

FABIANA ACUÑA

LA MAGIA DE CREAR
éxito, dinero y felicidad

EDITORES DE ARGENTINA

La Magia de Crear

...éxito, dinero y felicidad

Fabiana Acuña

Copyright © 2017 Fabiana Mariela Viviana Acuña. Fabel Coaching.

Todos los derechos reservados.

A mi hija, Morena

El motivo más bello por el que decidí quedarme.

Contenido

Prólogo.....	6
Te doy la Bienvenida a la Fiesta	9
Recepción	9
Hagamos un Pacto	13
CAPÍTULO UNO	16
Empecemos por el Final.....	16
Calibrando el GPS Interno	17
CAPÍTULO DOS	21
Cuando te dolió tanto que ni título tiene	21
A malas preguntas proporcionales respuestas	22
Goodbye Molestias	23
CAPÍTULO TRES	26
Voces Sagradas	26
La posta la tiene Ella.....	27
CAPÍTULO CUATRO	32
Atracción Casual	32
El Fabricante de Atracción	34
CAPÍTULO CINCO.....	37
Dejar que la vida pase... o Vivirla	37
El método de Expansión Saludable	39
CAPÍTULO SEIS	43
Un Disfraz a tu Medida	43
El Diseño de tu Traje	46
CAPÍTULO SIETE	50
Un Contexto de Milagros	50

El Espacio que Necesitan para Llegar	53
CAPÍTULO OCHO	56
Sobredosis de Felicidad	56
El Poder Nato de Crear	58
CAPÍTULO NUEVE.....	63
La expresión suprema de tu don	63
Los Pasos para Descubrir tu Talento	65
CAPÍTULO DIEZ.....	69
La Colección de Corchos	69
Tu Camino a las Estrellas.....	72
CAPÍTULO ONCE.....	75
La clave secreta del plan de acción.....	75
Mis ejemplos de gatillo	78
Los escapes del alma	82
CAPÍTULO DOCE	85
La Frecuencia VIP	85
Tu pase a vibrar en First Class	87
CAPÍTULO TRECE	96
El Arte de Manifestar Deseos	96
Las 7 Claves de una Conspiración Exitosa	98
Prepararte para Recibirlo	102
La Brillante Conclusión.....	113
Mis Agradecimientos y Reconocimientos.....	118
Sobre la Autora	120

Prólogo

Todavía recuerdo patente, cuando vi llegar su aplicación por primera vez a mi bandeja de correo electrónico y leí: *“Siento que tengo mucho para dar, que se puede vivir mejor, que se pueden realizar los sueños... que puedo realmente ayudar a otras personas a regenerarse y trascender para convertirse en líderes...”*. Música para mis oídos: CLIN CLIN CLIN 😊

Y así llego ella a mi vida. Primero como cliente... como esa cliente ideal que, sin saber, me estaba regalando una de las mejores experiencias que tuve al acompañar a alguien en su proceso de transformación: la reingeniería de su vida y de sí misma para convertirse en lo que estaba destinada a SER.

Mientras la conocía como *coaché*, no tuvo que pasar mucho tiempo para que me surgiera este pensamiento como una necesidad: *“Cómo me encantaría tener a Fabiana algún día como mi coach...”*. Era un pensamiento recurrente mientras la escuchaba cuando le hacía coaching y cuando la leía en sus respuestas a las guías de consolidación de mi programa *“DESPEGAR: De tu pasión y mensaje a la idea de negocio exitosa”* al que se había inscripto y yo debía revisar y entregarle como devolución cada quince días. Me impresionaba su capacidad de expresión y de conexión con La Fuente. No podía parar de leer y regocijarme con las respuestas que su interior le daba para recordar quien era y para qué estaba en este mundo; porque a la vez sentía poesía, profundidad, claridad y desfachatez en su expresar que hacían retumbar mis propias estructuras (recuerdo que me venían atisbos mentales de Alejandro Jodorowsky –ella me lo recordaba-, este loco y profundo ser que no parece de este mundo, con su Psicomagia y toda su obra que te “cala los huesos”).

Ella no sabía con gran certeza lo que se iba a gestar en su vida, ¡lo que se le venía! Y qué tan pronto en esto devendría 😊 (a juzgar por la fecha en que llegó a mi vida, el día 19 de febrero de 2016, no hay que hacer muchos cálculos para darnos cuenta el poco tiempo que pasó hasta que esto que está ocurriendo ahora mismo, se manifestara). Y qué felicidad me daba ser capaz de ver ese futuro de antemano, como una clarividencia del camino que en poco tiempo irrumpiría su vida. Pero preferí dejar que sus propios hechos le fueran contando y mostrando la maravilla de su obra, que se estaba “cocinando” en *background*. Total no estaba segura si me creería.

Y los hechos ahora están hablando por sí solos. *Cosa de locos*. Presagio futurístico. ¿Será que trabajar como coach desde el 2007 hizo que se me agudizara la observación y percepción sensorial para saber con certeza lo que se le vendría a ésta, otro loco y profundo ser que no parece de este mundo, con su Arte de Manifestar Éxito, Dinero y Felicidad?

Y vaya si DESPEGÓ esta mujer (y como láser) hacia lo que quería SER. Vaya que sí. Mezcla de niña amorosa y dulce, con mujer salvaje y maga desenfrenada. Fabiana Acuña, del grupo de los manifestadores seriales con corazón a los que la mayoría le pregunta: *“¿Y cómo lo haces? ¿Cómo lo logras?”*. Manifestadores seriales con corazón: dícese de esas personas que manejan la

energía-magia como nadie, y no sólo materializan éxito, dinero y felicidad por doquier, sino que entregan y esparcen naturalmente esa llave maestra a los otros de una manera que al menos yo, no había visto ni probado antes en mis años de estudiar las técnicas del éxito: con diversión, con sentimiento, con pureza, con la posibilidad de detenernos a SENTIR y a SER más, a caernos y perdonarnos para volver a empezar, y desde allí salir con todo el despegue, a ponernos en acción y concretar. ¡Y tanto más! ... que no cabría en este prólogo poder explicar.

Por eso es hora de presentarla formalmente. Ella es Fabiana Mariela Viviana Acuña, ahora Mi Coach, la Inconmensurablemente Poderosa Entrenadora de Emprendedores Brillantes a la que le entrego mis más profundos miedos y sueños, para que ella, con su mágica alquimia, los transforme en una mezcla catalizadora que hace despegar y brillar a mis *estrellas*.

Fabiana con su libro y su acompañamiento (porque ahora mi deseo del pasado de tener una Coach Descomunal se me manifestó en la realidad, ¡POR FIN!), me abrió la posibilidad de implementar reingeniería a mi vida de una manera renovada, contenedora y *trastornadoramente* vibrante, en un momento en que estaba en uno de los pozos más hondos de mi existencia. Ella fue el puente que me recordó mi alma brillante. Me cuidó y me arropó. Me ayudó a aniquilar esos a las que ella llama "impostores"; me asistió permitiéndome ir al fondo para volver a subir con toda la fuerza reconectándome con esa magia que había quedado ahí abajo, y la hizo resurgir, vibrar y esparcir por todos lados nuevamente cual polvo de estrellas que impregna cada espacio, cada momento y cada respiro de mi vida.

Leer este libro es un regalo majestuosamente amoroso que hace que te impregnes de lo esencial para permitirte SER VERDADERAMENTE FELIZ. Es una experiencia profunda, movedora de estructuras. Es de esos libros que marcan un intenso antes y un después. Nada será igual cuando termines de leerlo. Te habrás inundado de LUZ VERDADERA, diría yo; y como ella le llama, de POLVO DE ESTRELLAS. De principio a fin, Fabiana te lleva de la mano para conocer las escenas de la experiencia de su propia vida, dándote la posibilidad de sentir y vibrar con esos aprendizajes, entregándotelos de una manera divertida, curiosa, sorprendente... contándote anécdotas desde su más transparente vulnerabilidad que te harán palpar de alegría, a veces de dolor, otras veces de locura y bronca, como la vida misma es, con sus bichos y sus mieles.

Con sus formas tan peculiares de exclamar sus reflexiones e ideas, las preguntas y ejercicios simples y *trastornadoramente*-efectivos que aquí te deja, provoca de manera cuántica, que se abran las puertas del Universo de posibilidades que están esperándote ahí mismo, a sólo un paso, si te animas a entrar a vivir la experiencia de crear y vivir, literalmente, la vida de tus sueños. Y si por alguna razón no tienes claros cuáles son, confía en mí que en unas pocas páginas ya los tendrás cristalinos como agua de manantial.

Te va llevando a través de los componentes más importantes para la manifestación de tus deseos, y lo hace de una manera sencilla, pero a la vez profunda y poderosa, pincelando el proceso con diversión y arte, en el que no paras de emocionarte y elevar tu energía, tu mentalidad y emociones como quizás hasta ahora no hayas tenido la oportunidad.

En este libro vas a sentir el acompañamiento de Fabiana constantemente, como si estuviera sentada en un living o en una silla a tu lado, haciéndote coaching directo, que a la vista no parece la estructura de una sesión de coaching habitual; para nada. Despacio te va llevando ella, La Fabi, como si “nada”, sigilosamente por el camino del ¡CHA CHAN CHA CHAN!... atravesando hasta el mismo núcleo de tus células, provocando un cambio profundo de consciencia, sanación y decisión hacia tu propio camino, el de TUS PURAS POSIBILIDADES.

Fabiana encontró en este mágico libro, la manera de revelar LA VERDAD de los procesos espirituales más importantes que un ser humano puede esgrimir para crear su vida tal y como la decida imaginar, cual creador que es y del que nació a imagen y semejanza. Acceder a esta sabiduría fundamental que yo llamo “la de todos los tiempos” de esta manera, amena, simple y hasta divertida, no sólo es un gran favor que nos hace (¡GRACIAS, FABIANA!), sino que es un regalo invaluable al que ya era hora de poder contar entre las tantas obras escritas y publicadas en la categoría del desarrollo personal y profesional.

Acceder a esto, de esta manera, ahorrándote lecturas *carcomedoras* de cabeza, aburridas y vuelteratas, es un verdadero placer que estás a punto de vivenciar. La posibilidad de comprender esta filosofía que necesitas hacer carne como el aire que respiras con ejemplos sencillos de la vida cotidiana, y hasta con personajes de película, cantantes, canciones, o situaciones tan comunes de la vida, hacen de esta obra algo disfrutable de morder, masticar, saborear, tragar... y los nutrientes quedan hechos carne en el cuerpo y en el SER de por vida, con una comprensión absoluta.

Solo te queda entonces seguir poniéndolos en acción; masticarlos y saborearlos una vez más, y otra vez y otra vez. Porque el haberlos conocido así como ella te los enseña, te asegura ahorrarte más del 50% de errores y trastabilladas por los que hemos pasado algunos mortales para conseguir esgrimir la maestría de crear y materializar amor, dinero y felicidad a *piacere* por siempre y para siempre. Tus deseos están a un paso de concretarse. ¿Estás listo? ¿Estás lista? De ti depende que no le sueltes la mano hasta el final, no sólo hasta el último punto de este libro, sino que te regales uno de los más grandes obsequios que te puedas dar; CONTINUAR EN LA MAESTRÍA: que Fabiana te entrene grupal o personalmente en sus programas avanzados de La Magia de Crear Éxito, Dinero y Felicidad. Te lo merecés.

Feliz viaje, feliz reingeniería de vida hacia lo que quieres SER. Con Fabiana lo tienes garantizado y llegarás, literalmente a las estrellas, al mismísimo encuentro con TU ALMA.

Nos encontramos del otro lado. Mientras tanto quiero desearte muchas bendiciones, realización y felicidad. Te dejo en excelentes manos.

Ana Cecilia Vera

Coach en Reingeniería de Vida

Especialista en Propósito y Realización Profesional

Hacia lo que quieras SER

www.anaceciliavera.com

Te doy la Bienvenida a la Fiesta

-“Para qué me invitan, si saben cómo me pongo”.

Si alguna vez tuviste que adueñarte de esta frase en algún evento, sabrás a lo que me refiero. Y si no, espero que pueda ser tu primera vez. Te invito justamente para eso, para que llegues a tu punto máximo, para que puedas deleitarte, divertirti y que te emociones a tu antojo. Aquí tenés permiso de fluir, de conectarte y de dejarte sentir lo que sea que elijas sentir, sin prejuicios, sin restricciones, sin ataduras. Es hora de relajarte, de liberarte, de disfrutar.

Desde mi posición de host o anfitriona, te voy a ir llevando por cada fase pre-diseñada. PERO te aclaro que EL INVITADO VIP SOS VOS. Donde, a diferencia de eventos convencionales, ÉSTA ES TU FIESTA y si por si acaso te pasás alguna etapa por distraerte con algún vestido o por irte al toilette llegarás a perderte la mejor parte, tenés la oportunidad de volver y revivir el momento y cada capítulo una y otra vez. A tu ritmo, con tu estilo, a tu gusto. Sería algo así como que yo me ocupo de la música y vos elegís cómo bailarla.

Así que si ya que viniste... imagino que encontrarás la manera de pasarla realmente bien.

Recepción

Los patovicas se tomaron vacaciones, así que podés pasar tranquilo que nadie va a corroborar si tu nombre está en la lista y nadie te va a palpar para ver lo que traés encima. De todos modos, sería conveniente que te fijes si acarreás algo que te pueda llegar a distraer o que no consideres apropiado para esta ocasión. Dejalo aparte por el momento y comencemos.

Esto está de moda: pensamiento positivo y ley de la atracción, por lo menos en algunos de los canales que estuve frecuentando. Y ya que se nos considera “altos consumidores” de lo que la tele, la publicidad y la sociedad nos venden, ¿por qué millones de personas continúan trabajando en un lugar que no les gusta, haciendo actividades que no los satisfacen y cumpliendo con las expectativas de los demás? A pesar de que DICEN que lo que en realidad quieren es un negocio propio, más ingresos, mejores vacaciones...

¿Por qué cada vez que me siento en la plaza, salgo a pasear en bici, o me tomo una copa en la barra de la disco contemplando a los demás, encuentro más seriedad y aflicción en los gestos, expresiones y movimientos de la gente que sonrisas? Como si estuvieran atrapados por una nebulosa de tristeza, de vacío, de desolación. Y a su vez, tratando de disimularla con el apuro, con unas copas, con alguna superficial distracción.

Y a veces, hasta me convierto en uno de ellos...

¿Por qué cada vez que nos juntamos a conversar en una cena, nos encontramos en la fila de un trámite o cruzamos un par de palabras con los vecinos en el barrio el discurso estrella es “y sí... viste, la calle está dura, se hace lo que se puede, no queda otra”? Prisioneros de la amargura, en sus ojos veo algún destello de ilusión... que no encuentra lugar para expandirse en medio del conformismo mediocre que se apodera de la conversación.

Será que una vez más nos vendieron un concepto equivocado. Será que esta nueva moda del secreto, la ley y el positivo no funcionan. O... tal vez puede ser que solo nos tiraron el concepto y quedó pendiente el cómo aplicarlo y el resto de la información.

Entonces, ¿cuál es mi misión? Si veo y ESCUCHO tanta gente sufriendo por “lo que les tocó vivir”, veo otras tantas trabajando incansablemente para cambiar su suerte y en contraposición de todo sacrificio siguen prácticamente en la misma situación que si se hubieran quedado sentados viendo la última temporada de una serie de Netflix... si veo a tantos intentar progresar y luego de un tiempo “resignarse” a que **la vida es así** y que tal vez, algún día van a ganar la lotería para que los saque de esa agonía silenciosa de la rutina y poder aspirar a una vida mejor.

Entonces ¿cuál es mi misión? Si yo ya logré salir de la ruedita de hámster y encontrar una vuelta de rosca, si yo ya logré adentrarme en el mundo de la libertad financiera, de trabajar en plenitud de lo que amo hacer, de lograr que la ley de la atracción opere a mi favor (y el de mi entorno), es decir, si yo ya encontré esa especie de llave que abre la puerta de la plenitud y la abundancia y veo gente que está desesperada sin poder encontrarla. ¿PARA QUÉ será que Dios me plantó en este mundo?

Siento que sería muy egoísta de mi parte quedarme con lo que pude aprender, recordar y experimentar. Y no creas que ya no lo he intentado. En cada oportunidad que tenía, me animaba a soltar una buena dosis de ideas y recomendaciones para que cada ser que pasaba por mi camino lograra “abrir los ojos” y salir de esa ceguera de consciencia que lo mantenía en letargo. Y aunque con mis alumnos, clientes, una buena cantidad de amigos y familiares pude ser “una lata de coca en el desierto”, con MUCHOS otros, lo único que lograba era disminuirme y llegar incluso a dudar de la eficacia de mis palabras. En vez de interesarlos en el tema, los ahuyentaba... De ahí que me dedico a abrirle la puerta (aunque sea para saludar) a los Testigos de Jehová.

Tal vez no era su momento, tal vez no era la forma, tal vez no era el lugar. “No gastes pólvora en chimangos” dice el dicho, y aunque al día de hoy no tengo idea de qué son –chimangos-, me convenía adueñarme de la expresión.

De todos modos, me seguía (y sigo) preguntando ¿si yo poseo la dicha de haber atravesado experiencias que a otros le pueden servir? ¿Las tengo que ocultar? ¿No es suficiente haberme topado con tantos intentos fallidos de “comunicar” estas ideas y –por así decirlo- fracasar? Pues NO.

Hay un fuego que me incinera todo el cuerpo, que me pide a gritos salir a contagiar, revivir otras vidas, encender otras llamas. Algo que si queda guardado, quema y lastima. Y que si sale a la luz, nos hace brillar.

Hay días en los que aún me cuesta un poco aceptar y comprender que hay personas que todavía no están preparadas para escuchar (o comprender) lo que tengo para decir, sobre todo aquellas a las que aprecio. Pero justamente, lo que a reiterados rechazos tuve que aprender, es que no se trata de transmitir A QUIEN YO QUIERA, sino a quien corresponda.

¿Y a quién corresponde? Para encontrar a los indicados ¿tengo que salir a buscar?

Tal vez sea mejor hablar bajito y en confianza, que salir corriendo por la calle a gritar. Mi tarea es seguir maquetando el mensaje y enviarlo, soltarlo. Para que cada indicado en su momento conveniente lo encuentre y decida qué hacer con él.

Por eso elevo mis oraciones a la divinidad, al universo, a ese Dios que aunque a veces lo olvide, siempre ES y está presente, para que este libro llegue a las personas correctas, en el momento apropiado. Si todavía estás leyendo, probablemente seas una de ellas. Y uno de mis mayores deseos es que estas palabras que aquí continúan puedan ser de amor, de pura luz, de brillo para tu vida.

Para nada me considero un ejemplo, pues más bien una compañera de ruta que puede ayudar a que el camino se torne más liviano, divertido y placentero, y que puedas re-conectarte con tu mejor versión, una vida de propósito, y de alegría en el corazón.

Porque si en este mundo no estamos para ayudar, compartir y disfrutar ¿para qué estamos?

De antemano, doy Enérgicamente ¡Gracias! por encontrarnos aquí.

Te anticipo aquí en la antesala, que aunque a veces dudemos, eso que llaman Ley de Atracción, FUNCIONA, constantemente para todos. Independientemente de que uno lo crea o no. Así como por ejemplo, si dijeras que “no creés en la Ley de la Gravedad”, eso no evita que cuando sueltas la manzana se estampille contra el piso; que afirmes no creer en la ley de la atracción, no va a impedir su funcionamiento. Sin embargo, **la diferencia está en hacerla operar en contra o a favor de lo que deseás.**

Aunque parezca una utopía, lo que ya existe en tu vida, llegó por atracción. Y antes de que alegues “-¡pero esto no es lo que quería!-”, aclaro que es una cuestión energética que opera generalmente a nivel subconsciente. Y *atraemos en piloto automático las cosas, experiencias y personas QUE ESTÁN VIBRANDO EN LA MISMA FRECUENCIA o similar.*

¿Qué es lo que determina el nivel de vibración? Hay muchos factores internos y externos que pueden contribuir al nivel de vibración, que te voy a ir contando a través de mi historia a lo largo de cada capítulo, pero el origen está en LO QUE PENSAMOS y por ende, en lo que SENTIMOS. Y teniendo en cuenta que **las personas piensan y las cosas no**, podemos usar ese privilegio para

gestionar la vibración y calibrar la frecuencia, como si fuera el dial de una radio y moverlo hacia el punto que queremos. O mejor dicho, para que lo que deseamos, se acerque a nosotros.

Y con respecto al pensamiento positivo, considero que es MUY potente a la hora de elevar esa vibración, siempre y cuando “se limpien” y se “reprogramen” progresivamente los pensamientos contrarios que yacen en el *backstage* de la mente. Pues repetir una afirmación sin desmenuzar las creencias que sustentan lo contrario, solamente actúa a nivel superficial y al no ver cambios radicales, podemos caer en la trampa de creer que “pensar positivo” no sirve. La buena noticia es que vas a poder volver a corroborar que sí funciona, y además vas a descubrir cómo abordarlo en profundidad.

Por eso te aseguro, como que mi almohadón se llama Matías, que si comenzás a aplicar aunque sea el 30% de las técnicas, estrategias y recomendaciones que aparecen aquí, para cuando termines de leer habrás logrado mejorar integralmente tu estilo de vida. Y para ser un poco más precisos, habrás mejorado tu relación con el dinero y su rendimiento. Habrás mejorado tus relaciones con vos mismo y por ende, con los demás. Sí, incluido el señor que te cierra el estacionamiento antes de que llegues a buscar tu móvil. Y la muñeca que te llama en medio de la siesta para contarte lo felizmente seleccionado que fuiste para invertir “tu” dinero en “sus” productos.

También habrás mejorado considerablemente tus posibilidades de acceder a mayor optimización de tu tiempo, caudal ilimitado de ideas creativas y oportunidades antes impensadas de dedicarte a trabajar de lo que te gusta recibiendo compensaciones a cambio.

Pero dentro de todo este combo, lo más importante que podés llegar a lograr, no es solo llenarte de más historias y de información, sino de empezar a:

- Desarrollar LA *MENTALIDAD DE ABUNDANCIA* que se requiere para tener éxito y atraer las cosas, experiencias y personas que realmente deseás.

- Conocer cómo funciona la energía del universo y la forma en que podés nivelarla y elevarla para vibrar en la frecuencia de tus sueños.

- Y realmente convertirte en esa versión de tu ser que puede empezar a manifestar lo que hasta hoy, parecía imposible... creando tus propios milagros cotidianos y conquistando la felicidad.

Si pertenecés al grupo de los novatos (como lo era yo en mis inicios) que no tiene la más mínima idea de lo que estoy hablando, y llegaste a pensar que te equivocaste de fiesta ¡Bienvenido! Te vamos a estar mirando como al chico nuevo que llegó a la escuela a mitad de año. Pero aunque tal vez te sientas un poco desconcertado, no te preocupes, es normal... Si te quedás, te aclaro que tenés el mismo abanico de posibilidades ilimitadas de progreso y avance que los demás lectores.

Por otra parte, si ya conocés un poco del tema, o incluso mejor, ya lo estás aplicando, ¡*Fabeltástico!* Vas a poder refrescar los conceptos, incluir una nueva perspectiva y potenciar como un láser tus habilidades de concebir una vida plena de abundancia, éxito y felicidad.

En esta parte, lamento ser aguafiestas, pero aunque el 50% del trabajo ya está hecho, es decir, que aquí ya tenés filtrado material que fui recolectando de unos más de 37 libros, 5 entrenamientos personalizados, decenas de cursos de capacitación en dos idiomas, cuatro años de búsqueda e investigación (es una forma sutil de decir los probé por mi propia espalda sexy para saber si funciona), el MIL% restante, DEPENDE DE VOS.

- Depende de vos estar dispuesto a reservar el tiempo para continuar leyendo.
- Depende de vos darle una oportunidad a estas ideas y considerar nuevas opciones que salen del guión habitual.
- Depende de vos estar dispuesto jugar el juego de aplicarlas.

Si, si, ya sé y no me olvido. También puede que seas víctima de los efectos colaterales que acarrea esta travesía. Es probable que al pasar tiempo conmigo a través de estas páginas comiences a descontracturarte un poco, que empieces a caminar más liviano por la vida, que se te antoje ser mejor persona, llorar con las películas y publicidades. Bailar más, cantar más, delirar más, enloquecerte más por las cosas pequeñas, reírte más... o hasta enamorarte más.

Hagamos un Pacto

Una pizca de acción

Mueve más que mil kilos de información.

Y por qué digo que con que comiences a aplicar el 30% ya vas a notar mejoría y no me limito a “obligarte al 100”. Porque sería una odisea, una fantasía. Estaría yendo en contra de la propia naturaleza humana. Como dice Tony Robbins, “lo importante es el progreso.”

Sólo tené en cuenta que si leés 30 recetas de cocina, pero nunca intentás siquiera prender una hornalla... difícilmente puedas aprender a cocinar. En cambio si leés solo algunas, y vas siguiendo aunque sea las primeras indicaciones, vas a estar realmente APRENDIENDO. Y medida que vas absorbiendo más información, podés desarrollar más pasos, mejorar la técnica y con el tiempo, práctica y dedicación, si lo deseás, tal vez hasta podés convertirte en un chef.

El dato es empezar, no quedarte paralizado esperando a saber todo, sino arrancar, con lo que puedas, con lo que tengas a mano, con lo que sí sabés y en el camino se irán fortaleciendo las habilidades y se irán revelando los demás pasos, para poder subir de nivel.

En mis primeros intentos de desarrollo personal “consciente”, comencé leyendo libros de autoayuda, de crecimiento personal, de liderazgo, etc. Llegó un momento en el que sentía que “ya sabía” lo que nuevamente estaba leyendo en un libro diferente del mismo autor, o de uno distinto. Y pese a que notaba una gran mejoría, me reprochaba el “no aplicar por completo todas las indicaciones propuestas”. Algunos, MUY INTERESANTES A MI CRITERIO, volvía a leerlos, esta vez con mayor compromiso y dedicación. Y una vez más, notaba mejoría, pero apenas lograba incorporar algunas más.

Hasta que me empezó a hacer eco la idea del espiral. Eso me sonaba algo así como que vamos pasando en calidad de círculos por el mismo lugar, pero con nuevos conocimientos e ideas que nos muestran otra perspectiva, otra cara de las cosas. Y cada siguiente vez, podemos abordar la situación, experiencia o etapa con mayor sabiduría.

¡Pin! Por fin me ablandé un poco y me amigué con la idea de que “cada libro” (curso, entrenamiento o actividad) iba dejando de a poco sus enseñanzas. Y cada vez más, y un poco más y un poco más.

Con aplicar aunque sea UNA o media táctica o idea que me proponía cada guión, ya estaba contenta de que aunque no llegaba por completo al ideal “al menos estaba avanzando”. Aparentemente TODO de una sola vez, era cuasi imposible. En cambio dos o tres semillitas por vez iban sumando. Y ALGO, en este caso, resultaba mejor que NADA.

¡Claro! Si durante 27 años de mi vida había venido acumulando cierto tipo de información que se había revelado de forma unánime por los sitios que frecuentaba y que se presentaban como si fuesen UNA VERDAD ABSOLUTA E IRREFUTABLE; no podía pretender de un día para el otro poder cambiar todo el disco que tenía grabado en la memoria. Más fácil habría sido quitar toda el agua del Titanic con sorbetes. Y más cuando la nueva información que empezaba a palpar en esta otra clase de actividades y lecturas parecía una locura para mi entorno habitual. ¿Realmente me estaba volviendo más loca que de costumbre? ¿O será que tal vez lo que siempre creí que era cierto, no era tan real? Ante la duda, valía la pena experimentar.

Dicho de otra forma, si en algún momento se me ocurría empezar el gimnasio para formarme el cuerpo de Claudia Shiffer, difícilmente lo habría logrado en 24 horas. Aunque pensándolo bien, tampoco en cien años. *My God!* Vamos de nuevo, si hubiera querido lograr un cuerpo flexible, saludable, con los músculos tonificados, etc. Habría necesitado a partir de 3 meses de dedicación diaria o semanal constante. Todos los días un poquito, sumando al resultado final. Los cambios profundos y durables no se consiguen de la noche a la mañana, requieren su tiempo, su espacio, su dedicación.

Repito: lo importante es el progreso, es estar avanzando, es continuar en carrera, absorbiendo suavemente cada idea con firmeza y delicadeza. Pero no sólo llenarse de información, sino APLICARLA, tomar acción, dar AL MENOS UN PASO para poder comenzar paulatinamente a modificar hábitos, pensamientos y conductas tóxicas, por otras más sanas,

divertidas y saludables que te permitan ser protagonista de una vida intensa y divertida, de una vida mejor, de una vida... para contar.

Entonces, para que no te hagas el desorientado y puedas sacarle el máximo provecho a la lectura, en cada capítulo te vas a encontrar a través de mi historia y la de alguno de los estafalarios de mis alumnos o clientes, con el desarrollo central de 2 o 3 conceptos. Y en forma de símbolos

- ➔ La flechita activadora para que, además absorber los kilos de información realices *tu pizca de acción*
- ★ La estrellita inspiradora con actividades o métodos que podés imitar o amoldar a tu gusto para agilizar tu rendimiento.
- ♥ El corazón intuitivo, con alguna frase o ritual (que también podés adaptar) para abrir el canal a conectarte más aún, con la guía interior y sabiduría divina.

Lo que significa que esto sale desde lo más profundo de mi alma, con todo mi amor y compromiso puesto en TU crecimiento. Y que si a lo largo de estas líneas logro provocarte AL MENOS UNA sonrisa extra, entonces parte de mi objetivo con estas escrituras estará cumplido. Ayudando a organizar el orden cósmico para que la humanidad llegue a funcionar en mayor armonía.

De todos modos, hagamos un pacto, en caso de alguna eventual falla no considerada en el sistema y el hecho de que no podré devolverte el tiempo, la dedicación que habrás invertido, y tampoco el dinero que pagaste por este escrito, porque seguramente para ese entonces, ya lo habré destinado a otra causa; si para el final de este libro no lograrás la más mínima mejoría en tu estilo de vida, no conseguís captar siquiera una señal divina del Universo de que tus finanzas están mejorando o tan solo una tenue sonrisa. Estaré esperando que me llames para agendar un encuentro, salimos a bailar, nos olvidamos de todo y nos tomamos un champán...

Yo invito.

CAPÍTULO UNO

Empecemos por el Final

*-¿Te pusiste crema? –Mmm, no...
-¿Y por qué te brilla la piel? –Eh... no sé.
-Es que “vos brillás por todas partes”*

(Extracto de una conversación al pasar)

Creo que cada persona puede definir “la felicidad” de forma diferente, para algunos tal vez es un buen trabajo, la billetera llena o el bienestar de los hijos. Para otros quizás la conciencia tranquila, el asado de los viernes o compartir con amigos.

Pero si digo *cara de felicidad*, no importa el motivo, el sentimiento es el mismo.

¿Qué SENTIMOS cuando sentimos felicidad? ¿Alegría, excitación, entusiasmo? ¿Qué DECIMOS cuando sentimos felicidad? ¿Genial, asombroso, excelente? ¿Qué HACEMOS cuando sentimos felicidad? ¿Bailamos, cantamos, reímos...?

¿Qué me imagino cuando pienso en personas felices? Me imagino una sonrisa desde el alma, que contagian energía como el halo de un perfume, que se mueven con firmeza y entusiasmo, tal vez cantando, tal vez bailando. Que el brillo de la alegría les brota por la piel. Que aunque estén pasando por un día difícil o una etapa complicada, tienen la certeza de que es temporal y que siempre es un paso intermedio en la ruta de algo mejor. ¿Cómo identificás a las personas felices? **¿Sos una de ellas?**

Suelo escuchar que los seres humanos “buscamos la felicidad”. Entonces me pregunto ¿y una vez que se encuentra, se la tiene para siempre? ¿O a veces se pierde y hay que volver a buscar? Algunos dicen que sólo se consiguen sus *momentos*, que apenas de vez en cuando se la puede palpar. Pero, si una persona puede pasar años sumida en la tristeza y la depresión. ¿No podría acaso sumirse de la misma forma en una vida entera de felicidad?

Más allá de que algunos la consideran una emoción, o un conjunto de emociones que generan bienestar... Yo la defino como “un estilo de vida que se CONSTRUYE”, en vez de algo efímero que se pretende alcanzar.

Y como dije al principio, cada quien puede definirla de forma diferente, o sentirla por una situación particular... pero ¿qué será lo que en general convierte a los seres humanos en personas felices? CREO y APUESTO a que es la “posibilidad”, seguida de “oportunidad” de CUMPLIR SUS SUEÑOS y mantenerse en el camino de acción consciente que las lleva a lograrlo.

Felicidad es animarse a soñar

Y mover cielo y tierra para concretarlo.

Mi deseo, a través de estas líneas, es llevarte suavemente a construir TU estilo de vida de felicidad, que puedas experimentar constantemente la abundancia, el éxito y la prosperidad. Sentar bases sólidas, para que cuando ya no estés leyendo puedas saber exactamente qué hacer, a dónde recurrir y con quién contar a la hora de superarte.

Y por si acaso, si fueran sólo momentos, que cada vez sean más recurrentes, más perdurables y más intensos. Que la gente te pregunte si te pusiste crema, porque te están viendo brillar. Que los ojos se te iluminen día a día y saltes de la cama con alegría apenas al despertar.

Esta es la base de lo que hoy creo, el motivo por el que estoy acá. La razón que por la que deseo acompañarte. Entonces ***¿te animás a soñar?***

Si es así, entonces me gustaría que pienses un momento...

- ¿Qué es para vos *la felicidad*?
- ¿Cuál es el estilo de vida que te gustaría construir?
- ¿Con qué cosas, personas o situaciones podrías decir que te sentís feliz?

Calibrando el GPS Interno

***Si definís lo que estás buscando,
Sabrás cuando lo encontraste.***

Ahora que ya estamos en confianza, confieso que no reservé tiempo para conversar con Aladino y conseguir la lámpara, por lo tanto, para que se cumplan los deseos, vamos a tener que recurrir al método tradicional. Podés lograr un efecto similar, con una birome, una libreta y TU ESCRITURA.

¡Aha! ¡Este es tu momento de escapar!

Sé que al principio, puede que algunos no lo consideran como algo sencillo o que lleguen a dudar de la efectividad, pero también es común que inmediatamente después de hacerlo o un tiempo después de implementarlo como algo habitual piensen “¡cómo no lo hice antes!”

¿Escribir? ¿Para qué? “Eso es para los que estudian”. “No veo para qué me puede servir”. “Eso es aburrido”. “Es una pérdida de tiempo”. “Con leer será suficiente”.

Si por si acaso se te cruzó alguna de estas frases por la cabeza, te advierto que son algunas de las formas más comunes en que se presenta disfrazada “Madame RESISTENCIA”. Sobre todo si se trata de aprendizaje, de evolución o de crecimiento, el filo de la resistencia se presenta camuflado en imprevistos, casos fortuitos y pensamientos del estilo semáforo en rojo que pretenden convencerte de quedarte en donde estás, seguir haciendo lo mismo y no arriesgarte a probar cosas nuevas. Se trata de un mecanismo de defensa que vamos a desarrollar en más detalle en el Capítulo 4, que sólo quiere cumplir con su función de mantenerte “a salvo”. Pero como en Súper Mario, si te quedás quieto, puede que estés cómodo, pero probablemente los bichos te den el “*game over*” si llegan hasta donde estás. Y además, si no te animás a saltar por encima de las tortugas y pegarte la cabeza contra los ladrillos, podés seguir avanzando un poco, pero sin recolectar tantas monedas.

