerte de algún modo de que eres una Vibración Energía Fuente que está invocando con fuerza el Bienestar que se merece, y si escucharas la llamada de esa Fuente, la sintieras Vibratoriamente, la escucharas y avanzarás sistemáticamente en la dirección de tus mejores pensamientos, antes de darte cuenta habrías cerrado la separación existente entre tus dos *yoes* en todos y cada uno de los temas activos en tu interior, y serías el Ser gozoso, evolutivo, realizado, intuitivo, adorable, vital, exultante que es la razón de tu nacimiento físico. No es tan difícil una vez que entiendes el funcionamiento de las cosas. Es decir, basta con que de esta reunión os quedéis sólo con la idea de que sois la Energía Fuente, y de que, mientras estéis en este cuerpo físico, tenéis que sintonizar con *quienes-sois-realmentz*, para sentirlos bien.

Liega a tu poderoso Vórtice de la Atracción

Así es como funciona el Proceso Creativo: eres Energía Fuente. Una parte de ti adoptó este cuerpo. Te relacionas con otros, envías constantemente cohetes de deseo hacia delante, hacia delante, donde tu Fuente interior los recibe.

Ahora, ¿entiendes que todo lo que existe a tu alrededor es una extensión o versión expandida de una Vibración previa? Todo empieza siendo *Vibración*, antes de convertirse en *pensamiento-forma* o antes de que adopte la forma. Incluso este mundo que ves girando en su órbita, una vez fue sólo un concepto, un concepto Vibratorio. Y aquí estás ahora, como un Ser humano hecho y derecho, con toda tu existencia física, interpretando Vibratoriamente esta realidad espacio-temporal... *Todo lo que conoces como realidad física no es más que una extensión del pensamiento.*

Todo lo que te depare el futuro ya se ha realizado Vibratoriamente, en lo que nosotros denominamos *Realidad Vibratoria*. (Lo hemos estado llamando Depósito Vibratorio.)

Ahora bien, hay muchas personas que estarán pensando burlescamente: «Ah, la Realidad Vibratoria». *No debéis reiros de la Realidad Vibratoria porque toda «realidad» ha surgido de ella. Y ¡lega antes si lo permites.*

Estás en la Primera Línea. En muchos casos el tiempo de manifestación entre la concepción del pensamiento y la sintonización con él es de segundos. Muchas veces estás al borde de la manifestación instantánea, por esta razón: no eres nuevo en la creación, eres un creador muy antiguo; incluso antes de adoptar este cuerpo habías puesto muchas cosas en movimiento. Ya tenías un Depósito Vibratorio antes de poner los pies en la Tierra. Con la última conversación que mantuviste con alguien, con lo último que viste en la televisión, con el último libro que leíste, con la última película que viste, con tu último pensamiento, has contribuido

a este Depósito Vibratorio; y está en plena ebullición. No, está *girando*. Es un gigantesco *Vórtice de Atracción*. (Ya habéis oído hablar de la *Ley de la Atracción*, pero muy poca gente entiende realmente el poder de esta *Ley*. Es la *Ley* que crea los mundos.) Entonces, tenemos esta Energía giratoria. ¿Cómo ha llegado allí? Depositaste una parte antes de nacer, y cada día aportas algo gracias a tu experiencia física...

De modo que tenemos el *Vórtice de la transformación*. Este *Vórtice de la transformación*, esta Vibración —esta Vibración pura de todas las cosas que deseas, de todos los detalles que has corregido sobre lo que has estado pidiendo— está girando, girando, girando y girando. Y la *Ley de la Atracción* está reuniendo *todos* (escuchad bien esto), todos *los componentes cooperativos*.

¿Qué significa esto? *Componentes cooperativos*, significa «todos los Homólogos Vibratorios». No tenías un amante, *pediste* un amante. Tenías un amante sin dinero, *pediste* un amante con dinero. Tenías un amante al que no le gustabas demasiado, *pediste* un amante al que le gustaras mucho. Tenías un amante que no compartía tus valores, *pediste* un amante que compartiera tus valores.

Es decir, has estado creando este Depósito y está Vibratoriamente vivo, es real y atrae. *Aquí* está tu petición respecto a cualquier tema. Y *allí* está pulsando, porque está siendo atendida... no, está siendo conocida; no, está siendo *vivida* por la Fuente, y la *Ley de la Atracción*, la *poderosa Ley que crea los mundos*, *está amasando todos los componentes cooperativos, lugares, personas, acontecimientos y cosas: todo lo necesario para manifestar lo que has pedido está siendo atraído hacia este poderoso Vórtice de Atracción.*

La pregunta que queremos plantearte es: ¿estás cooperando? ¿Estás cooperando con tu deseo?

«No, me temo que no.»

¿Eres el Homólogo Vibratorio de tu amante?

«No, no soporto el que tengo.»

¿Eres el Homólogo Vibratorio del Bienestar que estás pidiendo?

«No, me he metido en un foro de protesta en internet. [Risas] Nos quejamos todo el día de lo mal que... No, yo soy, en esta forma humana, el único componente no cooperativo de mi creación.»

Entonces, ¿qué pasa con tu creación? ¿La están haciendo los demás? No, están con la suya.

«Entonces, ¿desaparecerá mi creación?»

No, sencillamente será más grande.

El *contraste* no significa que algo vaya mal

•

Queremos que llegues al lugar donde estés dispuesto... no sólo donde estés dispuesto, sino donde tengas la determinación... no sólo la determinación, sino el entusiasmo... de liberarte de la necesidad de controlar lo que no se puede controlar —como lo que hace otra persona cualquiera— y prestar toda tu atención a lo único que puedes controlar, que es cómo te sientes en cualquier circunstancia. Es decir, queremos que os vayáis de esta reunión diciendo: «He decidido que voy a aceptar la vida tal como viene y que voy a hacer las cosas lo mejor que pueda dentro de mis posibilidades».

Nunca hay algo que vaya mal, porque cada elemento del contraste, por muy malo que nos parezca, siempre nos está ayudando a aclarar lo que *queremos*. Y esto es lo que más nos interesa que recordéis: *el contraste, no importa lo que parezca en cada momento, está contribuyendo enormemente a vuestra expansión. Y lo que consideraréis que «va mal» en vuestra experiencia de vivir, no es más que la distancia entre las cosas que están bien y vuestra pers-*

pectiva actual de ellas. Es decir, si pudierais aceptar que habéis amasado una inmensa fortuna Vibratoria que está esperando a que conectéis con ella en cualquier momento, y que lo único que necesitáis para conectar es la voluntad de mirar en la dirección de lo que deseáis —lo que hará que dejéis de mirar en la dirección de lo que no deseáis—, la vida empezaría a mejorar para vosotros, ahora mismo.