Así que para sacarle provecho a este recorrido, optimizar tu tiempo y recibir la mayor cantidad de recompensas posibles, te propongo que, si de alguna forma se te presenta la resistencia ante la sugerencia de ESCRIBIR, que hagas un pequeño *esfuerzo* para saltar y superar ese obstáculo y comenzar a adiestrar el músculo del poder milagroso e ilimitado que tenés en el puño.

Mientras tanto, si es que aparece algún indicio de Madame Resistencia ante tus intentos, te ayudo a derribar este par de tres.

“Con leer será suficiente”. Sí. Pero dejame completar la oración: será suficiente para RETENER EL 10% de lo que leas. Según la Pirámide de Aprendizaje de Edgar Dale, realizando actividades pasivas se retiene el 5% de lo que se escucha, 10% de lo que se lee (conocidas como verbales); 20% de lo que se ve en gráficos, 30% de lo que se ve y escucha en una demostración (conocidas como visuales). Y realizando tareas activas, se retiene el 50% de una conversación o debate; 75% de lo que se hace o se practica y 90% al hacerlo y decirlo mientras se enseña o explica a otros.

“Eso es para los que estudian”. Tal como un estudiante de Derecho, tiene que tomar apuntes y pasar por varios kilos de leyes durante un mínimo de 6 años para convertirse en abogado; una persona como vos que tal vez quiere *Desarrollar una Mentalidad de Abundancia, construir un estilo de vida de felicidad y lograr elevar la energía para que las leyes universales operen a favor de cumplir sus deseos y sueños*, TAMBIÉN TIENE QUE ESTUDIAR. Y aunque lo más probable es que no consigas un diploma, la maestría se verá reflejada en el éxito de tu negocio, en el incremento de tus ingresos, en la mejora de tus relaciones. En tu desarrollo personal, mental y espiritual.

“No veo para qué me puede servir”. Cuando iba al secundario, solía preparar “machetes” en la computadora en letra tamaño 6 para poder copiarme en las pruebas. Imprimía una plancha completa, los recortaba y se los vendía a mis compañeros a 25 centavos. No me halaga decir que a los 14 años ya formaba parte del mundo de las ventas en el mercado negro. Pero lo sorprendente era que YO NO LOS USABA. Porque en el trayecto de leer el material para captar las

ideas, realizar un correcto resumen para crear un buen producto y después tipearlo en la PC, (porque el sabio Don Google todavía no existía) llegaba *prácticamente* aprender el tema, internalizando la información casi sin darme cuenta.

Por lo tanto, además de fijar conceptos y ayudarte a memorizar ¿Qué más te puede aportar la escritura?

§ ALIVIO. Cuando tenés muchas ideas, pensamientos de los buenos (y de los otros) y listas de actividades por hacer en la cabeza, tienden a parecer interminables. Puede dar la sensación de que “son demasiados” y que ocupan tanto espacio que podés llegar a perderte en una masacre de ensalada de letras que te sobrepasa, te abrumba y te desgasta. Al volcar los pensamientos, ideas y actividades en papel... la mente parece más liviana, las ideas se acomodan y la lista de tareas no suele ser tan extensa como parecía.

Sobre todo si se trata de “emociones”. Escribir sobre lo que sentís, funciona como una válvula de escape instantánea, que además de que puede ayudarte a considerar otra perspectiva de la situación, es como si el “peso” de esos pensamientos, volcara sus toneladas en el papel.

§ ENFOQUE. ¿Te pasó alguna vez de hacer la lista del supermercado o la ferretería y al llegar al carrito darte cuenta de que la dejaste sobre la mesa? A mí me pasaba seguido, pero de alguna forma (que antes consideraba colosal) RECORDABA lo que había enlistado y podía cargar todo lo que necesitaba. Lo que sucedía era que “mi mente” ya estaba advertida de lo que debía identificar, así que lo encontraba rápido.

Imagínate si tiene ese efecto para ir de compras ¿qué diferencia creés que puede hacer cuando se trata de metas, objetivos, deseos y sueños? Y por si acaso, alguna vez los escribiste y no se cumplieron, respirá en paz, porque no significa que lo que hiciste “no servía”, sólo es cuestión de mejorar la técnica con los componentes que te voy a detallar paso a paso en la segunda parte del libro.

§ EVIDENCIA. Y esta es mi tercera beneficencia favorita. ¿Que no eran solo tres las que iba a nombrar? ¡Ah sí! Es que las prefiero a todas. ¿Qué hacen los científicos? ANOTAN. ¿Qué hacen los que estudian el mercado? ANOTAN. ¿Qué hacen los bailarines? BAILAN. Perdón, también anotan, pero era para sacarte un segundo de la adivinanza. Bailan, pero para crear una coreografía, algunos anotan los pasos que consideran apropiados.

Cuando escribís una hipótesis, tomás nota de la evidencia, registrás una métrica y/o apuntás una conclusión, tenés material al cual volver para seguir investigando, comparar expectativas con resultados, validar conclusiones, reformular hipótesis etc. Y aunque tal vez esto no se trate de una investigación científica; pienso que LA VIDA es un experimento. Y si se trata de TU vida, de mejorarla, de expandirla y de potenciarla... creo que vale el intento y el esfuerzo de “registrar por escrito” lo que funciona, lo que no y sobre todo cuáles son tus aspiraciones y expectativas para poder MEDIR los resultados que alcanzás, deshacerte lo más rápido posible de lo que no te sirve con fundamentos y validar tus convicciones con evidencia real.

En resumen...

Independientemente de lo que signifique *la felicidad* para vos, quiero ayudarte a construir ese estilo de vida que te permita disfrutar cada vez con mayor facilidad y más entusiasmo de las cosas que amás, que te sientas brillar de felicidad.

Entonces, dependiendo de cuánto quieras absorber, la rapidez con la que quieras aprender y la potencia con la que desees materializar tus metas, objetivos y sueños... te propongo comenzar de la misma forma en que acostumbro a iniciar las capacitaciones y procesos de entrenamiento con mis alumnos y clientes. De este modo, al final de la travesía vas a tener registros y evidencias que vas a poder comparar.

Recordá que no reservé cita con Aladino, así que vas a tener que usar TU libreta, TU birrome mágica y TU escritura para empezar a desarrollar y experimentar el poder que tenés para CONCEDERTE tus propios deseos.

Yo ya expresé mis expectativas, ahora me encantaría que apuntes los tuyos en tu cuaderno con ayuda de estas preguntas:

- ➔ ¿Qué te querés llevar?
- ➔ ¿A través de la lectura de estas páginas, qué querés lograr?
- ➔ ¿Qué tiene que haber ocurrido para que sientas que fue una experiencia brillante?

CAPÍTULO DOS

Cuando te dolió tanto que ni título tiene

- Si para julio las cosas no mejoran, lo voy a tener que dejar.

Esto no da para más.

-Fabi, no te veo bien. Habías dicho en febrero que para mediados de año ibas a tomar una decisión. Estamos en octubre. Tu situación me preocupa.

-Es que en mayo falleció su papá... viste... y las cosas se tornaron más sensibles que de costumbre. Es como si hubiera personas que incluso después de muertas, siguieran haciendo daño. Justamente mientras atravesaba el duelo, no quise plantearle el tema de nuestra relación.

-Y después que esto pase ¿qué excusa vas a inventar?

Si había llegado al punto de que “se note” que algo andaba mal, lo más probable es que debo haber estado tocando fondo. En el último tiempo me las había arreglado casi al punto de maestría, de esconder mis verdaderas emociones, intentando y (según yo) logrando hacerle creer a los demás que todo andaba de maravillas.

Mamá tenía razón, esta cuestión del duelo, era parte de la batería de excusas que me inventaba para postergar el momento de terminar. Sabía que nuestra historia juntos ya se había ido al tacho, pero a la vez quería seguir sosteniendo algo que cada vez me lastimaba más y más. En ese momento no sabía si lo herido era mi orgullo o si me aterraba que el mundo me viera ante lo que consideraba un semejante fracaso: el fiasco de la separación. Tal vez sólo lo que postergaba era hacerle frente a verme cara a cara con la soledad.

¿Cómo hago para vivir sin él? Y mientras tanto me conformaba con la amargura diaria de (mal) convivir con él. Si durante 8 años él había sido mi mundo, mi historia, mi edén. Todos los castillos me explotaron en el aire. ¿Será que habíamos construido un imperio muy débil? ¿O mis caprichos de princesa lo hicieron caer? Yo de verdad creía en el lema de “felices por siempre”. Pero justo por esas épocas olvidé considerar que en esta novela, no precisamente se iba a cumplir bajo el mismo techo.

Como croupier de casino, sabía perfectamente que el apostador cuando le cambia la suerte tiene que dejar de jugar, retirarse cuando está ganando y esperar un tiempo para retomar. La teoría estaba más que clara, pero... ¿Cómo tenía que hacer para aplicarla en mi vida?

Cuando la situación ya estaba totalmente desbordada, se arruinó por completo, cosa que hubiera evitado si no me quedaba jugando a la novia, ya sin fichas para apostar. Aprendí a la mala que no actuar a tiempo cuando ves los primeros indicios de que ya no va a funcionar, *hay que*

animarse a plantar la bandera blanca. Sino una simple gota te derrama el vaso y te quedás dando manotazos de ahogado adentro.

Noviembre nos dio el ultimátum... no me enorgullece haberle dicho “te vas”. Me separé, y más triste todavía mi hija de 3 preguntando “-¿Dónde está mi papá?”.

A malas preguntas proporcionales respuestas

Dicen que el tiempo cura todo y seguramente algún milagro vendría en mi auxilio para soliviar la angustia de la ruptura... Ya no tenía pareja... por ende tampoco ingresaba su sueldo para solventar los gastos de lo que apenas era un hogar. Mi sueldo era una cuota estática, por lo que hacía trabajos extra, algunas ventas, o lo que surgía. La remaba como podía. Peor no podía estar. O al menos eso pensaba. *¿Qué más se podía complicar?*

Primer acto. Una madrugada tres cajones de ropa cayeron al agua... ¿por picardía del destino? ¿O intencionalmente accidental? “-La ropa se seca.” Pero cuando comencé a sacarla, me llevé una linda sorpresa. Algunas destiñen, el cuero se arruina, el maquillaje, los algodones y también la eléctrica de afeitar. “-Mirale lo bueno”. La netbook que apenas me pude comprar, también se hizo agua, junto con el modem, pero por lo menos se salvó un pen drive. ¿Qué hago sin mi compu? Respirá hondo, que sigue más.

Segundo acto. Se rompió la moto, así que usaba la bici para ir a trabajar, salía a las 5am y retiraba a mi hija de la casa de mis viejos. Eran sólo cuatro cuerdas, pero llueva, truene o centelle, la tenía que llevar. A veces enganchaba justo al abuelo para que la acerque en el auto antes de irse al trabajo. A veces me tomaba por sorpresa el viento en contra o un aguacero fugaz, seguí pedaleando y no te preocupes que mis lagrimones eran más grandes que las gotas de lluvia.

Tercer acto. ¡¿Jardín dijiste?! ¿A qué hora? A las 9. -Andá dormí un rato que la tenés que preparar. Son las 6:30 ¿y si no despierto? Tranquila... tal vez llame algún vendedor de esos que te ofrecen seguros. Sale a las 15. La seño no es niñera, así que fijate si conseguís una grúa que te despierte y llegar antes de que te fusile la mirada rayo láser de la directora por retirarla muy tarde.

¿Cómo se llama la obra? *“Hiciste la pregunta equivocada.”* Descartando los subtítulos de “Sobredosis de mala racha”, “Meada por un tiranosaurio” y “Confiá en tu santo y no le prendas velas”... *¿Qué más se puede complicar?* fue la entrada triunfal a mi abanico de complicaciones.

Vivimos en un mundo de acción y reacción. Y cuando hacés preguntas, por naturaleza te llega una respuesta, y con toneladas de evidencia que la sustentan, como para que no te queden dudas. Pero me costó una más, poder revertirlo.

- ¿Qué pasa Roberto? – Te aviso con tiempo para que busques otro lugar donde alquilar, voy a necesitar lo más pronto posible la parte donde están ustedes.

Tragué saliva y asentí. Era por una buena causa. Lo menos que podía hacer por ese señor en agradecimiento por toda la ayuda (que tal vez sin saber) me dio, era irme urgente. Ya no era ninguna novedad... todo estaba patas para arriba en mi vida ¿y encima me tenía que mudar? ¡Ufff! Por los cuatrocientos pesos que le pagaba a Roberto no iba a conseguir ni un sofá en una pieza con baño compartido.

Separada, endeudada, mal dormida, con la moto para arreglar y los maquillajes rotos. Sabía que todo era un caos, PERO... ¡Barba! ¡Tírame un centro, si es que existís, yo no doy más!

Si hoy volviera a pasar por una situación similar (llama violeta diría mi abuela Teresa), actuaría y pensaría de manera diferente. O si vos estás pasando por un caos, en principio te recuerdo que ES TEMPORAL, y para empezar a salir del estereotipo de Hombre Vidrio o víctima de la mufa integral, y comenzar gradualmente a ser “El Protegido” como en la película de Marvel, o una especie de imán de buena suerte, considero que lo más conveniente es formularte preguntas positivas, del estilo

- ¿Qué es lo que Sí está bien?
- ¿Qué MÁS puede mejorar?
- ¿Quién me puede ayudar?

De modo que tu sistema de acción y reacción, funcione respondiendo a esa clase de preguntas positivas y empoderadoras, presentando evidencias acordes.

Goodbye Molestias

Unos meses después, ya en un nuevo lugar, el panorama había mejorado. Aunque seguía haciendo malabarismo con las cuentas, y uno que otro porrazo para organizar mis tiempos... ya tenía una moto nueva y una PC, si me encerraba menos en mi pieza a escondidas significaba que ya no me largaba a llorar tanto. Capaz que habían hecho efecto las pastillas que me recetó el primer psiquiatra, o las sesiones del quinto psicólogo de mi historial, mi querido Doctor Funes. O tal vez simplemente el Barba, me estaba empezando a tirar el “centro” que le había pedido.

Mi hija estaba bastante espléndida, tenía mi trabajo en relación de dependencia en el casino... comenzaron a surgir los eventos de *bartending* (que más adelante te voy a contar) y hasta me hacía espacio para salir a bailar o compartir algo con mis amigas.

Se podría decir que “estaba bien”. Pero sinceramente había algo... una molestia que no me dejaba en paz. Por fuera, en la superficie se veía como que las cosas funcionaban y mejoraban.

Pero por dentro, tenía un vacío tremendo. Sentía que algo faltaba, que algo más tenía que ser distinto. Mi rutina estaba llena de actividades, a veces me divertía un poco, pero en el fondo, estaba más aburrida que el Grinch en Navidad.

Y lo que me llamaba poderosamente la atención, era que unos meses atrás, había estado totalmente frustrada porque todo estaba mal. Y en ese momento, cuando ya muchas cosas habían mejorado y parecían estar funcionando, estaba frustrada porque todo estaba bien. ¿Será que entonces el bienestar no depende de las circunstancias?

Y más o menos por aquí apareció la punta de ovillo.

Sentía que trabajaba, como dice el libro *Fish!* En un “vertedero de energía tóxica”. Ya iban cuatro años de francos, vacaciones y turnos rotativos. Al principio había sido emocionante, sueldo fijo, obra social y estaba aprendiendo muchísimo... pero para estas épocas, los ingresos habían quedado debajo de las cuentas y ya no podía (ni quería) aspirar a un ascenso. El ritmo de vida que llevaba me estaba asfixiando, entonces de vez en cuando, la poca energía y ganas que me quedaban la usaba en buscar otras alternativas.

Me había presentado a las entrevistas del hotel que se estaba por inaugurar, con mi título de “Técnica en Administración de Hoteles”, hablando fluido inglés y portugués, experiencia comprobable y cursos extra de por medio... la voz del EGO me decía “-entrás seguro”, y como era de esperarse, me dieron el okey. Lamentablemente el día que me tocaba ir a tomarme las medidas para el uniforme, me comunicaron la gran noticia de que habían realizado algunos cambios: el “-después te explico” me dolió más que la cirugía post parto.

Junté mis pedacitos, renové expectativas y al poco tiempo me estaba preparando (a los tumbos) para el examen del juzgado. Me juntaba con un compañero, Jony, a estudiar la teoría y en los momentos que le restaba a mis horas de dormir, con mi hija trepada al hombro, practicaba la parte de mecanografía. Y como dicen que todo esfuerzo tiene sus frutos, ¡aprobamos! Ahora sólo restaba esperar que nos llamen por lista en poco tiempo. Tic, tac, tic, tac. Pasaron meses, años... hasta el día de hoy la lista va a ritmo de caracol (y no como la sopa que es bastante movidita, sino como el animalito real). De nuevo se me empezaban a derrumbar las esperanzas de “salir de la jungla de las apuestas”.

Mientras tanto, seguía con mi estilo vendedora, un colorido mix de catálogos de belleza, servicio de estética de manos o ropa blanca para el hogar; sin embargo con ninguno de estos intentos generaba lo suficiente para tener el estilo de vida que quería solventar. A la vez, tampoco quería tomar las posibles propuestas de trabajo que surgían fuera de mi ciudad, incluso de cruceros. Porque eso implicaba alejarme de mi familia y de mi ciudad tan querida.

Dentro de esta bolsa de actos fallidos, en la búsqueda de algo relativamente mejor, descubrí algo importante: ESTABA BUSCANDO AFUERA LO QUE TAL VEZ, SOLO ENCONTRARÍA POR DENTRO. Estaba depositando mis expectativas en terceros, estaba tratando de ajustarme a lo que había en el mercado laboral, intentando adaptarme a las estructuras para poder encajar en

lugares o sistemas que no me terminaban de convencer. Siempre poniendo en prioridad a los demás. ¿Y yo en qué escalón estaba? ¿A cuánto y cuántos más tenía que satisfacer o complacer para que me llegue el turno de consentirme a mí?

Entonces ¿si nada funcionaba hacia afuera, que me quedaba por hacer? ¿Será que invirtiendo el sentido de la búsqueda lo iba a poder descifrar? No lo sabía, pero de lo que sí estaba segura, era de que “ya no quería vivir más así”. Asfixiada, aburrida, estancada.

Me cansé de vivir con la sensación de agua al cuello, y aunque tal vez tarde... ME PROPUSE CAMBIAR. No sabía exactamente hacia dónde me iba llevar la nueva ruta, pero por lo menos era una posibilidad de liberarme de algunos apegos, de la dependencia, de papel de víctima. Así que dije STOP.

♥ *Basta de dejarme para lo último. Basta de poner a los demás en primer lugar. Basta de querer encajar en un sistema que no se corresponde 100% con mis valores. Basta de intentar agradar a todo el mundo. Basta de complacer a pedidos ajenos cuando NO quiero. Basta de “morir en vida” enroscada en una masacre de auto-reproches. Basta de lamentar...*

Esta historia continúa, pero mientras tanto... para que respondas en tu libreta mágica:

- ➔ ¿Tu vida, cómo está? ¿Te gusta, te inspira, te enciende?
- ➔ ¿Cómo te sentís cuando te vas a trabajar?
- ➔ ¿Hay algo de lo que quieras liberarte diciendo “stop, basta o *goodbye*”?

Tu lugar siempre va a ser el que VOS TE DES. Los demás solamente van a actuar en consecuencia.

CAPÍTULO TRES

Voces Sagradas

A veces el Silencio

Te dice todo lo que debes escuchar.

Yo ya había decidido cambiar, pero no tenía idea de cómo, ni cuándo ni dónde lo iba a lograr. Quedé pensando en esto de que “¿será que invirtiendo el sentido de la búsqueda lo iba a poder descifrar?” Recordé que en algunas épocas yo había sido feliz.

Y me trasladé mentalmente a mis tiempos de facultad. Me despertaba entusiasmada tempranito a preparar mis materias. Y aunque extrañaba mi casa y mis raíces, ese departamento bello en La Recoleta, el Peña, era en esos momentos mi lugar ideal. En pocos minutos con algún colectivo me llegaba a las exposiciones en La Rural o en Costa Salguero.

Disfrutaba a pleno lo que tenía que ver con atención al cliente, recursos humanos o marketing. Mi pasantía en el Howard Johnson de la Peatonal Florida, los fines de semana en el Paseo de los Artesanos en Plaza Francia... y hasta de perderme en provincia cuando salía a buscar algún producto que compraba por internet.

Juntarme con Santiago a preparar trabajos prácticos en alguna cafetería; ir a comer a la casa de Claudia, comida de verdad, la casera, que preparaba su mami. Los *after office* con la gringa, Estefanía... y por supuesto, convivir con Lorena, que además de ser como un ángel que vivía en la tierra, me tenía la cena lista cuando volvía de estudiar.

Cuando abrí de nuevo los ojos en el descanso del casino, sabía que esa época hermosa en la ciudad de la furia ya no volvería, pero, al menos recordando esos momentos, me olvidé un rato de la agonía de mi realidad actual. ¿Qué era lo que tanto me gustaba en aquellos tiempos?

Me gustaba estudiar, me gustaba aprender sobre ventas, servicio, clientes; conocer gente, compartir con amigos, disfrutar. Me gustaba tener un objetivo claro y levantarme temprano todos los días para organizarme y promocionar mis materias. Amaba ayudar a mis compañeros con sus trabas, me gustaba explicar, transmitir, enseñarles a pensar. Si eventualmente se presentaba un obstáculo en mi vida, sabía que lo podía resolver, porque mi meta estaba más que clara. No había nada más importante que cumplir con mi objetivo de “recibirme” y eso me daba el combustible suficiente para seguir adelante.

¿Y qué paso con todo eso lindo? ¿Cómo sería si se lo podría resucitar?

En paralelo sabía, que mi agonía era compartida, y quería encontrar una forma de poder ayudar a mis compañeros de trabajo a “zafar”. Ellos también habían llegado al límite de resignarse por cobrar un sueldo a fin de mes, a costa de las relaciones, la salud y la familia. Trabajar en la jungla de las apuestas, para muchos, era una especie de tortura silenciosa, disfrazada de sueldo fijo seguro, que en cada jornada se iba succionando las esperanzas, las energías y la emoción.

No tuvo éxito la presentación de mi Proyecto de Evaluación de Desempeño ante la gerencia. Como así tampoco mis deseos de un jefe compasivo que nos venga a desfibrilar. La solución imaginaria de cambio piramidal estaba descartada.

¿Qué podía hacer para ayudar? Probablemente *Operar por Células* podía llegar a funcionar. ¿Qué significa eso? Me hacía la idea de algo así como uno a uno, -un... constante y tal vez eterno trabajo de “convertir” a cada compañero en particular-. Y aunque no estaba bastante clara, no quería descartar la idea antes de, por lo menos... intentarlo.

¿Qué resumía a grandes rasgos el estilo de lo que disfrutaba en mis épocas de estudiante? Y que a su vez se relacionaba con una posible forma de captar la atención de quienes me rodeaban en ese momento en la empresa.

LIDERAZGO era la palabra que me vino como del cielo, como un “*insight*”. La puse en el buscador de Facebook y lo primero que apareció fue una Fan Page: Liderazgo Hoy, que a su vez me llevó a un blog. Perdí la noción del tiempo de tanto que me quedé leyendo. En un instante salté de la silla para encontrar mi corbata y arreglarme el uniforme para bajar a la sala.

La posta la tiene Ella

Yo siempre tuve la razón.

Y fue lo peor que me pudo pasar.

Parecía que la cosa se estaba poniendo ¡super wow! Mis días empezaban a cobrar cierto sentido, pese a la rotación de turnos y dormir entrecortado me percibía con un tanto más de energía. Solo que justo cuando ya me estaba animando y empezando a retomar vuelo, recibí mi primer cachetazo maestro de editorial. Por lo que leía en este blog de liderazgo, acepté inmediatamente, entre otras actividades, la recomendación de leer el Bendito Libro de Dale Carnegie, “Cómo ganar amigos e influir sobre las personas.”

El primer capítulo ya me dejó de cama. Fueron duros esos días en que tuve que reconocer y darme cuenta que, según el criterio del Magnate de las Relaciones Humanas, para lo que pretendía conseguir, le estaba errando lejos con el método.

Yo quería que todos me escucharan, que hagan lo que yo decía, que cambien su mentalidad. Pero cuando alguien me hablaba, me perdía de escuchar todo el discurso pensando en “qué iba a contestar”. Yo quería tener razón, y lo lograba, pero me olvidaba de que los demás también podían tener opiniones y estar acertados.

La cabeza me hacía tanto ruido, que explotaba hablando, discutiendo y, a veces hasta con aires de superioridad, que en vez de ayudar, sólo ahuyentaba, aburría y aturdía.

La mayor parte del tiempo me vivía quejando y avivando el fuego del descontento. Juzgaba, mirando la paja en el ojo ajeno. Criticando a los otros, como si fuera que yo no tenía nada que mejorar.

***-¿Qué querés demostrar? Si te mostraras a los demás
como te mostraste conmigo, las personas te van a amar.***

Esta pregunta de mi sabia amiga Mele, justo en ese tiempo, sumada a mis incisivas lecturas, me penetró hasta la fibra más íntima. Ella me observaba y notaba mis incoherencias y dulcemente me las transmitía. Pero tampoco fue alegre darme cuenta de lo que me pasaba. Yo buscaba que me validen, que me reconozcan... yo buscaba aprobación.

No voy a negar que “parte de mí” realmente tenía buenas intenciones y que sinceramente creía que lo que pensaba era lo mejor para todos. En el fondo, mi anhelo era genuino, pero lo estaba aniquilando con mi basura mental.

Tenía el ego TAN herido, que por conveniencia, forma de terapia, y después por elección... comencé a HACER SILENCIO Y REALMENTE ESCUCHAR.

El primer tiempo hablaba muy poco porque me sentía avergonzada y triste. Después tuve que hacer un esfuerzo por no contestar, a ver si así me entrenaba un poco. Pero con el tiempo y la práctica se me hacía cada vez más fácil, preguntar e investigar sobre sus distintas cuestiones, en vez de opinar por hobby.

De nuevo ¡wow! El mundo sí que tiene historias. Todos tenían algo para contar. Así fue que supe que algunas chicas habían perdido hijos, algunos quedaron sin mamá muy jóvenes por cosas como el cáncer u alguna otra enfermedad terminal. Peleas con hermanos, secretos de familia. La gente se empezaba a soltar y me confiaban incluso sus historias peligrosas de sábanas ajenas... también de amores no correspondidos, sus vicios, sus adicciones, fantasías sexuales o borracheras extremas.

Me di cuenta de que además de conocernos más durante la charla, el sólo hecho de contar sus historias, sobre todo las de carga emocional muy fuerte, los aliviaba, podían reflexionar. Algunos decían que se sentían comprendidos y contenidos.

Empezó a resurgir entre mis emociones, un sentido más profundo de compasión. Ahora que sabía lo que les gustaba, lo que realmente pensaban, lo que les dolía, podía comprender, por lo menos a grandes rasgos, el “por qué” de lo que pensaban, decían o hacían. Lentamente estaba dejando de criticar, de juzgar.

Esta idea de *Operar por Células*, parecía que estaba empezando a funcionar, pero no de la forma en que yo hubiera creído antes, sino en un sentido más interesante, se me despertaba la curiosidad como al mono Jorge de los dibujos animados.

Es que había sido que Escuchar es algo que también se aprende y es algo que difiere ampliamente de la capacidad sensorial de “oír”. Oír es recibir el ruido, el tiempo y la intensidad de un sonido. Escuchar es interpretar su significado. Y para eso se requiere atención, compromiso y enfoque, dependiendo del tipo de escucha que queramos realizar. ¿Tipo de escucha? Exactamente, y según lo que me enseñaron en el Diplomado en Coaching, y que me hacían identificar y practicar hasta el hartazgo, se dividía en estos niveles (o clases):

1. Cuando nos centramos en escuchar nuestros pensamientos, es decir conversar con uno mismo sobre lo que le vas a decir a la otra persona, sobre lo que le vas a contestar o sobre lo que opinás internamente acerca de lo que te está diciendo. Lo que se conoce como Escucha Previa.

2. En el siguiente nivel, ponemos más atención a lo que el otro nos está diciendo, SIN EMITIR OPINIONES, indagando y preguntando para obtener información y probablemente recreando en la mente una imagen de lo que interpretamos acerca de lo que dice. Se llama Escucha Recreativa y una parte de nuestra atención, todavía se mezcla con la escucha previa de conversar en simultáneo con nuestros pensamientos.

3. Y por último, la Escucha Activa o Comprometida, donde dejamos de escucharnos a nosotros mismos para poner el máximo de atención en el discurso del otro. Sin dar consejos ni emitir opiniones, solamente escuchando activamente para indagar y desafiar con preguntas a sus pensamientos, creencias y formas de ver las cosas. ¿Con qué fin? El de ayudarlo a que pueda considerar otras formas de pensar acerca de una misma situación, lo que lo puede llevar a encontrar nuevas respuestas, SUS nuevas miradas, ampliando el nivel de conciencia para abordar las cosas desde otra perspectiva, una que le abra caminos para poder avanzar.

Por lo general lo describen respecto de las conversaciones con terceros, pero yo creo que también se aplica a la conversación CON UNO MISMO, es decir, a la conversación interna que realizamos, casi sin darnos cuenta, en la danza de los pensamientos de nuestro mundo interior. Escucharnos, preguntarnos, desafiarnos.

Clave Maestra para fortalecer relaciones externas e internas:

- ♥ Silencio para escucharse atentamente a uno mismo.
- ♥ Silencio para escuchar con compromiso a los demás.

Así fue que, a medida que empezaba a cuestionarme, indagar y sincerarme acerca de mis gustos, mis aspiraciones y los tiempos en que consideraba buenos en mi pasado... comencé también a poder conectarme en un nivel más profundo con los demás. El silencio estaba haciendo maravillas en mi vida... empezaba a escucharme, empezaba a escuchar. La onda se expandía en ambos sentidos, es decir, que cuanto más miraba y descubría en mis adentros, mejores se tornaban mis relaciones y lo que podía sumar a mi entorno.

Aparentemente, el vacío que yo había sentido, se estaba atenuando con una sensación de bienestar cada vez más recurrente. Ya no venía tan seguido por las noches a quitarme el aire y las ganas de despertar.

♥ *Hace tiempo que siento como si me hubieras puesto un bozal. Estoy como amordazada. Me tenés encerrada en esta caja que se pasa la mayor parte del tiempo haciendo cosas aburridas y deambulando sin rumbo certero por cualquier lugar.*

Lamento ser tan dura en este momento, la verdad es que no quiero lastimarte, pero hace tanto que intento expresarte lo que siento y cada vez que estamos a punto de comunicarnos tiernamente, salís corriendo contra reloj para llegar a tiempo porque vivís a las apuradas.

Vos y tu mente se la pasan hablando del enrosque, de la lista de tareas y de los gastos que hay que pagar. Es hora de que me tengas en cuenta. Por si lo olvidaste, te recuerdo que yo también soy parte de este plan.

Extraño tanto esas épocas en las que disfrutabas de mi compañía, en que podía decirte claramente las vivencias que deseaba experimentar... como cuando eras niña y me permitías guiarte tan fácilmente, se te iluminaban los ojos y tu voz era genuina y natural.

Entiendo que tal vez no es fácil, con todo lo que pasó últimamente, que vuelvas a abrir tu corazón para que podamos hablar. Pero si seguís haciendo caso omiso de mis deseos y de mis intentos por despertar tu conciencia, seguiré insistiendo y cada vez con más fuerza día y noche para que me dejes obrar. Me estoy ahogando aquí dentro, por eso estás sufriendo. Para atenuar lo que tanto duele y puedas liberarte de tu prisión mental es necesario que entiendas cuanto antes que yo quiero mi lugar, que se me escuche, que se me entienda. Y que me des espacio para participar en cada decisión que tomes, en cada paso que des, en cada palabra que digas...

¿Te asusta? Ya lo sé, eso pasa porque te desacostumbraste a escucharme, pero mi esencia trasciende hacia lo divino y esa es la conexión que debemos recuperar. Estamos aquí para cumplir con un propósito más elevado que "jugar el papel de víctima y andar llorando por los rincones cuando el mundo no atiende tus caprichos". Estamos aquí para

co-crear experiencias que exceden lo físico. Estamos aquí para brillar e iluminar otras vidas.

Te voy a mostrar el camino, en el momento indicado sabrás lo correcto. Dejame llevarte. Sólo tenés que CONFIAR.

Me tomó tanto tiempo develar el misterio del mensaje claro que me daba MI ALMA a través del vacío, que si prestaba más atención antes y hacía silencio, me hubiera ahorrado muchas noches de tristeza, de amargura y de soledad.

Ahora es tu turno... o mejor dicho el de ella. Para que anotes.

➔ Si hablara tu alma ¿Qué te diría? ¿Cuál es el mensaje que te quiere dar?

CAPÍTULO CUATRO

Atracción Casual

-¿Me convidás un cigarrillo?

-Em... Sólo tengo éstos. ¿Qué marca fumás?

-No fumo, sólo te pedí para hablarte.

Él no sabía que con el sólo hecho de existir en este planeta, ya me había conquistado. No hacía falta ni que me hable. Imaginate después de ofrecerme en vino blanco a la luz de las velas, buena música y chocolates... terminó de apoderarse completamente de todos mis sentidos.

Lo vi por primera vez en mi adolescencia, pero jamás revelé mis pensamientos de admiración hacia él, éramos simples “conocidos” y cada uno siguió su camino. Pasaron diez años y un día volví a recordarlo. ¿Qué sería de su vida viviendo lejos de aquí? El pensamiento se volvió insistente, cada mes, cada semana, luego cada tres noches, hasta que empecé a preguntar sutilmente por su existencia a una persona de confianza. Y para mi gran sorpresa, supe que había vuelto a la ciudad.

Un día lo vi en una fiesta... y no me animé al menos a pasar cerca, aunque tal vez, ni si quiera me iba a recordar. Huí escapando de mis amigas para no tener que inventar excusas ni revelar explicaciones para refugiarme sola en mi casa y poder dejar de pensar.

Ahuyenté todo tipo de ideas, me sentencié a dejar de creer en la fantasía de tener poderes mágicos para atraer a las personas con la mente. Me tranquilicé despacio para entrar en un sueño reparador tibio. Decidí guardar esas picardías, enterrarlas en mi memoria y levantarme al otro día sin vacilar. *“Quedate en el molde, enfocate en tus cosas importantes, esto fue una simple casualidad”*.

Fue casualidad, fue casualidad, fue casualidad.

Aparentemente lo olvidé, y por momentos, hubiera deseado que fuera cierto. Cinco meses después, una hora antes de salir del casino esa noche se cortó la luz en toda la ciudad, por ratos los rayos iluminaban hasta los huecos de los hormigueros, y la lluvia torrencial se había encargado de tapar casi todos los caminos a mi casa. Algunas calles parecían un manantial.

Tenía que pasar por una disco a ultimar detalles de una fiesta.

Mi atuendo era peor que el uniforme... mis jeans gastaditos, una remera bastante estirada de vieja y mis botas texanas rasgadas de agujeros. Con semejante clima, y apenas una luz de

emergencia, nadie lo notaría. Mi intento de maquillaje ya había sido devastado por la jornada laboral. Y por si fuera poco, la humedad se encargó de erizar al estilo *Simba* todo mi cabello, que apenas me cabía en el rodete. ¿Se puede ser tan descarada de salir a la calle así?

Me salpicaron algunas gotas, pero llegué ilesa, hablé con el encargado y de paso me quedé en la barra a tomar una copa para relajarse. Las voces de los clientes se entremezclaban en las penumbras.