Éste es mi mensaje más importante: *la vida es para disfrutarla.* Lo sepáis o no, vivís... vivís como receptores de un huracán de gracia que está fluyendo hacia vosotros, en todo momento, como respuesta a todo lo que habéis pedido. Nadie ha sido excluido por no ser merecedor de recibirla. Todos estáis expuestos al flujo de este huracán de Bienestar. Cuando entendéis esto y empezáis a adoptar la actitud de tener la voluntad de recibir el beneficio de este Bienestar y mérito que fluye hacia vosotros, cuando empezáis a sentirlo... y la mejor forma de que suceda es permanecer donde estáis, ahora mismo, y hacer todo lo posible por encontrar los aspectos positivos de lo que os rodea. Buscad cosas por las que podáis sentir aprecio, aunque no haya muchas. Buscad cosas para sentiros bien, aunque tengáis más razones para sentiros mal. Prestad vuestra atención, lo mejor que podáis, a lo mejor que os esté sucediendo, con la determinación de practicar la Vibración que os haga sentiros mejor, aquí y ahora.

Hoy, vaya a donde vaya, haga lo que haga, esté con quien esté, mi principal intención es buscar y encontrar razones para sentirme bien cuando vea, oiga, huela, saboree o toque algo. Mi propósito es solicitar, experimentar, exagerar, hablar y disfrutar de lo mejor que vea a mi paso en cada momento. Cuando esto se convierta en tu mantra, sintonizarás con la mejor Vibración que encuentres, ¡la mejor, y la mejor, y la mejor. Antes de que te hayas dado cuenta, tu vibración será muy cercana a la de lo que está sucediendo en tu Depósito Vibratorio, en tu Realidad Vibratoria.

¿Estás dispuesto a llegar a tu Vórtice?

Esta Realidad Vibratoria está girando y transformándose, y si estás *furioso*, *tienes miedo* o estás *desesperado*, ni siquiera estás cerca. Cuando te acercas a la *esperanza*, cuando empiezas a sentir esperanza, estás llegando. Cuando sientes esperanza, te está atrayendo, te está atrayendo. Cuando empiezas a *creer* o *esperar* cosas buenas, estás en el Vórtice. Cuando estás allí, dejas de ser el único componente no cooperativo. Ahora eres un componente cooperativo. Ahora te encuentras con tu dinero, con tu vitalidad, con tu claridad, con tu amante, con tu adorable vecino, con todas aquellas cosas que has estado deseando. *Cuando te acercas a lo que te hace sentirte bien, te reúnes con todas las cosas buenas que una vez pusiste allí. Y todos los días puedes practicar llegar allí.*

Mañana puedes estar Vibratoriamente tan cerca de *quienes-realmente* que quizás empieces a ver las pruebas. Ver el movimiento: tu cuenta bancaria irá cambiando hacia lo que deseas; tus vecinos cooperarán más... *Cuando controlas la Vibración que emites, controlas el encuentro con todas las cosas que aparecen en tu vida, y cuando te ocupas de tus emociones, controlas tu Vibración.*

Cuando te ocupas de tus emociones y te diriges hacia lo que hace que te sientas bien, al poco tiempo eres el Homólogo Vibratorio de *en-quien-te-has convertido*. Las personas que te observen dirán: «¿Qué te ha sucedido? Siempre estás contento, y cada vez que nos encontramos te ha sucedido algo maravilloso».

—He entrado en mi Vórtice —responderás.

—¿Qué has dicho? —preguntarán.

—Sí, he llegado al Vórtice y estoy en el Vórtice —dirás.

—¿Qué? ¿Cómo se llega hasta allí? ¿Dónde está la puerta? Yo también quiero entrar.

—Tienes tu propio Vórtice y has de *sentir* cómo llegar hasta

él. No hay instrucciones escritas. Ni un manual detallado. Ni una puerta de entrada clara. Ni una combinación secreta. *Sencillamente has de sentirlo* —responderás.

—¿Cómo puedes saber si vas por el buen camino?

—Te *sientes* mejor que nunca.

—Bueno, tengo deseos de *venganza*.

—Probablemente estés avanzando en la dirección correcta. ¿Cómo te sentías justo antes de la *venganza*?

—Antes del deseo de *venganza* me sentía *impotente*. Ahora siento ganas de *vengarme*.

—Bien, vas por buen camino.

—¿Siento ganas de *vengarme* y estoy en el camino del Vórtice del Bienestar?

—Sí. Sí. No vuelvas al sentimiento de *impotencia* y estarás en el camino.

—¿Qué viene después de la *venganza*?

—El *enfado*. Estarás enfadado con mucha gente.

—Ah, ya me ha pasado esto.

—Bueno, pues vuelve a ese estado, porque cuando estás *enfadado*, estás en el buen camino. El *enfado* es mejor que la *venganza*. Está más cerca del Vórtice.

—¿Qué viene después?

—*Frustración. Agobio. Impaciencia.*

—Hmm, hmm, creo que puedo conseguirlo. ¿Qué viene después?

—La *esperanza*.

—Hace mucho tiempo que no la siento.

—Entonces, deséala. Desea la *esperanza*, porque cuando IB acercas (se lo puedes decir a tu amigo) a la *esperanza*, llegas al Vórtice. De vez en cuando (cada día) te sucederá algo que te <JM mostrará que eres el Creador Deliberado de tu experiencia. S puedes sentir *esperanza*, aunque sólo sea por dos o tres cosaa

podrás estar en el Vórtice el tiempo suficiente para empezar a *creer*. Si puedes abrirte paso hasta la *esperanza* —y no es difícil—, podrás llegar al Vórtice con la frecuencia necesaria para empezar a *creer*.

—¿Crear en qué? —te dirá tu amigo.

- *Empezarás a creer en el poder de tu pensamiento.*
- *Empezarás a creer en la bondad de este Universo.*
- *Empezarás a creer en el valor de tu Ser.*
- *Empezarás a creer en el poder de quien-eres.*
- *Empezarás a creer en la cooperativa Ley de la Atracción.*
- *Empezarás a creer en que todo es posible.*
- *Empezarás a creer en que eres el creador de tu propia realidad.*
- *Empezarás a creer en que puedes controlar tus pensamientos observando tus emociones.*
- *Empezarás a creer en que puedes ser, hacer o tener cualquier cosa.*

—Eso es lo que sé ahora que estoy en el Vórtice —le dirás a tu amigo.

¿Y qué es el *Vórtice*? Es la Vibración que te anuncia aquello que ya eres. Todos los componentes cooperativos del Universo se han reunido allí. Te están esperando. ¿No te encanta saber esto? Te están esperando. Te están esperando.

¿Qué es lo que te está reteniendo? «No me gusta esto, no me gusta esto, no me gusta esto.» Cosas verdaderamente insignificantes, sin importancia, diminutas de tu vida cotidiana que estás utilizando como excusa para no entrar en tu Vórtice. ¿No es eso desidia? Cuando podrías tener un pensamiento optimista con la misma facilidad que uno *pesimista*. Buscar un *cumplido* con la misma facilidad que un *insulto*. Alabar a

tu gobierno... no, empecemos por algo más fácil. [Risas] Buscar una razón para sentirte bien con la misma facilidad que una para sentirte mal. Apagar la tele con la misma facilidad con que la enciendes.

La Ley de la Atracción y las premisas basadas en la Ley

Cuando nos reunimos, tanto si leemos algo que hemos escrito o escuchamos algo que hemos dicho alguna vez, nos gustaría que entendierais que todo lo que ofrecemos y cada una de las palabras que traduce Esther de nuestra Vibración, las transmitimos con la intención de ayudaros a restaurar vuestra conciencia de las premisas válidas que coinciden con las *Leyes del Universo*. Porque cuando empezáis a entender conscientemente las *Leyes* tal como son, y las ponéis a prueba siendo conscientes de ellas, éstas os demuestran, todas y cada una de las veces que lo hacéis, la validez de estas verdades:

- Eres el creador de tu propia realidad.
- Eras digno antes de concentrarte en este cuerpo físico y sigues siéndolo ahora que estás aquí, pase lo que pase.
- Eres más Vibración Energía Fuente No-Física que el Ser de carne, sangre y huesos que ves en este cuerpo físico.
- La *Ley de la Atracción* responde a todos por igual.
- La *Ley de la Atracción*, que responde a todos y a todo, dice *Todo objeto atrae aquello que se asemeja a sí mismo*, por lo que, cualquier Vibración que ya esté activa, la *Ley de la Atracción* la activa más atrayendo más cosas semejantes!» para que coincidan.
- Eres la Energía Fuente, con una perspectiva a la que edl

respondiendo la *Ley de la Atracción*; y eres un genio creador de Primera Línea concentrado en lo material, que se encuentra en la Primera Línea del pensamiento en su espléndido cuerpo en esta realidad espacio-temporal de perfecta diversidad; y la *Ley de la Atracción* también está respondiendo a ese aspecto tuyo.

- Cuando la *Ley de la Atracción* responde a tus dos aspectos Vibratorios, sientes la armonía, o desarmonía, de tus dos relaciones Vibratorias. Cuanto mejor te sientes, más sincronizada está *esa* parte física con *esta* parte tuya. Cuanto peor te sientes, más desincronizada está *esa* parte con *esta* parte tuya.
- Cuando la vida, en tu forma física, hace que sepas lo que «quieres, te ayuda a que conozcas —tanto si lo dices como si no— lo que *quieres*. Cuando sucede eso, emites una petición Vibratoria que recibe tu parte expandida, convirtiéndose en ella y respondiendo de inmediato, y la *Ley de la Atracción*, en ese mismo momento, empieza a responder a esa nueva versión Vibratoria tuya que has formado.
- Hay una *Realidad Vibratoria* que está acumulando constantemente y que es tu verdadero yo. Hay la realidad *física*, material, manifestada, real, «que puedes verla, saborearla, olería y tocarla»; y esa realidad es sólo un poco diferente de la *Realidad Vibratoria* en el sentido que ya se ha manifestado... Has pensado en ella el tiempo suficiente para que ahora se materialice y te demuestre cuál ha sido tu vibración.
- Todo lo que estás viviendo es el indicador manifestado de tu mezcla Vibratoria.
- El Bienestar que eres, y que está en un constante proceso de transformación, es tan inmenso y duradero (en cuanto que es Eterno) que el Bienestar siempre triunfará; pero algunos tendrán que morir para experimentarlo.

Hemos ofrecido estos seminarios sobre la *Ley de la Atracción*, donde hacemos hincapié en el *Arte de Permitir* (que supone sintonizar Vibratoriamente con *quien-eres-realmente*), para que os ayudaran a sintonizar Vibratoriamente con *quienes-sois-realmente*; para que viváis la vida como os lo habíais propuesto; para que seáis los elevados, alegres, radiantes de Energía Positiva Pura, desbordantes, seres-del-amor que es vuestra verdadera esencia.

La premisa incomprendida más importante en vuestra realidad física es que cuando alguien realiza algo que no te gusta, lo que has de hacer es denunciarlo, porque de lo contrario tendrás que aguantarlo todavía más. Pero la realidad es que cuanto más denuncias todo lo que *no* quieres, más te aferras a un patrón Vibratorio que impide que llegue lo que *sí* deseas.

La premisa más potente que deseamos activar en vosotros, y que os prometemos que os servirá todos los días de vuestra vida es: *Una creencia no es más que un pensamiento repetitivo. Una creencia no es más que un pensamiento que tengo muchas veces. Una creencia no es más que mi hábito de pensamiento; no es más que un pensamiento que he practicado. Una creencia es un pensamiento que tengo muy a menudo.*

Ahora bien, ¿qué importancia tiene eso? Porque cuando quieres algo y *crees* lo contrario, tu *creencia* opuesta impide que suceda lo que deseas. Cuando quieres algo y crees en ello, no hay separación; estás emitiendo una señal, y la *Ley de la Atracción* te lo aportará *ahora*. Pero cuando quieres algo y *dudas* —cuando lo quieres, pero *no* te lo *crees*—, estás emitiendo Vibraciones opuestas, y ese patrón lo puedes mantener todos los días de tu vida.

«Lo quiero, pero...»; «Lo quiero, pero...»; «Sería muy bonita, pero no me va a pasar a mí»; «Me gustaría tener esto, pero haeoj tanto tiempo que lo deseo...». Cuando repites esas cosas, cuando sigues enfrentándote a la realidad, cuando anuncias a bomb» y platillo *lo-que-es*, cuando anuncias a bombo y platillo *lo-que-t*

es, mantienes activo en tu interior ese patrón Vibratorio. (Una creencia no es más que un pensamiento que repites muchas veces.)

Una creencia no es más que un pensamiento repetitivo, y tus creencias son lo único que te separan de lo que deseas. Una creencia no es más que un pensamiento repetitivo. Y lo único que te impide ser quien-eres-realmente y lo que realmente deseas son tus creencias, que no es más que un pensamiento repetitivo. (¿Has tomado nota?) [Risas]

—Entonces, una creencia no es más que un pensamiento repetitivo, y si repito un pensamiento que es contrario a lo que deseo, *entonces la razón por la que no obtengo lo que quiero es porque pienso algo que se está oponiendo a lo que deseo.*

—¿No te parece interesante? Es obvio, pero interesante, de una forma totalmente nueva y decisiva. Entonces, si una creencia no es más que un pensamiento repetitivo, ¿qué pasa si pienso en algo en lo que no creo lo suficiente para llegar a creer en ello? Si una creencia no es más que un pensamiento repetitivo, ¿por qué no pienso en algo *esperanzado*^

—Eso es una tontería, Abraham. Los hechos son los hechos. Los hechos...

—Vale, esa es la falsa premisa de la que estamos hablando, ¿no es cierto? Esto es increíble.

—Entonces, ¿me estáis insinuando que he construido mi vida sobre una premisa falsa, enfrentándome a la realidad y sintiendo que era legítimo que prestara mi atención a lo que no deseaba?

Incluso Esther dice algunas veces: «Pero Abraham, es cierto, es cierto», como si eso fuera un requisito previo para prestarle atención a algo.