Yo volaba en mi mundo sola y tranquila con un vasito de fernet. Con mi peor vestido, en una noche de tormenta marca *acme* y en una oscuridad casi absoluta ¿Qué **probabilidades** había de que el chico más sexy del planeta se acerque a conversar?

Si por si acaso inventaba que no tenía más cigarrillos para convidarle uno... ¿me iba a poder escapar? ¡Matáme si no te sirvo! Yo estaba en la gloria... no podía creer que además de hablarme...“me recordaba”.

No sabía qué tipo de fuerza desconocida, casualidad asombrosa, o magia de cuentos de hadas lo trajo hasta mí... pero de algún modo ahí estaba ¿qué tenía que hacer ante su presencia? Exactamente no tenía idea, pero me dejé llevar...

Me *voló la cabeza* con sus encantos por unos cuantos meses, sin el más mínimo esfuerzo. Pero más allá de toda la novela de doncella enamorada, cuando lograba escaparme un rato de los efectos extremos de la dopamina en mi cerebro, me acercaba a mi conciencia para analizar hechos concretos.

Esta bobada de atraer cosas o personas con la mente se me estaba haciendo carne como una especie de broma en código. ¿Será que de verdad funcionaba? Era demasiado sorprendente que tantas veces más se vuelva a aparecer *tan solo por casualidad*. Pues una de las locuras más imposibles que me hubiera imaginado SE ESTABA CUMPLIENDO, y ¿cuántas otras más? Incluso esa misma tarde de septiembre, en un recital de Vicentico, al que me aseguró que no iría porque no le gustaba... me lo volví a cruzar.

En paralelo, saliendo un poco de la comedia romántica y entrando en mi área de desarrollo profesional, una serie de eventos se abrían paso en mi camino. ¿Casualmente interconectados o ideas de un delirio estrafalario accidental?

Esos meses en los que había estado buscando información y herramientas para ayudar a mis compañeros, me había topado con la disciplina del “Coaching” y me inscribí para entrenarme como Coach en modalidad virtual. Por momentos parecía la única descocada en mil kilómetros a la redonda estudiando semejante rareza. Y a la vez tenía la intención de comenzar a transformar de alguna manera mi “imagen personal” (cosa para la cual aparentemente no podía designar un presupuesto, a menos que dejara de pagar algún servicio o me sumergiese en una nueva deuda). ¿Qué pasó?

- Volví a encontrarme con Fanny, leal y amiga de fierro de tantos años en iglesia y de la secundaria. Recibida de abogada, comenzando a ejercer su profesión (con todo el esfuerzo que acarrea iniciarse), atravesando también una etapa importante de transición y transformación. A UN METRO a la redonda; ¿qué nueva disciplina estaba estudiando? “Coaching”. Y aunque en modalidad presencial; ya la rareza se compartía entre dos.

- Las devoluciones escritas que recibía de una de las tutoras en los mails de los ejercicios, me llegaban directo al corazón. Era tan cálido su mensaje, su forma suave de indagar y despertarte la conciencia, que me sentía protegida, acompañada, contenida... Vaya a saber de qué parte del mundo el sistema aleatorio *on line* me la había asignado, ¿importa la ubicación por sobre el valor que te habría aportado un coach? No sé si tanto, pero supe al quinto mes, que aunque nos conocimos en la plataforma virtual, la dulce María Inés, 35 CUADRAS A LA REDONDA, vivía en mi ciudad.

- La tríada de coincidencias se completó con Natalia. Tan bella como incondicional. La reina, del Centenario, de las colectividades, del Meteorito... experta en moda, belleza, desfiles... Capaz de transformar cualquier proyecto de mujer desastrosa y desprolija, en una diva de elegancia y glamour. Aterrizó en mi vida, como los aerolitos de Campo del Cielo que representaba en esos tiempos y literalmente resucitó y transformó con delicadeza mi “imagen personal”. Me enseñó a vestirme, a maquillarme a peinarme. ¿A cambio de qué? De unos ricos mates, de unas buenas charlas y de usarla de *conejiillo de indias* para practicar mi coach-habilidad.

Ésas fueron solo algunas, a modo de ejemplo, las que más me resonaban, y aunque sinceramente no las había planeado o pensado de esa manera, las cosas se empezaban a relacionar. Todo el combo y cada indicio de estas locas coincidencias me sorprendía, me admiraba y me divertía. ¡Qué lindas cosas me estaba trayendo la casualidad!

Se abre paso en tu libreta...

- ➔ Y a VOS ¿qué te está trayendo?
- ➔ ¿Qué eventos de tu vida parecen conectarse de forma casual?
- ➔ ¿Qué cosas o tipo de situaciones empezaste a ver con mayor asiduidad?

El Fabricante de Atracción

¿Qué cambió? ¿Cómo pasó? ¿Esto era real? ¿Cómo fue que pasé en un par de meses de estar vacía, triste y derrumbada a vivir totalmente entusiasmada, contenta y animada?

Científicamente tenía un nombre, Sistema de Activación Reticular. ¡¿Que, qué?! ¿Y eso con qué se come? Para decirlo simple, el cerebro recibe toneladas de bits de información por

segundo, por lo tanto para ahorrar energía (que es la principal función) y hacernos las cosas más fáciles, hay un sector que se encarga de “filtrar” de todo lo que recibe, lo que considera que para nosotros en ese momento es más importante. Para que tengas una idea del calibre de la cantidad, es como si recibiera información del tamaño del planeta (por segundo) y selecciona y nos muestra lo que equivale al tamaño de una pequeña ciudad. ¿Y cómo decide qué es lo importante para mostrarnos? A partir de lo que pensamos, hablamos, de lo que escribimos, de lo que practicamos, con mayor intensidad o con más frecuencia.

¿Cuántas personas quedaban en la disco esa noche que apareció Matías a pedirme un cigarrillo? Unas quinientas. Además del encargado para ultimar los detalles de la fiesta y al barman que me preparó el fernet, yo sólo lo vi a él. ¿Cuántas personas había esa tarde en el recital de Vicentico? Unas ochocientas. Además del cantante con su banda y algún par de amigos, obviamente, primero lo vi a él. Tal vez si en esos lugares se me ocurría contar cuántas personas con remera fucsia o zapatos dorados encontraba en los recintos, seguramente hubiera avistado varias docenas... pero como “no me importaba o no me interesaba, por más que hubieran estado allí, no las habría visto.”

Según la ciencia, pues no eran hechos casualmente interconectados, ni tampoco un delirio estrafalario accidental. Era una cuestión natural del cerebro avisarme sobre algo que consideraba importante y agrupando por similitudes me daba esa sensación de atraer cada vez más de lo mismo. Aunque parecían, no eran poderes mágicos, y lo más sorprendente e inspirador de todo, es que “viene adjunto de fábrica en todos los cerebros” Incluido el tuyo. Todos tenemos, además de cuello, uñas o dedos el Sistema de Activación Reticular. Y el punto que me interrogaba en ese momento, era si se podía empezar a usar “a propósito” o si sólo ocurría en un nivel subconsciente.

Unos meses antes, como dije, había estado sumida en la desesperación y la agonía. ¿Qué pensaba, qué hacía, qué decía? Pensaba en lo mal que estaba viviendo, me quejaba de lo poco que ganaba y en que no me alcanzaba para todo lo que debía pagar. Hacía las cosas sin ganas, con mala cara, me mezquinaba reírme a carcajadas frecuentemente. Criticaba lo que los demás hacían, enjuiciaba las opiniones ajenas, me auto reprochaba porque no podía avanzar.

Al poco tiempo experimenté un cambio radical y a pesar del dolor de los primeros “darme cuenta” las cosas estaban empezando a mejorar. ¿Qué pensaba, qué hacía, qué decía? Pensaba que había una salida, pensaba que tenía por delante la oportunidad de vivir una nueva vida, de la buena. Estaba empezando a hacer y recordar las cosas que me gustaban, a escuchar las historias y deseos de otras personas. En vez de criticarlos les estaba dando alivio y aliento... estaba empezando a “evolucionar”.

Se trata de una cuestión de ENFOQUE Y ATENCIÓN. Y aunque pueda parecer casualidad, en realidad es “causalidad”. Causa y efecto. Acción y reacción. Emisión y recepción. ¿Dónde se inicia el proceso? EN EL PENSAMIENTO. Y retornando al interrogante. La respuesta es sí a ambas.

- ¿Se puede usar a propósito? Sí.

- ¿Ocurre a nivel subconsciente? Sí.

Pero para poder empezar a “direccionar” el subconsciente hacia los lugares, experiencias y situaciones que deseás manifestar, ver o captar, hay que INSERTARLE a conciencia la orden. DECIDIR hacia dónde querés ir y en qué te querés enfocar. Podés arrancar haciéndolo sólo mentalmente, podés hacerlo por escrito para incentivarlo y potenciarlo más. O bien podés empapelar toda tu casa con carteles sobre lo que querés que encuentre y multiplique para lograrlo en tiempo récord. Como dice Harv Eker “EN LO QUE TE ENFOCÁS, SE EXPANDE” ¿Te animás a ponerlo a prueba? Espero que tengas tu libreta a mano para continuar.

- ➔ ¿En qué PENSÁS la mayor parte del tiempo?
- ➔ ¿Qué te gustaría encontrar en los próximos 7 días?
- ➔ ¿Qué indicación querés darle AHORA a tu Sistema de Activación Reticular?

Yo aprovecho para pedirle que me conecte con esos emprendedores brillantes que quieren convertirse en expertos en manifestar sus deseos más profundos, que los ponga en mi camino para que yo los pueda ayudar a lograrlo. Que aparezcan en mi casilla de mail, sus historias, sus anhelos, sus consultas, sus pedidos, sus ideas. Que al levantarme cada mañana a revisar los mensajes de “fabiana@fabelcoaching.com”, encuentre al menos UNO nuevo. Incluyendo el tuyo. ¿Me lo enviás?

CAPÍTULO CINCO

Dejar que la vida pase... o Vivirla

*“Se necesita promotora”. Proactiva, buena presencia,
En Recoleta. Llamar al xxxx-xxxx para concretar entrevista.*

Siete años después...

-¿Y qué más hacías cuando estudiabas Hotelería en Buenos Aires?

-Y... de todo un poco, el primer tiempo jadeaba 10 horas en una panchería en Tribunales. Después se puso más tranquilo, vendía servicios de estética por internet. Hacía cursos, iba a ferias, seminarios. Pasantías en hoteles. A veces trabajaba de moza en el pub del frente o camarera eventual de algún catering. Modelo de corte para estilistas... o lo que me parecía copado en los clasificados del diario.

Una tarde vi un aviso, llamé para concretar la entrevista. Al otro día a las 10am estaba en la puerta del lugar que me habían indicado por teléfono. Y aunque a la luz del día, los lugares se ven muy distintos sin los carteles y los clientes... a medida que me iba acercando intuía que era más nocturno de lo que aparentaba.

Me abrió la puerta un señor muy amable y elegante, al verme con mi blazer, estilo estudiante ejecutiva junior y una carpeta tipo portafolios de la que estaba sacando mi CV para cumplir con el protocolo me dijo: *“-me parece que vos NO estás para el tipo de promotora que necesito”*.

-¿Y qué pasó? – Y nada, conversé un rato más con el individuo por curiosa y me volví riendo las 5 cuadras a mi depto. Coincidimos en que yo no encajaba en el perfil de acompañante de tragos para los clientes en la whiskería, mejor dicho del cabaret detrás del cementerio de la Recoleta, le di las gracias y me fui.

-¿Y por qué no aprovechaste? Si tanto te intrigaba. ¿Qué más?

-¡We! Vos estás loco, pero creo que entiendo tu punto. Lo único que se me viene a la mente ahora es todo lo que NO hice, pero que me hubiera gustado hacer cuando vivía allá. Quería cruzarme en el ferry para Uruguay. Conocer el Jardín Japonés ¡que me quedaba tan cerca! Visitar a mi otra tía, la que cura con las manos en Padua o escaparme un finde largo a la costa atlántica como hacía la mayoría de los porteños para descansar.

Mmm... la verdad es que cuando estaba allá también pensaba en cosas pendientes que había dejado acá y luego haría. Las sigo postergando, creo que por ahí no me animo o... no sé.

-¡Mujer! “Pero VOS TENÉS MIEDO A VIVIR”

Miedo a vivir. Miedo a vivir. Miedo a vivir.

No sabía cómo desterrar de mis adentros aunque sea una pizca de aliento para poder emitir palabras e inventarle un “nada que ver” y justificarme después del *tacle aniquilador en seco* que me provocó su observación. Me quedé girando en gestos y muecas raras... asumo que la intensidad del sonido de mi suspiro lo percató de que sin argumento en contra para excusarme, le estaba dando la razón.

¿Para qué quería contradecirlo? No sé si él reparó en ese momento del calibre de la sacudida de conciencia que me estaba dando, pero fue tan acertado el diagnóstico que la incomodidad me superaba. Justamente a MÍ, este atrevido me estaba dando una “lección de vida” y una vez más, mi ego volvía a inquietarse. No significa que por eso tendría que haber aceptado la propuesta de trabajar como “promoTROLA”, aunque probablemente hubiera sido interesante. Total mamá siempre había pensado que con mi gusto por bailar, algún día me iba a ver en las tarimas de Sábados Tropicales girando en minifalda con el Himno de la Cumbia de la Danza de Los Mirlos. Pero ¿qué me impedía haber experimentado tantas otras cosas que SÍ quería? ¿Para qué las seguía postergando? ¿Acaso tendría otra vida para poder disfrutar?

En mis adentros se retorció y apareció como cascada constante y creciente la lista imaginaria de “cosas que haría algún día”. Al punto de que no recuerdo qué pasó esa noche con Matías. Anulé por completo lo que habríamos conversado después. Solo tuve lugar para quedarme reflexionando y trabajando sobre esta revolución de interrogantes y cuestiones sobre “El miedo a Vivir.”

En mis 28 años, consideraba que había experimentado varias cosas emocionantes, que después de llevar encima más noches que Alí Babá, había vivido como por 35. Pero ¿por qué dejé tantas otras “para hacer alguna vez, después”?

Lo había visto a Charly García en el Cosquín Rock, llorando de alegría sobre los hombros de mi amigo, el Flaco mientras cantaba Chipi Chipi; me había subido al Desorbitado (un juego mecánico de roto-traslación) en el Parque de la Costa cuando me gané un viaje a los 12 años en un concurso de Historia Naval Argentina; también me había metido de contrabando por debajo del escenario, saltando cables en una Fiesta del Chivo, para poder saludar personalmente a Los Nocheros y pedirle un autógrafa... Tuve mi primer y única amnesia alcohólica después de 6 shots de tekila en el viaje de egresados en Bariloche (aunque sólo me acuerdo hasta el cuarto)... hasta me había subido al tablado de un circo a darle de comer en la boca a un león... ¿Pero...? Exceptuando la de Charly, las demás fueron cosas que me impulsaron en el momento y estuvieron geniales, sin embargo muy poco en mi vida había sido creado de manera intencional, cumpliendo con el libreto tácito de lo que “realmente deseaba”.

Mi cascada mental me bombardeaba como un dictado de profesor universitario apurado: pasear en lancha, tirarme en paracaídas, pasear en globo aerostático, volver aprender a andar en

cuatriciclo (sin pasarme con la rueda por encima de la pierna), estudiar teatro, aprender francés, viajar al exterior de la Argentina por vacaciones (lo cual excluye a Paraguay en un tour de compras), bucear en arrecifes de coral...

Ver el amanecer en la playa, bailar bajo la lluvia, tener sexo en una mesa de pool como la mamá de Stiffler en American Pie, escribir un libro... surfear.

La lista era interminable, y la sensación de poder imaginarlo ya me daba permiso para volar por los aires. Hasta que en un momento, en sentido inverso, mi cerebro cambió el libreto y me bajó de un hondazo la exaltación. De repente un tornado vino a liquidar la bella cascada de ideas de la lista imaginaria, le sopló todos los adornos, casi la destruyó.

“¿Y qué pasa si no lo logro? ¿Y si me pasa algo mientras lo intento? ¿Qué van a pensar los demás, mi familia, mis amigos? No, no, estas cosas son para otro tipo de gente. Por qué mejor no te ocupás de arreglar tus desastres actuales en vez de perder tiempo pensando en viajes y globitos. Atendé tu hija, ese es tu deber. Después habrá tiempo de considerar estas cosas. Si apenas podés con todo lo que estás haciendo ahora, el trabajo, el estudio, el jardín de la nena. Mejor quedate donde estás que es más cómodo, no vaya a ser que después no lo puedas manejar. Está bien que delires un poquito, pero SÉ REALISTA... apenas estás empezando a respirar con las cuentas y le cargás nafta a la moto ¿cómo se te ocurre pensar en viajes? Es más seguro andar tranqui que comerse el cuento de la aventurera, no vaya a ser que te vuelvas a descarrilar.”

¿Cómo se llama ESE LUGAR, (que además de dejarte paralizado y dormido en vida) que no te deja quedarte con la sensación tan bonita de plantearte cosas nuevas y animarte a vivirlas? Sí, ese, que después que te pintaste los castillos de colores te convence de que lo mejor es “quedarte en el molde”, “que es más seguro”, que aunque es medio aburrido es preferible conformarse con “más vale malo conocido que Bue-no por conocer”. Que correr riesgos es peligroso, y que probablemente lo más apropiado es quedarse sentado mirando por TV lo bien que la viven los otros.

Ese lugar que en principio te protege, pero que si lo mirás con más atención es un arma de doble filo se llama ZONA DE CONFORT o zona de comodidad.

El método de Expansión Saludable

“Si piensas que la aventura es peligrosa,

Prueba con la rutina, es mortal.”

Paulo Cohelo

A medida que vamos creciendo, vamos creando hábitos, que una vez aprendidos, funcionan en modo subconsciente, como en piloto automático. Por ejemplo, la primera vez que vas a natación o que alguien te enseña a moverte en el agua, te explica que hay que sostener el aire para sumergirte y NO ASPIRAR cuando estás adentro... y una vez que le vas tomando confianza, empezás a probar hacer la planchita para flotar en la superficie, o mover los brazos, o cómo patear para desplazarte. Si ya lo aprendiste hace mucho tiempo, puede que en este momento ya ni te acuerdes de que las primeras veces, pensabas en CADA PASO y movimiento DE A UNO, hasta que lo aprendías bien.

Después de unos días o unas semanas de práctica, según tus habilidades y predisposición... ya lo hacías automáticamente, te tirabas bomba para salpicar a las chicas que tomaban sol en la orilla, sin pensar en cada paso, en que tenías que aguantar la respiración o taparte la nariz antes de saltar.

Lo que primero te tomaba media hora durante varios días pensando atentamente en la secuencia, ahora lo hacés en tres segundos todo junto y sin pensar. Una vez que se incorpora como “aprendido”, el cerebro se ahorra energía cada vez que tiene que volver a hacerlo y puede dedicarse a enfocar la atención en otras cosas. Sólo que para llegar a ese punto requiere de tiempo, dedicación y esfuerzo.

¿Pero qué pasa si en vez de arrancar de cero e ir de a poco te tiran directamente al fondo sin salvavidas antes de que aprendas? Es muy probable que entres en pánico y tragues abundantes cantidades de agua. Te puede provocar un trauma y que nunca más quieras volver a intentarlo excepto que te regalen un viaje a las Bahamas o un voucher de diez mil dólares para ir de shopping en la 5ta Avenida.

Entonces, aquí te explico mi propia observación y punto de vista con un mix de lo que leí (y aprendí) en el libro “El Arte de Soplar Brasas” de Leonardo Wolk. Cada vez que se te presenta la oportunidad de “algo nuevo”, la cabeza, en su función de protegerte, si no tenés la costumbre de arriesgarte, te saca un cartel de ADVERTENCIA que te ubica imaginariamente en la Zona de Pánico, avisando que puede ser peligroso y de esta forma te mantiene a salvo en la Zona de Comodidad. Y más aún si en tu prontuario figura algún dato de alguna vez que te tiraste a la pileta vacía y la arruinaste de entrada.

Entonces si [NUEVO representa a PELIGRO] y [CONOCIDO equivale a SEGURO], lo más lógico sería “quedarte en el molde”, seguir donde estás. Aferrarte a lo que ya sabés hacer en vez de intentar algo distinto. Por ende, también será CERO PRÁCTICA, CERO DEDICACIÓN Y CERO ESFUERZO y que la adrenalina se vaya a dormir una siesta.

Fantástica esta función para aprender y hacer lo cotidiano más fácil, automático y ahorrar energía. Sólo que en paralelo también nos puede impedir aventurarnos a incorporar nuevos hábitos y actividades diferentes. Ahí es cuando caemos en la trampa de la rutina y empieza a hacerse carne el aburrimiento, el estrés, la creatividad dormida, por el MIEDO A VIVIR.

¿Cómo salir de la Zona de Confort de manera saludable?

Operando en la intermedia que es la ZONA DE APRENDIZAJE.

Cada vez que consideres una nueva alternativa y tu mente con sus carteles de advertencia te coloque en zona de pánico diciendo que es peligroso, podés avisarle cariñosamente que le das las gracias por cuidarte con su esencia protectora, pero que vas a ir de a poco, vas a dar los primeros pasos para probar la temperatura del agua, vas a empezar a aprender.

« Lo que yo hago en estos casos, cuando estoy por comenzar un curso, leer o investigar sobre un tema que no conozco o comenzar una nueva relación, uso alguna oración o frase como Ritual de Iniciación.

♥ *“Hoy voy a comenzar algo nuevo, algo distinto que tal vez no se compare con lo que ya conozco. Me abro a la posibilidad de recibir la sabiduría y el aprendizaje de esta experiencia. Gracias divinidad por traerlo a mi camino. Lo disfruto con amor.”*

Desde que comencé a aplicar este tipo de rituales, noté que me siento más aliviada y paciente conmigo misma y con los demás para respetar los procesos, para sacar el máximo provecho de cada actividad desconocida y por supuesto, para aprender.

¿Y qué es aprender?

Aprender es recorrer con el propio cuerpo la mente y el alma la actividad que estás desarrollando, hasta hacerte dueño del “saber hacerla”. Hasta poder repetirla sin tener que pensarla. Primero de a poco, los pasos de a uno... y si estás con buena predisposición empieza a fluir y te sale cada vez más natural.

Leer o ver cómo lo hacen otros es solamente “conocer acerca del tema”, pero aprender es experimentarlo con tus propias manos, tus entrañas, tu corazón.

Al principio genera una sensación de asombrosa (y a veces molesta) INCOMODIDAD. Esa es la incomodidad del aprendizaje, porque al hacerlo ya no sos el mismo de antes, te estás transformando con la experiencia en alguien diferente.

Y si te mantenés aprendiendo constantemente cosas nuevas, la zona de pánico opera como los espejismos en la ruta: nunca llegás, porque estás expandiendo la zona de confort a medida que vas conquistando el camino.

En conclusión, mantenerse en la zona cómoda parece ser más seguro y más estable. Pero LO QUE SE ESTANCA, SE PUDRE y la magia, los milagros y las cosas maravillosas de la evolución ocurren más a menudo en la zona de aprendizaje, de expansión. Sólo que, como dije antes, requiere un poco de esfuerzo, de práctica y dedicación, también de valentía y coraje... para animarse a dar el primer paso. ¿Vamos? Yo te acompaño.

No es necesario que tengas que esperar tanto como hice yo. Mi lista imaginaria de deseos, había quedado en mi mente por dos años, sólo había escrito algunas y a medida que lo iba logrando, recién me planificaba otras. Cuando hice mi lista completa de deseos por escrito, comenzaron a cumplirse más rápidamente, como “abracadabra”, a pesar de que a algunas las creía imposibles o las imaginaba muy lejanas.

Por eso apunto, desde esta premisa, si es que aún no comenzaste intencionalmente, a que además de “conocer sobre el tema”, que también APRENDAS DESDE TU PROPIA EXPERIENCIA de una manera más cálida y natural. Que des el primer paso para salir suavemente de la zona cómoda y cruzar el umbral hacia ese espacio donde podés crear tu propia magia y comprobar la teoría al VIVIRLA VOS INTENCIONALMENTE con tus propias manos, tus entrañas y tu corazón. No esperes 2 años, ESCRIBILO AHORA ¡YA!

- ➔ ¿Qué hay en tu cascada imaginaria de cosas que “harías algún día”?
- ➔ ¿Qué querés aprender?
- ➔ ¿Qué cosas nuevas te gustaría experimentar?

Como verás, entre otras cosas, mi anhelo imposible y tan lejano, de llegar algún día a “escribir un libro”, después de ponerlo en la lista de deseos por escrito, al poco tiempo vio la luz.

CAPÍTULO SEIS

Un Disfraz a tu Medida

#SerLoQueQueremosSer

Fiesta de Disfraces 2014. Paraná, Entre Ríos

Incluye hotel con desayuno y entrada al predio.

Cupos limitados. Reservá tu lugar.

Era el segundo año consecutivo que veía el anuncio de la empresa de turismo en las novedades de Facebook. Y por supuesto en el 2013 me había quedado con las ganas porque estaba ocupada en estas cuestiones de “no animarme a vivir la vida”. Además, desde que había llegado a esa situación límite, donde sentía que cada pilar de mi existencia se estaba desmoronando. Me había vuelto una experta en señalar culpables y encontrar excusas, para justificar, lo que en ese momento –solía llamar fracaso. Creía que había intentado todo para estar mejor y cuando las cosas no salían como yo quería, tenía una lista interminable de personas y situaciones a las cuales recriminarle mi desolación. Tenía ese vacío enorme y derrochaba el precioso tiempo creyendo que llenaría ese hueco echando culpas a los de afuera, cuando lo único que lograba, era intensificarlo cada vez más.

Mi alma tenía un mensaje y cuando empecé a escucharlo y a considerar un poquito más lo que le sucedía a otras personas, tuve que entender y ACEPTAR, que el banquillo de la sentencia tenía que vaciarse. NO EXISTÍAN CULPABLES. Y si tan necesario era por momentos encontrar causas o causantes, lo único que podía rescartar eran, a lo sumo RESPONSABLES. De nuevo ¡ouch! Porque no venía en plural. “LA ÚNICA RESPONSABLE DE TODO LO QUE ME HABÍA PASADO ERA YO”. (Tírame un hondazo porque lo mismo pasa con vos.)

Gracias a Dios, el 2014 había empezado con una perspectiva diferente. Si yo había sido la única responsable de todo lo “mal” que la había pasado, era hora de revertir en mayor escala el sentido y empezar a pasarla “realmente bien”. Y aunque apenas aprendiz novata de la práctica de concretar MIS DESEOS, el slogan fue tan poderoso, que no me dejó caer en la tentación de “paralizarme” por la masacre de advertencias y señales de peligro que quiso darme mi cabeza en su afán de mantenerme en la zona de confort. -“Y qué hago con Morena, cómo me organizo en el trabajo, de dónde saco el dinero...” Como ya conocía los artilugios de mi mente en este tipo de situaciones, me tranquilicé. Opté por darme un respiro, solté la duda enroscada y la reemplacé por “ya veremos cómo, pero esta vez Sí VOY.”

Hacía varios meses que estaba estudiando para formarme como coach. Estaba incorporando nuevos conceptos y teorías y aunque empezaba a ponerlos en práctica, me faltaba una pieza en el esquema.

Coaching, traducido al castellano significa “entrenamiento”, pero ésta sola palabra me quedaba corta a la hora de explicarle de qué se trataba a las demás personas. Lo mismo sucedía con coach, que se traduce como entrenador, y a su vez como medios de movilidad: coche, carroza, carruaje, vagón, diligencia. Y si optaba por detallar una definición de diccionario parecía una colgada que fumó marimba mezclada con libros de filosofía y crack. Imagínate si se me ocurría agregar que además de “coaching”, era [ontológico], mi reputación de drogada literaria ascendía en los rankings de la comunidad.

Por asociación y etimología, a grandes rasgos, podía sonar así:

Coach → carruaje → transporte

Ontológico → relativo o perteneciente al SER

Lo que convertía en la jerga al Coaching Ontológico en → Transporte del SER.

¿Transporte del Ser? Me sonaba más flashero todavía. Así que opté por resignarlo temporalmente y cuando alguien me preguntaba “-¿Qué estás estudiando?”, lo reemplazaba por “Recursos Humanos”. Aunque eso significaba dejar de lado lo que verdaderamente representaba aquello que sería mi futura profesión.

Yo sabía que el Coaching, constituía cuestiones más amplias y mucho más profundas de lo que estas palabras sueltas o traducciones podían abarcar... pero ¿cómo podía explicarlo a los demás?

Uno de los libros más amigables que leí en ese tiempo, Coaching para la Transformación Personal, de Lidia Muradeph decía así *“modalidad de aprendizaje basada en un modelo de observación, acción y resultado que entiende que las acciones que cada persona realiza y los resultados que obtiene, dependen del tipo de observador que es. Esas posibilidades que generamos cambiando nuestro modo de observar el mundo son las que definen nuestros logros, la calidad de nuestra vida y el tipo de persona que elegimos ser.”*

Para un estudiante que se lee el libro entero y asimila todo el marco, me parecía una definición fabulosa, pero para alguien fuera del tema, mucha espina para llegar a la tuna, mucha cáscara para llegar a la nuez.

No me conformaba, no me terminaba de convencer. Hasta que apareció nuevamente el slogan de la fiesta.

Ser lo que queremos ser, ser lo que queremos ser, ser lo que queremos ser.

Este no era un “simple capricho” de escape de fin de semana. Con el impacto que me provocó el enunciado, sentía el impetuoso deseo de realizar este viaje. Me ardía dentro del cuerpo esta picardía de la definición que no sabía cómo explicar, aspirando a ejemplificar el efecto de la Alquimia del Coaching.

¿Y por qué este y no otro de los tantos viajes que había realizado? Pues porque este tenía ese condimento adicional. Además de la clásica de trazar la hoja de ruta, armar las valijas y llegar hasta el lugar, implicaba algo más, algo especial: “imaginar, diseñar y crear... el disfraz”, decidirme a Ser lo que quería Ser.

Y ¿QUIÉN QUERÍA SER? Aún no lo descubría exactamente, así que comencé por los detalles de logística. Lo primero que hice fue reservar el tour y pagar la seña, como compromiso con mi deseo; cosa de que no hubiese vuelta a atrás, si me arrepentía, perdía la mitad del dinero que había invertido. A partir de ahí, con total confianza pedí en el trabajo los 7 días de vacaciones que me quedaban, que por supuesto me aprobaron y le avisé a mamá: “*el 16 de agosto viajo por tres días, Morena queda con ustedes*”. Una vez más, contaba con mis viejos a sol y a sombra, incluso para pasear.

-“Y qué hago con Morena, cómo me organizo en el trabajo, de dónde saco el dinero...”- eran las preguntas que me había hecho en un primer momento, y ahora, con el enfoque puesto en *soluciones* ya estaba todo resuelto, cubría los gastos con un porcentaje del aguinaldo y alguna venta extra de mis productos o servicios de bartending eventual.

Corsette de raso bordado, calza dorada, tutú negro, botas de punta y taco fino, varita encantada y antenitas luminosas. ¿Qué más necesita un hada para ser mágica? ¡¡¡Polvo de estrellas!!! Un preparado especial de miniaturas de formas estelares, abundante purpurina, brillantina o diamantina y gibré.

“YO QUERÍA SER UN HADA QUE LLEVE LUZ DONDE HUBIERA OSCURIDAD”.

En el viaje de ida conocí a los que serían mis compañeros de habitación de hotel. Una bruja sexy y dos guerreros; lo que en la vida real eran Karol, Romina y Marcelo. Yo era el factor sorpresa que completaba el cuarto de ese misterio experimental.

Entre caras nuevas y algunas ya conocidas, aparecían algunos chiquillos más jóvenes que bajaban a mi sector del colectivo y me decían: “*Abuela, deje ese mate y esa revista, vamos a arriba que hay música y bebidas.*” Creo que ellos (como tantos otros en el mundo) no comprendían que mi mayor disfrute estaba en el mambo de la sobriedad, observando a los que no se sabían vistos, escribiendo en mi cuaderno lo que estaba viviendo y por momentos, solo sintiendo la vibra que impregnaba el lugar.

Llegamos a Santa Fe a la noche, nos acomodamos en el hotel, salimos a cenar, y después a un bar de tragos, para hacer mi habitual estudio de mercado catando cockteles... Domingo caminata, costanera, me encantó el estilo de la ciudad. Las Cleopatras del casino me reintegraron lo que había invertido en el shopping comprando ropas, libros y regalos para Morena; así que iba subiendo los niveles de adrenalina para regresar a la tarde preparar nuestros atuendos y empezar a palpar el espíritu de la festividad en Paraná.

Multitudes de personajes empezaban a aparecer de todas partes. Muñecas, piratas, animales, galanes y princesas de cuentos, héroes de cómics... Por momentos ya no sabía si se trataba de un videojuego, una serie de Disney o una película de cowboys. Ya no era una idea lejana, lo estaba viviendo de verdad: La Fiesta de Disfraces más grande de Latinoamérica, en un predio colmado de fantásticas muestras de creatividad: unas 74.999 personas... y Yo. El hada mágica de los deseos, a quien venían a pedir el encanto de la varita y el polvo de estrellas para hacer sus sueños realidad.

El “*acting*” de SER un hada de luz que cumplía sus anhelos, redoblaba la magia volviéndola hacia mí y cumpliendo mi propio deseo, el de iluminar.

El Diseño de tu Traje

La creatividad, es inteligencia divirtiéndose.

Albert Einstein.

Esta travesía con su temática especial compaginó y dio forma a las ideas que venían rondando en mi cabeza, era la pieza que faltaba en mi esquema, fue como LA REVELACIÓN, la muestra vivencial de **la magia de crear**.

Poder convertirme en el personaje no fue sólo cosa de un momento de vestirme. Llevó su tiempo, tuve que decidir Quién sería, diseñar el disfraz y crearlo para tenerlo en mis manos. Y mientras tanto, prepararme para usarlo. EN ESE ORDEN. Pues no se puede usar un atuendo, sin antes diseñarlo y crearlo. Y no se lo puede diseñar sin antes saber Quién Ser.

SER → HACER → TENER

Primero lo veía como imposible, después como una posibilidad. Hasta que lo transformé en una realidad. Todo estaba en mi cabeza y en la forma de mirarlo. Cuando lo vi como imposible me quedé paralizada, cuando lo vi como posible empecé a moverme para hacerlo real. No lo logré sola, la asistencia de un coach mediante preguntas y ejercicios, a través de libros, videos y de las clases de mi formación, era lo que me ayudaba a verlo distinto, A VERLO COMO POSIBILIDAD.

El ser, no es algo que nace y muere de forma estática, el ser es un estado en constante movimiento que se puede TRANSFORMAR. Es algo que vamos construyendo y reinventando cada día a través de lo que pensamos, decimos y hacemos para obtener lo que deseamos. Solo que a veces nos olvidamos de esa parte y nos enfocamos sólo en el hacer y en el tener. Queremos tener dinero, una linda casa, un negocio propio. Queremos hacer deportes, comprar muebles, salir de viaje. Nos perdemos en la rutina, en la vida automática y cuando no lo conseguimos caemos en la frustración. Es indispensable para poder crecer y evolucionar a conciencia volver a enfocarnos en el ser, para recuperar la línea, la claridad y la libertad ¿Quién tengo que ser? ¿Quién necesito ser? ¿Quién quiero ser? Para poder hacer lo que deseo y obtener lo que quiero.

Entonces, según mi apreciación, ¿qué es el Coaching? ¿Transporte del Ser?

***Modalidad de Aprendizaje basada en decidir el disfraz,
diseñarlo, y prepararte para usarlo.***

¿Qué hace el Coach? Te entrena y te acompaña en la experiencia de tu propio viaje, desde lo que estás siendo hoy hasta lo que querés llegar a Ser.

¿Alquimia del Coaching? La alquimia está asociada a la búsqueda de un proceso que permita transformar elementos en oro, de la piedra filosofal y la creación del elixir de la eterna juventud. Lo considero “alquimia” porque la magia ocurre en la interacción del proceso, en el que potenciás tus capacidades para salir a brillar.

Al volver del viaje me percaté de que mi lista de deseos, estaba mayormente enfocada en el “hacer” y en el “tener”. Pasear en lancha, tirarme en paracaídas, escribir un libro, tener clientes, tener una casa, tener un auto...

¿Por qué pasaba por alto lo relacionado al Ser? Porque con el turismo aventura y con las compras pareciera que es más liviano y facilito, son cosas que suceden hacia afuera. En cambio ahondar en el Ser, genera molestia e incomodidad, porque hay que empezar a mirar hacia adentro, conocerse uno mismo. Y aunque es liberador y estimulante, por momentos nos aterra lo que podamos llegar a encontrar.

Yo quería Ser una escritora brillante, una creadora de contenido valioso, una coach desafiante, cálida y compasiva, una aventurera divertida, una aprendiz curiosa de la vida, una mamá alegre y compañera, una palabra de luz en la oscuridad, una amiga confiable y presente, una novia amorosa, una vecina decente, una compañera de trabajo leal, una empresaria exitosa y humilde, una transgresora de la mediocridad, una colega generosa y creativa, una *despertadora* de mentes, una *encendedor* de sueños, una *contagadora* de entusiasmo y felicidad... y entre otras cosas, tal vez en algunos casos, una NN misteriosa que brillara por reflejo ayudando al éxito de los demás.

Incluso hacerlo público y contarlo de esta manera me generaba cierta incomodidad, pero lo cierto es que al aceptarlo y reconocerlo, me di cuenta de que las cosas que quería hacer o tener, pasaban a segundo plano, ya no se percibían tan importantes o indispensables.

Si quería ser una amiga confiable y presente, que llegara en auto, en moto o en bicicleta a encontrarme con las chicas, era secundario. Lo importante era llegar y compartir el momento. Si quería ser una palabra de luz, ya no se trataba precisamente de comunicarlo en las redes sociales, en la fila del supermercado o en un artículo de un blog. Lo fundamental era lo que quería ser... y una vez que tuve en claro el fin, los medios empezaban a darse con facilidad y fluidez.

Al colocar el enfoque en el Ser, disminuye la tensión y el estrés por el hacer y el tener. Si no se logra por un medio en particular, se puede conseguir por otro.

Por ejemplo, si lo que querés es tener un auto, para salir de paseo con tu familia. El enfoque está puesto en conseguir el auto. Y si lo que querés es salir a pasear con tu familia, el enfoque está puesto en realizar el paseo. Enfoque desde el tener y desde el hacer.

En cambio si lo que querés es “Ser un compañero afectuoso y amigable con tu familia”, el enfoque está puesto en el ser y los medios para lograrlo se multiplican. Pueden salir en colectivo, en taxi o caminando. Pueden salir a cenar afuera, quedarse en casa a jugar, o sentarse en la vereda a conversar. Las actividades fluyen y las compras se perciben más livianas porque estás operando desde la esencia, la esencia del ser.

- ➔ Y vos ¿QUIÉN QUERÉS SER?
- ➔ Si tu vida fuera una fiesta de disfraces ¿Qué atuendo vas a llevar?
- ➔ ¿Cuál es el primer paso que podés dar para lograrlo?

Del mil amores te diría, andá y contratá un Coach. Pero si realmente me toca decirte algo, no es precisamente eso, sino más bien que:

- “La Disciplina del Coaching” existe, no solamente para entrenar deportistas y bailarines, sino también para “Entrenar al SER”, porque como dije, no es algo inmutable que así como nace se queda, sino que se puede TRANSFORMAR.
- Que el “Coaching” es UNA opción, no precisamente LA opción... porque no es la única. Y más allá de que la considero alquémica, mágica y exponencial, también considero mágico y milagroso el crecimiento de una planta, y eso no es Coaching. Por lo tanto, además de que existe, uno de mis objetivos, es que lo sepas y que es una de las múltiples opciones que tenés a tu alcance y que si considerás apropiado podés empezar a probar, a ver si a vos, en tu caso particular, te funciona.
- Y como para ir cerrando este capítulo, recordarte el detalle de que por MUY copado y prometedor que pueda parecer el “Coaching” o los resultados que te ofrece conseguir un Coach... no trabajan solos. Nosotros te ayudamos con la receta, pero al plato te lo tenés que preparar vos.

Así que si ya respondiste en tu libreta mágica lo que querés, si ya sabés QUIÉN QUERÉS SER... y de qué te querés disfrazar, buscá al especialista indicado que te ayude como un láser a lograrlo. Si no sabés lo que querés, buscá alguien (o algo) que te ayude a descifrarlo, diseñarlo y prepararte para conseguirlo en una frecuencia que realmente resuene con vos, con tu estilo y con tu autenticidad.

CAPÍTULO SIETE

Un Contexto de Milagros

O parás vos, o te paro yo.

Atte. Tu cuerpo

Hacía casi seis años que me había inscripto en el Instituto de Viviendas, con la ESPERANZA de que me adjudicaran una casa, así dejaría de pagar alquiler, así dejaría de invertir en arreglos de inmuebles ajenos para poder vivir en comodidad, así dejaría de acelerar el deterioro de mis cosas en el ajetreo de cada mudanza que ya iba por la número nueve. Así podría empezar a proyectar con mayor estabilidad.

Me había cansado de salir llorando de cada sorteo de 100 casas para mil personas y como ese 10% no llegaba a cubrir los alcances de mi suerte en esos tiempos, tomé la decisión de no ir más. Ya no quería seguir desesperando y aunque en ese momento me era imposible acceder a un crédito hipotecario, empecé a analizar alternativas de financiación, a mirar terrenos, a consultar precios... aunque sea para tener idea de cómo estaba la situación inmobiliaria.

Y por lo menos olvidarme un rato de la carpeta de la 100-410.

En paralelo, había terminado el 2014 devastada por el ritmo que venía llevando. Trabajar de noche, retirar la nena a las 5am, dormir un par de horas, llevarla al pre escolar... quedarme despierta para volver a las 10am a la reunión de padres o repetitivos actos de fiestas patrias... otra vez el trencito se me estaba descarrilando. Ya tenía de nuevo los glóbulos rojos muy bajos, las contracturas me envolvían como venda a las momias y la paciencia se me terminaba antes de que empiece el día.

Volví a sentirme muy desanimada y con pocas energías. Los clientes no tenían la culpa de que yo esté cansada, pero apenas cuando me decían “hola”, tenía ganas de saltarle con las uñas a la yugular. Las condiciones laborales estaban muy tensas, al punto de que un grupo de compañeros estaba planificando un paro, en busca de una solución. Mis niveles de sensibilidad estaban tan altos que no pude soportarlo. Mi cuerpo me lo estaba pidiendo a gritos: “O parás vos, o te paro yo” ... y me tomé una licencia médica por estrés laboral.

Los primeros días me iba a cebar mates para hacerle compañía a los valientes que se plantaron, hasta que el doctor me prohibió que vaya, así que me quedé en casa, siguiendo las novedades por el grupo de WhatsApp.

Volví a dormir de noche ¡8 horas corridas! Podía levantarme temprano y escuchar los pajaritos sin la paranoia de querer ponerle un bozal, podía tener una rutina que incluyera las 4 comidas a horario, podía aspirar a que desaparezcan las ojeras y a recuperar un par de kilos para

salir del esquelético talle S y aspecto de *Pantriste* que me caracterizaba los últimos meses. O mirar una película entera sin desmayarme de sueño.

Pero... sin cobrar el presentismo y otros beneficios durante la licencia, a la par de mis aumentos de consumo en la tarjeta de crédito y algunas inversiones fallidas, otra vez estaba cerca de la ruina, en lo que considero que fue “el peor momento financiero de mi historia”. Mientras tanto, para intensificar la angustia, al pasar más tiempo en casa más lúcida y despierta, me di cuenta de que estaba viviendo en un magnífico desorden, en un absoluto desastre.

Otra vez tocando fondo por no ocuparme de lo importante a tiempo, otra vez a darle cara a la realidad. Y aunque se torna más fácil y distendido si tomamos el toro por las astas cuando las cosas están funcionando bien, parece que algunos nos empeñamos en esperar que todo se derrumbe para accionar.

La buena en todo esto, es que una vez que te das cuenta, estás un paso adelantado, y volvés a tener la opción de elegir. Decidir quedarte en el desastre y en la ruina, o empezar a hacer algo para cambiarlo... Y POR SOBRE TODO, REDUCIR AL MÁXIMO POSIBLE LOS RIESGOS DE QUE VUELVA A OCURRIR.

Así que antes de terminar enero del 2015, me incliné por la segunda opción, apuntando a un nuevo nivel de soluciones... Ya estaba en tratamiento con la nutricionista y haciendo las cuatro comidas, por lo que mis cuestiones de salud estaban cubiertas. Lo que me quedaba era “ordenar la casa” y “componer mi estado financiero”.

Ya tenía algunas pistas y había corroborado que la limpieza y el orden de los espacios físicos era como una especie de terapia y liberación mental. Pero jamás lo había hecho en una casa tan grande y TAN DEVASTADA por la humedad y el desorden.

Comencé con una pregunta para darme aliento:

★ ¿Si esta fuera MI PROPIA CASA cómo estaría?

Y empecé a limpiar... A DEPURAR. Durante un mes, me dedicaba dos o tres veces por semana a esta tarea. No todos los días, porque sinceramente sentía que se me despejaba el pensamiento, pero el cuerpo me quedaba de cama. Era imprescindible tomarme algunos días de intermedio para relajar.

Me encargaba de cada sector profundamente. Me deshice de un promedio de 17 bultos entre bolsas de consorcio y cajas. (Sin contar los 30kg de vellón que saqué del depósito del patio y algunos electrodomésticos averiados). Encontré tantas cosas que ni si quiera recordaba que tenía y hasta empezaron a surgir nuevas ideas de negocios, de cómo crear y designar espacios para lo que poseía, y me daba satisfacción recibir gente. Era como que metafóricamente todas esas cosas hubieran estado sobre mi espalda y dentro de mi cabeza todo el tiempo que estuvieron desordenadas. Y cuando me dediqué a sacar lo que ya no servía y ordenar las que quedaban,

empecé a sentirme más liviana, más a gusto en mi casa alquilada, más liberada para pensar y reflexionar.

Inmediatamente, por recomendación de una otra coach me puse a leer el libro de Harv Eker, “Los Secretos de la Mente Millonaria”, y aunque parecía una locura con mis condiciones en esa época, si quiera pensar en la posibilidad de volverme millonaria algún día, lo tomé con la intención de por lo menos ver si algún dato me servía para salir del pozo. Con llegar a ser “solvente y poder darme algunos gustos” ya tendría suficiente.

Lo explicaba de una forma tan simple y “sin imponerte”, que no te quedaba otra que las LAS GANAS DE PROBAR SI FUNCIONA ¿Adivinaste? Opté por probar. Y como lo primero es lo primero, pese a mis números en rojo, arranqué por LA LEY BÁSICA, la ley del ahorro, la que Eker y demás magnates del dinero, como Warren Buffet llaman [la ley de pagarse a primero a uno mismo], es decir: AHORRAR.

Ojo, que ahorrar no significa en este caso guardar unos pesos y a la primera que estás medio ahorcado o se te ocurre comprarte el último chiche de vidriera te lo gastás. SIGNIFICA APARTAR ESE DINERO Y HACER DE CUENTA QUE NO EXISTE. En lo que llaman, la cuenta de largo plazo.

¿Por qué primero el ahorro? Por el simple hecho de que si te falta dinero para pagar la boleta de gas o de luz, es más probable que te muevas y encuentres ideas para conseguirlo o generarlo, en cambio si te faltó la cuota propia, uno se relaja y lo deja tal vez para el siguiente mes, que a veces nunca llega.

Es una cuestión de conducta, uno de los primeros pasos que sirven para ingresar en el mundo de “administrar finanzas” e ir modificando la mentalidad que tenemos en relación al dinero. Y lo importante no radica precisamente en la cantidad, sino en la constancia y persistencia. Sencillamente no importa si empezás con 10 mil dólares o con cincuenta centavos; sino de crear el hábito y sostenerlo.

Ahí entendí que no se trataba de una cuestión de inflación o de monto de sueldo, una de las razones por la cual nunca era suficiente o nunca sobraba. El dato estaba en los métodos equivocados que usaba para administrar ese dinero que recibía.

Ya sé que pueda sonar a chiste y broma barata que comencé con quinientos pesos argentinos, lo que hoy equivaldría aproximadamente a poco más de 30 dólares americanos. Y espero que también te sorprendas cuando te diga que ese primer paso, sostenido en los meses siguientes... fue una de las palancas más potentes que me ayudó a sacarme del hoyo rojo.

El Espacio que Necesitan para Llegar

La magia y los milagros solo existen

Si realmente creemos en ellos.

¿Qué pasó después de DEPURAR y comenzar a AHORRAR? Primero que mis compañeros consiguieron firmar un convenio de trabajo que nos aportaba beneficios económicos y mejoras en el desarrollo de la jornada. Y después recibí la llamada telefónica del siglo: “-Señora Acuña, la 100-410 ha salido sorteada. El acto de entrega de carpetas de las viviendas adjudicadas es mañana a las 10am.”

Esta es la parte en que yo habría saltado de la alegría y después me quedaría de rodillas con las manos al cielo gritando de agradecida. Pero tantas veces me había desilusionado, que no quería dejarme atrapar por la exaltación y darle tanto crédito. Preferí esperar al acto a ver si realmente ¡por fin! Se me había dado.

De las 10am a las 14hs sería un promedio de 4 horas bajo la llovizna, y por ratos una torrencial lluvia, esperando a que pase todo el protocolo de prensa y demás ceremonial de fotos para que me dieran la bendita carpeta y comprender de una vez por todas que era cierto.

Para completar la odisea, cuando apenas la recibo, se me ocurre hacer la maldita pregunta “-¿esta de qué barrio es?” Y ante la respuesta de una zona no deseada, se me volvieron a averiar las ilusiones. En tres meses estaría terminada la que me tocaba a mí.

¿Sabés lo que más me dolía? Que entre tanta gente que esperaba ese momento, sin importar el lugar... yo me afligía porque era en un barrio (en teoría peligroso) a 7km de mi zona habitual, de donde estaba la mayoría de mi familia, la escuela, el trabajo.

No quería ser desagradecida, pero realmente estaba incómoda con la situación. No encontré más opción que considerar que Dios, por algún motivo superior que yo tal vez no comprendería, me iba a mandar a ese lugar.

Para este tiempo ya no creía en las casualidades, y fue tan asombroso que con sólo incorporar firmemente 2 hábitos a mi gran batería de herramientas y conductas saludables...

- ★ Depurar en profundidad los espacios físicos
- ★ Ahorrar en la cuenta de largo plazo

Lo que había esperado por seis años, ya estaba en camino.

Sólo había un detalle pendiente: la ubicación. Tenía 3 meses de espera, hasta que estuvieran terminadas las casitas para la entrega. ¿Me iba a quedar cruzada de brazos a conformarme con la dirección que me tocaba o probaba una alternativa más?

- ♥ Días de Ayuno
- ♥ Peticiones Claras
- ♥ Visualización Directa

Elevé a Dios y al universo mi pedido, dando las gracias y confiando “lo que sea que tenga que ser”. Estaba dispuesta a aceptar, si es que había un plan más elevado a que no fuese lo que yo pedía, pero, si había posibilidades de modificación, por lo menos que me tuviera en cuenta. Se lo recordaba todos los días para que no se olvide, y de vez en cuando pasaba por el otro barrio, el que estaba cerca, a seis cuadras por Avenida de los Españoles a mirar las hermosas casillas verdes con ladrillo visto y decía “yo quiero una de estas”, cerquita de la familia, de la escuela, del trabajo.

Hasta que me volvieron a llamar: “-Señora Fabiana, pase esta tarde a las 17hs por el obrador de Avenida de los Españoles a recibir la llave de su vivienda”.

Lloré tanto de la emoción ese 16 de julio. Al verla tan linda, tan reluciente y entrar por primera vez que la sensación de mariposas en la panza era maravillosa... será porque tanto lo había pedido, será porque tanto había esperado, será porque confié... fue tan hermoso que me guardé el secreto por unos días. Esta vez sí me quedé de rodillas dando gracias con las manos extendidas al cielo. Y me dediqué a CELEBRAR.

EL MILAGRO HABÍA OCURRIDO.

Pero no ocurrió solo, YO TUVE HACER MI PARTE PARA AYUDAR A QUE SUCEDA.

Esto fue un gran *impass* en mi experiencia. Un antes y un después en mi vida. Y si pensás que la tarea que te voy a sugerir ahora es que separes inmediatamente tu primer cuota de ahorro en un sobre de largo plazo o que te pongas un petardo en el trasero para comenzar a sacar bolsas gigantes de residuos de tu casa para tirar lo que no te sirve... no te asustes. Eso viene después (aunque si querés empezar, te doy permiso).

Lo que te propongo ahora es apenas un diagnóstico sincero de tu situación actual. Dos pasos simples para tener una idea más clara y aproximada de dónde estás. La intención no es masacrarse con el resultado, acá no vamos a juzgar nada, sino ver qué hay.

Podés empezar hoy y lograrlo quizás en 3 meses, o podés empezar dentro de un año y conseguirlo en 20. No esperes a que se te derrumbe todo el circo o se te termine de descarrilar el trencito. Antes de que lo importante se transforme en urgente; hazlo AHORA y vas a ver que no estás exento de experimentar milagros, que a vos también te puede pasar.

➔ Primero, hacé un “diagnóstico de tu estado actual”. Podés ayudarte con esta tabla o hacer tu propio diagrama circular, de barras, o lo que te inspire tu creatividad. Podés describir lo que está sucediendo en cada área y agregar una escala de medición de 1 a 10 o porcentajes. (suponiendo que 10 o 100% fuera lo mejor o lo ideal). En ocasiones, apenas una palabra es suficiente.

Área	Apreciación Actual
Profesional / Trabajo	
Familia	
Salud	
Amigos	
Ocio / Diversión	
Amorrr / Relaciones	
Contribución / Entorno	
Dinero / Finanzas	
Espiritualidad	
Crecimiento Personal	
Espacio Físico	
Otros (puede ser el área de Milagros)	

Póngale cero diría el Chavo, pero por lo general, cuando hago este ejercicio con mis alumnos quedan con una sensación de *“En realidad no estoy tan mal como pensaba”*. Verlo escrito en papel, en el piso con tiza o en un dibujo nos aporta una perspectiva más amplia y generalizada. Porque consideramos todas las áreas que hacen a un total y no solamente las que están flaquitas o por debajo del ideal.

Una vez que tenés el diagnóstico general de tu situación actual, solamente me encantaría que decidas si querés conservarlo como está o si quisieras que algo fuera diferente.

➔ En caso de que desees que algo fuera diferente o quieras mejorarlo ¿Cuál es la primera **micro-acción sencilla y divertida** que podés realizar para comenzar? (acordate que la lapicera es mágica... y dejate llevar)

CAPÍTULO OCHO

Sobredosis de Felicidad

Si tuviera que elegir un vicio,

Sería adicta al polvo de estrellas.

Pensándolo bien... después de haber probado y usado tanto, creo que ya lo soy.

Al momento de mudarme a mi propia casa, ya tenía una de mis primeras listas de deseos numerados por escrito en uno de mis cuadernos de anotaciones diarias. Y a pesar de que había certificado como Coach unos meses antes y que las sesiones de práctica que hacía con mis compañeros eran “voladoras de cabeza” y muy impactantes... todavía no tenía clientes.

Ahora que ya estaba “en casa”, ya era Coach Certificada y estaba a punto de cumplir nada más y nada menos que mis *maravillosos 30*, sentía la impetuosa necesidad de RE-CONECTARME en serio con mi conciencia, mis deseos y las proyecciones que tenía a futuro. Tenía que hacer un cuarto intermedio para evaluar lo que estaba sucediendo, reconsiderar mis objetivos y definir el curso de mi compromiso con mis aspiraciones en ESE momento y no esperar a fin de año. Designé una tarde de mi ajetreada vida de trabajo nocturno para dedicarme exclusivamente a revisar mis anotaciones y apuntes de:

- El esquema de mi visión a largo plazo.
- La bohemia de mi misión y mi propósito en esta vida.
- Las listas de mis verdaderos sueños, deseos y anhelos.

Hice algunas modificaciones, agregados y retoques... pero sabía que por el solo hecho de escribirlo y tenerlo claro, las cosas no se iban a realizar solas. La cuestión ya no era precisamente “QUÉ era lo que quería o CÓMO lo quería”. Mis aspiraciones no eran nada chiquitas, más bien eran (y son) bastante grandes, relativamente arriesgadas y también muy ambiciosas. Esta vez me tocaba decidir si me quedaba firme y con pie de plomo arriba del barco que me llevaba a cumplir mis sueños. Ahora que ya tenía un panorama más amplio y la certeza y evidencia de que los milagros “también me ocurrían”, me tocaba nuevamente definir hacia dónde iba a apuntar mi compromiso. El punto de inflexión era responderme SINCERAMENTE estas preguntitas,

- ★ ¿ESTÁS DISPUESTA A HACER LO NECESARIO E IMPOSIBLE PARA QUE SUCEDA?
- ★ ¿ESTÁS DISPUESTA A CONVERTIRTE EN LA PERSONA QUE PODÉS LLEGAR A SER PARA CONSEGUIRLO?
- ★ ¿ESTÁS DISPUESTA A “PAGAR EL PRECIO” PARA CONCRETARLO?

Si me decidía al juego grande, tenía que ponerme de lleno con las cartas. Ya no habría lugar para caprichitos, chinchos o episodios de *estupidizmo* extendido.

Esta vez, si decidía continuar con esta travesía, sabía que el camino iba a ser una experiencia extraordinaria y divina, pero que también tendría que mantenerme entusiasmada y convencida independientemente de las circunstancias. Que además de jugar fuerte y ablandar al máximo la cintura para gestionar los recursos y situaciones externas, tenía que aprender en un nuevo nivel a LIDERAR las situaciones más extremas que demandan la evolución y el crecimiento; y aprender a COMUNICARME de la forma más asertiva y saludable posible con mi mayor contrincante, la más temida con la que pudiera enfrentarme en el viaje...

...YO MISMA, en todas mis versiones, roles y personalidades.

¡¡¡Maa sii...!!! Vamos. Pese al temor y a la incertidumbre... decidí mandarme. Renové mis expectativas, le puse más poder a mis sueños y refresqué mi compromiso de arriesgarme por lo que consideraba que realmente valía esforzarme.

Decidí honrar todo el camino que ya había recorrido. Después de tanto brío y tantos logros obtenidos, habría sido muy triste rendirme en esta etapa tan interesante y bajarme del barco. Estaba dispuesta a romper mis propios límites, a derribar las barreras mentales que podían surgir en el camino para impedirme el crecimiento, a lograr imposibles, porque lo fácil y posible ya estaba hecho. Estaba dispuesta nuevamente a “Construir mi propio negocio brillante para ayudar a otros emprendedores a dejar de padecer la rutina laboral y vivir su estilo de vida soñado de éxito, abundancia y felicidad, haciendo lo que les apasiona.”

¿Qué pasó después de REAFIRMAR MI COMPROMISO?

Sobredosis de deseos cumplidos:

- Tuve mi **primer cliente** oficial de mi Programa de Coaching, que llegó por recomendación.
- Hice mi **primer viaje en avión** (que obtuve a mitad de precio) con 2 colegas a recibir mis 30 en la ciudad de la furia para realizar 2 cursos fantásticos de Juegos Taquion (¡Y con Licencia para dictarlos!)
- Dentro de ese mismo viaje, entre tantas otras experiencias, conocí personalmente a Ana Belén, una de mis bellas alumnas de práctica virtual que había vuelto a la Argentina después de trabajar de azafata en Dubai; conocí a su novio (actual esposo) de San Francisco al cual pude “coachear” amigablemente en Inglés; en el aeropuerto conocí al Embajador de Taiwan de la Sede Argentina cuando me ofrecí a ayudarles con una toma de foto grupal y cruzando las pocas palabras que sabía en chino. En agradecimiento me regalaron un prendedor de las dos banderas entrelazadas.

¿Magia, milagro, el poder de los deseos? ¿O la alquimia de un par de tres?

- ¿Vos qué pensás?
- ¿Qué creés que es lo que activa el modo “on” para cumplir los deseos con mayor asiduidad y consistencia?
- ¿Te pasó alguna vez?

El Poder Nato de Crear

Cuando el creador está preparado,

la inspiración llega.

Para estas épocas, había intentado 4 veces mirar la película “El Secreto” y antes de la mitad, me quedaba dormida... motivo suficiente para llegar a considerarla una pavada o un bodrio. Con un poco de vergüenza, obviamente, porque con todo lo que estudiaba, ya sabía bastante acerca de cómo funcionaba la mente y el subconsciente en cuestión de atraer cosas. El día que terminé de verla me quedé con mi mejor cara de *poker* como diciendo -¿y ahora? ¿Qué hago? La sola teoría no me cerraba. Quizás todavía no era mi momento de comprenderlo, o tal vez todavía no estaba preparada para captar la magnitud de la cuestión... ¿Será que necesitaba llegar a un nivel superior de madurez de conciencia para entenderlo mejor?

Hasta que llegué a este curso de los Juegos Taquion, donde Graciela Astorga Goyechea y Daniel Cuperman, por fin me explicaban que la película y el libro “El Secreto” abordan básicamente el concepto, sólo explican la teoría, la introducción. Ahí comprendí por qué los novatos como yo, le dábamos poco crédito y mucho condicionamiento a este modelo de operación. Era como tener solamente la lista de los ingredientes de una receta de cocina, pero ninguna o muy poca orientación en la forma correcta de utilizarlos, los tiempos de cocción, cómo amalgamarlos, cómo prepararlo. Sobre todo para mí que tengo cerebro de mosquito para el arte culinario.

¿Si era tan trascendental y revelador ese secreto que ya muchos conocíamos, por qué no estábamos todos felices cumpliendo nuestros sueños y con varios miles de dólares en el bolsillo sin la preocupación al gastarlos? ¿Por qué yo seguía viendo tanta gente buena que sufría, que estaba enferma o en bancarrota? ¿Qué sentido tenía la existencia de tantos instructores, mentores, coaches o terapeutas si la información ya estaba al alcance de todos y servida en bandeja?

Pues porque la sola teoría, no es suficiente. Se necesita instrucción y asistencia para entender CÓMO aplicarla. Además de conocer los componentes específicos, hay que entrenarse para llevarlos a la práctica. Hay que saber cómo usarlos para obtener resultados positivos, minimizar el margen de error y atraer exactamente lo que deseamos, en vez de lo contrario o a medias. Conocer la información no alcanza, hay que salirse un poquito de la zona cómoda para empezar a implementar el concepto en la vida diaria.

Y ahí yacía el verdadero desafío, en comenzar a aplicarlo A CONCIENCIA en mi propia rutina, para saborear verdaderamente los resultados, internalizarlo y así poder llegar a transmitirlo y ayudar también a los de mi entorno, a mis alumnos y a mis clientes a experimentarlo.

Realizar los juegos y adquirir las licencias para dictar Conexión Áurea (la receta, los componentes específicos y el paso a paso correcto para establecer una intención, es decir, definir y pedir un deseo) y Conexión Cuántica (cómo alinearse y captar las señales para descifrar lo que el universo espera de vos y la guía para concretarlo) fue lo que me abrió las puertas a explorar más a fondo y analizar desde un nivel más amplio estos aspectos:

- la percepción que tenemos de la realidad;
- la forma alucinante en que funciona la energía universal y cómo nos relacionamos con los demás componentes que existen;
- y el modo en que interferimos y participamos de este mundo energético, que va más allá de nuestro solo cuerpo físico... y que tiene la posibilidad y la capacidad de MODIFICAR Y TRANSFORMAR todo lo que sucede alrededor (o del otro lado del planeta) a partir de una pizca prácticamente invisible de pensamiento o de movimiento.

Así empezaron a aparecer libros, películas y entrenamientos por doquier sobre energía, algunos fundamentos de física cuántica y capacitaciones sobre “Cómo funciona la Ley de la Atracción” y la forma correcta de aplicarla para que opere a favor de lo que SÍ queremos lograr.

La Ley de la Atracción, había comenzado a funcionar de maravillas en el último tiempo a favor de mis deseos. Sin conocer exactamente los pasos, algunos en concreto, ya había estado aplicando y cuanto más compromiso le ponía a cumplir mis sueños, más atraía lo que deseaba a mi mundo material.

Pero así como yo tenía mis dudas y mi cuota de escepticismo al principio, pese a la teoría, a la práctica y a la evidencia... comprendo perfectamente lo que sienten esas personas que también dudan del potencial y la capacidad que poseen para poder cambiar su suerte y adentrarse en lo que yo llamo “El Arte de Manifestar”. Hay personas que piensan que “lo que les sucede” es cosa del destino, que no hay manera de revertir lo que a cada quien le toca vivir y que hay que resignarse a ese supuesto libreto. Hay otras que creen que esa suerte se puede cambiar y que el destino se puede inventar, pero no saben cómo hacerlo. Y hay otras, que una vez que empiezan a experimentar la magia de la creación consciente y la adrenalina que genera, no pueden parar de crear... y se ocupan de mejorar cada vez más los métodos, la técnica y de contagiar a los demás. ¿En qué grupo estás vos en este momento?

¿Te queda alguna duda acerca de que podés CREAR

una vida extraordinaria y brillar de felicidad?

La Biblia dice que estamos hechos a imagen y semejanza de Dios, lo que interpreto como “estar dotados de la aptitud de CREAR”. Así como Dios creó el día, la noche, todos los seres de la naturaleza y al ser humano; le dio al hombre esa misma capacidad: la de crear. Pero no sólo de poder crear objetos o herramientas, sino también de generar experiencias, relaciones, nueva vida perpetuando la especie y también a sí mismo. Una planta o un objeto, no deciden en qué lugar estar, no eligen hacia dónde moverse, y tampoco piensan en cómo quieren sentirse o a quién amar. En cambio las personas tenemos la habilidad, el potencial de conciencia y la capacidad de, además de construir una maqueta o un edificio, de elegir si seguir derecho o dónde doblar, de decidir con quién compartir nuestro tiempo y de elegir si reír o llorar.

Independientemente de que realmente haya ocurrido lo que dice la Biblia, o sólo sea una analogía, lo importante es captar el mensaje, que nos diferencia del resto de la naturaleza y de otras especies, acerca del poder ilimitado que una persona posee: el privilegio de poder elegir constantemente crearse y reinventarse a sí misma en una lágrima o en una sonrisa. ELEGIR Y DECIDIR TODOS LOS DÍAS QUÉ HACER, HACIA DÓNDE IR Y CÓMO AVANZAR. ESO ES CREAR Y CREAR-SE.

De todos modos, si te quedan dudas de que DIOS EXISTE, te recomiendo de corazón mirar la película “Dios NO está muerto”. Y mientras podés calarte una sonrisa, a conciencia... sonreí. Lo estás eligiendo. Lo estás creando.

En complemento, la ciencia, sostiene en palabras de Carl Sagan que estamos hechos literalmente de “polvo de estrellas”, que como consecuencia del Big Bang y de los sucesos que dieron inicio a los planetas y por derivación a las especies en la Tierra, los seres se formaron a partir de partículas estelares. Es decir que en principio fuimos compuestos del mismo material del que están hechas las estrellas.

¡Santa Incandescencia Escondida Batman!

Entonces salir a brillar cumpliendo nuestros sueños, probablemente no sea una idea desmesurada o una utopía, simplemente es la esencia de lo que llevamos adentro, de lo que estamos compuestos, de nuestra naturaleza más originaria y primitiva. Yo diría que es normal que exista en cada ser humano, el deseo de iluminarse y de iluminar (aunque algunos, tal vez no se hayan dado cuenta). Y además, teniendo la capacidad de descubrir y elegir cómo crear esa experiencia.

Pero allí no termina todo... porque no estamos solos en el medio de la nada. Sino que somos parte activa de un todo inmenso: el universo. Somos una partícula energética que vibra dentro de este GRAN sistema. Y como en todo sistema, la forma en que opera cada uno de los elementos, influye en el funcionamiento de los demás elementos y por ende, en funcionamiento el general.

Por eso decimos que somos CO-CREADORES de nuestra existencia, porque lo que pensamos, decimos y hacemos influye e impacta en las demás partículas del universo, promoviendo la vibración de otras energías que se transmutan y nos vuelven reflejadas en forma de cosas,

personas y experiencias. Resultando como una especie de efecto boomerang de pensamientos y sentimientos transformados en materia y realidad reflejada en el mundo físico.

En pocas palabras, el universo realiza básicamente dos cosas independientemente de que nos percatemos de ello o no,

- responde a nuestros pedidos (conscientes e inconscientes)
- nos da la guía y las señales para saber por dónde avanzar

¿Cuál es nuestra tarea o desafío?

Decidir cómo interactuar dentro de ese sistema de energía universal al que pertenecemos. Es decir, si usarla para que opere en contra o a favor de lo que queremos concretar.

Y a partir de allí, para los profesionales y emprendedores de alma, que deciden usarla a favor de sus deseos y sueños, lo que hago en mis cursos, capacitaciones y entrenamientos (y también en este libro), es ayudarlos a que puedan Desarrollar, practicar y luego masterizar esa *Mentalidad de Abundancia* que atrae en piloto automático éxito, clientes y felicidad. Para que puedan disfrutar a pleno de la Creación Consciente de sus experiencias haciendo sus deseos realidad.

¿A qué le llamo yo *polvo de estrellas*?

Al material, vivencias y actividades que ENCIENDEN e INSPIRAN. Le llamo polvo de estrellas a las películas, libros, cursos, videos que activan la luz que considero que cada persona lleva adentro. Le llamo polvo de estrellas a las conversaciones e interacciones con personas especiales, aventuras extraordinarias, experiencias divertidas, salidas copadas, viajes estupendos, de esos que despiertan las ganas, la motivación, la alegría y la inspiración para encender la dinamita creativa y el potencial estelar para que cada individuo pueda liberar su propia magia co-creando una vida plena y construyendo la felicidad.

Ese polvo de estrellas es el que activa el destello de ilusión que se ve en una persona cuando habla de sus deseos, dándole *power*, combustible y aliento para intensificar la incandescencia y el brillo para salir a cumplirlos. Ahí se vive la *magia*, la magia de crear.

Y como en mi personaje del disfraz, me considero un Hada de los Deseos que lleva Luz donde abunda la oscuridad... alimento y enciendo mi esencia con el polvo de estrellas que encuentro en la abundancia del universo, en cada libro, entrenamiento, película o cualquier otra de las cosas que nombré que suelen “volarme la cabeza de inspiración y entusiasmo” y en paralelo, busco la forma de transformar cada una de mis CREACIONES en polvo de estrellas para que cada persona de mi entorno, mis alumnos y mis clientes se anime a concretar.

- ➔ ¿Cuál es tu polvo de estrellas?
- ➔ ¿Qué es lo que te vuela la cabeza?
- ➔ ¿Qué es lo que te inspira y te incita a brillar?