Una creencia no es más que un pensamiento repetitivo. Y vosotros, los Seres humanos, albergáis un montón de creencias improductivas, las peores son: *No me lo merezco... Para triunfar*

has de luchar... Debo haber nacido bajo una mala estrella... Será mi karma... Probablemente, sea culpa mía... El gobierno tiene la culpa. [Risas] Quieres creer en esa falsa premisa, ¿verdad? El gobierno tiene la culpa. Si fuera diferente, todo sería distinto.

Recupera tu poder recordando que una creencia no es más que un pensamiento repetitivo. «Una creencia no es más que un pensamiento repetitivo. Una creencia no es más que un pensamiento repetitivo. Una creencia no es más que un pensamiento repetitivo. Una creencia no es más que un pensamiento repetitivo. Me lo estoy empezando a creer. [Risas] Una creencia no es más que un pensamiento repetitivo. Una creencia no es más que un pensamiento repetitivo. Cuando tengo un pensamiento, se activa una Vibración, y cuando ésta se ha activado, se convierte en mi punto de atracción. Si sigo pensando lo mismo y activando este punto de atracción, y la *Ley de la Atracción* sigue respondiendo a esta Vibración activa, *seguiré obteniendo resultados, no porque sean ciertos, ni porque sean la realidad, sino porque la Ley de la Atracción siempre responde a un pensamiento repetitivo.*»

Entonces, si se trata de un pensamiento que se repite y obtienes los resultados *no* deseados, ¿no sería conveniente empezar a pensar algo diferente?

—Pero, Abraham, no me parece lógico. ¿Queréis que piense en algo poco realista? ¿Queréis que mi cabeza esté en las nubes o enterrada en la arena? ¿Queréis que finja que existe algo que no existe?

—Sí.

—¿Queréis que fantasee? ¿Queréis que imagine? ¿Queréis que use palabras que no son ciertas?

—Sí.

—¿Queréis que finja que estoy delgado estando gordo?

—Sí.

—¿Queréis que finja que soy rico siendo pobre?

—Sí.

Queremos que pienses cosas que coincidan con lo que deseas hasta que te lo creas. Cuando piensas en cosas que coinciden con lo que deseas hasta que te las crees, la Fuerzas Universales te dan pruebas de tu creencia. Pero si has de verlo para creerlo, nunca llegará. Has de creerlo antes de verlo.

¿Qué es una creencia⁷.

—Una creencia es un pensamiento repetitivo.

¿Qué es lo que acabamos de decir? Tenéis que seguir pensando en ello hasta que se manifieste; tenéis que seguir pensando en ello hasta que os lo creáis, y cuando te lo crees, entonces se produce. Es muy sencillo. (Ya está.) [Risas] Entonces, ¿qué es lo que os distrae de conseguirlo? *La realidad. Los hechos.* ¿Y qué? *Todo lo que ves que denominas realidad no es más que pensamiento coagulado, fusionado, combinado, un pensamiento que alguien mantuvo durante mucho tiempo.*

Cuando Esther pregunta: «Abraham, ¿no debo pensar en ello porque es cierto?», respondemos: todo es *cierto*, es algo a lo que le prestaron atención el suficiente número de personas, o una persona, durante el tiempo suficiente hasta que se convirtió en un pensamiento que pensaron, y pensaron, y pensaron una y otra vez, hasta que atrajo a su equivalente.

En vuestro entorno hay todo tipo de cosas —que crees— que coinciden con lo que deseas. Y hay todo tipo de cosas que crees que desafían lo que deseas. ¿Cómo puedes seleccionarlas? ¿Cómo reconoces en tu interior cuáles son las creencias activas que te son útiles y las que no lo son? ¿Cómo distingues las buenas de las perjudiciales? *Las buenas te ayudan a sentirte mejor. Las perjudiciales hacen que te sientas peor.*

—Pero, Abraham, tengo muchos pensamientos que me son bastante indiferentes.

—Sigue pensándolos; pronto cobrarán fuerza y podrás reco-

nocerlos. Es decir, esa es la belleza de la *Ley de la Atracción*: en las primeras etapas sutiles puede que no distingas la diferencia. Pero cuanto más piensas en algo, más activo se vuelve; cuanto más activo se vuelve, más poder de atracción; cuanto más poder de atracción, más evidentes los resultados. Justo como pensabas que iba a ser... Éste es el entorno perfecto para crear, y ya lo sabías cuando viniste.

Entonces, ¿de qué queréis hablar? Nos encanta hablar de todo lo que es importante. No se descarta nada. Seguirá un desarrollo perfecto. No os preocupéis si no os llaman a la silla, porque se *llamará* a alguien que hará la pregunta que deseáis formular.

Esta reunión se produjo antes de que trajerais vuestros cuerpos físicos hasta aquí, por lo que no hay nada de lo que queráis hablar que no se vaya a tratar. Lo único que no os podemos asegurar es si lo *oiréis* o no, pero os prometemos que hablaremos de ello a fondo. Y según lo cerca que os encontréis del Vórtice que se ha creado y de este despliegue maestro de pensamiento de Primera Línea, mientras lo escucháis o no, nosotros haremos todo lo posible para atraeros hacia él y que *podáis* escucharlo. Hmm... hoy va a ser un gran día. Empecemos ya.

¿Debe un hijo ganarse su bienestar?

Participante: Tenemos un hijo. Ahora tiene 6 años. Hace dos que está con nosotros y le llamamos el hijo de Abraham; ha llegado a nosotros a través de la creación (a través de *permitir*), es bastante feliz y especial. Ahora bien, creemos que puede tener lo que quiere y lo que desea, pero cuando *me* pide cosas, no me gusta. «¿Puedes comprarme un juguete? ¿Puedes comprarme esa barrita de caramelo? ¿Puedes comprarme esto o aquello?» Tengo una lucha interior; por una parte está el «Sí, toma el dinero. Ve

a comprarte lo que quieras. Puedes tener lo que desees». Quiero «Ver que lo que me pide no es perjudicial, simplemente que yo estoy intentando no... no sé *qué* estoy intentando hacer... Pero es muy difícil dar abiertamente. Sin embargo, según mi comprensión de las enseñanzas de Abraham, creo que debería darle lo que desea. Si tenemos los medios para proporcionárselo y no es perjudicial, tengo un gran dilema entre el «¿Por qué no puede tenerlo?» y el «Espera un momento, ¿se puede dar a un niño de esta forma sin restricciones?».

Abraham: Bien, parece que estás a punto de desvelar otra premisa falsa: *Si no impones disciplina, malcrías a tus hijos*. (Sí, sí, ¿le has dado unas buenas palizas últimamente?) [Risas]

Participante: Si le preguntáis a él seguro que dice que sí.

Abraham: Ya sabemos que esta premisa la has aprendido de nosotros. Es decir, que nos has oído decir en infinidad de ocasiones que cuando haces algo por otro es como decir: «Hago esto por ti, porque veo que tú no puedes», de ahí la contradicción en la que te encuentras ahora. Deberías ser una vía de inspiración, pero no convertirte en el *único* Vórtice a través del cual fluya el Bienestar de tu hijo.