Para estas alturas del libro, si es que realizaste las actividades propuestas, ya debés tener una cantidad interesante de tareas concretadas, repasemos:

- El objetivo que querías conseguir con la lectura de este libro.
- Diagnóstico de cómo te sentís cuando te vas a trabajar.
- El mensaje de tu alma, si es que hablara.
- Lo que te está trayendo la casualidad y eventos que se relacionan.
- Indicaciones a tu Sistema de Activación Reticular.
- Tu lista de deseos y cosas que te gustaría experimentar.
- Descripción de Quién querés Ser y el primer paso para lograrlo.
- Diagnóstico de las áreas de tu vida y relación respecto del ideal.
- Tu polvo de estrellas: lo que te activa para concretar tus deseos.

Si escribiste en tu libreta, todos estos ejercicios, estuviste clarificando y diagnosticando tu realidad. Eso significa que estuviste CREANDO algo que, si no te dedicabas a hacerlo, no existiría. EXISTE porque vos lo CREAMOS. Y esa creación es ÚNICA, porque no habrá otra semejante en el mundo, por más que alguien lea el mismo libro y responda las mismas preguntas... nunca será igual a la tuya. Así que es un buen motivo para celebrar, el nuevo principio de una "Creación Especial." Puramente tuya y genuina.

¿Te quedó alguna pendiente? ¿Varias? Si todavía no lo hiciste, te propongo que lo hagas AHORA, antes de pasar a lo siguiente, porque te quiero al mil% para que puedas sacarle el máximo provecho y efectividad al tiempo y a la experiencia que estás invirtiendo en leerlo.

- ➔ ¿Qué otras cosas descubriste?
- ➔ ¿Qué aprendiste?
- ➔ ¿Qué te impactó más?

Contagiame. Te quiero ver vibrando alto, te quiero ver brillar. Activá tu energía creativa y vení a buscar más polvo de estrellas para subir la energía en mi Grupo de Facebook [*La Magia de Crear*](#). Con una estructura desestructurada para que a menudo tengas ese **shift** potente para vibrar en la frecuencia de tus sueños y atraer lo que más deseás.

CAPÍTULO NUEVE

La expresión suprema de tu don

Tener talento es disponer de una capacidad

que te distingue y que disfrutás.

Un genio es el que lo sabe usar.

Tanto como Marilyn Monroe, Albert Einstein o Johnatan (el chico que pasa por mi barrio vendiendo verduras); TODAS LAS PERSONAS TENEMOS *TALENTO*. Así como fuimos dotados de la misma "capacidad de crear", se nos confirió un don. Pero como el ADN, que se hereda, pero no se repite... aunque pueda ser parecido al de otros, es un sello distintivo, es único. Cada persona tiene al menos un talento que lo hace diferente e irrepetible de los demás.

La cuestión está en que algunos nacen prácticamente sabiendo y haciendo notar esa idoneidad, a otros nos toma un poco más de tiempo descubrir, entender o aceptar esa capacidad innata. Y hay quienes incluso mueren físicamente y pasan a la siguiente vida sin haberlo revelado.

¿Por qué sucede esto? ¿Por qué a veces cuesta un poco (o demasiado) descubrir, potenciar y expandir esa dádiva? Tal vez tenga que ver con el mediador. Pero no me refiero a otra persona, sino a lo que considero un factor intermediario dentro de un mismo ser.

Se dice que somos cuerpo, mente y espíritu. Y cuando me pregunto acerca de la misión de cada ser humano en la vida, es decir, para qué vivimos, para qué vinimos al mundo o cuál es el propósito de nuestro pasar terrenal, una de las conclusiones que más me resuena es que,

****El alma elige al cuerpo, para vivenciar físicamente***

La expresión suprema de su don.*

Interpreto que el alma viene con el deseo de experimentar a través de la carne ese talento, en el proceso de descubrirlo, desarrollarlo y potenciarlo. Cuando estamos alineados en el camino de cumplir y expresar ese propósito, el alma se regocija y se siente plena. Es como que el cuerpo se eleva. Y... ¿qué pasa cuando no? Hiere, mortifica, lastima. Se siente como una sensación de vacío. Que aunque lo tengas todo, pareciera que no hay nada.

El alma sabe lo que quiere y lo que ES. Al cuerpo le corresponde realizarlo. Pero en el intermedio está "la mente" que es la que da las órdenes, transmite los mensajes y le dice cómo hacerlo.

Cuando la mente se llena de pensamientos, de preocupaciones y se deja dominar por las toxicidades que puedan aparecer en el entorno; el canal de comunicación del alma empieza a cerrarse. Lo etéreo pierde protagonismo. Y cuando el cuerpo HACE lo que la mente ORDENA sin darle participación a los deseos del espíritu pienso que comenzamos a funcionar en una especie modo "robot". Perdemos el centro, el rumbo, el sentido. Y lo más probable es que si no se consideran a tiempo los pedidos espirituales del propio ser, ese descontento empiece a manifestarse en angustia, en dolor o en enfermedad.

Entonces, ¿Qué es lo más noble y sano que podría recomendarte hacer? Acallar la mente ¿Para qué? Para que el alma pueda expresarse. Para escuchar lo que tiene para decir, no como un fin, sino como un principio en sí mismo. Las respuestas, la guía, el sentido... vienen de adentro. Lo que debemos buscar afuera, son las señales y los métodos que nos ayuden a establecer, mantener y fortalecer esa conexión. Porque así como hacés deportes para ejercitar el cuerpo y practicás juegos de ingenio o tomás pastillas para desarrollar la mente... es vital realizar actividades para nutrir el espíritu, el alma, el corazón.

Creo que el método más conocido y aceptado mundialmente para calibrar esa brújula interna y fortalecer la intuición, es LA MEDITACIÓN. Me enseñaron en "El Arte de Vivir" que 20 minutos de meditación, aportan la dosis de descanso equivalente a 4 horas de buen sueño. Pero, alto aquí. La meditación, es UNA forma de acallar la mente, pero NO es la única forma de promover la comunicación interior.

¿Qué más se puede hacer para activar el canal de conexión con "la fuente"? TODO LO QUE TE GUSTA, LO QUE DISFRUTÁS, LO QUE TE GENERA SATISFACCIÓN.

¿Te gusta bailar, leer, escribir, escuchar música, cantar, pintar, observar, mirar películas...? Entonces ESO es lo que tenés que hacer. Si realizaste el ejercicio del capítulo anterior, identificando *el polvo de estrellas*, lo que te enciende o te inspira, ya tenés una base por la cual comenzar (o continuar) a reforzar esa comunicación intuitiva con tu mundo interior y reactivar el canal del alma.

¿Y qué tiene que ver esto con el talento? Justamente eso, que las pistas del talento están reveladas en lo que nos gusta hacer, eso que disfrutamos, que haríamos gratis, que nos sale fácil y natural, que cuando lo hacemos, perdemos la noción del tiempo y da la sensación de que pasa volando.

Pero a pesar de que la conciencia colectiva está comenzando a evolucionar a nuevos paradigmas de pensamiento, todavía estamos alimentados por una conciencia social y familiar que tiende a pensar que *"hay que sacrificarse para ganar dinero"*, que *"trabajar tiene que ser duro"* y tedioso, que cuando nos ponemos a desarrollar un hobby, aparece alguien con un corte a la yugular de *"ponete a estudiar algo como la gente, de eso no se puede vivir"*. Y así vamos perdiendo confianza y fe en desarrollar y potenciar eso que tanto nos gusta, para buscar ALGO MÁS DIFÍCIL para hacer y conseguir un sustento, porque nos enseñaron que *"así tiene que ser."*

Del otro lado de la historia, lo único difícil suele ser enfrentarse o aprender a convivir con ese viejo paradigma de las cosas y adentrarse en un camino de descubrimiento que puede llegar a parecer muy solitario. **Pagar el precio de la evolución.** Porque cuando te adentrás (de improviso o a propósito) a explorar y expandir los niveles de la conciencia... empezás a VER MÁS ALLÁ de lo que puede avistar el promedio de los demás. Si planteás tus hipótesis, tus experiencias elevadas o tus reflexiones, podés llegar a sentir que estás remando contra la corriente... porque en tu alrededor cotidiano probablemente no te entienden, no te captan o no te comprenden. *¿Capish?*

Pero en lo que a talento refiere, las pistas y las señales están en lo fácil, en el placer, en lo que disfrutás. En lo que te genera satisfacción.

Los Pasos para Descubrir tu Talento

Entonces ¿Qué hacer para comenzar? Primero. Decisión. Sí, caemos otra vez en decidir. Teniendo en cuenta que no necesariamente aparece la respuesta de un día para otro. Así que si te levantás mañana y todavía no tuviste el **iluminati** de saber a ciencia cierta cuál es tu talento... date tiempo de atravesar el proceso, dejalo sazonar.

Y si por alguna de esas casualidades llegaste a sentir la sensación de que llevás mucho tiempo perdido o desearías haber comenzado antes, quiero aclararte que NO ES TIEMPO PERDIDO. Toda la experiencia que viviste hasta hoy fue lo que te preparó para “este momento”. Así que a **honrar ese pasado** y a cada persona que pasó por tu camino para enriquecer (a la buena o a la mala) esa dichosa experiencia y contribuir a tu expansión.

♥ Acepto y agradezco mi pasado y cada persona que pasó por mi camino. Cada experiencia que viví, me preparó para este momento.

Y ahora con estas preguntas, podés empezar o re-comenzar a indagar las primeras pistas para descubrir las señales de tu talento. Hacia el pasado, sobre todo en la niñez y en la adolescencia.

« ¿Qué es lo que más te gusta o te gustaba hacer? Por ejemplo a mí, en el jardín me gustaba ayudar a la seño acompañando a mis compañeritas a otros salones o al toilette. Disfrutaba de “guiarlas” por un camino que para mí ya era conocido, hasta que llegase el momento de que se animaran a ir solas. En la escuela primaria, me gustaba ir al frente a dar espectáculos para entretener y divertir a mis compañeros mientras la maestra no estaba; o inventar juegos de palabras y adivinanzas en los recreos para desafiarlos.

« ¿Qué es eso que harías o hacés GRATIS? (y que tal vez no se te ocurriría cobrar por hacer una cosa así). No sé si al extremo de darle alojamiento por un par de días en tu casa a una pareja de hippies que te encontraste en la ruta... pero en mi caso valía aclarar, porque aún después de

haber estudiado Hotelería, volví a compartir mi techo con un par de compañeras, en distintas épocas, que pasaban una situación particular.

« ¿Qué es eso que te sale fácil y natural? (y que a otras personas no tanto). ¡Qué bárbaro con esto de la música comercial! Me aprendo las letras de memoria en un par de pasadas o inconscientemente me encuentro imitando sonidos y escribiendo en verso.

« ¿Qué es eso que cuando lo haces, perdés la noción del tiempo? ¿Sobre qué temas te gusta leer, estudiar o aprender? Podría pasarme horas estudiando, leyendo o creando todo esto que estás leyendo; y aunque AMO comer, puedo llegar a olvidarlo mientras estoy armando un diseño.

« ¿Qué es lo que los demás te piden que hagas porque consideran que te sale muy bien? Si una de mis ex suegras me había pedido que redacte las glosas para su fiesta de cumpleaños de 50... ¿quedan dudas de que mi línea de pistas de talento se remite al tesoro de escribir?

Después es cuestión de unir los puntos, para trazar un mapa que te lleve a potenciar. Moldeando con el resto de tus pasiones, para que tu creación sea aún más única y pueda distinguirse destapando los poros de la creatividad.

En workshops y en sesiones con mis alumnos y clientes escuchaba cosas como:

- A mí me encanta leer, si a mí me pagaran por leer, sería millonaria.

- La gente me pide “compañía”, les gusta que esté a su lado por mi semblante, pero eso no tiene nada que ver con un trabajo.

- A mí me gusta organizar desfiles, pero no tengo nada, uso los recursos de los demás.

¿Te das cuenta de la evidencia de gusto y talento por un lado? ¿Y la creencia de que “*algo está mal o no es posible*” por otro? Por lo tanto te recomiendo enfocarte esta vez, sólo en la parte de disfrute... dejemos la duda, el titubeo o las posibilidades para abordarlos después.

Todo lo que puedas escribir y reflexionar acerca de estas preguntas es valiosísimo. Y en adelante, para encontrar más indicios, observaTE en las acciones que realizás. Prestá atención a tu comportamiento, si disfrutás, en qué te destacás, en base a qué acciones recibís felicitaciones o reconocimiento de parte de los demás.

¿Y después de encontrar las pistas? Si la secuencia para atender el propósito del alma consiste en descubrir → desarrollar → potenciar el talento; entonces ahora viene la parte de entrenar y expandir, lo cual no significa que se debe terminar con una para comenzar con la otra, en realidad las 3 se pueden ir delineando en conjunto.

Para desarrollar un talento, como pasa con cualquier músculo o actividad, hay que entrenar: practicar, practicar, practicar. Porque, por ejemplo, una de las cosas que me diferencia en este momento de Desireé (bailarina profesional de bachata), es que ella viene practicando durante

horas, todos los días, hace muchos años. Mientras que yo fui, medio dormida, a algunas clases, durante algún año, por una hora, dos veces por semana.

¿Con qué premisa? Para entrenar, y ser productivo en la práctica, lo que sugería a mis compañeros cuando me tocaba recibir por primera vez a algunos en el sector de las maquinillas tragamonedas, era aprenderse la actividad buscando primero Seguridad, después (relativa) Rapidez y luego Excelencia, para que se sientan más cómodos. Que es lo que yo también hago cuando quiero incorporar una nueva habilidad.

Y ya que estamos con el ejemplo de los ritmos latinos... Para aprender a hacer un giro de bachata, podría resumirse así:

1. Buscar Seguridad: aprendiendo la serie de pasos en 8 tiempos y realizarlo repetidas veces en CÁMARA LENTA, hasta saber de memoria que en los primeros 4 vas para un lado y en los siguientes 4 volvés girando para el otro.

2. Buscar Relativa Rapidez: una vez que te lo sabés como la tabla del 2 y podés repetir los 8 pasos prácticamente sin pensarlo... hacerlo más rápido, o “AL TIEMPO CORRECTO”, adaptando esos pasos al ritmo apropiado que requiere la actividad.

3. Bucar Excelencia: ahora que ya te sabés la secuencia, y lograste ir al ritmo, me imagino que lo estarías haciendo al estilo Robocop, genial los pasos y genial el tiempo, así que ahora es momento de empezar a aceitar las caderas, para moldear el movimiento y darle swing.

Sería algo así como que primero lo estás haciendo, después lo estás haciendo bien y después lo estás haciendo excelente.

¿Será que existe otro método para internalizar al punto de la maestría un aprendizaje que no sea el de practicar? Si es que existe, pasame la receta, siempre y cuando conserve ese gustito excitante que condimenta la experiencia de percibirte “en progreso” y la satisfacción que te provoca avanzar.

¿Y qué hay de POTENCIAR? Podés elegir quedarte en el punto de la “Excelencia” y me parece perfecto. Pero para lograr *la expansión suprema de ese don* hay que apuntar a operar en la Zona de Genio, como explica Gay Hendricks en su libro “The Big Leap” (El Gran Salto). Desafiar al máximo los propios límites e ir MÁS ALLÁ de lo común. Adaptarse, convencerse y apuntar a la evidencia de que LO NORMAL ES ESTAR BIEN, extendiendo (y tolerando) los períodos de disfrute, disminuyendo la creencia de que cuando todo está bien, tiene que pasar algo para arruinarlo, equilibrando el promedio de “una de cal y una de arena” al que estábamos acostumbrados.

¿No sería fantástico sentirse cada vez más cómodos en los períodos extendidos de bienestar? Con lo cual no significa que no vayas a tener días oscuros o grises, o que no vas a tener que resolver obstáculos, pero seguramente desde tu Zona de Genio, en esa máxima potencia en la

que brota como catarata la creatividad, los vas a abordar con una entereza divina... como todo crack.

Tu libreta mágica te está esperando, tanto como las personas a las cuales servir a través de ese don.

- ➔ ¿Qué pistas descubriste?
- ➔ ¿Cuál creés que es tu talento?
- ➔ ¿Qué vas a hacer para desarrollarlo y potenciarlo?

Sé que al principio la decisión de una búsqueda consciente para indagar sobre las pistas del talento te puede resultar muy cautivante y conectarte con sensaciones, recuerdos y posibilidades atrapantes, pero a la vez suele complementarse con la aparición de algunas dudas, miedos e incertidumbre. Incluso uno puede llegar a perderse entre tanta información o abrumarse porque una vez que arrancaste, no sabés cómo seguir, cómo empaquetar lo que descubriste o cómo direccionarlo para potenciar.

Por lo que si vos también llegaste a esta fiesta con el hambre de conocerte más en este aspecto de tus dones y talentos, o bien, se está despertando ahora... no te voy a dejar con el estómago abierto después de saborear el plato de entrada. Para complementar y desafiarte a ir un poco más allá con este aprendizaje a través de la experiencia, quiero darte acceso GRATUITO al material especial: “Cómo hacer de tu Talento un Negocio Rentable”, en el que te comparto los 3 pasos precisos para que puedas empezar YA a transformar tu talento en un emprendimiento exitoso y las premisas clave para que sea sostenible en el tiempo. Creando tu propia base a medida para emprender con Claridad y Seguridad.

[Acceso los Bonus Especiales MAC](#)

Porque si somos “animales de costumbre”, como se nos considera... preferiría que te acostumbres a DISFRUTAR.

CAPÍTULO DIEZ

La Colección de Corchos

¡Venid, estoy bebiendo las estrellas!

Don Perignon

Hay un dicho popular que dice que “algunos nacen con estrellas y otros nacen estrellados”... Si en verdad es así, ¿en mi caso sería por la cuestión de la franja horaria en que te dan a luz? ¿Que los que vienen de noche nacen con estrellas? Porque según tengo entendido, yo aparecí en este mundo a las 13:55, a plena luz del día.

De todos modos, cualquiera sea el motivo, al que le tocó designar ese día mi etiqueta, díganle que lo sentí por mucho tiempo como si me hubiera incrustado en la frente un cartel de neón con letras grandes de “estrellada”. Sobre todo por la costumbre distinguida de bautizarme constantemente, caída tras caída, en una gran variedad de desaguaderos en el barrio.

Y aunque a los 9 años por fin conquisté mi última cuneta en nivel maestría de deslizarme de los puentes... las caídas y los aterrizajes forzosos continuaron siendo parte de mi vida en otros aspectos y situaciones, incluso tal vez más dolorosos o vergonzosos. Por lo que llegó un momento en que literalmente “me harté” de personificar el estilo meteorito y consideré la idea de *apelar instintivamente a un cambio de etiqueta*.

Yo también quería mis estrellas, yo también quería brillar. Pero no de cualquier manera o a cualquier precio, y tampoco al extremo de una *supernova* que al desplegar el máximo de brillo muere... sino en una forma que YO ELIGIERA, tal vez gradual, que se adapte a mi estilo, a mis deseos, a mi autenticidad. Sin tener que negociar lo NO NEGOCIABLE. Sin tener que sacrificarme, sofocarme o destruirme emocionalmente para cumplir con mis compromisos financieros.

Afortunadamente ya contaba con las aproximaciones básicas de lo que pretendía. ¿Qué si estaba segura de que lo lograría? Mmm... me encantaría decir que ABSOLUTAMENTE SÍ. Pero sinceramente, no tenía una “claridad total”, más bien pensaba en ese momento que se trataba de un delirio esto de jugar a la empresaria. Pero al menos como recreo, mi experimento se merecía que le dé un poco de crédito.

Aunque apenas era una idea de empresa *freelance* de tamaño micro-molecular, con delirios de grandeza, necesitaba un nombre. Mi rutina de reventa de blancos, ropa y cosméticos, en principio había sido bautizada como “El Jardín del Edén”, que me parecía copado, pero sentía como que no tenía una conexión tan profunda conmigo. Necesitaba algo más significativo, algo que realmente me represente... que verdaderamente tuviese *un poco más de mí*, que lo sienta vibrar al decirlo, escucharlo o escribirlo. De nuevo a buscar adentro.

Esto se trataba de mí, de **Fabiana**. Y del deseo de poder fundar (o al menos intentar) una empresa rentable que me permitiera trabajar a mi modo. Y ese modo incluía el requisito base de permanecer CERCA de mi Morena **Belén**. Mi más milagrosa creación, unos años antes, en épocas de Navidad... por lo que atribuía su segundo nombre a la guía divina de **La estrella de Belén**.

¡Víbrense quien pueda! No es lo mismo un delirio que un delirio con nombre. Como resultado de la fusión de mi nombre y el de mi hija, surgió FABEL. Fabel Dreams. Que aunque resonaba un poco con la reventa de sábanas, no aludía precisamente a fundas o a dormir, sino más bien a tener presente la semilla de esos **Sueños** que tal vez algún día iba a cumplir.

En paralelo, un día se me ocurrió sin mucha vuelta, usar un poco de lo que había aprendido trabajando en discotecas, bares y leyendo apuntes ajenos de cocktelería. Y sumado a que AMO las fiestas, empecé a ofrecer el servicio de "Preparar gancia, daikiri y fernet" en eventos.

Lo interesante acá, era que a simple vista... parecía que NO TENÍA NADA. No barra, no utensilios, no certificado de cursos de *barwoman*. Sólo ganas de animarme, ganar algunos pesos y pasarla bien. Con todo prestado, menos mi ropa, generé mis primeros 150. Confirmé que tenían razón los que decían *"no se necesita dinero para ganar dinero"*... y a cuenta de elogios y recomendaciones, el micro emprendimiento de tragos, empezó a crecer, y por consecuencia, los presupuestos y variedades también. En unos meses, lo que surgió con el nombre de "Tomamos un Daikiri", con mi nueva perspectiva, se transformó en Fabel Drinks. Me tomó un buen tiempo darme cuenta de que se trataba de un trabajo, porque sinceramente NO SE SENTÍA COMO TAL. Estaba haciendo algo que me gustaba, brindando un servicio de calidad a la gente por el cual cobraba LO QUE YO DECIDÍA que valía.

Este hobby eventual, también se percibía como magia, la muestra experimental viva de que realmente había altas probabilidades de que pudiera elegir de qué vivir, cómo vivir, cómo brillar. Disfrutando, sirviendo, creando. Y aunque, de nuevo... tal vez no tenía mucho que ver con licuadoras y pulpas de frutilla, inmediatamente me vi reflejada en mi primer intento genuino de eslogan: *"La Magia de Elegir tu Manera de Brillar"*.

Quién iba a pensar que me estaría adelantando a lo que sería la verdadera esencia de una semilla más profunda que se estaba gestando. En donde ya no me iba a quedar con sólo encontrar MI manera de ser exitosa y de alcanzar mis estrellas, sino que además lo iba a expandir al nivel de servir ayudando a otros a alcanzar las suyas, desde uno de los portales más preciados de mi alma... en la sinergia de Fabel Coaching.

Ya tenía nombre, ya tenía eslogan, ya tenía cierta estructura para empezar a conectarme con los que serían mis futuros clientes ¿Qué más? El juego nunca termina, una vez que logras un objetivo (consciente o inconscientemente) te planteas otro. Cuando encontras una pieza de esquema, quieres pasar a la siguiente y así sucesivamente. Cuando terminas de armar todo, volvés en espiral a pasar por cada escena, para mejorarlo, para retocarlo, para reajustarlo.

La siguiente pieza era definir un CONCEPTO, un concepto de marca, otorgarle un hilo conductor, darle personalidad. Respondiendo a preguntas del estilo ¿Qué significa mi marca? ¿Qué representa? ¿Qué es lo que pretende reflejar? Y ojalá pudiera decirte que la respuesta llegó de la noche a la mañana, pero en realidad necesitó tiempo para madurar.

En definitiva, lo que pensaba y AHORA DEFIENDO, es que en la vida y los negocios, todo se remite a –Descubrir lo que deseamos y a continuación enfocarnos en los pasos para conseguirlo-. ¿Pero qué pasa después de lograr el sueño, el objetivo o llegar siquiera a una micro-meta? La parte más importante y que –tristemente- a veces olvidamos por seguir, seguir y seguir accionando... es que hay que consolidarlo, HAY QUE CELEBRARLO. Hacer un alto para ponerle el moño, la frutilla... el ritual de festejarlo, por más pequeño que parezca. FELICITARNOS por el éxito, el aprendizaje, los obstáculos disueltos, la clase de persona en la que nos convertimos en el camino de conseguirlo, la transformación. La experiencia, la gratitud por los recursos que salieron a escena para concretarlo. Por mencionar algunas.

No sólo creo que es apropiado o agradable, sino necesario. O más bien indispensable para superarse y multiplicar los logros, el hecho de CELEBRAR. Porque la emoción que se siente, nos hace saltar a una frecuencia de vibración muy alta, en la que ATRAEMOS más de eso mismo. Más éxito, más abundancia, más felicidad.

Con esto catalizaba la idea de que mi marca, además de proveer sistemas para clarificar estrellas y accionar con convicción para alcanzarlas, pretende enfatizar la puesta del broche de oro a cada paso significativo del camino, al celebrar.

¿Mi ritual preferido? El brindis, con mate, un cafecito, una salida de tragos... tema libre cuando se trata de festejar. Pero en el mejor de los casos, mi mayor disfrute lo percibía en el compartir de un vino espumante o una buena sidra. Aunque en los primeros tiempos, cuando todavía era prisionera de mi “mentalidad de escasez” lo consideraba un lujo al cual no podía aspirar a solventar por mis propios medios. Me conformaba con las invitaciones ocasionales de mis amigos, o los que venían en la caja navideña del casino. Por lo que los primeros 3 corchos significativos, fueron de botellas “prestadas”. ¿Corchos? Ahora te explico.

Cuando tuve el honor de ver la película “La culpa es de las estrellas”, que en español llamamos “Bajo la misma estrella”, basada en el Best Seller de Dan Brown, lo comprendí. Mejor dicho, lo sentí. Cuando el mozo le contaba a la parejita bella en el restaurante, que las burbujas del champagne eran **estrellas embotelladas**, según la expresión del casi ciego monje benedictino al momento de descubrir el espumante en 1670 en la Abadía de Hautvillers; *“Venid! Estoy bebiendo las estrellas”*.

Brindar con un champán para mí, como para ellos, representa “Destapar Estrellas”. Celebrar el haber alcanzado una meta brillante. Consolidar el éxito en el festejo. Y llevarme el corcho a la colección para recordarlo.

Reconozco que los mejores momentos quedan grabados en la retina, no hacen falta fotos o insignias. Pero cuando los días se ponen difíciles, la autoestima baja, la confianza decrece, las dudas se incrementan... y al ver docenas de corchos representando estrellas alcanzadas, me doy cuenta de todo lo que logré, de lo que PUDE alcanzar y me ayuda a recuperar la fe en que puedo seguir adelante por mucho más.

Y algunos tal vez pensarán que esto me funcionó a mí de suerte con mi marca o por mi histeria caprichosa de unir puntos hasta encontrar la receta perfecta que me conecte con mi verdad empresarial. Y aunque en parte coincido, no pretendo que te remitas a copiar mis resultados, pero después de contarte mi propio ejemplo, sí voy a hacer énfasis en que puedas implementar LOS MÉTODOS que podés usar para que consigas TUS PROPIOS RESULTADOS DE ÉXITO. El esquema básico para rellenar con TU VERDAD.

Tu Camino a las Estrellas

¿Cómo se empieza? De nuevo por el final. Por definir cuáles son esas estrellas que se pretenden alcanzar. Y aquí no me limito a la lista numerada de deseos como en el Capítulo 5, sino a una descripción más específica y detallada de lo que se desea. Ir más a fondo, darle un marco de perspectiva clara a largo plazo, para que la lista pase de ser un numerado de ideas sueltas a ser una VISIÓN INTEGRAL. Lo que yo llamo *CREAR EL IMÁN*. Que si al principio parece imposible o estrafalario mejor.

Me gusta usar la metáfora del imán, porque es una fuerza que actúa sin que podamos verla físicamente, incluso a la inversa de la fuerza de gravedad de la Tierra. Si fueras un metal, y te colocás en el campo magnético de un imán, se convierte en una fuerza que te llama, que te atrae, que te lleva. En líneas generales, lo que yo defino como “diseñar el imán” es describir el objetivo, la visión, el resultado. Aunque pueda sonar paradójico, el PRIMER PASO es PARARSE EN EL ÚLTIMO. Posicionarse imaginariamente en el final. Para saber exactamente QUÉ es lo que querés conseguir, cuál es tu gran estrella, para distinguir poderosamente hacia dónde vas.

Lo suficientemente atractivo, como para que cuando las papas quemen, tu visión sea tan fuerte que te de aliento, inspiración y creatividad como para apagar cualquier incendio intermedio.

Y en caso de que no puedas describir abiertamente lo que SÍ querés, empezá por lo que NO QUERÉS, y describí lo contrario. Incluyendo lo relacionado a tu talento, lo que te gusta y te sale natural que te propuse en el Capítulo 9.

Una vez que *Diseñaste el Imán* no hace falta ni que te aclare lo que viene después, porque de por sí tu Sistema de Activación Reticular, ya tendrá una dirección clara de base hacia la cual enfocarte como te explicaba en el Capítulo 4. Pero de todos modos, para alcanzar tu GRAN

ESTRELLA, sobre todo si parece muy lejana, lo ideal es dividir el trayecto en metas intermedias, estrellitas más chiquititas. Y a medida que las vas logrando, celebrate hasta el más mínimo avance y guardate el corcho para consolidar la evidencia de que SÍ PODÉS. O la simbología que sea que elijas o descubras para representar tu poder. Para que cuando te detengas a mirar atrás, no sea para lamentarte o reprocharte, sino para ver y reconocer lo mucho que avanzaste.

Clarificar Estrella → Acciones para Conseguirla → Celebrar

Si tu visión incluye el desarrollo de tu propio negocio independiente, con la visión integral definida y las bases de tu talento latentes a flor de piel... los detalles distintivos de tu marca van a empezar a salir como agua. Porque VOS SOS TU MARCA. Aunque pueda parecer que un negocio es algo totalmente externo, no es más que una PROYECCIÓN de su dueño y de los integrantes que lo componen. Si algo no está funcionando, si los clientes no están llegando, si los problemas son la regla en vez de la excepción... el secreto de salir adelante no está en la cotización del dólar, la variación del merval o el cambio de gobierno de turno.

El secreto está en trabajar las semillas invisibles de lo interno, para impactar en los resultados proyectados en lo externo. De ahí mi insistencia en indagar hacia adentro para conectar con la autenticidad. Cuando le ponés TU impronta a tu negocio y te permitís crearlo desde tu estilo genuino, puede haber diez mil personas haciendo cosas similares, pero la competencia se torna irrelevante, se vuelve inexistente, porque NADIE podrá ser igual a vos. Cuanto más profundo vayás en tu autoconocimiento, más vas a expandir y diferenciar tu empresa, tus servicios y “la experiencia” que vendés. Porque, ya que estamos, los clientes no compran sólo cosas, sino un todo más amplio que abarca imagen, interacciones, sensaciones que les hacés sentir, resultados que van a tener... y aunque para el primer pase de tarjeta o intercambio de billetes puedan pasar muchos meses o varios años, el proceso de compra, EMPIEZA DESDE EL PRIMER MOMENTO EN QUE TE VEN.

Así que si por una de esas causalidades, sos de los que nació estrellado como yo, podés apelar a *un cambio de etiqueta*, empezando por definir tus estrellas. Y a continuación, los detalles distintivos que te representan y se reflejan en tu marca. Porque del otro lado, se percibe lo que sos, lo que sentís y lo que vibrás *como las feromonas*. No se puede SIMULAR la autenticidad.

Por lo que la única manera de lograr que tus potenciales clientes se conecten con tu marca y consideren comprar tus productos y servicios, es lograr que VOS ESTÉS CONECTADO. Vos sos el primero que tiene que vibrar con el nombre, el lema y el concepto de tu marca, vos sos el primero que tiene que estar convencido del valor que das, vos sos el primero que se tiene que enamorar de lo que ofrece, para poder contagiar y transmitir esa pasión y esa vibra de conexión a los demás. Empezá a hilar finito, a unir los puntos y dale tiempo a que madure y que en paralelo a tu crecimiento, tu marca y definición puedan evolucionar.

Lo mismo sucede con una profesión, un puesto en relación de dependencia o un alumno de escuela. Independientemente de que puedas aspirar o no a crear un negocio, de forma tácita,

estás representando una marca, TU MARCA PERSONAL. Cada acción que realizás, cada movimiento que das, cada palabra que decís y cada decisión que tomás, conforman una IMAGEN INTEGRAL, que reflejan lo que hay más adentro, lo invisible al tacto: tus valores, tus creencias, tu forma de pensar... y eso cuenta más que mucho, incluso más que las credenciales o títulos que puedas tener en tu CV a la hora de conseguir un puesto de trabajo, un ascenso, un inversionista para tus proyectos o cualquier otra oportunidad empresarial.

Cuando tenés bien definidas tus estrellas desde tu impronta, se ve reflejado en tu imagen personal, en la marca implícita o explícita que representás (incluidas tus redes sociales, historial financiero, etc). Ser auténtico te destaca y te diferencia en cualquier empleo, negocio o estrato social. Si estás seguro de lo que sos, el valor de lo que ofrecés y hacia dónde vas... un buen recluta de recursos humanos, no te va a encasillar en un puesto que te quede chico. Y por supuesto, el caza talentos por excelencia, también va a estar al tanto de esa convicción y sabrá qué puertas cerrarte y qué puertas abrirte para conseguir tu máximo fin. Te prepara un destino proporcional a tu grandeza. Por lo que si en algún momento, las cosas no salen como esperabas, no te desanimes, seguí moldeando tus sueños, que SI EL IMÁN ESTÁ CLARO, EL UNIVERSO SABE POR DÓNDE TE TIENE QUE LLEVAR.

- ➔ ¿Cuál es tu visión, tu gran estrella, tu imán?
- ➔ ¿Cuáles son tus valores? ¿Cuál es tu lema o eslogan? Es decir, qué profesás, qué creés, a qué apostás.
- ➔ ¿Qué ritual vas a implementar para celebrar cada paso que das?

Sumado a que AGRADEZCO que el universo me cerró *vaarias* puertas que no estaban alineadas al 100% con mi visión, ahora a los espumantes, también me los compro yo. Disfruto tanto de *Destapar Estrellas*, que deseo que vos también puedas alcanzar las tuyas, empezando por DEFINIRLAS. Y para profundizar en esa "claridad", aquí tenés acceso al Extra Bonus para Diseñar el Imán de tu Visión con más detalle.

[Acceso a los Bonus Especiales MAC](#)

Y mientras tanto... tené a mano las cerezas y las copas. Vamos a brillar...

CAPÍTULO ONCE

La clave secreta del plan de acción

-¿Me das permiso para decir malas palabras?

-Obvio, podés decirme lo que quieras

-TE EXTRAÑO

Aunque de vez en cuando, debido a que cargo con una fisonomía facial un poco seria, no distingo muy bien de lejos sin mis lentes algunos rostros y que además me cuelgo más de lo normal volando entre mis fantasías y pensamientos; suelo pasar por la etiqueta de “forra” por no saludar a algún conocido en la calle... Por lo general, mi estilo tiende a buscar la forma de hacer las cosas más fáciles, disfrutables y placenteras posibles. Sobre todo en los últimos tiempos me dediqué a enfatizar cada vez más el modo “buena vibra”, muy a menudo ando sonriente por la calle, cantando en voz alta, tratando de hacer sentir bien a las personas que se cruzan en mi camino... Pero incluso en este “modo up” llegué a recibir varias veces, sorpresivamente el comentario de [te envidia]. *“Vos siempre positiva, siempre bien, siempre buena onda, todo te sale bien... siempre feliz”*.

Y mientras mis entrañas parafrasean en susurros silenciosos un suspiro de *–¡si supieran!–*, atino simplemente a responder con *“No me envidies, CONTAGIATE”*.

¿Qué es lo que envidian? Si es que es “envidia” la palabra para eso que sienten que les molesta cuando ven a otro sonriente y feliz... ENVIDIAN UN RESULTADO. Un resultado que sería efímero... no existiría sin haber recorrido el caminito bastante cargado de obstáculos que tuviste que atravesar para llegar hasta ahí y ELEGIR (consciente o inconscientemente) sentirte así.

Tal vez porque tratamos de mostrar lo bueno, decidimos no andar llorando nuestras miserias a los cuatro vientos, o nos cuesta un poco expresar y mostrar nuestra vulnerabilidad... Quizás por el sólo hecho de no querer invadir a los otros con nuestros problemas y angustias. Pero en cada RESULTADO, yace un camino recorrido, en donde –al menos para mí– y en las historias de éxito que veo de artistas y profesionales famosos, no todo es color de rosas. Y que si me dieran a elegir, antes de sangrar con espinas ajenas, prefiero quedarme con las mías. No cometes el error de limitarte a envidiar resultados, porque NUNCA sabemos a ciencia cierta, a menos que preguntemos y nos cuenten exactamente de qué se trata, la verdadera tormenta por la que han pasado o están pasando los demás. En la superficie puede parecer que todo es lindo, pero sinceramente no creo que alguien haya aprendido a caminar, sin primero trastabillar.

¿Y qué tiene que ver esto con el plan? Ven a mi profundidad más vulnerable y verás.

Una vez que tenés bien definidas tus estrellas, lo que querés, hacia dónde vas... Lo que continúa es el “plan de acción”. Y aclaro, que si tu objetivo máximo NO está 100% definido, con

una idea aproximada ya alcanza para empezar. Y EMPEZÁ, con lo que tenés a mano, con lo que SÍ podés, con lo que sí tenés. Que en el camino se va a ir aclarando el panorama y vas a poder dar mayor especificidad y ajustes a tu ideal de Visión.

Tené en mente algunas pistas subliminales que se revelaron en el capítulo anterior:

- No se necesita dinero para ganar dinero.
- Se puede comenzar un negocio (o un proyecto) rentable prácticamente de la NADA (como mi emprendimiento de Bartending)
- El universo SABE cómo y por dónde te tiene que llevar.

De nuevo hago énfasis en que cuando digo EMPRENDER, no me limito específicamente a “emprender un negocio”, puede ser emprender una nueva carrera, la construcción de un nuevo estilo de vida, un cambio de dieta, la búsqueda de un propósito, emprender un viaje... en fin, emprender hacerte cargo de tu vida, QUE ES SÓLO TUYA y cualquier *fuckin'* sueño que quieras cumplir.

Y bueno, nada. Nada, en realidad considero que en este caso es un eufemismo, una expresión que estamos acostumbrados a usar para justificarnos: “*es que no tengo nada*”, “*es que nunca pude lograr nada*”, “*es que de eso no sé nada*”. Está bueno reconocer cuando [no sabemos sobre algo específico] para actuar desde cero para poder aprender, está bueno a la hora de hacer un diagnóstico para saber dónde rayos estamos parados en relación a una meta; pero cuando se trata de emprender, SIEMPRE HAY ALGO, siempre hay más de lo que acostumbramos a creer, siempre hay más de lo que desde la generalidad podemos ver.

Por empezar, si estás respirando significa fisiológicamente que estás vivo, tenés teóricamente un poderoso cerebro y tenés un “pasado vivido”. Historia, experiencia, vivencias... ¿te das cuenta del valor que tiene eso? De todos modos, si por algún motivo todavía te invade la sensación de “nada” y necesitás más potencia ESTOY SEGURA DE QUE TENÉS ACCESO A LÁPIZ Y PAPEL (o bien, a un Microsoft Office o un Google Docs).

Se dice que el 50% del éxito de un negocio, aunque yo considero que de cualquier proyecto, es PLANIFICAR. Y aunque los procesos de planificación, planes estratégicos o métodos para clarificar objetivos que uso con mis alumnos y clientes y para mis propios proyectos, suelen ser considerados como “poco convencionales”, no me voy a detener específicamente ahora en los pasos o componentes. Sino que voy a hacer hincapié en el INGREDIENTE que no debe faltar en la planificación. Más bien en lo que refiere a espacio que hay que darle a ese ingrediente y la táctica para abordarlo con destreza y asertividad.

A ver, hagamos un torbellino de ideas... ¿qué se te ocurre que no debe faltar en un buen plan de acción para alcanzar tus estrellas? Presupuesto, métricas, estudio de mercado, contacto con alianzas estratégicas, calendario/tiempo, claridad en el propósito, recursos, capacitación... todas son importantes, pero no me refiero a ninguna de ellas.

Te doy algunas pistas...

- En algunos casos la llaman “*blue*” y no es el dólar.
- Por lo general tendemos a querer evitar o resistir -en vano por su puesto- su aparición (y no es un símbolo de superstición).
- Pareciera que funciona como anilina, porque tiene el poder de teñir con su velo todo lo demás.

¿Cuál es ese ingrediente?

La tristeza. O más bien un espacio para su proceso de asimilación.

¡¿Me estás cargando?! No, no es un chiste. El plan debe incluir tiempo estimativo reservado para los momentos de tristeza y una estrategia o práctica para trabajarla de la forma más sana y saludable posible. ¿Por qué? Porque, excepto que seas un alien, la gordita azul (como la grafican en la película “*Intensamente*”) a lo largo de toda tu vida te va a venir a tocar, y si no la manejas con inteligencia (como las demás emociones), es ELLA la que te va a manejar a vos, y cuando de proyectos y deseos se trata, te puede llegar a descompagnar todo el plan.

Si busca y encuentra una salida en la EXPRESIÓN DEL ARTE, fantástico... Pero si no lo logra, tanto ésta como otras emociones no resueltas, van a encontrar una manera de salir a mostrarse en forma de dolencias o enfermedades en el cuerpo, en hábitos y conductas tóxicas, en procrastinación...

Entonces, a la hora de planificar... no te voy a decir precisamente que le dediques los lunes a la tarde o los jueves a la mañana, porque el *show up* de la tristeza es impredecible... pero si tu proyecto dura por ejemplo 3 meses (incluyendo demás imprevistos), agregale unos días extras para el proceso específico de esta emoción. Y si no aparece, vas a estar contando con tiempo extra de ejecución. Yeah! A continuación, cuando ya estás en marcha, lo ideal sería que a los primeros indicios de aparición, ACEPTES SU PRESENCIA. Reconocer que ahí está, que de nuevo llegó.

♥ *Estoy triste...*

¡Bingo! Ya estás un paso adelante en la escala de evolución.

Después viene la etapa de indagación o investigación. El método por excelencia que recomiendan los expertos para comenzar a procesar una emoción, es encontrar el “gatillador”, es decir qué es lo que la provocó. Yyyyyy... cabe aclarar que aunque en teoría el gatillador es “un hecho ocurrido”, lo que realmente provoca la emoción es LO QUE PENSAMOS ACERCA DE ESE HECHO. Ejemplo sencillo:

- Emoción: tristeza
- Hecho concreto: se enfermó mi mascota.

- Pensamiento acerca del hecho: puede morirse y ya no va a compartir más momentos conmigo.

Lo que transmuta de *“estoy triste porque se enfermó mi mascota”* a *“estoy triste porque pienso que puede morirse y no va a compartir más momentos conmigo”*. A partir de ahí podés reemplazar ese pensamiento y enfocarte por ejemplo en la dicha de haberlo tenido, en la gratitud por los momentos compartidos.

Mis ejemplos de gatillo

En mi caso, aparentemente MUY PARTICULAR, acostumbro a buscar el gatillador, dentro de los diferentes “estratos” que fui descubriendo a lo largo de estos años, que son como las clasificaciones generales de las diferentes cuestiones o marcos, dentro de los cuales (yo) siento tristeza. Y así me resulta un poco más fácil “detectar” los pensamientos para empezar a procesarla. Antes de elegir tirarme de un puente porque siento que el mundo se viene abajo y pareciera que no existe píldora alguna que lo pueda sanar... me toca encarnizar la amargura y descubrir si se trata de mi Personalidad Pas, de la Empatía Psíquica, un Mal de Amores, el Trono de la Agonía o el Síndrome Premenstrual.

♣ Personalidad PAS

Durante muchos años llegué a sentirme como 13 en la docena cuando sentía más frío que el promedio de los demás, o más calor. Atino a cerrar los ojos cada vez que prendo o apago la luz para que no me sea tan drástico el cambio. Súper irascible a determinados ruidos, necesidad de dormir más y bloqueo ante la presión de, en teoría, tener que cumplir con muchas tareas a la vez. Una vez me diagnosticaron TOC, trastorno obsesivo compulsivo, por pretender que estén acomodadas de cierta forma determinadas cosas. Decidí dejar de mirar noticias porque además que lo considero tóxico, prácticamente no tolero ciertas atrocidades, siento impotencia, dolor, angustia; aparentemente con un poco más de intensidad que otras personas. Lo que a los demás les parece triste, a mí me desgarrar... lo que a los demás les provoca alegría, a mí me hace saltar de la excitación.

Y al verme en reiteradas ocasiones ante el filo del *“¡che... no es para tanto!”* la sensibilidad de los síntomas, se veía incluso más afectada por la impresión de *“algo está mal conmigo”*. Afortunadamente, al poco tiempo de empezar el Programa de Coaching con Ana Cecilia Vera, **Despegar: de tu pasión y mensaje a la idea de negocios exitosa**, para delinear mi negocio, como plus, supe que no se trataba de un karma o de una anormalidad... simplemente eran características propias de las PAS, que significa ***“Personas Altamente Sensibles”***. Y justo a mí me tocó estar dentro de ese 15-20% de la gente rotulada con la etiqueta de *“todo te pega más”*. El sólo hecho de SABER que eso existe y que es relativamente normal, me dio alivio... y cuando la

energía baja, porque te puedo asegurar que baja, simplemente lo acepto y busco alternativas sanas para recuperarla.

♣ Empatía Psíquica

La cuestión de ser PAS, no abarcaba aparentemente ciertas “aptitudes”, por así decirlo, más raras todavía que se me daban con naturalidad. Yo lo atribuía en un principio al poder de la intuición, pero se me hacía que iba un poquito más allá. Como por ejemplo: experimentar UN EXTREMO BAJÓN –ANTES- de que sucediera algo malo con personas o lugares con los que tuviera una relación muy cercana, tener sueños reveladores o visiones previas a accidentes, o bien en el otro extremo, sentir en todo el cuerpo una súbita suba de energía positiva dibujadora de sonrisa o que se me ericen los pelos del brazo -justo antes- de recibir un mensaje con muy buenas noticias o un anuncio de felicidad.

¡Por favor no llames al exorcista! Porque aunque parezca una maldición que en algunos casos me deja tirada en cama bramando de tristeza en lo que yo llamo “período de ausencia”, no se trata de ocultismo, se llama “empatía psíquica” y según los expertos, consiste en –SENTIR A DISTANCIA EL DOLOR DE LOS DEMÁS-. Aptitud que algunas personas desarrollan en mayor medida que otras, como cualquier otra habilidad sensorial.

♣ Síndrome Premenstrual

La *rayadura* previa al período que nos ataca algunas mujeres, y que en este caso también parecemos poseídas por un demonio (o unos cuantos), nada nos conforma, nada nos consuela, nada nos alivia... y que a la vez, a veces aprovechamos para sacar algún crédito extra (sí, algunas abusamos un poquito del capricho para aprovechar a decir o hacer cosas que el resto del mes no hacemos) es una cuestión de MOVIMIENTO HORMONAL, a veces bastante difícil de soportar, sobre todo si en el entorno no contamos con el apoyo cálido apropiado.

¿Qué significa la menstruación en *mi diccionario*? Significa que el óvulo NO FUE FECUNDADO. Significa que esta vez, nuevamente NO VAS A SER MAMÁ. Y aunque para una decisión lógica de no tener hijos o más hijos, Andrés es lo mejor que te puede pasar... el proceso natural del cuerpo lo percibe como una crisis, en donde hay que limpiar el útero y “eliminar el preparado de albergue”, porque no va a cumplir con la función de alojar a un bebé. El propósito por el que fue creado.

♣ Mal de Amores

Tal vez en unas 23 oportunidades, me rompieron el corazón en mil pedazos. Quizás 25, porque le di el poder a una misma persona de destrozarlo 3 veces. Y aunque en su momento, hubiera querido tomarme una de las pastillitas de Alan (de la película “Qué pasó ayer”) para borrar por completo las memorias de lo sucedido; valorando la experiencia, lo aprendido y lo hermoso que sí fue... NO ME ARREPIENTO DE NADA.

Pero cuando de vivir el resto de la vida y sobre todo de “trabajar” se trata... el mal de amores entra en juego como potencial arma letal. Viste que a veces suelen decir... “no lles tus problemas al trabajo, hay que separar las cosas”, pero yo pienso ¿no? a pesar de que soy partidaria de –no desquitarse con la persona equivocada- tal como al descomponer un átomo de agua, deja de ser agua... al pretender que una persona “separe” lo que le pasa en el resto de su vida de su trabajo, probablemente dejaría de ser persona. Quizás algunos teóricamente pueden, pero en lo que a mí respecta, sólo me remito a ADMITIR que no.

¿Y qué pasa si tu pareja o amante de turno trabaja en el mismo lugar? O si es cliente y a pesar de que le pediste amablemente que no vaya por un tiempo aparece igual... ¿cómo hacés para tragarte las lágrimas cuando lo ves entrar? Si tu hijo se enferma y no pudiste conseguir el día libre para atenderlo, ¿cómo hacer cuando te llama la abuela diciendo que sigue levantando fiebre y que llora pidiendo por mamá/papá? Si perdiste a un ser querido y estás en plena etapa de duelo... ¿cómo hacer para sólo extrañarlo cuando estás en momentos de ocio y no cuando te vas a trabajar?

Por más que me vaya a Hawaii o a la vereda, aun sabiendo que viajar o salir ayuda a despejarse y pensar con más relax... lo que siento, tanto lo que me alegra como lo que me duele, va conmigo, independientemente del lugar en donde esté. Creo, en este sentido, que no se pueden separar estrictamente las cosas. Pero lo que sí se puede, es anticipar y equipar el entorno para que sea de ayuda y contención. Crear los espacios pertinentes para sanar, aliviar y reflexionar. Ya que si va a afectar a otras áreas, que el impacto sea el menor posible.

Reconozco simplemente que “el mal de amores” (que sobre todo en cuestiones de pareja puede llegar a reflejar una cuota interesante de “mal de amor propio”) afecta directamente a la calidad, cantidad y peridicidad de mis creaciones. ¿Por qué destaco esto? Porque en un empleo en relación de dependencia uno se las arregla para cumplir igual, pero cuando trabajás independiente, en donde el proceso creativo juega un rol fundamental, es imprescindible tener en cuenta estas cuestiones para no derrapar en productividad.

♣ Trono de la Agonía

Y aunque pueda sonar a invento mío, en realidad es el lugar en el que te toca sentarte simbólicamente cuando estás procesando una idea, porque se trata de una de las Cinco Etapas de la Creatividad que describe la grosa de Sally Hogshead en su blog howtofascinate.com.

Según Sally, cada proceso creativo, como por ejemplo escribir un post, preparar un discurso, lanzar un nuevo producto, cocinar para una fiesta, etc. pasa por 5 estados emocionales. Y para trascender de una idea estándar a una idea asombrosa y fuera de lo común, es necesario atravesar todos los estados.

1. Posibilidad. Aparece fácilmente una idea o muchas como torbellino. Ideas interesantes, pero de nivel principiante. Es un momento divertido, de exploración y te da la sensación de que “sos muy bueno” con lo que se te ocurre.

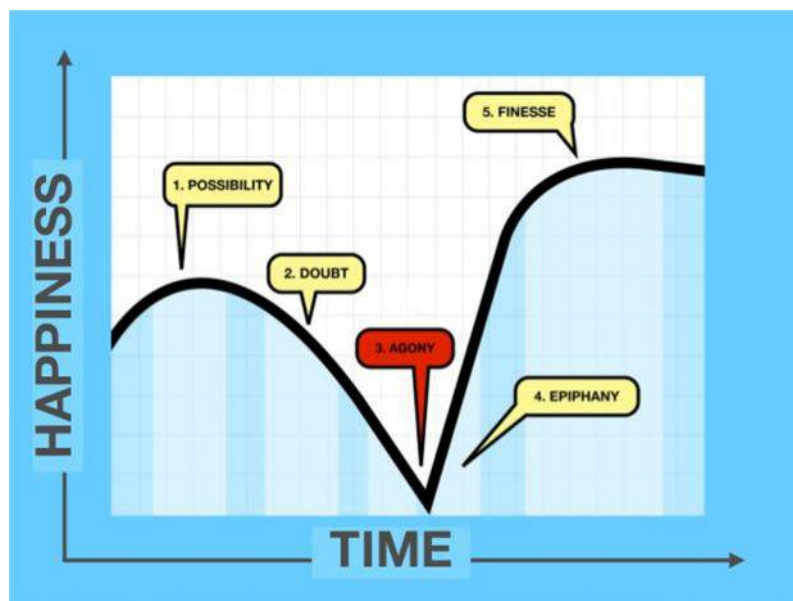
2. Duda. Este es el momento en que empezás a mirar tus ideas más de cerca, se pone en marcha la lógica y empezás a considerar que, probablemente, tu idea “en realidad no es tan buena como parecía”. Aparece la incertidumbre, te ponés a la defensiva, empezás a cuestionar el proceso, las expectativas e incluso a vos mismo. Empezás a sentir como que es un proyecto poco viable, que no hay suficientes recursos o tal vez a pensar que todo es culpa de los demás.

3. Trono de la Agonía. Y si pensabas que la etapa anterior es un bajón, bienvenido a la tortura porque esta ¡japeta! Es la más dura cirugía sin anestesia. Querés abortar la misión, querés rendirte y tirar todo por la borda. Sentís que sos un fracaso, un fraude, que siempre fuiste un fraude y que vas a ser expuesto como el vende humos que llegás a creer que sos.

4. Epifanía. ¡Eureka! Lo lograste. Germinaste una nueva y grandiosa idea. Si fuiste capaz de soportar ser emocionalmente atormentado por el trono de la agonía en la etapa anterior, ahora estás deleitando la dulce euforia del éxito. Esto hace que todo valga la pena. Sentís alivio, una recarga de energía, que realmente naciste para esto y la creatividad empieza a expandirse a niveles más elevados.

5. Final. Ahora que tu idea inicial en bruto está más ajustada y mejorada, empezás a retocarla para hacerla más inteligente, más estratégica y con mayor propósito. Tus habilidades y capacidades realmente empiezan a brillar refinando el concepto hacia la máxima expresión posible de ejecución. Estás enfocado, el proceso está orientado hacia tus objetivos. Estás realmente comprometido con un propósito mayor. Y como te sentís *taaan* especial y orgulloso con tu genialidad... te preguntás ¿cuál es mi próximo desafío?

En su propio gráfico, lo representa así:



Por eso son TAN VALIOSAS LAS IDEAS PROCESADAS, porque tuviste que tener la valentía de afrontar el dolor, la tortura y la presión que demandan las etapas 2 y 3. Cuando te sentás sin resistirte en el Trono de la Agonía significa que estás a punto de crear algo realmente extraordinario.

Los escapes del alma

-¿De qué murió?

-Se ahogó con las palabras que no dijo.

(de los carteles en Facebook)

Si por un momento vos también llegaste a pensar que “yo siempre estoy bien, todo me sale genial, siempre positiva y siempre feliz” o que “mi vida es color de rosas”, tal vez si... pero como habrás visto, para llegar a los resultados, tuve que tragar mucha espina. Y así como yo prefiero las mías, intuyo que vos elegís quedarte con las tuyas.

Después de aceptar la presencia de la tristeza en los primeros indicios de aparición, y luego identificar los gatilladores, es decir, los hechos ¿qué sigue?

METERTE DE LLENO A SENTIRLA

Tal como en el trono de la agonía, si resistís la tristeza, lo único que vas a lograr es intensificarla. Date permiso de estar desgarradoramente triste, que a partir de ahí vas a poder aliviar y encontrar formas saludables de sanar. Resumiendo una serie aproximada de pasos, sería algo así

- Incluir espacios para procesar la tristeza en el plan de acción.
- Cuando aparezca, Aceptar la tristeza
- Meterte de lleno a sentirla
- Hacer lo que sea que tengas ganas de hacer: llorar, encerrarte, patear, gritar...
- Identificar los hechos gatilladores
- Identificar lo que “pensamos” a cerca de esos hechos
- Descubrir el mensaje, el aprendizaje... qué es lo que te está revelando, qué es lo que te está queriendo decir.
- Elegir nuevos pensamientos e interpretaciones acerca de los hechos.
- Sana, sana colita de rana.

Y si está dentro de tus posibilidades, expresar de manera asertiva tus sentimientos a la persona indicada, HACELO. Prefiero que alimentes el coraje de decirle “TE EXTRAÑO” a tu ex, sabiendo que eso puede alejarlo aún más, a que te ahogues en una adicción (que significa “lo no

dicho”). Porque dentro de este proceso de asimilación, como te comentaba, las emociones buscan una salida que a veces puede llevar a conductas o hábitos tóxicos. Trabajá tu maestría de elección llevando tus decisiones a conquistar los “escapes sanos del alma a través del arte”. La borrachera, las drogas, el autocastigo sólo son parches temporarios.

¿Te gusta bailar, cocinar, componer música, escribir, pintar, dibujar? Dejale a tu alma que se exprese en su idioma, dejá que limpie por medio del arte eso que la lógica no puede terminar de resolver o de acomodar. Eso que no puede comprender y busca aliviar. Como me sucedió por ejemplo, cuando no podía soportar la impotencia de la tristeza que me daba ver a mi abuela enferma.

*Quizás cuando logre comprender razones, físicamente ya se haya ido
Mientras tanto imploro a ese señor del tiempo, que encuentre la forma de explicar motivos.
¿Por qué la vida le puso esta suerte? ¿Por qué el dolor se tornó su destino?
Si pasó sus años alentando ilusiones, rescatando almas y dando cariño.
Recordé su amor, sus palabras tiernas, su perfume fresco, su consuelo tibio
Le hablé con mis manos, le dije “lo siento”, me armé de coraje, arreglé sus vestidos
Palpé el sufrimiento, sentí sus dolores y me alejé en silencio a llorarme un río
No pude evitarlo, me aparté sin fuerzas a esconder mi triste corazón partido
Orando a los cielos, me quedé esperando que sanen sus nanas y sus pies dolidos
Pero más le pido, que al llegar la hora, su misión aquí ya se haya cumplido.
¿Y cómo hago para explicarle al mundo QUE PRACTICAR LA AUSENCIA NO SIGNIFICA OLVIDO?
Que cada quien se refugia, guardando sus penas en lo que cree más sano y menos nocivo
Ya le dije al viento que sople sus canas, ya le dije al sol que abrace su nido
Le hablé en melodías a los querubines, que canten mis notas entre sus oídos
¿Y si el tiempo pasa y no me explica nada? ¿Y si el duelo en vida es el peor castigo?
Solo habré dejado que la fe despierta, me brinde consuelo y medite el sentido
Aceptar que su alma buscaba experiencias que la razón carnal no habría comprendido.*

Ahora ya sabés cuál es la clave secreta de un buen plan de acción para tus proyectos. Y para crear la base, a través del link, podés acceder a mi *Magical Planner* para profundizar en la estrategia de alcanzar tus estrellas y darle un poquito más de rienda suelta al proceso de creatividad.

[Acceso a los Extra Bonus MAC](#)

Me pregunto por qué será que la poesía, la pintura, las canciones conmueven tanto a algunas personas... pienso que porque es un mensaje "de alma a alma" que mientras libera al ser que se expresa en el DAR, ayuda también a aliviar a otras almas que se ven reflejadas en esos sentimientos al RECIBIR. Date el permiso sagrado de sentir tus emociones, tu tristeza, escuchá el mensaje que te quiere dejar, y compartilo por medio de tu arte al mundo para ayudarlo a sanar.

CAPÍTULO DOCE

La Frecuencia VIP

El dinero no es todo,

¡Pero como ayuda!

(Los Auténticos Decadentes)

Si algo le agradezco al bandido de Matías, además de elegir quedarse con otra y dejarme libre sin mi consentimiento... es que durante los meses que tuve la dicha de compartir tiempo con él, me mostró un mundo del otro lado de la cortina al que había sido que, REALMENTE SE PODÍA ASPIRAR.

Yo sabía a grandes rasgos que ese mundo existía, lo veía en las películas, en los videos musicales, en las revistas de moda... pero siempre desde una ventana, como si fuera una fantasía. Yo tenía la idea de que mi trastienda económica “algún día podría cambiar”, la ilusión de que tal vez mis finanzas podrían mejorar... pero siempre dentro de un marco lineal, que constaría de MUCHO TRABAJO, SACRIFICIO Y TIEMPO. Para llegar por lo menos a un promedio estándar de sustento y relativa comodidad.

Con el historial de tantos años grabado a fuego en estilo *Cenicienta*... la utopía de los lujos, quedaba siempre estancada en el mundo de los sueños, de esos escapes de princesa que me hacía leyendo cuentos. En la vida real, mi zapallo de transporte solía ser una bicicleta, que a lo sumo se habría convertido en moto. Y tal vez tomaría unos siete años para llegar a las cuatro ruedas.

Apenas creía que si podía avanzar en cuestiones financieras, sería de modo tradicional. Que la buena ropa, los perfumes importados o los paseos “caros”, podrían ser parte de mi vida en momentos ocasionales, pero jamás consideraba la posibilidad de abrazarlo como rutina sostenida. En el fondo quizás lo quería, pero como no me consideraba digna de pensarlo como posible, mucho menos me vería capaz de conquistarlo o de pedirlo.

Esa clase de vida era para otra gente, otros estratos sociales, pertenecía a un mundo paralelo para el cual yo no estaba configurada. Porque cuando atinaba a pensar en algo nuevo que me quería comprar, lo primero que se me venía a la cabeza era “deuda”. Y otra vez el miedo de no llegar a fin de mes, me devolvía al mundo real, dejando de lado mis ideas de –crotta fina- con delirios de grandeza. *“Hay que trabajar nomás, no queda otra. Conformate con lo que tenés que no es poco, que hay otra gente que la pasa peor”.*

¡Y mirá que los carteles en redes sociales y libros de autoayuda te bombardean con el “TODO ES POSIBLE”!, pero parece que al cerebro con el discurso ajeno no le alcanza, necesita evidencia, necesita PROBAR, en carne propia ese [gustito de la posibilidad], saborear la experiencia de la

capacidad y el poder que tiene de pasarse y permanecer en la otra vereda... ¡pero ojo! Conservando las formas, la lealtad, la integridad... porque no vaya a ser que te tilden de materialista y pierdas hectáreas en el paraíso por osar QUERER MÁS.

¿Y viste cuando probás el dulce y no querés soltar? Bueno, así. Cuando pude VER más de cerca y por ratos meterme dentro de ciertas comodidades y agrados, que para mí eran ¡wow! Y para otros eran “rutina”... me di cuenta que no sólo me sentaba bien el rol de *lady*, sino que además me empezaba a gustar, más que de costumbre, lo que aparentemente era “la buena vida”.

No sólo tenía la imagen desde la ventana de las películas y los cuentos, ahora se sumaba el ensayo de vivirlo (aunque fuese sólo por momentos) en carne propia... y lo más potente: “la SENSACIÓN REPETIDA” de contento, de alegría y de disfrute de palparlo en la vida real. Era como apretar el pin para irme a *Tomorrowland* con George Clooney.

Además de una imagen aproximada, le estaba dando a mi cerebro ejemplos vividos de lo que quería lograr, **los sentimientos y emociones que quería replicar**. Y por supuesto, una cuota de evidencia contundente de que si podía contagiarme por momentos, podía volver a recrear esa clase de experiencias y sensaciones.

♥ *ESTO ES LO QUE QUIERO, ESTO ES LO QUE DESEO, ESTO ES A LO QUE ASPIRO. Un estilo de vida en el que la comodidad, el confort y el disfrute fuesen LA REGLA, y no la EXCEPCIÓN OCASIONAL.*

Pero cuando volvía a mi contexto habitual, era consciente de que las cosas eran muy diferentes. ¿Qué era lo que me separaba de ese estilo de vida wow? Como dije al principio, era como un mundo paralelo para el cual YO NO ESTABA CONFIGURADA. Además de varios miles de miles en la cuenta bancaria... Lo que me separaba años luz de esos deseos era **MI MENTALIDAD: la forma de pensar que había cultivado durante casi 30 años acerca del dinero, de las personas que lo tenían y de mi capacidad de generarlo.**

Por lo tanto ESO es lo que tenía que desarrollar, expandir, reprogramar. Eso que, lamentablemente, no venía detallado en los programas curriculares de la escuela, y que por lo general no se conversaba en los almuerzos familiares, ni tampoco me habían explicado en los distintos prototipos de cursos, diplomados o mentorías en las que había invertido, hasta ese momento, mi tiempo.

De nuevo, no sólo a leer y a escuchar información... sino darme la oportunidad de “empezar a aplicar” lo que decían los libros, entrenamientos y capacitaciones ESPECÍFICOS, sobre el dinero, pero no precisamente los apartados de economía o matemática financiera; sino a lo referido a “relación con el dinero”, “energía del dinero”. Eso que tiene que ver con la vibra, con la atracción y con la ADMINISTRACIÓN DEL PENSAMIENTO que lo magnetiza (o espanta) y que determina desde su origen invisible, el funcionamiento de todo lo demás.

Tu pase a vibrar en First Class

Dentro del rol de CO-CREACIÓN que jugamos los seres humanos impactando en el sistema universal al que pertenecemos, como te explicaba en el Capítulo 8, el arte de diseñar, generar y manifestar cosas materiales, experiencias e interacciones con otras personas, TAMBIÉN INCLUYE PODER DE CREAR Y ATRAER DINERO. La capacidad de generarlo no radica precisamente en el entorno, sino en una cuestión intrínseca de cada ser.

E independientemente de la calidad que hayas tenido en generar y atraer hasta el día de hoy, así haya sido mucho, poco o casi nada, lo que hayas experimentado o vivido acerca del dinero, PUEDE CAMBIAR. Incluso si te tocó la “flaca suerte” de repetir la misma historia económica, como en mi caso, durante 25, 30 o 70 años, en adelante se puede MODIFICAR. Y para poder hacerlo, primero hay que conocer con un poco más de detalle ciertos fundamentos básicos como: qué es realmente el dinero, cómo opera su flujo dentro del sistema universal y la forma correcta de intervenir de raíz en su creación.

EL DINERO ES ENERGÍA. Como todo lo demás que existe dentro del universo. Repito, el dinero es energía. ¿Y qué hace la energía? VIBRA. Cada partícula energética vibra en determinada frecuencia y se va agrupando por similitud o igualdad de vibración con los demás átomos que están vibrando en frecuencias semejantes.

El dinero, es un objeto más que NO DECIDE hacia dónde moverse, sino que se desplaza por naturaleza hacia los niveles que lo magnetizan con mayor intensidad. En cambio, una persona, que SÍ DECIDE, que tiene la capacidad de elegir hacia dónde y cómo trasladarse, que puede optar por caminos por los cuales moverse... TIENE EL PODER DE ALTERAR SUS NIVELES DE ENERGÍA. Consciente e inconscientemente, posee la capacidad constante de disminuir o aumentar su promedio de vibración para “pararse” y deslizarse entre los distintos estratos que atraen o alejan a los demás objetos del entorno.

Entonces, si el dinero no viene, pobrecito, o no se queda con vos por mucho tiempo, no lo tortures, no lo culpes, no lo maldigas. Porque si es así, se trata de SU propia naturaleza energética que no le permite acercarse o permanecer al lado tuyo. Sería como enojarse con un pez porque no puede volar. Por lo cual te propongo que si deseás lo contrario, que comiences a trabajar en TU ENERGÍA, para elevarte a vibrar en frecuencias que lo atraigan hacia vos. Y le permitan quedarse o moverse en un flujo de armonía que te beneficie. (No sólo en este sentido, sino de manera integral).

¿Cuál es el origen invisible de la creación? EL PENSAMIENTO

¿Cuál es la semilla base de la vibración? EL PENSAMIENTO

¿Qué es lo que le da origen a los demás factores vibratorios? EL PENSAMIENTO

Teniendo en cuenta la descripción que aparece en el Libro Uno de “Conversaciones con Dios”, de Neale Donald Walsch, los Niveles de la Creación son 3: pensamiento, palabra y acción. Donde las 3 vinculadas, conducen a determinados RESULTADOS.

“El proceso de creación se inicia con el pensamiento; una idea, concepto o imagen mental. Todo lo que se ve, fue alguna vez idea de alguien. Nada existe en el mundo que no haya existido primero como pensamiento puro.

A continuación viene la palabra. Todo lo que se DICE es -pensamiento expresado-. Es creador y emite energía creadora al universo. Las palabras son más dinámicas (por lo tanto algunas pueden ser más creadoras) que el pensamiento, puesto que algunas palabras constituyen un nivel de vibración distinto del pensamiento. Trastornan (cambian, alteran, afectan) al universo, causando un gran impacto.

A continuación viene la acción. Las acciones son palabras en movimiento, las palabras son pensamientos expresados, los pensamientos son ideas formadas. Las ideas son energías reunidas. Las energías son fuerzas liberadas. Las fuerzas son elementos existentes. Los elementos son partículas de Dios, porciones del Todo, la sustancia del todo.”

A su vez, como articulando un brazo complementario de la creación, el pensamiento es lo que le da nacimiento a las EMOCIONES. Como te anticipaba en el Capítulo 11, “lo que pensamos acerca de lo que nos pasa es lo que le da origen a lo que sentimos.”

“Y la emoción es energía en movimiento. Cuando se mueve energía, se crea un efecto. Si se mueve la energía suficiente, se crea materia. La materia es energía condensada, comprimida. Si se manipula suficiente energía de determinada manera, se obtiene materia. Todos los Maestros conocen esta Ley. Esta es la alquimia del universo. Este es el secreto de la vida.

El pensamiento es energía pura. Cualquier pensamiento que tengan, hayan tenido o vayan a tener es creador. La energía de su pensamiento nunca muere. Nunca. Abandona su ser y se dirige al universo expandiéndose por siempre. Un pensamiento es para siempre. Todo pensamiento se coagula; todo pensamiento choca con otros pensamientos, entrecruzándose en un extraordinario laberinto de energía, formando una estructura de continuo cambio e indescriptible belleza e increíble complejidad.”

Y aunque las palabras y las acciones mueven grandes cantidades de energía y producen resultados, el factor energético de mayor poder vibratorio es la EMOCIÓN. Que también tiene origen en el pensamiento.