Pero si él pide desde una postura de expectativa pura y tú tienes el impulso de ofrecer, no eres más que uno de los componentes acomodaticios del Universo. Es decir, tanto tú como tus recursos habéis sido atraídos hacia su Depósito Vibratorio y eres un componente cooperativo para ayudarle a conseguir todo lo que desea.

Si estás dando por tu *deseo* de dar, no por tu *responsabilidad* de hacerlo, nunca será contraproducente. Es decir, si pide con expectativas y deseos puros, no puedes negarte. Pero si lo hace

porque se siente mal y se le antoja algo para llenar un vacío, porque cree que lo necesita, y tú a tu vez no te *sientes* bien comprándoselo, no lo hagas.

Participante: A veces pide pensando que no se lo voy a dar, por lo tanto, tampoco está en armonía con su petición.

Abraham: Precisamente. Y tú no deberías contradecirle enseñándole una premisa falsa. Si tiene una actitud en la que espera que no se lo vas a dar, y tú desoyes tu Guía y la suya dándoselo, le estás transmitiendo una premisa falsa, y eso es lo que hace que te sientas mal. [**Participante:** Sí, es difícil.] Lo que siempre has de decirte a ti, a él y a cualquiera es: «Cuando estás en armonía no se te puede negar nada; y yo, y todos los demás componentes del Universo, hemos de rendirnos ante ti. Pero cuando no estás en armonía, cuando estás mendigando, implorando, necesitando, pidiendo desde tu falta de armonía, las cosas no se producen con tanta facilidad».

Esto es básicamente lo que tienes que transmitir, tanto si es lo bastante mayor como para entenderlo verbalmente como si no, pero ésta es la premisa que transmitirás con la claridad de tu ejemplo: (éste eres tú): *Mi intención es estar tan sintonizado con mi Fuente, que todo lo que coincida con eso nos conducirá a todos a esa misma frecuencia y se manifestará. Pero no voy a ser la persona que compensará tu falta de sintonización. Siempre buscaré tu sintonización. Tu sintonización es tu mayor don para ti mismo y para mí. Mi sintonización es mi mayor don para mí y para ti, y eso es lo que te quiero demostrar.*

Y puedes hacerlo de un modo que llegará a entenderlo, planteándole esta sencilla pregunta: *¿Qué es lo que quieres y por que lo quieres?* Cuando te explique que lo quiere porque no lo tiene, bromeando le dirás: «Esa no es una buena razón. Cuando quieres

algo porque no lo tienes, me inspiras a que me sume a esa parte de *no tenerlo*, en lugar de sumarme a la de *tenerlo*. Pero cuando quieres algo porque es divertido, me inspiras a que forme parte de esa diversión». Es decir, eso es lo que quieres *enseñarle*.

Participante: Es estupendo. Sí, está muy bien.

Abraham: Ya está empezando a entenderlo, pero debido a que no eres coherente, está confundido.

Participante: Sí, tenéis razón. Sentía que estaba obstaculizando su creación, de modo que...

Abraham: Bueno, puedes decirle: «Si me dejas fuera de tu juego, probablemente puedas crear algo más grande, porque yo tengo...»

Participante: Bueno, eso es lo que yo pensaba. Podía tenerlo, ¿por qué *estoy* en medio?

Abraham: Porque es divertido.

Participante: Ah.

Abraham: ¿Por qué está él en tu vida?

Participante: Porque es divertido y alegre.

Abraham: Porque es divertido... Dicho de otro modo, todos estabais en vuestros Depósitos Vibratorios mutuos y la *Ley de la Atracción* os ha unido. La *Ley de la Atracción* también trae el resto de las cosas; y es divertido, como puedes ver. Pero hay una

premisa incorrecta que es: «No quiero malcriarlo, ni quiero que sienta que basta con pedir algo para que yo se lo dé». Y nosotros te diremos: ¿y por qué no?

«Bueno, mientras yo viva y por el amor que le profesó... siempre podré dárselo. Pero cuando tenga que enfrentarse al mundo no estará preparado.»

Pero lo cierto es que no estará mal preparado para el mundo que la *Ley de la Atracción* ha preparado para él si tú no se lo das porque no está en armonía, y si él no está en armonía ni tú tampoco, no se lo podrás dar. Eso no es prepararlo mal para el modo en que le tratará la *Ley de la Atracción*.

Crea un núcleo en tu propio hogar que imite a la Ley de la Atracción, tal como sabes que actúa, y estarás preparando a tu hijo y a ti mismo para cualquier cosa que el mundo pueda plantearle. Son los padres los que distorsionan las Leyes del Universo con sus premisas falsas y hacen que sus hijos no estén preparados para enfrentarse al mundo.

Sintonizar es el gran factor, y todo lo demás ni siquiera es secundario, sino que está muy, pero que muy abajo en la lista. Y hay muchísimas personas que (con esta falsa premisa de la que estamos hablando) toman decisiones sobre lo que está bien y lo que está mal, sin tener en cuenta su propia sintonización, cuando eso lo es todo.

Es cierto. Tenéis razón cuando decís (porque muchos padres lo dicen) que es difícil, porque estáis intentando dar unas reglas básicas a vuestros hijos. Queréis que prosperen, no que anden jugando por la calle, coman basura o vayan con los peores del barrio. O sea, hay un montón de razones para estar en guardia. *Pero lo que nos gustaría que entendierais es que cuando les enseñáis a sintonizar con vuestro propio ejemplo de armonía y permitís que eso sea el puntal de vuestra relación, les habréis ofrecido algo en lo que siempre podrán confiar.*

La respuesta perfecta cuando te pide algo que no te gusta es: «No sé por qué, pero esto no me gusta nada. Y me he prometido una cosa, especialmente en lo que respecta a ti. *Si no me gusta, no voy a hacerlo hasta que esté verdaderamente convencido.* Por lo que si consigo que me parezca una buena idea, lo que significará que estoy en armonía con todo mi ser, lo haremos. Pero hasta que eso no suceda, no me pidas que haga algo que me provoca tanto malestar». Ese es el ejemplo que has de darle a tu hijo. *Nunca hago cosas que no me gustan, y eso no tiene nada que ver con cuánto lo deseas tú; nunca hago cosas que no me gustan.*

¿No te gustaría ver a tu pequeño en el parque o en cualquier otro sitio responder «Nunca hago cosas que no me gustan» a alguien que intenta convencerle para que haga algo? [**Participante:** Me encantaría.] «Simplemente, no hago cosas...»

—Acompáñame a robar caramelos a esta tienda. Siempre lo hago, es muy divertido.

—«Nunca hago cosas que no me gustan». [**Participante:** Eso es fantástico.]

—Venga, vamos, vamos, que no nos pillarán. No pasa nada. Sólo se trata de romper una pequeña regla. Nadie se enterará.

—«Nunca hago cosas que no me gustan».

—¿Por qué no? Gallina.

—Bueno, ahora todavía se siente peor. [Risas] No me *gustas*. Creo que no me apetece jugar contigo, no me agradas. No me agradas. No juego con personas que no me agradan, ni hago cosas que no me gustan. Soy un adicto a la armonía. Lo he aprendido de mi padre.