Pensamiento → Palabra → Acción = Resultado

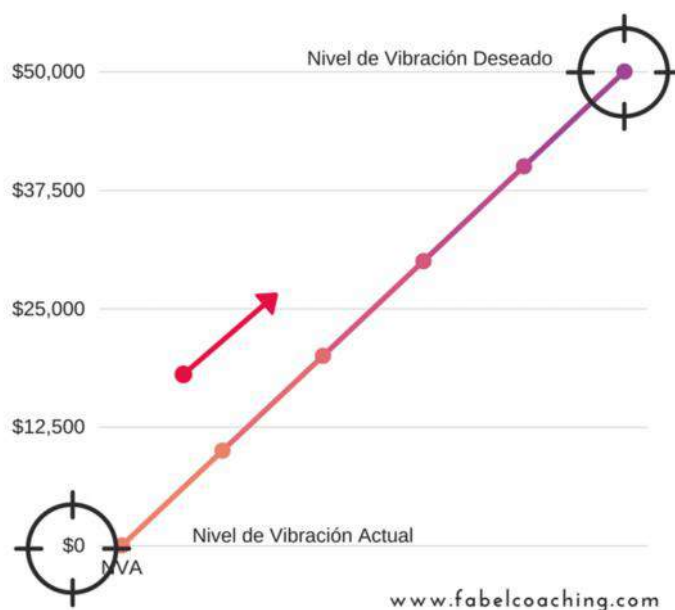
Pensamiento → Emoción → Vibración = Atracción

Entonces, si el pensamiento es lo que CREA las emociones, y a su vez éstas determinan a gran escala el promedio de vibración, el secreto para modificar resultados y elevar la energía consiste en CREAR emociones de alta vibra a través del pensamiento. Para atraer naturalmente lo que deseamos, que se encuentra levitando en frecuencias más elevadas.

Y aunque esto funciona para TODO lo que deseamos manifestar, atraer o crear, aquí vamos a hablar específicamente del dinero. Suponiendo, por ejemplo que quieras generar \$50.000, no significa precisamente que tengas que trabajar más horas, vender más unidades de algún producto o aumentar los precios de tus servicios; porque eso sería apuntar a los síntomas. Para apuntar a la raíz y lograr un impacto inteligente y efectivo en los resultados, lo ideal es trabajar en AUMENTAR EL NIVEL DE VIBRACIÓN, para ALINEARLO a la frecuencia indicada de lo que querés atraer o manifestar. Es decir, CREAR LA SENSACIÓN VIBRATORIA QUE LO ATRAE.

Porque si lo que estás generando en este momento es menos de lo que -decís que deseás-, no significa que no tengas la capacidad, que la economía del país te juega en contra o que tu jefe es un rata que no te quiere aumentar el sueldo, sino que refleja que tu “Nivel de Vibración Actual” está calibrado para atraer cantidades menores.

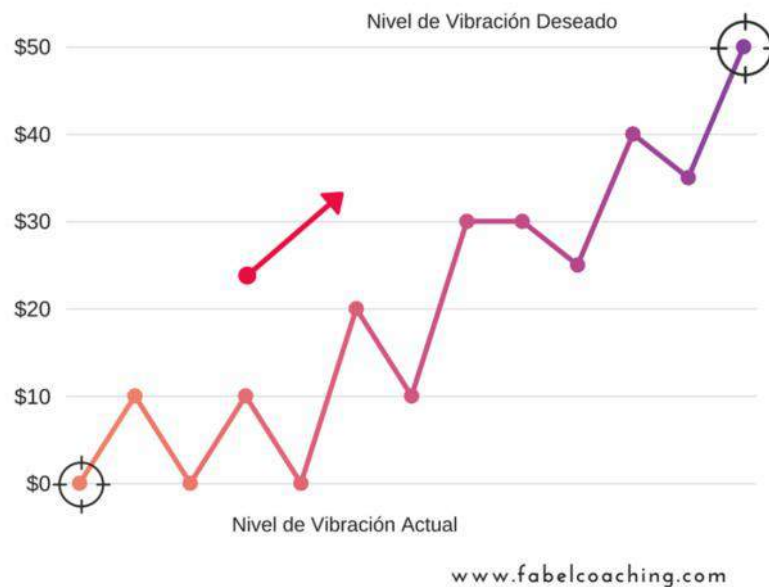
En forma de gráfico podría representarse así:



Tu NIVEL DE VIBRACIÓN ACTUAL, es lo que determina la cantidad que estás generando o atrayendo en este momento. Y se conforma del promedio energético entre lo que pensás, SENTÍS, decís y hacés acerca del dinero. EN ESE ORDEN. Porque lo que pensamos, le da origen a lo que sentimos y decimos, y a su vez, a lo que hacemos.

Para ir subiendo en la escala, y llegar al punto que atrae naturalmente los 50mil, no tenés que cocinarte la cabeza pensando en la idea del millón de dólares, tenés que trabajar en alcanzar el NIVEL DE VIBRACIÓN ACORDE.

Y aunque el gráfico me salió divino, desde que empezás a reprogramar los pensamientos, a crear nuevas emociones y a aumentar tu promedio de vibración, quisiera mentirte que es inmediato, pero como el programa mental de la escasez en una frecuencia baja suele estar tan arraigado en la memoria, en la vida real, podría llegar a pasar que se vea algo así:



Entonces, ahora que ya diste el PASO CERO, de saber cómo funciona... empieza la fantástica odisea de “operar a conciencia” dentro del sistema para ir subiendo gradualmente de nivel.

El objetivo es TRANSPORTARTE de la “Mentalidad de Escasez que vibra en frecuencias bajas” hacia la “Mentalidad de Abundancia que vibra en Frecuencias Altas”.

ACLARACIÓN. Si ya estás generando de forma constante y consistente la cantidad de ingresos que deseás, no es necesario que leas este capítulo. Podés saltarte al siguiente, pero si te quedás, hay algo importante que te quiero explicar.

Cuando empezás a desarrollar o implementar un Nuevo Programa de Pensamiento en la mente, el viejo programa no se va a dar por vencido tan fácilmente, y va a insistir en quedarse a toda costa como protagonista; por lo que te puedo recomendar, que cada día TE PLANTES UNA SEMILLA de RECORDATORIO, tal y como lo dice el título de la película “Como si fuera la Primera Vez”.

En el film, Lucy (Drew Barrymore), en un accidente, a consecuencia del golpe en la cabeza, pierde su memoria de corto plazo, lo que implicaba que cada vez que dormía se despertaba solamente con los recuerdos previos al día del impacto. Para evitar su frustración, el padre y el

hermano (y todos los habitantes de Hawaii) ambientaban su vida para simular que vivían ese mismo día una y otra vez. Pero quedaban estancados repitiendo el mismo simulacro diariamente.

Hasta que aparece Henry (Adam Sandler), que se enamora de ella, y teniendo en cuenta de que su vida corría dentro de una cinta repetida... se le ocurre hacer un video introductorio explicando en resumen lo que realmente le había pasado, para recordarle todos los días al despertar que ese NO era el mismo día que ella creía, e INSERTARLE la advertencia de su verdadera realidad para que pudiese comenzar sus días con naturalidad.

Así que para que no te quedes estancado en el primer día repitiendo el viejo programa sin poder avanzar en tu desarrollo de mentalidad mientras la vida pasa... CADA DÍA, cuando te despertás, dale a tu cerebro un “resumen recordatorio de advertencia” de que estás GRABANDO UN NUEVO PROGRAMA. No te digo que tengas que filmar un video como el de Henry, aunque te doy permiso si te animás, pero podés empezar a implantar el aviso con una simple frase, del estilo:

- ♥ Estoy aprendiendo a Desarrollar mi Mentalidad Magnética de Abundancia.
- ♥ Estoy aprendiendo a Vibrar en la Frecuencia VIP.
- ♥ Estoy aprendiendo a Vibrar en *First Class*.

Y por supuesto, abrazá a la idea de que ES UN PROCESO y arrancá. Quizás es hora de empezar tus “50 Primeras Citas” de entrenamiento consciente, porque tal vez tu relación con el dinero, no debería ser otra cosa que una gran historia de AMOR.

PASO #1. Tu propia definición de *First Class*

En principio, no se trata de “compararnos” con otras personas. Podemos usar como parámetro para otras cuestiones, ver al que aparentemente está más abajo para acordarnos de dónde venimos (o darte el alivio temporal de que siempre hay alguien que está peor) o bien, mirar al que aparentemente está mejor, para darnos una idea de perspectiva hacia lo que podemos aspirar o identificar patrones de éxito para imitar. Pero el punto certero de medición es el propio. Por lo tanto, a la hora de medir TU EVOLUCIÓN Y TUS AVANCES, vas a tener que remitirte a TU PROPIO CAMINO, en base a lo que pretendas generar.

Entonces ¿qué significa para vos *First Class* o Primera Clase? VOS, de qué manera quisieras vivir realmente, cuáles son los gustos que te querés dar. SIN CENSURA, como en la lista de deseos, como si no hubiera límites: vivienda, ropa, comida, vehículo, experiencias, paseos, salidas, cobertura médica, viajes, chiches... y una vez que sabés todo lo que querés, calculá tu presupuesto VIP. ¿A CUÁNTO DINERO mensual o anual equivale el total de lo que deseás costear?

Etonces tu atención pasa de enfocarse en el letargo de “vivo así porque es lo que me permite el presupuesto actual” (supuestamente condicionado por lo externo de lo que TE pasa), a

enfocarse a la apertura y posibilidad de “*este es el presupuesto que voy a generar para solventar el estilo de vida que deseo*”.

Ya tenés un NÚMERO para colocar en la cima de tu propio esquema de reflejo vibratorio. Ahora ya sabés hacia dónde te dirigís, a qué frecuencia querés llegar. Te recuerdo por las dudas que está permitido volarse la imaginación agregando cosas, como jet privado, yate o piscina climatizada. (Total después hay tiempo de reconsiderar).

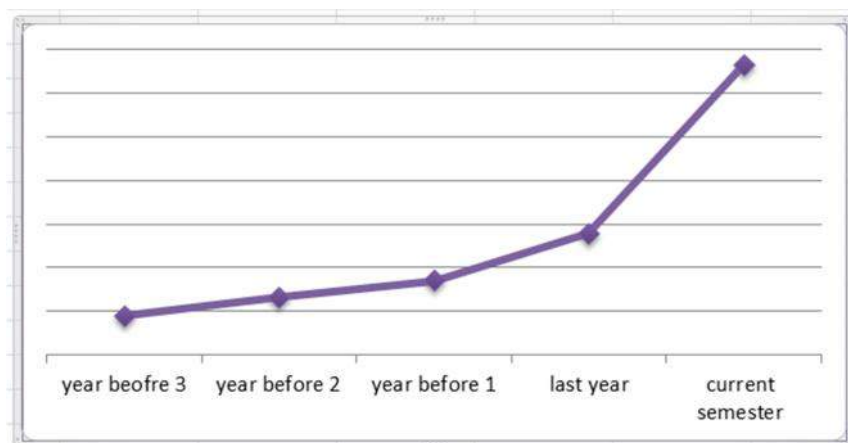
PASO #2. Tu nivel de Vibración Actual.

Hasta que alguien ponga en el mercado un “medidor de nivel de vibración” en el que apretás un botón y te larga un ticket diciendo en qué nivel estás, lo vamos a hacer en el modo tradicional.

Simple. ¿CUÁNTO ESTÁS GENERANDO EN ESTE MOMENTO? Todo. Todo lo que te ingresa: sueldo, propinas, el bruto que generarás en tu negocio (antes de gastos e impuestos), intereses de plazos fijos, mesadas, dinero que encontrás en la calle... ¡uff! Y un largo etcétera. Si te resulta más cómodo como en mi caso, podés hacer el cálculo mensual.

Para tener claro el punto de partida. Porque si querés llegar a *Narnia* por ejemplo como mi amiga, está bueno que tengas una idea de la distancia a la que estás, por lo menos, del ropero. Porque lo que estás generando en este momento, refleja en números aproximados, tu Nivel de Vibración Actual.

Como bono extra, para tener una perspectiva más completa, ¿cómo viene tu historial? Es decir, cuánto ingresaste en meses y años anteriores. Y aquí te muestro lo que refleja “mi propio historial” en este gráfico:



No lo digo yo, me lo dijo Excel, que el primer año, mi promedio de ingresos ascendió casi media línea, el segundo año poco más de media más, el tercero aproximadamente una, y tan sólo en el *primer semestre* del momento en que hice el gráfico, ascendió casi 4. Como verás, no hubo bajas.

¿Qué pasó en ese año y medio de mayor ascenso? Estuve aplicando los métodos y técnicas que aprendí en los entrenamientos y que te estoy contando en este libro, en especial los que siguen a continuación.

PASO #3. Liberación Energética Sideral

Si todavía no estás generando las cantidades que –decís que deseás- es reflejo de que tu “Modelo de Pensamiento” todavía está obstruido, cargado de impostores, barreras y bloqueos que no te permiten subir de nivel. Y para poder llegar a la cima de una montaña, hay que caminar livianito... por lo tanto es fundamental soltar algunas mochilas, equipaje obsoleto y cargas pesadas.

De lleno al trabajo en el viejo pensamiento. Y acá te puedo atormentar a preguntas para identificar patrones adquiridos como: ¿en tus primeros años de vida, qué se decía en tu casa acerca del dinero? ¿Qué te transmitió la sociedad? ¿Qué pensás acerca de las personas ricas o que tienen mucho capital? Pero aunque realmente son ejercicios MUY interesantes, y a mis alumnos los hago hilar finito en las respuestas, el mundo de la información está repleto de ellos. No pienso desmitificar lo que dicen otros libros o cursos sobre el dinero, al contrario... considero que es valiosísimo que sigas probando, intentando experimentando, de cuanto autor o gurú se te ocurra, porque el combo de todos va dejando cada vez más su semillita.

Lo que sí te quiero recomendar es que si el libro, el curso, o el entrenamiento no te gusta, no te llena o sentís que no te completa → NO LO HAGAS. Buscá otro. En el mar de opciones y el alcance tecnológico de estos días, seguramente vas a encontrar algo que te calce mejor. Pero en cambio, si te gusta el estilo, el mentor o la modalidad de lo que te presentan y LO QUE NO TE CABE SON LOS EJERCICIOS, ahí sí: arremangate, hacé un esfuerzo y HACELO IGUAL, porque se trata de una cuestión de aparición de “Madame Resistencia” como te contaba en las primeras páginas, que se las ingenia para mantenerte en el antiguo esquema mental.

Por lo tanto aquí sólo te voy a proporcionar un “ejercicio atajo” de liberación energética integral, para empezar a despojarte de las redes e impostores que te sostienen en el nivel en el que estás (e incluso pueden tirarte hacia atrás).

Identificá tus impostores. Hacé una lista POR ESCRITO, de todos los recuerdos que se te vengan a la mente sobre situaciones, experiencias o episodios en los que te hayas sentido traicionado, disminuido, avergonzado... todo lo que en algún momento te haya generado un sentimiento de angustia, pena, dolor, tristeza, impotencia, amargura, resentimiento... (Estoy segura de que mientras leás algunos recuerdos relacionados ya empezaban a bajar).

Y a continuación, con cada una, hacé un ejercicio de limpieza energética que incluya EL PERDÓN. Como por ejemplo algunas de estas, de las cuales podés encontrar guías en YouTube.

- Ho'oponopono, la técnica ancestral Hawaiana que significa "corregir error de pensamiento" y consiste en repetir ciertas palabras, respirando profundo. Algunas de las clásicas: *Perdoname, Lo Siento, Gracias, Te amo*. Y mi favorita: *Llave de Luz*.

- EFT o Tapping, que opera dando golpes suaves en los puntos de acupuntura, repitiendo frases como "*Aunque siento/pienso/me pasa que... (lo que te sucede)... ME AMO, ME APRUEBO Y ME PERDONO completa y profundamente*".

- O incluso más simple, una breve visualización, ritual o meditación de la situación diciendo por ejemplo "*Gracias por la enseñanza, te perdono y te dejo ir en paz*".

Plantarle un ejercicio de PERDÓN a un pensamiento intoxicado de angustia o resentimiento, es como ponerle aceite a un engranaje oxidado. Se ablanda, se suaviza y vuelve a marchar. ¡Dale! Disolvé a los impostores. ¡Liberate! Soltá.

PASO #4. Registro y evaluación de métricas.

A medida que vas limpiando los pensamientos y destrabando los bloqueos energéticos, el promedio de vibración va en alza. Pero ¿cómo corroborarlo? Registrando a diario tus parámetros de medición "tangible", es decir, tus ingresos de dinero y comparando los totales mensuales en relación a los objetivos que te planteaste y al punto de partida. De cuánto venís, por cuánto vas y a cuánto de distancia estás de lo que querés llegar.

La buena noticia, es que los números que sumaste en el paso dos, son solo una parte. En realidad estás generando más, porque existen dos formas básicas de "manifestar dinero":

- Efectivo: todo lo que recibís en cash.
- Valor: lo que recibís en otras formas que lo representan.

Regalos, premios, pases gratis, beneficios, descuentos... lo que en teoría, equivale a un monto de dinero, pero que VOS no lo pagás. Todo lo que recibís que te "*viene de arriba*" como decimos por acá. Lo que significa que en realidad, estás vibrando más alto de lo que pensabas.

Por lo general van creciendo las dos juntas, pero hay personas que atraen grandes cantidades representadas en valor y les cuesta conquistar dinero cash, o viceversa. Entonces para conocer con mayor precisión tus tendencias, es importante que desmenuces las formas en que lo estás recibiendo.

Entonces, en adelante, si es que todavía no lo estás haciendo, cuando plasmás tus ingresos diarios en una hoja de cálculo, debés sumar también el monto estimativo que representa en valor. Por ejemplo, si te regalan un pase libre a un evento que equivale por ejemplo \$300, o te pagan la cena, también lo vas a apuntar como ingreso de "valor".

Aprovechá ahora si querés saltar en una pata para festejarte. Da gracias también por cada regalo, cumplido o reconocimiento. Saboreá el placer de encontrar evidencia de la abundancia en tu vida. Porque cuando generamos con el pensamiento una emoción positiva, sensaciones de

disfrute, de alegría, de gratitud... la vibración aumenta. Eso que te hace sentir elevado, completo, satisfecho. Que se percibe placentero, como absoluto bienestar, ESO ES LO QUE DEBEMOS CREAR.

- ➔ ¿En qué nivel estás vibrando?
- ➔ ¿A cuánto equivale la frecuencia VIP a la que querés llegar?
- ➔ ¿Qué estarías sintiendo si YA estuvieras vibrando en *Fist Class*?

Teniendo en cuenta que a veces, ese estilo de vida en Primera Clase, también puede incluir una escapadita al medio del campo donde no hay lujos, un campamento con latitas de paté o salidas muy baratas... pero que no sea “porque no te queda otra”, sino por gusto y elección.

Considero que está muy bueno que puedas pasear por todos los estratos o compartir y relacionarte con cualquiera de las clases sociales... pero no que tengas que “resignarte” a quedar atrapado en un estilo de vida que no te permite progresar. Sino que realmente puedas ELEGIR QUEDARTE EN LA QUE MÁS TE GUSTE o más te cabe y que lo puedas disfrutar.

Así que para darle un toque abundante a este capítulo, te dejo un obsequio por acá.

[Acceso a los Extra Bonus MAC](#)

CAPÍTULO TRECE

El Arte de Manifestar Deseos

-Vení ya acá y explícame cómo lo hago!

-No, no, no... vení vos acá y TE MUESTRO CÓMO LO HICE.

Meditación, visualización, *tapping*, *journaling*, coaching, psiquiatra, reiki, psicoanalista, psicólogo, tarot, registros akáshicos, google, youtube, Biblia, ángeles, *healers*, musas, libros, sanación transgeneracional, música, baile, encierros, salidas...

Y aun con toda la batería de herramientas, técnicas y estrategias... de vez en cuando, mi mente resolutiva quedaba en STOP, más que cerebro en punto muerto, era como una sensación de “-ayyyy”, mordiéndome los dientes, con los hombros fruncidos y la nuca clamando por ibuprofeno. Ah sí, de nuevo: FRUSTRACIÓN. ¿Y ahora qué hago para salir de esta? La urgencia del momento, no me alcanzaba ni para solicitar una sesión con Jodorowsky (el padre de la Psicomagia). Así que cuando el agua me estaba llegando al cuello en alguna situación tipo extrema, yo pretendía que Ella venga en mi auxilio en ese preciso instante y me diga cómo carajos salir de la encrucijada de turno. Si se suponía que ella era más experimentada, más evolucionada y más sabia... tendría una respuesta inmediata. Una mágica solución.

Como ya habíamos tenido algunos encuentros interesantes y consideraba que estábamos “en confianza” la llamé y la intimé a presentarse: “-Vení ya acá y explícame cómo lo hago”. Y mimetizando el mismo estilo de énfasis, no se movió ni un centímetro, se quedó plácida y espléndida donde estaba. Bandida, atrevida y *trastornadamente* sanadora... loca, única, rompedora de estructuras, rara, excéntrica, inusual... solía ponerse medio bélica en algunas de nuestras conversaciones y a la vez ni se inmutaba, se quedaba firme y pacífica en su lugar. En la esfera de su afable parsimonia ante cualquier turbulencia, me respondió clarito: *-No, no, no... vení vos acá, y TE MUESTRO CÓMO LO HICE.*

Demasiado segura en su posición, no me daba pie a dudar de la convicción y certeza con la que hablaba. Y tal como me dijo, así lo hizo. Me mostró los pasos, me mostró el camino, me mostró orgullosa y abiertamente LO QUE HABÍA LOGRADO. ¡Y qué bello era! Se me aceleraba el corazón y se me llenaban los ojos de lágrimas de fascinación y alegría... pero eso no es todo. No sólo me dio un paseo de guía turístico por sus aprendizajes y fantásticas experiencias, sino que me dio las gracias por el honor de la visita y se tomó la amabilidad de darme su reconocimiento, marcando y explicando CADA UNA de las metas que había alcanzado, acentuando cómo yo la había ayudado y subrayando que SIN MÍ, esa realidad tan brillante que ella estaba viviendo, no hubiese sido posible.

¡Ay! ¡Me sentí tan importante! Me llené de admiración, me contagié en cada fibra del ese *power* tan intenso que desplegaba y me despedí maravillada de nuestro gran encuentro.

Con lo que había visto, la frustración de no saber qué hacer que me había estado atormentando un rato antes, había desaparecido. No solo tenía la claridad del siguiente paso o una solución de parche... sino el panorama completo, el mapa de ruta directo y la inspiración certera para transitarlo. Me dio todo lo que necesitaba en ese momento, así que abrí los ojos, me aparté del espejo y volví.

Contaba nuevamente con toda la energía para ponerme manos a la obra, sin titubeos, porque además, ahora ya sabía que **MI YO FUTURO** me estaba esperando con los brazos abiertos en ese hermoso lugar.

Poco después, las paredes del hall de mi casa, en un santiamén se empezaban a llenar de garabatos. En la escena de convertirse en pizarrón de una fanática acelerada por ordenar la bajada de una palabra clave tras otra, las ideas comenzaban a cobrar sentido. Las piezas del dilema que se había ido revelando a lo largo de toda mi vida y mi experiencia, ahora se hacían eco dentro de un esquema.

¡Qué paradójico este mundo de los deseos! ¿Cómo pedirlos? ¿Cómo lograrlos? “Si todos se me están cumpliendo y cada vez más intensos... *significa que FUNCIONA, la técnica funciona, la misma, cada vez más refinada. Si así fue para mí, puede funcionar para otras personas, en todo momento, en cualquier lugar*”. *El mismo esquema, el mismo sistema... con distinto relleno. Una serie limpia, que cada uno pueda usar para SUS DESEOS, completando con su propio estilo, con su propio brillo y autenticidad.*

Si mi querida espalda sexy ya lo había experimentado, no iba a ser tan *perra* de esconderme el mapa, al ver a otros que tal vez habían perdido el rumbo y buscaban una salida o estaban sufriendo por no poder concretar.

Una idea tan sencilla como ancestral. Porque, en definitiva ¿qué dicen los textos, la enseñanza divina, la guía universal? Desde el inicio de los tiempos y ahora con énfasis en la tendencia de la actualidad, la base continúa siendo la misma, los principios celestiales son atemporales, atraviesan eras, catástrofes, naciones... y, sin embargo, sobreviven con la misma pureza sagrada de todos los tiempos. ****Ask and receive: pide y se te dará****.

Pero... ¿CÓMO? Y ahí está lo divertido, lo grandioso, lo espléndido... en la experiencia de desdoblarse esa dádiva en sus dos aspectos y realmente aprender a plasmarlos en la vida real. Con precisión y a buen tiempo.

¿Te arden esos deseos adentro insistiendo para salir a brillar? Si es así, entonces vamos a esclarecer las dos fases, de lo que yo llamo “El Arte de Manifestar”: Pedir el Deseo y Prepararte para Recibirlo.

Las 7 Claves de una Conspiración Exitosa

Si tuviera que parafrasear al universo, en cuanto a los lineamientos para pedir un deseo... apuesto a que diría aproximadamente así:

*Usted puede desear lo que quiera, y puede pedirlo en el momento que se le antoje, pero para que pueda ser considerada una *conspiración exitosa* hay algunos detalles que debemos aclarar.*

*Aquí siempre se realiza un trabajo exhaustivo, delicado y finito para que usted pueda recibir sus pedidos en tiempo y forma. Es decir, garantizamos que cada entrega SIEMPRE ES EXITOSA. Años luz de perfección en delivery avalan nuestra experiencia. Pero para que también Usted pueda **considerarlo perfecto y estar CONFORME con lo que recibe**, es indispensable que podamos ponernos de acuerdo en ciertas cuestiones y concluir en una obra “magistral.”*

Se lo voy a detallar en una serie de pasos, para que le resulte simple comprenderlo, y ante cualquier indicio de duda, pregunte. Nuestras líneas de atención directa están abiertas las 24hs y en múltiples formatos para asesorarlo de forma integral.

1- **DECIDA LO QUE QUIERE O DESEA.** Y aquí es de suma importancia que su deseo sea puramente suyo, y no algo que los demás quieren para usted o que piense que es una obligación. Indefectiblemente los deseos y sueños provienen de sus adentros y no tienen por qué ser cuestionados, juzgados o criticados. Desee y listo, pero que sea propio y genuino. Para ayudarse un poco en este punto, puede recurrir a las señales que le envía su corazón a través de la intuición. Recuerde las cosas que hace en sus momentos de ocio, qué es lo que le gusta, en qué lugares se siente bien. Conecte esa sintonía y tendrá un panorama más limpio y acertado de qué es lo que quiere ordenar.

2- **SEA ESPECÍFICO.** Si usted quiere una pizza (una vez que ya está seguro), y pretende que sea de salsa golf y palmitos, aclare. Porque si pide “cualquier pizza” y enviamos la de jamón y rúcula, una vez que ya está entregada, no aceptamos devoluciones. Tendrá que comérsela igual. Lo mismo sucede si lo que quiere es por ejemplo “su propia empresa”, especifique las características relevantes. Pues “exprimidos naturales” también es una empresa y no me gustaría que se aflija cuando reciba el carro, el exprimidor y las naranjas para salir a montar el gazebo en la esquina. Con esto me refiero a que defina qué tipo de empresa, si quiere que le guste lo que hace mientras trabaja, cuántas horas quiere dedicarle, si es sólo para días hábiles o también incluye los fines de semana y feriados, cuánto piensa generar de ingresos con ese negocio. Al menos para comenzar y agilizar los trámites y después podemos profundizar en más detalles (una vez que esté más entrenado con esta habilidad de especificar).

3- **DEFINA UNA MEDIDA.** Si pide clientes, diga cuántos, ¿tres, quince, siete millones? Pondré el clásico ejemplo del dinero, que es lo que más solicitan en estos tiempos. Quiero destacar que “Mucho, algo, lo necesario, lo suficiente o abundante” **NO SON MEDIDAS ESPECÍFICAS.** Medida significa número o cantidad. Entonces ¿cuánto quiere? Si usted es de los que todavía no conoce bien las leyes de la magia del dinero o no está acostumbrado a recibir varios miles en cuestión de minutos o días, comience pidiendo una cifra baja para ir ganando práctica y después puede ir subiendo paulatinamente la suma cuando adquiera un poco de experiencia. Vale destacar que es lo mismo enviarle 4 centavos, que cinco millones. De todos modos tenemos que trabajar. Así que ya que estamos, pida... pida que se le dará.

Con respecto a otras cuestiones que parecieran “no cuantificables” y no puede especificar un número concreto, como por ejemplo independencia emocional, al menos determine un porcentaje. Nosotros ya sabemos la cantidad que se le envía, pero usted debe saberlo para poder verificar.

4- Aquí voy a hacer una aclaración, porque hasta el momento, pareciera que nos regimos por el método SMART, pero ese es más usado para la sección de “metas y objetivos”. Y como aquí estamos en el apartado de DESEOS Y SUEÑOS, aclaro que no es necesario que al principio sea Realista o Alcanzable. Aquí nos especializamos en cosas que suelen parecer imposibles para los humanos. Así que puede solicitar cosas que suenen ilógicas, o locuras fuera de serie.

Pero... sí es importante que **DETERMINE EL TIEMPO.** ¿Para cuándo lo quiere? Porque si pide tres hijos por ejemplo, no es lo mismo mandarle uno cada dos años que trillizos de una sola vez.

5- **CLARIFIQUE EL MOTIVO.** Por lo general, cuando usted empieza con un nuevo proyecto, un nuevo objetivo o una nueva actividad, la motivación de la iniciativa de los primeros pasos le da un impulso tremendo, pero a medida que va pasando el tiempo, la adrenalina que tenía al principio se empieza a evaporar. Sobre todo si está muy cerca del final. Si se deja atrapar por la trampa de “falta de ganas, de inercia, de ánimo” que provoca, comienzan a aparecer las dudas, alguna voccecita interna enmascarada que insiste en tirarle para atrás, y la frustración. Puede llegar a estancarse y desafortunadamente su objetivo, nunca verá la luz (o tardará más de lo necesario). No porque nosotros no queramos enviarle lo que pide, sino porque usted está obstruyendo los canales de recepción cuando atina a bajar los brazos. Pues la motivación que se genera al principio, **NO ES ETERNA...** hay que alimentarla y re-alimentarla constantemente. Si está dormida o moribunda hay que desfibrarla. Hay múltiples formas para mantenerla o revivirla (repetir afirmaciones, rodearse de gente que lo tire para adelante, hacer ejercicios de gratitud, y un largo etcétera) pero... ¿cuál es la más poderosa? La palabra motivación en sí misma se lo revela: el **MOTIVO.** *La forma más poderosa de mantener o revivir la motivación es recordar el motivo.* Y para

poder recordarlo, primero debe ponerlo en claro. Saber cuál es. Y puede establecer los motivos desde la perspectiva del inicio o del fin. (O ambas, para asegurarse una bomba atómica de entusiasmo y poder).

*- Perspectiva del Inicio: ¿POR QUÉ? ¿Por qué comenzó? Es decir, qué es lo que lo llevó a desear lo que desea. Cuáles son las **razones** que lo impulsaron a desear ESO en particular. Por lo general se trata de una cuestión de “querer alejarse del cierto dolor” o de una incomodidad.*

Por ejemplo si lo que quiere es “una casa”. ¿POR QUÉ comenzó a quererla? Puede que el motivo del inicio, la razón que lo llevó a desearla haya sido “dejar de pagar alquiler”; alejarse de la molestia de invertir su dinero en lo ajeno. Si quiere una computadora, la razón podría haber sido “dejar de ir al cyber a redactar los apuntes.” Si quiere \$5000 extra, puede que haya sido “para dejar de ajustarse tanto con los gastos a fin de mes”. Alejarse del dolor, de una incomodidad, de una molestia.

-Perspectiva del Fin: ¿PARA QUÉ lo quiere? Qué es lo que va a lograr con ese deseo cumplido, cuál es el propósito de que eso se logre. Qué beneficio le trae. Generalmente se trata de “acercarse al placer”.

Tomando los mismos ejemplos, éstas podrían ser algunas razones que justifican ese fin. Quiere una casa, para proyectar su futuro desde la estabilidad... para iniciar un negocio. Quiere una computadora, para poder estudiar cómodo en su casa. Quiere \$5000 extra, para comprarse un celular nuevo o irse de vacaciones de fin de semana. Acercarse al placer, a un beneficio, al confort.

6- **UTILICE UN ENUNCIADO POSITIVO.** Aquí se trabaja a tiempo completo. Pero sucede que suelen pasar muchos años o muchas vidas hasta que usted se da cuenta de que PUEDE pedir directamente y a conciencia. Por lo tanto, por cuestiones operativas, de eficacia y de tiempo, recibimos constantemente los mensajes y solicitudes de su mente subconsciente, pero ésta trabaja de modo diferente con la palabra NO. Por ejemplo si usted dijo “-NO quiero escuchar más música de Queen-”, el motivo por el cual la voz de Freddy Mercury últimamente le está penetrando los oídos a través de cualquier radio con Bohemian Rhapsody o reproduciendo Somebody to Love automáticamente en las sugerencias de Youtube, no significa que le estamos enviando el pedido contrario, sino que su mente subconsciente en estos casos suprimió la palabra NO. Y el mensaje de remito que recibimos es “-¡Quiero escuchar más música de Queen”!

7- **SUELTE Y CONFÍE.** Una vez que ya decidió lo que quiere, especificó las características, la cantidad, el tiempo, los motivos y lo hizo en positivo, envíe el mensaje. Tenga en cuenta que tomamos primero los más repetitivos e intensos, los que están elaborados con esta clase de métodos Y POR ESCRITO. Y después, continuamos en orden descendente con los menos insistentes o poco especificados. **Los que no piden**

nada, reciben de rebote lo que resulta del promedio de los que sí pidieron y así sucesivamente.

Una vez enviado quédese tranquilo que nuestro sistema de recepción es inmediato y comienza a operar al instante para realizar su entrega. SOMOS NOSOTROS LOS QUE NOS ENCARGAMOS DE LA LOGÍSTICA Y DE CÓMO HACERLE LLEGAR LO QUE PIDIÓ. Usted sólo prepárese para recibirlo.

Tal como te explicaba en el Capítulo 12, que para llegar a manifestar la cantidad de dinero que decís que querés generar, lo que hay que hacer es trabajar en la energía para subirte a vibrar en la frecuencia que lo atrae naturalmente, lo mismo sucede con los demás deseos.

Te lo ejemplifico con una analogía un tanto estafalaria. Supongamos que lo que deseás es el número de un delivery de empanadas (diferente a cualquiera de los que ya tenés en los imanes de la heladera) o hacerte un tatuaje gratis. Y estás escuchando radio en la 88.1, esta radio anuncia los policiales, las noticias trágicas y los obituarios; que si últimamente estuviste pensando mucho en robos, fatalidades y te sumaste a la psicosis social de pensar “lo peligrosa que está la calle”, la sintonizaste por “atracción”, por similitud de pensamiento y esto solamente “confirma e intensifica” tus hipótesis de paranoia funesta. Los programas de esta emisora, no tienen concursos, no hablan de oportunidades de inversión o negocios y mucho menos de recompensas. Y para conservar aún más su estilo tétrico, las publicidades anuncian empresas de seguridad, academias de entrenamiento en defensa personal y servicios funerarios. Ya me lo imagino con la cortina musical de Michael Jackson “*this is a thriller, thriller night*”...

Un poco más arriba, en la 89.3, están las recetas de cocina y manualidades para amas de casa complementando con anuncios de negocios de repostería, casas de tela y librerías. Te recuerdo que lo que querías era comida lista y un tatuaje, así que no lo ibas a conseguir tampoco acá.

El dato es la 90.7. Donde además de hacer chistes, informar el clima copado que vas a tener el fin de semana y pasar música muy UP... las tiras publicitarias incluyen entre otras cosas, ofertas de tiendas de ropa, casas de comida lista que te la llevan calentita a tu casa y están promocionando a un “tatuador de renombre” de la ciudad y sorteando un estampado de tinta free.

Para escuchar música que te levanta el ánimo, el número del delivery y participar con los 3 últimos dígitos de tu DNI por la cita exclusiva y gratuita con el arte del tatuador, ¡tenés que sintonizar la 90.7! y para eso, hay que moverse, levantarse y girar la ruedita o tocar la flechita en tu celular para mover el dial.