¿Has oído alguna vez a alguien decir: «Apuesto a que *no* vas a hacerlo», y tú has pensado, «*Vale más que creas que no voy a hacerlo. No puedo oponerme a tus pensamientos. No puedo oponerme a tus expectativas negativas*»? ¿Has visto alguna vez que alguien intentara incitarte a hacer algo desde su incredulidad de

que lo hicieras? Ahora estamos exagerando un poco, pero queremos que te des cuenta de que has de sintonizar con tu sueño para este niño...

Participante: Y mantenerme firme.

Abraham: No tienes por qué *mantenerte* firme. Basta con que conozcas las *Leyes del Universo* (y las conoces), te deshagas de las falsas premisas, y recuerdes que no puedes *motivar* a nadie a hacer algo.

Bueno, seguro que lo harán si eres más grande y más fuerte y el castigo es lo bastante duro. Puedes domar un caballo (y un caballo es grande), pero nunca domarás a una bestia feliz, jamás. Cuando ves lo mejor que hay en los demás y sintonizas con tu versión de lo mejor de esas personas, emites otra señal y pasas a formar parte de su *inspiración*.

¿No has tenido alguna vez esa experiencia cuando alguien te quiere y espera lo mejor para ti? ¿No brillas como nunca habías brillado antes? ¿Y no te cuesta brillar cuando alguien no tiene esa misma opinión de ti?

Nos gustaría que todos los demás carecieran de importancia para ti, y que puedas decírselo a todos. Nos gustaría que todos os liberarais de vuestras cargas (padres incluidos) y os ocuparais de vuestro cisma Vibratorio. Pero eres un Creador Deliberado que desea, más que la propia vida, conseguir algo para dárselo a su hijo. **[Participante:** Sin duda alguna.] Qué suerte tiene ese muchacho, y cuando decimos *suerte* lo decimos en el sentido de la palabra tal como vosotros la entendéis. Aunque nada tiene que ver con la *suerte*, sino con la fortuna que ha tenido ese hijo de venir a un entorno donde sus padres están intentado aprender a vivir según las coherentes reglas del Universo.

Participante: Creo que ya me lo habéis comunicado, pero ahora que estoy aquí, me preguntaba: *Si pudiera hablar con Dios* (que, como habéis dicho, soy yo)... ¿Cuál sería el abe para educar a un hijo?

Abraham: *£5 perfecto tal como es, y está expandiéndose... No ha venido aquí a satisfacer mis intenciones... Tengo que resolver mentalmente su actitud para sentirme bien... No tiene la responsabilidad de complacerme.* Eso ha sido la «d», pero...

Participante: Gracias.

¿Existen expectativas adecuadas para los amantes?

Participante: Gracias. Aprecio esta oportunidad para hacerme una revisión Vibratoria. La necesito. Me sirven de mucho vuestras referencias sobre las relaciones y el hincapié que hacéis en no depender el uno del otro para satisfacer nuestras necesidades. Y lo entiendo.

Abraham: Porque te dejarán en la estacada cuando tengan otra prioridad.

Participante: Cierto. Eso lo entiendo, especialmente al principio. Para mí lo primero es atender las necesidades emocionales, en vez de buscar que alguien lo haga por ti; hace años que tengo esta perspectiva. Pero me refiero al comentario sobre cuántos tenemos en cuenta la definición de *compromiso* y *expectativa* para hacer esto y a lo de «hasta que la muerte» o «pasarlas canutas y seré feliz». Hmm...

Abraham: Premisa falsa, premisa falsa, premisa falsa. [Risas]

Participante: Yo soy otro de esos que os ha escuchado mucho...

Abraham: Y todavía no hemos terminado.

Participante: Y habéis dicho que esas cosas no sólo son demasiado rígidas, sino poco realistas. Tiene mucho sentido.

Abraham: Porque se basan en premisas falsas. Realmente queremos aclarar esto. *No puedes empezar algo sin unos buenos cimientos, ni conseguir que funcione sin emplear más creatividad de la que merece.*

Participante: Está claro que hoy es el día de las falsas premisas. Pero también parece que a veces, cuando describís esta dinámica, casi llegáis a decir que... eso podría incluir *expectativas* de monogamia. O que podría incluir *expectativas* de que haya alguien para ti en los momentos difíciles, u otro tipo de *expectativas*.

Mi pregunta es: *¿Hay alguna expectativa que incluya a otro en una relación que no sea poco realista o demasiado rígida?*

Abraham: Esa es la cuestión. Por supuesto, es natural que elijas en el bufé de tus opciones y descubras tus preferencias. Lo que es descabellado es que elijas a una persona y le pidas que se adapte a tus preferencias en lugar de colocarlas en tu Realidad Vibratoria y dejar que la *Ley de la Atracción* se encargue de unirlas para que puedas recoger el fruto de lo que has cosechado. Eso es algo muy distinto. Es decir, tú has de elegir, por supuesto. Eliges con sumo cuidado los detalles que te gustan. Y todo ello es maravilloso. Pero no le pidas a esa persona que sea todas esas cosas. Eso es lo absurdo.

Deja que tu Depósito Vibratorio filtre, y haz todo lo posible para ser el Homólogo Vibratorio de lo que ha filtrado. Entonces, la

Ley de la Atracción reunirá todo lo necesario y te lo proporcionará, porque coincidirás, serás uno con ello, y entonces no será necesario resolver ningún problema.

Pero lo que describes es más o menos esto: seleccionas los datos y defines lo que *deseas*, pero no haces nada para coincidir con la frecuencia de lo que *deseas*. Entonces te fijas en lo que *tienes*. Al fijarte en lo que *tienes*, no eres el Homólogo Vibratorio de lo que *deseas*. Y luego dices: «No soy lo bastante disciplinado para fijarme en lo que *deseo*; estoy fijándome en lo que *tengo*. Así que supongo que *tú* has de cambiar para cumplir todas mis *expectativas*. Si fueras así, me sentiría completo». Esto es lo descabellado.

No le pidas a la persona, o personas, que te ayudaron a definir lo que querías ser, que se convierta en lo que quieres, para así poder tener lo que deseas. (¡Vaya, eso ha estado bien!). Más bien, permíteles que sean el Paso Uno (la parte de la petición). Utiliza tu fuerza de voluntad y tu decisión para concentrarte en lo que deseas, y entonces el Universo te aportará lo que deseas.

Hay muchas personas que actúan con una premisa falsa, y que van hacia atrás cuando dicen: «Me sentiría mejor si actuaras de *esta* forma, y siento que no me quieres lo suficiente para intentarlo»

Y si los demás pudieran decir las cosas tal como son, dirían: «No es mi responsabilidad ser todo lo que *deseas*. Mi función era agobiarte para que consiguieras definir lo que *querías*. Y ahora que ya lo tienes claro, ¿te das cuenta de que *yo* no estoy incluido? No intentes que me convierta en parte de ello. Concéntrate en lo que *quieres*, deja *que* llegue lo que *deseas* ¡y déjame en paz!»

«No, quiero que *tú* formes parte de ello. Tú has inspirado mi deseo, y si no me hubieras hecho crecer, no tendría este problema. Me lo debes, has de convertirte en lo que me he convertido yo.» [Risas]

Aquí tenéis algo que vale la pena que recordéis: cuando te

quedas donde estás, sabiendo que todavía no ha llegado lo que deseas, y no tienes la disciplina para mirar en la dirección de lo que deseas, y estás dirigiendo la mirada a aquello que te ha hecho desearlo, sientes la discordia de la falta de concentración; hay una tendencia inconsciente muy fuerte a dejar que lo que tenéis sea el catalizador que modele vuestra Vibración. Así que seguís pensando en esto, que no es lo que deseáis, pero seguís pensando en ello. Así que desarrolláis una creencia y un patrón crónico de pensamiento que os aleja de lo que deseáis.

La mejor forma que se nos ocurre de describirlo es que tienes una relación con alguien que hace que desees *esto*. Y si pudieras prestarle a *esto* toda tu atención, llegarías hasta allí y el Universo tendría que entregártelo. Por eso, es bastante habitual que alguien que no te lo estaba dando, ahora te lo dé porque has sintonizado con su Vibración, por lo que, todo lo que no sea eso resulta ilógico.

Has dejado caer la palabra *monogamia*. Si fueras una persona que la desea eso y te relacionaras con una persona que no la desea, o a la inversa (no tiene importancia... tú lo quieres y el otro no), y te concentraras en *lo que deseas* y en *por qué lo deseas*, el Universo tendría que proporcionártelo. Pero si te concentras en lo que desea el *otro*, que tú *no deseas*, entonces, sin darte cuenta estás practicando la Vibración de lo que *no deseas* y no puedes conseguir lo que *deseas*. Piensas que la otra persona tiene la culpa, cuando lo único que se te presenta en tu vida es esa Vibración que has activado.

Ésta es otra forma de decírtelo: libera a los demás y dedícate a desarrollar tu propio patrón de pensamiento concentrándote en lo que deseas. *Deja de pedirles que sean los grandes dadores de lo que deseas y sé tú el único en coincidir con la frecuencia de tu deseo; luego verás cómo el Universo te trae justamente lo que deseas. Cuando eso suceda, podrás vivir y dejar vivir. Dejarás que el mundo sea lo que quiera que cada individuo elija ser, porque eso*

no te afectará ni te alejará de lo que quieres. Es imposible, aunque a veces parezca que no lo es.

Es como la historia que solemos contar de la salsa Tabasco en el pastel.

—Tengo salsa Tabasco en mi cocina y sé que no me la voy a poner en el pastel.

No te la vas a poner en el pastel.

—Bueno, pero la tengo en la cocina y podría acabar en el pastel.

No te la vas a poner en el pastel.

—Bueno, pero la tengo en la cocina y podría acabar en el pastel; me sentiría mucho mejor si no la tuviera. [Risas] Sal de mi cocina para que pueda llegar a mi pastel. ¡Oh, vaya, ya está en mi pastel! Te lo dije. Te lo dije. Te lo dije que acabaría en el pastel porque estaba en la cocina.

Pero lo que nosotros queremos que entiendas *es que no ha acabado en el pastel porque estuviera en tu cocina, sino porque no podías apartar la vista de ella. Ha acabado en el pastel porque no has dejado de hablar de ella y has activado su Vibración.*

En realidad, lo que deseen las otras personas que hay en tu vida no te tiene que importar en absoluto; lo que realmente importa es lo que tú crees que quieren. Si siempre pudieras concentrarte en lo que quieres y no te fijaras en lo demás, el Universo tendría que proporcionártelo, y en muchas más ocasiones de las que piensas, desde el mismo lugar donde te encuentras.

Muchas veces puedes conseguir exactamente lo que deseas con los componentes que ya están presentes en tu vida. No es necesario que vayas a otro lugar nuevo; basta con que definas de modo sistemático una Vibración totalmente nueva.

La relación entre tus *expectativas* y *lo que ves* es lo único que puedes llegar a *sentir*. (Sólo pretendíamos establecer esa premisa.) Bien.

Participante: Vale, gracias.

Abraham: De nada.

Asheville, Carolina del Norte, sesión de clausura del domingo

Abraham: Hemos disfrutado inmensamente con esta interacción. Sois creadores de Primera Línea, y hemos llegado a lugares donde nadie había llegado antes. Es fascinante expandir el pensamiento, y muy satisfactorio sentir la armonía, la sintonización, que ha tenido lugar hoy aquí.

Se ha tratado un tema que creemos que es muy productivo y que liberará muchas premisas falsas sustituyéndolas por premisas que se basan en la *Ley*. Nos gustaría deciros algo antes de separarnos: *Todos contribuimos mucho en todo esto. Es más sencillo de lo que parece. Confíad en ello. Sed pacientes. Haced cosas que os diviertan. Buscad cosas que os consuelen, y trasladaos cómodamente a ese lugar (vuestro Vórtice) donde todo lo que deseáis ya os está esperando.*

Hay mucho amor para todos aquí donde estamos. Y, como de costumbre, seguimos estando gozosa y Eternamente incompletos.

Premisas incorrectas

1. Soy físico o No-Físico, o estoy vivo o estoy muerto.
2. Puesto que mis padres llevaban mucho tiempo aquí antes de que yo naciera, y dado que son mis padres, saben mejor que yo lo que está bien o mal para mí.
3. Si me opongo con fuerza a lo que no deseo, desaparecerá.
4. He venido a vivir la vida correcta e influir en los demás para que hagan lo mismo. Y lo que a mí me parece la forma correcta de vivir también ha de serlo para todos.
5. Puesto que soy mayor que tú, sé más y has de dejar que te guíe.
6. Empecé a existir el día en que nací. Como Ser imperfecto, nací en un mundo en el que hay que luchar para lograr méritos.
7. Si me esfuerzo o trabajo duro, puedo conseguir cualquier cosa.
8. Para estar en armonía con otra persona hemos de desear y creer lo mismo.
9. La felicidad se consigue actuando...
10. No puedo tener todo lo que deseo, por lo tanto he de renunciar a algunas cosas que son importantes para mí, a fin de conseguir otras.
11. Si me alejo de una situación no deseada, encontraré lo que estoy buscando.
12. Hay un número limitado de recursos a los que todos recurrimos con nuestras peticiones...

13. Hay formas correctas e incorrectas de vivir...
14. Hay un Dios Que, tras haber tenido en cuenta todas las cosas, ha llegado a una conclusión final y correcta respecto a todo.

verdadera recompensa o castigo por tus acciones físicas...

16. Al recopilar datos sobre las manifestaciones o resultados de la forma en que han vivido y viven las personas de este planeta, podemos clasificarlos en dos grupos claramente diferenciados: bueno y malo...
17. Sólo personas muy especiales, como el fundador de nuestro grupo, pueden recibir el verdadero mensaje de Dios...
18. Al descubrir los elementos indeseables de nuestra sociedad, podemos eliminarlos. Y en su ausencia seremos más libres.
19. Una buena relación es aquella en la que cada persona tiene la intención de encontrar la armonía y el acuerdo en el otro.
20. Cuando me concentro en las cosas materiales, soy menos Espiritual.
21. Mi misión como padre es tener todas las respuestas para enseñárselas a mis hijos.
22. Puedo criticar a las personas que tienen éxito, y aun así alcanzar yo el éxito.

Sobre los autores

Entusiasmados por la claridad y el sentido práctico de la información traducida de los Seres que se autodenominan Abraham, Esther y Jerry Hieles empezaron, en 1986, a revelar su experiencia a un reducido grupo de personas con las que mantenían una estrecha colaboración comercial.

Al darse cuenta de los resultados prácticos que obtenían ellos mismos y las personas que planteaban preguntas importantes respecto a la aplicación de los principios de la *Ley de la Atracción* en temas económicos, de salud y de las relaciones —y luego aplicando con éxito las respuestas de Abraham a sus respectivas situaciones—, Jerry y Esther tomaron deliberadamente la decisión de permitir que las enseñanzas de Abraham pudieran estar al alcance de un número más amplio de buscadores de respuestas sobre cómo vivir mejor.

Desde 1989, Esther y Jerry han utilizado su centro de conferencias de San Antonio, Texas, como cuartel general, y viajan a unas cincuenta ciudades todos los años (en Australia, Canadá, Inglaterra, Irlanda y Estados Unidos), presentando una serie de Talleres interactivos sobre la *Ley de la Atracción* a todos aquellos líderes que se reúnen para participar en esta corriente de pensamiento progresivo. Y aunque muchos pensadores y maestros han difundido por todo el mundo esta filosofía del Bienestar incorporando muchos de los conceptos de Abraham en sus famosos libros, guiones, conferencias, películas, etcétera, el principal medio de difusión de este material ha sido el boca a boca, a medida

que las personas han ido descubriendo el valor de esta forma de espiritualidad práctica en su experiencia personal de la vida.

Abraham, un grupo de maestros No-Físicos claramente evolucionados, transmiten su Perspectiva Expandida a través de Esther. Cuando hablan para nuestro nivel de comprensión por medio de una serie de maravillosos, permisivos, brillantes y comprensibles ensayos publicados y en audio, nos guían hacia una clara Conexión con nuestro adorable guía el *Ser Interior*, y hacia el sublime poder personal que nos proporciona nuestro Yo Total.

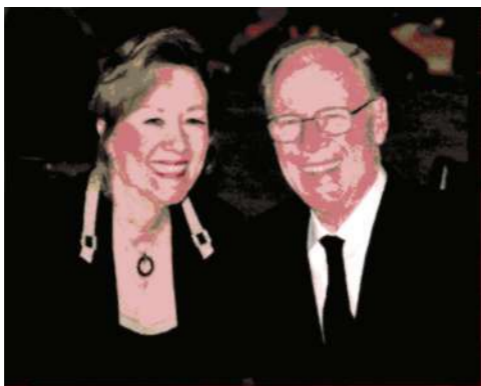
Bajo el concepto de la *Ley de la Atracción*, los Hicks han publicado más de 800 libros Abraham-Hicks, cintas de audio, CD y DVD (que ya se han traducido a más de 30 idiomas). Puedes contactar con ellos a través de su portal interactivo en internet: www.abraham-hicks.com; o por correo en Abraham-Hicks Publications, P.O. Box 690070, San Antonio, Texas 78269.

¿Existe una persona perfecta para mí? ¿Por qué aún no he encontrado pareja? ¿Qué hacer si me siento incómodo en el lugar de trabajo? ¿Cómo disfrutar de una sexualidad satisfactoria? Por primera vez, Esther y Jerry Hicks, autores de la serie de extraordinaria difusión «La ley de la atracción» dedican un libro a uno de los temas que más afectan a tu felicidad: las relaciones.

Todas las personas con las que interactúas a lo largo de la vida, desde aquellas que amas o llamas amigos hasta las que consideras extraños o enemigos acuden en respuesta a una demanda vibracional: aunque no lo sepas, siempre estás eligiendo los vínculos que estableces. Por eso, antes de implicarte con los demás, lo más importante es sanar tu relación primordial: aquella que te une a la fuente eterna, no física, que constituye tu yo real. Para ello, cuentas con un sistema de orientación infalible: las emociones.

Muchas personas creen que encontrar pareja les ayudará a sentirse mejor. Sin embargo, cuando no te valoras, cuando la percepción de ti mismo es negativa, la ley de la atracción sólo te brinda aquello que sintoniza con tu propio malestar. Partiendo de esta premisa, *El Vórtice* pone a tu alcance los recursos que necesitas para descubrir tu propia perfección, para que tu yo físico vibre en sintonía con «aquél que eres en realidad»: para conocer el verdadero amor. Cuando los pongas en práctica, el universo desencadenará un poderoso vórtice de atracción que materializará tus mejores creaciones, satisfará tus anhelos, solucionará tus problemas. Conocerás el poder que fluye en ti y a través de ti, y encontrarás la armonía que buscas a todos los niveles, con todas las personas.

Esther y Jerry Hicks



Desde los años ochenta, Esther y Jerry Hicks transmiten las enseñanzas de una entidad espiritual colectiva conocida por el nombre de Abraham, seguidas por millones de buscadores y buscadoras de la verdad en todo el mundo. Los principios de la «ley universal de la atracción» inspiraron la popular película *El Secreto*, así como la posterior edición impresa. Igualmente, maestros y pensadores de todo el mundo han incorporado la filosofía de Abraham a sus libros, conferencias y talleres.

Ediciones Urano ha publicado varios de los libros más importantes de la serie, entre los que destacan *Pide y se te dará*, *El increíble poder de las emociones* y *El dinero y la ley de la atracción*.

Su opinión es importante

Comparta su valoración de este libro desde Internet y descubra nuestras novedades en

[www. mundourano.com](http://www.mundourano.com)

Diseño de la cubierta: *Épica Prima*
sobre fotografía: © *Stockdisc*

URANO

«La base de la vida es la libertad, el resultado de la vida es la expansión y el propósito de la vida es la dicha.»

Nuestras mayores alegrías, al igual que los grandes pesares, proceden de las relaciones. A menudo, para sentirnos mejor, pedimos al otro que cambie de comportamiento. Sin embargo, tratar de manipular o de influir en los demás conduce al fracaso. La clave, afirman Esther y Jerry Hicks, radica en situarnos en una posición en la que seamos capaces de valorarnos a nosotros mismos. Entonces el yo físico y el no físico vibran en armonía, nos sentimos bien y los vínculos se tornan constructivos: entramos en nuestro vórtice de atracción.

Este libro responde a todas las preguntas que te hayas formulado acerca de las relaciones -de pareja, de familia, con los hijos, laborales, sexuales-, a la vez que proporciona las herramientas necesarias para sintonizar con tu propio yo eterno, para acceder al vórtice que responde a todas las peticiones y colma todos y cada uno de los deseos que emanan de ti.