Como decía, la manifestación de los deseos, no suele ser instantánea, PERO en algunos casos, elevar la energía sí lo es. Es decir, no es necesario que tengas que pasar o quedarte en la 89.3 para llegar a la frecuencia deseada. Podés dar un salto directo a la 90.7, un SALTO CUÁNTICO, ***como un electrón cuando sube niveles en un átomo, que no recorre un espacio y un tiempo para***

pasar de un lugar a otro, simplemente desaparece de su órbita original y reaparece de forma instantánea en otra órbita más arriba.

Las cosas que deseás están sucediendo en este momento en una especie de DIMENSIÓN PARALELA, pero para saltar al lugar en el que están ocurriendo, tenés que elevar tu energía para vibrar en concordancia con eso que buscás. Esto acelera el proceso de manifestación. Y eso es lo que vamos develar y explorar acá. Prepararte para Recibirlo significa que vas a **gestionarla**, dando **saltos cuánticos** para subir la vibración.

De mas está decir que si elevás la energía, no solamente estarás promoviendo el cumplimiento de sólo ESE deseo que planteaste en particular, sino que además estarás desbloqueando energía que estaba trabada en otros espectros (de los cuales tal vez no estabas al tanto) y eso promueve a una liberación integral. Crecimiento “exponencial” (en lugar de crecimiento lineal).

Te voy a presentar cada componente en una serie de pasos, que no son necesariamente correlativos, para dar tus saltos cuánticos... o al menos, los cinco que considero más importantes.

Prepararte para Recibirlo

Primer Componente. El Acting

“Tal como se puede fingir un orgasmo, se puede actuar como si uno ya tuviera lo que quiere, y llega más rápido”.

De la misma forma que se puede fingir un orgasmo y hacerle creer a la otra persona que se llegó verdaderamente al momento cúlmine de una relación sexual, simulando risas, gestos y gemidos acorde al momento que se quiere imitar, se puede actuar como si uno ya hubiera recibido lo que desea. Con esto, no pretendo decir que esté bien o mal fingirlo, que todos lo hayan hecho o no alguna vez. Solo que en teoría, “sabemos que se puede”, no sólo simular, sino también lograr que los demás lo crean.

Como dijimos, la energía del universo funciona por atracción de similares... por lo tanto, si te sentís triste, si te estás quejando y si estás continuamente pensando cosas que en el pasado salieron mal, lo más probable es que “atraigas y manifiestes” más de eso mismo.

Para revertir el sentido y atraer MÁS RÁPIDAMENTE cosas buenas, brillantes y espectaculares, para lograr conseguir exactamente lo que te gustaría tener: ya sea dinero, personas copadas y con buena vibra, o una bicicleta... **PODÉS EMPEZAR A ACTUAR COMO SI YA LO**

TUVIERAS, o IMITAR LA SENSACIÓN DE COMO SI LO HUBIERAS LOGRADO. ¿Qué estarías haciendo si ya lo tuvieras? ¿Qué cosas dirías? ¿Qué gestos tendrías? Y lo más importante de todo ¿qué estarías SINTIENDO al momento de recibirlo? Fe, alegría, confianza, excitación, completud, felicidad...

Reíte y alegrate como si ya fuera un hecho en este preciso momento. Para GRABAR en tu mente el nivel vibratorio de alcanzar esa sensación podés ayudarte con:

- Visualización: del momento en que estás recibiendo tu pedido (con la mayor cantidad de detalles posible: aromas, voces, personas presentes, colores...) O bien, también puede ser la visualización del momento en que se lo estás “contando a alguien” en tiempo pasado o “celebrando el logro.”

El cerebro funciona de forma particular, no distingue precisamente entre lo real y lo imaginario: por ejemplo si te hacés la idea de que estás comiendo un limón, es probable que sientas la sensación de agrio como si fuera que realmente lo tenés en la boca. Entonces, si visualizás una cosa que querés lograr en el futuro, le estás dando a tu cabeza la orden de que encuentre la manera de llevarte hasta ahí.

Por ejemplo, cuando yo deseaba dejar de trabajar en el casino para dedicarme 100% a mi propio negocio, unos meses antes me imaginaba el momento de una cena, en una confitería específica diciéndole a una amiga en particular “-renuncié al casino-”, sentía el aroma del café, veía los manteles y unas copas en la mesa, sentía la felicidad y el entusiasmo de ese momento sublime que [ocurriría a futuro en mi vida]... veía su sonrisa y sus manos que me apretaban fuerte felicitándome y compartiendo la excitación del logro, entre otras cosas.

Después de mi salida de la jungla de las apuestas, en la vida real... admito que el encuentro de festejo no fue exactamente en esa confitería que yo me había imaginado. Fue en una pizzería que abrió después a cinco cuadras (porque llevamos las niñas al castillo inflable). Y la sensación no fue la misma, FUE MEJOR... porque esta vez, ya no era solo un holograma mental, ERA 100% REAL también en el plano físico.

Me acuerdo y se me pone la piel de pollito...

O bien recrear una escena potencial similar, como por ejemplo, si te gustaría usar ropa de determinada marca... andá al shopping y arrasá en los vestidores probándote las prendas, sacate fotos y ponela de fondo de pantalla en el celular. ESO ES ACTUAR.

Segundo Componente. Depurar

*“Tal vez no te alcanzaría la vida
para atender todo lo que guardás.”*

Además de hacer “el acting”, vamos a hacer espacio para que pueda llegar, y que además, en vez de rebotar y escaparse, tenga una plaza en la cual quedarse.

Como si fueras el dueño de un hotel, primero tenés que tener un canal abierto para que los clientes lleguen... pero también tenés que tener las habitaciones limpias y preparadas para que los huéspedes puedan quedarse.

Como todo es energía, todo lo material que tenés a tu alrededor también lo es. Y ocupa espacio. Si hay cosas que “están sobrando” están ocupando DOBLE LUGAR, es como si hipotéticamente lo que está excedido en cada espacio de tu casa, tu oficina, tu pieza, a la vez también está ocupando un lugar en tu mente, o sobre tu espalda.

Y como la mente humana es como una caja de Pandora, a la que a veces no nos atrevemos a entrar directamente por temor a lo que podemos encontrar... entonces, podemos intervenir a través del *diagnóstico, observación y movimiento* de lo que hay alrededor, en lo material que tenemos dando vueltas afuera; que no es más que UN REFLEJO, UNA MUESTRA DE LO QUE SUCEDE ADENTRO.

Una especie de “Dime cómo está ordenada tu casa, y te diré quién eres.” Recordá tu pedido, y fijate en qué condiciones están los posibles canales por los que podría llegar y si tiene espacio suficiente para quedarse.

Por ejemplo, si lo que querías era 5mil pesos en efectivo, o un nuevo cliente... ¿cómo tu cartera, tu escritorio, tu oficina? ¿Tenés tiempo reservado en la agenda para recibir a esa persona? ¿Tenés lugar en la billetera? O los billetes están chocando cabeza con torso y rebosa de papelititos, tickets y boletas extra.

Las personas tendemos a pensar aproximadamente así: *“cuando reciba dinero, voy a limpiar mi billetera”*, pero funciona a la inversa... primero hay que preparar el espacio, generar el vacío y después llega. Así como el útero femenino TODOS LOS MESES prepara el cuerpo lúteo dentro del útero para recibir a un eventual bebé... no espera a que el óvulo fecunde para generar la esponja, la tiene lista antes de que suceda. Es un proceso natural.

Entonces es momento de: diagnosticar, observar y ¡limpiar! Sacá lo que ya no sirve, o que todavía sirve pero ya no usás (no lo dejes para algún día, ni aunque esté sin uso). Soltalo, desprendete, liberate... y hacé espacio para lo nuevo que estás esperando. Porque la vida es demasiado linda para ocuparse de cosas que no tienen sentido. ¡Hay que deshacerse ahora! Para poder divertirse con lo demás.

Acordate que no solo vas a despejar lo físico, sino que también vas a liberar tu mente y tu espalda de esas cosas que estaban dando vueltas y sobrando. No es necesario que vayas y saques 17 bolsas de consorcio como hice la primera vez en la casa que alquilaba antes, podés empezar con algo más pequeño como tu cartera o tu bolso de todos los días. También podés sacarle fotos de antes y después para curiosear la diferencia.

Tercer Componente. Desenmascarar

“Detrás de antifaces y caretas, tu deseo no te va a encontrar.”

Esta puede llegar a ser la etapa que más resistencia genera, como así también es la que más energía libera. Y la vamos a trabajar en 2 sentidos, en dirección hacia el pasado: lo que ya sucedió. Y en dirección hacia el futuro: lo que podría llegar a ocurrir.

- Hacia atrás, el pasado. ¿Qué es lo que tenés que buscar, identificar, descubrir?

Ahora ya lo sabés, porque lo leíste en el Paso #3 del Capítulo Doce identificando los impostores. Nos bombardean diciendo que hay que dejar el pasado atrás y olvidarlo. Pero actúa como si fuera un absceso de pus: la infección duele, patea, busca la forma de expulsar el intruso afuera... ¿Y qué pasa si aplastás ese grano tratando de hundirlo y olvidarlo? Se agranda, se sigue esparciendo hacia adentro y puede llegar a afectar otras áreas.

Aunque sea MUY LASTIMOSO, la única forma de terminar con esa molestia que está punzando continuamente, es intervenir, apretar y drenarlo para que ese pus salga del cuerpo, que se libere. E inmediatamente para completar la cura, hay que ponerle un desinfectante o un cicatrizante. ¿Qué se siente una vez que la sanación está terminada? ALIVIO, TRANQUILIDAD, CONSUELO.

Después que tuviste el coraje y la valentía de descubrir, identificar y empezar a remover el pus que andaba dando vueltas, lo limpiás con un antídoto de ejercicio de Perdón.

(No me debés nada, el alivio y liberación que lograrás es mérito tuyo, no mío. Yo solamente te provoqué un poquito para que lo hagas y no te quedes postergando tanto tiempo como me pasó a mí.)

- Hacia adelante, el futuro. ¿Qué es lo que tenés que buscar, identificar y descubrir?

Te lo voy a decir sin vueltas: TUS MIEDOS. Y a diferencia de lo que muchas personas creen, identificar un miedo, reconocerlo, escribirlo o decirlo en voz alta “no es pensar en negativo”, sino que es darle luz para empezar a disolverlo.

Aquí lo que te toca indagar es qué es lo PEOR que podría pasar si se te cumple ese deseo y también, qué es lo MEJOR que podría pasar.

Resumiendo, a veces le tenemos miedo al fracaso, por ejemplo, si lo que deseás son clientes, tal vez lo peor que te podría pasar es que salgan a hablar peste de tus productos y servicios porque no les cumplió las expectativas. Pero en la otra cara de la moneda, tal vez lo MEJOR que te podría pasar es que salgan hablando maravillas de tus productos y servicios, recomendando cada centímetro de tu *expertise* y que eso te multiplique las ventas en masa. (Lo que en paralelo significaría que tal vez no podrías dedicarle tiempo de calidad a tu familia porque tenés que atender el negocio más que nunca). Es una trampa finita del “miedo al éxito”.

Cuando empezás a investigar tus miedos, en primera instancia suelen aparecer las generalidades más comunes: al abandono, al fracaso, al rechazo, a la soledad, a perder la integridad, al éxito, a la fama, al dinero. Y si profundizamos un poquito más, podemos encontrar datos más específicos: miedo a que mi familia no me acepte, a hacer el ridículo en público, a pasar vergüenza delante de la gente, a lo que digan los vecinos, miedo a que me deje mi pareja por querer progresar...

Son encubiertos que te paralizan y te bloquean a la hora de cumplir tus deseos y sueños. Que sólo son mecanismo de defensa del subconsciente haciendo su trabajo de proteger. Sacate las máscaras y los antifaces que te están impidiendo brillar, para que tu deseo te encuentre más rápido.

El Plus de las Afirmaciones

Repetir afirmaciones al azar, puede operar de maravillas, pero sólo como un elixir temporal. ¿Por qué? Porque si empezamos a recitar como loro una cinta de “pensamiento positivo” en la superficie, sin desmenuzar los archivos del programa mental oculto que sustenta lo contrario, el poder de las afirmaciones se escapa por un drenaje siniestro.

Y sucede que si pasan varios días o unos meses y a pesar de la práctica constante de la repetición de afirmaciones, no logramos cambios positivos o mejorar la suerte... nos desanimamos, empezamos a dudar de la efectividad y nos quedamos otra vez en “pampa y la vía” como decía mi abuela Amelia. O con cara de *poker* en la nada misma.

Retomando el ejemplo del dinero... podés elegir una afirmación re top como “*Generar dinero es fácil para mí*”. Lo repetís a conciencia, en voz alta, mirando al espejo, etcétera. Pero por debajo... ¿qué es lo que realmente estás pensando y te estás diciendo internamente? Mmm... se me hace que detrás del discurso hay un disco con tenedor rojo que resuena con “*¿generar dinero es fácil? ¿ah sí? ¡no me hagas reír! Y por qué entonces no tenés un mango partido al medio, tenés que romperte el lomo laburando, si no trabajás, no comés; hace xxx años que estás en la misma situación, vas a seguir igual; qué te hace pensar que algo va a cambiar*”.

¿Y qué hacemos con esos pensamientos? Por lo general, intentamos reprimir o anular. Pero por más que te empeñes en bajarle el volumen, siguen sonando porque nacen desde un lugar más profundo y arraigado, desde una Creencia Maestra, en este caso limitante, que como está tan prendida y fundamentada, lleva las de ganar.

Esa conversación interna que se hace presente en la trastienda de repetir una afirmación es la ruta directa a las CREENCIAS QUE TE LIMITAN. Que te dicen que no se puede, porque se basa en evidencia fundada en supuestos hechos del viejo programa mental, de cuando te costó ganarte el peso, de cuando tuviste que ajustar el presupuesto, de cuando quedaste en rojo con la tarjeta de crédito. Por lo tanto, en vez de esquivarlas o resistirlas, HAY QUE ESCUCHARLAS Y

DESMENUZARLAS. Para poder desmitificarlas. Si realmente fue así, aceptarlo y darnos el permiso de pensar que en adelante, puede ser diferente.

Entonces, para que una afirmación positiva realmente funcione de raíz y a favor de lo que querés lograr hay que crearla conscientemente, fundamentada en evidencias acordes.

a. Elegir la afirmación: por ejemplo “Generar dinero es fácil para mí”.

b. Buscar la evidencia. Los hechos que te hayan mostrado en el pasado de que fue fácil. Por ejemplo, en que alguien te haya regalado dinero, que hayas cobrado mucho haciendo relativamente poco o que te sale natural (sin mucho esfuerzo), aparición súbita de algunos billetes en un bolsillo, alguna vez que encuentres monedas en la calle. Y si te pasa como a una de mis alumnas que decía que “nunca tuvo esa suerte con dinero cash o en efectivo”, acordate que el dinero también fluye representado en valor, por lo tanto cuentan premios, regalos o beneficios...

c. Construí tu afirmación con fundamentos de la nueva evidencia que trajiste a la luz. Te doy uno de mis ejemplos: “Generar dinero es fácil para mí PORQUE una vez me dejaron de propina cuatro mil pesos”.

A partir de ahí, ya no se trata de una simple hipótesis, tenés una conclusión basada en un hecho real y a medida que vayas alimentando más esta afirmación, va a ir desplazando al viejo programa, para pasar a ser protagonista del actual.

Cuarto Componente. Inspiración

“La intuición tiene motivos que la razón no comprende.”

Como todavía la gran mayoría de los terrestres no podemos usar el potencial del cerebro y la telequinesis para mover cosas y pasearlas por los aires como *Matilda* en su película, también nos toca la tarea de moverlas en el modo tradicional.

Si te quedás sentado mirando una piedra de 50kg, sólo leyendo cómo hay que hacer para moverla, lo más probable es que la piedra se quede quietita y obediente en el mismo lugar. Pero si te levantás directamente a empujarla, además de que vas a criar unos músculos tremendos, te podés cansar, te podés frustrar y rendirte antes de que consigas llevarla hasta donde quisieras que esté. Para conseguir algo, no necesariamente hay que trabajar muy duro y hacer más y más. Sino que hay que trabajar “inteligente”. ¿Qué pasa si usás una palanca? ¡Plin! ¡Catapulta! Y la piedra vuela como la señorita *Tronchatoro*.

¿Cómo saber cuál es la palanca relativamente correcta o la acción más efectiva y apropiada? No es la que te cansa, te aburre y se siente como una cuestión obligada, sino algo que te entusiasma y te motiva, que se siente bien. Resulta liviano y fluido: ACCIÓN DESDE LA INSPIRACIÓN.

¿Acción desde la inspiración? ¿Cómo saber cuál es esa acción inspirada o dónde encontrar las pistas? Escuchando la intuición, pidiendo ayuda a la divinidad y detectando las señales con las que el universo nos guía, como si se tratara de una búsqueda del tesoro. No tiene por qué ser tedioso, cansador o aburrido. La motivación se activa más cuando le damos un toque divertido, mágico o místico, tomándolo como un juego.

Ahí yace la conexión con la fuente más pura y potente de inspiración. Las señales o las guías universales por lo general las vemos y las encontramos afuera, pero el dato conciso viene de adentro, desde el corazón. Por eso te vuelvo a pedir que lo escuches.

- Podés hacer una lista de 5 o 10 cosas que se te ocurran hacer, y tomar la que más te resuena para accionar, como recomienda Nathalie Guerin (Manifesting & Healer Coach.)
- Podés hacer una “Meditación de la Cámara del Corazón”, como proponían en Juegos Taquion.
- Podés pedir al universo la guía apropiada, mentalmente o por escrito, dejar que fluya y cuando recibas la respuesta te vas a dar cuenta, porque se siente como un impulso incandescente o “*insight*”; como cuando decimos “*te cae la ficha*”.

Cuando estaba en la sala de parto, para tener a Morena, las enfermeras y la doctora me guiaban y me avisaban el supuesto momento en el que tenía que “pujar”. Y como era mi primera vez, quería ser obediente. Pero sumado a que estaba acostada de la forma más incómoda posible que te puedas imaginar, después del quinto intento, ya casi no tenía fuerzas... y habían llamado al anestesista para llevarme a cesárea urgente.

Y además de que me asustaba un poco la idea de la anestesia, yo quería que ese momento fuese relativamente normal, vivir al estilo de la naturaleza la experiencia de dar a luz. Así que además de aterrada, también estaba afligida, porque no sería como yo esperaba.

Por un momento me acordé que la psicóloga de preparto me había explicado detalladamente todo el proceso del embarazo, los ejercicios pertinentes y me reveló que al momento del parto sentiría algo llamado “reflejo de eyección”. Un aviso fisiológico de mi cuerpo en el que yo no tendría que hacer ningún esfuerzo, solamente entregarme a esa conexión y fluir con el *momentum* para que mi bebé salga.

Todo lo que la doctora me había dicho sobre ejercicios, momentos, uso de la respiración, tiempos, había pasado. Excepto ese último detalle, no había sentido todavía ese mensaje de mi cuerpo, esa sensación.

Gracias a Dios, en los minutos más importantes de mi vida, dejé de escuchar el ruido externo y volví A MI CENTRO. Vino una nueva contracción, diferente a las anteriores... incluyendo el aviso de la sabia naturaleza del reflejo de eyección, y en ese sexto intento, sin el más mínimo esfuerzo, sólo fluyendo, mi bebé salió.

Así, vienen las ideas inspiradoras... sin forzar, sin pujar. Sólo es cuestión de generar los contextos, actuar rápido, en sintonía y cuando llegan, ayudarlas a salir.

Actuá inteligente, desde la inspiración y vas a mover montañas.

Quinto Componente. Gratitude

“En este juego, el que agradece gana y el que se queja pierde.”

Existen múltiples formas de expresar gratitud y aunque siempre recomiendo escribir una lista diaria, la sola palabra “gracias” ya es un buen comienzo. Pero realmente a lo que apunto acá, es a la “convicción y al énfasis” en la expresión. A forjar un ESPÍRITU DE GRATITUD constante, consistente y creciente. No sólo con la boca, sino con todo el cuerpo, el alma y el corazón. Sentir cada vez que decimos GRACIAS, como si todas las células del cuerpo fueran caritas felices. Que se perciba en la luz de la mirada, en los movimientos, en cada acción.

Es una cuestión de enfoque, que coloca a la mente y al ser en un estado de “riqueza y abundancia” independientemente de las circunstancias. Es la salida de emergencia de cualquier catástrofe, desilusión o mar de deudas.

Si por si acaso, justo en estos días estás pasando un mal momento, no estás conforme con el estilo de vida que llevás, o tenés muy poco dinero... quejarte o lamentarte solamente van a atraer más ESCASEZ a tu vida. Sólo a través de la GRATITUD verdadera y genuina podemos comenzar a cambiar la suerte.

Mostrale al universo que aceptás y honrás tu realidad actual. Que estás agradecido, preparado y abierto para recibir más. Y esto sí que es INSTANTÁNEO. Porque cuando te ponés a detectar las “cosas, situaciones o experiencias por las que estás agradecido”, automáticamente empezás a darte cuenta de que estás rodeado y repleto de ellas. Así, las que estás esperando no tardarán en llegar y manifestarse.

Algunas opciones y ejemplos: agradecer por todo lo que sos, tenés y querés conservar; por lo que “no querés” y por la enseñanza o aprendizaje que dejó en tu vida para poder soltarlo y dejarlo ir en paz; por lo que todavía no llega, con la confianza de que en el momento correcto vendrá; por cada centavo, billete o fortuna que recibís, generás, encontrás; por cada cumplido, reconocimiento y gesto agradable que te hacen los demás. Y a la vez, HACERLOS.

Con Lorena Busso, mi amiga formoseña, nos hacemos láser coaching mutuamente casi a diario y por mi parte, yo sé que la ayuda que intercambiamos es MUY VALIOSA, no hace falta que ella me lo diga, pero continuamente me lo agradece, me hace notar la importancia de lo que recibe y de vez en cuando publica un post haciendo un reconocimiento en público. Yo no estoy esperando que lo haga y tampoco la ayudo con la intención de recibir algo a cambio, PERO CUANDO LO HACE, cuando me expresa su reconocimiento, mi corazón late muy fuerte, mis ojitos

brillan y se me dibuja automáticamente una gran sonrisa... eso es divino. Porque entre tantas cosas, creo que una de las mejores cosas que un ser humano puede hacer por otro, es hacerlo sonreír.

Por algo, Maslow lo incluye en la pirámide de necesidades básicas. Por eso quiero destacar, dentro de las formas de expresar gratitud, al RECONOCIMIENTO. Porque... ¿qué importancia tiene para vos el trabajo que realizan los demás? Es decir, qué valor tiene para vos... (independientemente de que estés pagando o no por ese servicio o atención)

- Que el mozo te traiga el café y las medialunas hasta la mesa o la oficina.
- Que el estilista te deje el cabello como un modelo de publicidad de shampoo.
- Que una persona se ocupe de ordenar, limpiar tu casa y cuidar a tus hijos.
- Que miles de personas todos los días se dediquen a “escuchar” sus ideas creativas y transformarlas en “acciones concretas” (pasando por un intermedio incansable de prueba y error hasta dar con la fórmula adecuada), para que vos tengas la posibilidad y comodidad de apretar una tecla y que se prenda la luz, de mover una perilla y que salga agua, de girar una manivela y que se prenda la cocina o se active la pava eléctrica en vez de tener que hacer fuego con leña en el patio para cocinar, de poder conversar en tiempo real con una persona que está del otro lado del mundo porque te conectás a internet, de poner la opción de cámara frontal y temporizador para que salgan todos tus amigos en la foto... de poder mandar un mensaje cuando estás esperando a alguien, preocupado porque no llega a tiempo y que al instante pueda devolverte el alivio al contestarte “enseguida llego, estoy bien”...

¿Cuánto vale para vos toda esa comodidad, ese alivio, esa inmediatez? ¿Cómo sería nuestra práctica diaria sin eso? ¿Somos conscientes del impacto del trabajo de los demás en nuestras vidas? ¿Con qué frecuencia lo expresamos? ¿Saben esas personas lo importancia y el valor que representan?

Llená tu vida de reconocimiento, hacia vos y hacia los demás, con algo tan simple y tan sencillo como decirle a alguien “gracias por estar y por lo que hacés, realmente es importante para mí”. En lugar de esperar a que ya no esté, para darnos cuenta de lo que vale.

“Porque AGRADECER... es avisarle al universo que estás preparado para recibir más”.

La órbita de tus deseos, te está esperando. Tu yo futuro tiene las respuestas que necesitás, porque se alimenta de la fuente de energía divina, que todo lo puede que todo lo sabe, que todo lo alcanza. Conectate con la inspiración, para dar tus saltos cuánticos y vibrar creando materia en el camino de cumplir tus deseos. Porque la creatividad se expande cuando te animás a soñar.

Si eso que imaginás, todavía no existe, tené presente cuando hacés el pedido y empezás a prepararte para recibirlo, el universo se pone en marcha para acomodar las piezas, moldearlo, construirlo y hacértelo llegar. Aunque la descripción tenga forma de gráfico, de carta o de poema, es en tu mente en donde nace el poder de La Magia de Crear.

¿Por qué? Porque cuando de proyectos, deseos y sueños se trata... me abrazo a la definición de que "tus deseos te eligen a vos en la misma medida en que vos los elegís y SENTÍS a ellos". Porque si no sos VOS, ¿quién? ¡Pues nadie! Cada uno de tus más profundos deseos te elige a vos con el propósito de crear-SE a través de tu experiencia, de la misma manera y en la misma sintonía que vos te das el permiso de deseárselo. Y no va a ir a buscar a otra persona para que lo materialice. Sin VOS, muere en la idea, o agonizando a medias en el letargo... se necesita mutuamente para conectarse y concretarse.

Manifestar Deseos también es un Arte, que puede expandirse y perfeccionarse como cualquier otra actividad, como aprender un idioma, o aprender a bailar. Y con la práctica, comienza a salir cada vez más fácil.

Tu YO FUTURO, te está esperando con los brazos abiertos en la frecuencia de tus deseos cumplidos. Hacé tu pedido y limpiá tu energía para aumentar la vibración, para subirte a levitar en ese plano, en el que YA ES REAL.

→ ¿Qué Deseás?

→ ¿Cómo te vas a Preparar?

Te dejo una por aquí una hojita mágica.

[Acceso a los Bonus Especiales MAC](#)

Mientras tanto yo me preparo para cuando llegue este momento:

¿Por qué está enamorada?

Está profundamente enamorada de él porque la hace reír con su sentido del humor inteligente y sus ideas estafalarias.

Porque respeta su vida, sus pasiones múltiples y sus tiempos.

No la presiona, la acompaña.

Está enamorada porque él le da cariño y aliento, desafiándola a ser mejor persona y a evolucionar su alma.

Porque tal vez, podrían vivir el uno sin el otro, pero eligen construir su vida juntos... sino se extrañan.

Está enamorada porque él la protege y la cuida, y aunque no sea necesario, no le da tiempo ni motivos

para pensar en trampas.

Porque la lleva de viaje, de vacaciones, de gira...

sin salirse de la cama.

Está enamorada porque la conexión que tienen excede el límite de lo físico

y se pueden comunicar sin palabras.

PORQUE A ÉL LE BRILLAN LOS OJOS CUANDO LA MIRA,

Y LA HACE BRILLAR CON SÓLO MIRARLA.

La Brillante Conclusión

*-¿Te pusiste crema? –Mmm, no...
-¿Y por qué te brilla la piel? –Eh... no sé.
-Es que “vos brillás por todas partes”*

Cuando mi mundo se puso de cabezas en aquellos tiempos, con el combo desgarrador de todo el sufrimiento que estaba atravesando, las cosas que había perdido y las relaciones que había destruido, la vida también me traía una OPORTUNIDAD. Y aunque parecía que todo se estaba derrumbando, todavía me quedaban opciones. Podía elegir quedarme agonizando en el limbo de la desesperación, de la culpa, del papel de víctima o bien, podía elegir HACERME CARGO de la cuota de responsabilidad que tenía sobre los resultados decrepitos de mi realidad.

Era hora de aceptar nomás, que nadie me había obligado a llegar a ese punto, porque inconscientemente, yo me lo había permitido y de la misma forma, podía retomar mi vida y calibrar la brújula en el sentido opuesto, dejar de sobrevivir y EMPEZAR A VIVIRLA. Porque aunque muchos podían ayudarme, advertirme o alentarme, nadie podía tomar mi responsabilidad y ocuparse de vivir por mí.

Después de empezar la búsqueda interna, comenzando a sanar algunas heridas y tener una perspectiva más clara, ya sabía que lo que quería era “Construir un estilo de vida de felicidad”. A mi gusto, a mi estilo, trabajando independiente de lo que me salía natural, disfrutando de mi familia, de pasear, de viajar. Traspasando los límites geográficos y de tiempo, para ayudar a otras personas a sanar, a iluminarse, a despertar. Pero sabía que en el intermedio me esperaba un camino lleno de sorpresas, de aprendizajes, de intentos... y quién sabe, cuánto me tomaría o si en realidad llegaría.

Mi principal desafío, era crear mi propio negocio independiente mientras continuaba con mi trabajo en relación de dependencia, para que cuando llegase el momento de “soltar la vaca”, tuviera los ingresos promedio para solventarnos. Y por sobre todo, la fortaleza, la entereza y la integridad necesarias para operar dentro de los lineamientos que requiere el mundo emprendedor. Y a la vez, disfrutando de la experiencia de creación de esa felicidad.

¿Qué si me costó decirle adiós al casino? Cerca del final... la tentación de quedarme en la supuesta estabilidad de un sueldo fijo, en la zona cómoda y por sobre todo atendiendo al afecto de los lazos emocionales que había creado con algunas personas se puso bastante insistente... “Fabi quédate conmigo”, “voy a extrañar tus mates”, “vos sos muy buena atendiendo los clientes”. Qué nostalgia me daba y por momentos no sabía qué decir.

En un punto se veía muy arriesgado soltarme, podía parecer más lógico quedarme en lo seguro, que entregarme a la libertad de lo incierto, pero como dice la canción de Los Cafres “*porque entiendo al que resigna, pero alcanzo al que camina*”, mi estadía en el Gualok, había

cumplido su ciclo. Me esperaba un mundo nuevo por explorar, y nuevamente se aclaraba la respuesta:

♥ *Si por alguna razón, mis proyectos llegaran a fracasar, mis negocios no funcionan o mi mundo se vuelve a derrumbar, estoy dispuesta a bancarme los palos y a considerar alternativas, pero no estoy dispuesta a que pasen los años y tener que lamentarme por no haber intentado.*

Parece que esa era la única pieza que faltaba, para que Dios me abra de par en par las puertas: SALTAR. Confiando en que me iba a seguir guiando y sosteniendo a cada paso. Y así fue y así es. Ese último día de sala, cuando puse mi primer pie libre en la vereda, me sentí como Will Smith cuando por fin logró entrar a trabajar en la Bolsa de Valores en su film "Buscando la Felicidad", PERO A LA INVERSA.

Me caí, me atrasé, me desanimé y estuve a punto de renunciar mil veces a lo largo del camino... y al final, cuando ya lo había logrado, en realidad ¡ni siquiera me había dado cuenta!

Estaba viviendo las primeras semanas del estilo de vida que me había imaginado, el que tanto había soñado, con la lucidez mental y la libertad horaria para atender a mis clientes y volarle la cabeza con mi polvo de estrellas. Pero era TAN impactante que no lo veía, hasta que... mi querido Mar me hizo notar, que ese brillo en mi alma de una felicidad conquistada, se reflejaba en todo mi ser.

Brillaba por todas partes, me brotaba como destellos en el cabello, en la mirada, en la piel. ¡Y claro! Si en menos de un mes, me había despedido de la jungla de las apuestas, mi cuenta bancaria tenía un buen flujo y estaba volviendo de mi primer viaje fuera de la Argentina por puro placer.

Había llegado el momento, MI MOMENTUM, ya no había excusas. Y obnubilada por esa fiebre inspiradora, a los pocos días estaba empezando a dar vida al manuscrito de **Shinning Soul**, Alma Brillante. Lo que sería la bienvenida y los primeros capítulos, de este libro: "La Magia de Crear... éxito, dinero y felicidad".

¿Te acordás de que habíamos empezado imaginariamente por el final? Yo inicié esta travesía con expectativas, con un pacto, con la perspectiva puesta en ESTE MOMENTO. Te propuse calibrar tu GPS interno con la idea de que "consigas" algo valioso en particular. ¿Qué era? ¿Cuáles fueron tus respuestas? ¿Qué esperabas llevarte de estas páginas? ¿Qué es lo que querías que pase mientras invertías tu tiempo conmigo en esta fiesta?

Porque ya estamos llegando. Acá estamos, en un plano diferente de esa misma idea inicial. Lo que nació como una pizca energética de imaginación en un pensamiento, ahora cobró forma de materia en el plano de la realidad que estamos viendo, viviendo.

Este es el momento en que retornás al primer ejercicio para recordar las expectativas que tenías y el objetivo que te planteaste con la lectura y compararlos con los resultados que

obtuviste hasta ahora, es decir con la evidencia real. Te toca contrastar, diagnosticar, corroborar, si es que eso que esperabas se cumplió.

→ ¿Lo conseguiste? ¿Tal cual te lo imaginabas? ¿De menos, de más?

Tomate unos segundos para hacer un repaso general de lo que fuiste absorbiendo, haciendo, sintiendo. ¿Qué pasó? ¿Qué te sucedió? ¿Qué fue lo que MÁS TE IMPACTÓ?

Si llegaste hasta acá, me animo a interpretar que el libro te gustó, que en algún punto (o varios) te divertiste y que pudiste llegar a disfrutarlo, tanto como yo... porque no creo que hayas sido tan masoquista de obligarte a terminar algo que no te agradaba. Aunque te confieso, que por momentos, no voy a decir que tuve que “obligarme” a escribir algo que no quería, sí tuve que meterme de lleno en el proceso de montaña rusa emocional que requiere una producción creativa de este calibre, en tan poco tiempo. NO LO HICE SOLA. Hubo gente especializada en distintos aspectos que me ayudó en el camino.

Entonces, si sentís que algo o todo de lo que viste acá, TE SIRVIÓ, TE AYUDÓ, o TE DESPERTÓ ALGÚN DESTELLO, me animo a decir que equivale al tráiler de film. Una pequeña muestra, un anticipo de todo lo que podríamos lograr y transformar interactuando en vivo y en directo, donde la verdadera película de alquimia láser se vive cara a cara en tiempo real.

Si todavía no estás seguro de la respuesta, no te preocupes... lo más probable es que *las fichitas sigan cayendo* en los próximos días. En los que podés llegar a encontrarte con sorprendentes *eureka*s, *epifanías* o *insights*. Recordá que nada es casualidad, todo es causalidad y el universo suele ser MUY CÓMICO a la hora de aparecerse con señales, conexiones y revelaciones.

Pero te corresponde a vos decidir hasta qué nivel querés hacer uso de la disposición plena que el universo y la vida tienen para ayudarte a expandirte. Vos elegís a qué nivel querés llegar en el arte de la sinergia divina y permitirte crecer. Porque algo que destaco en mi Programa Personalizado **Destapando Estrellas: La Génesis de tu Trabajo Ideal** y en mi Training Grupal **Magnética: La Frecuencia VIP de tus Deseos** es que soy de las que piensa que si “con una pastilla como el LZT” (de la película *Limitless* de Bradley Cooper) la mente puede alcanzar niveles óptimos de productividad y eficiencia, ES PORQUE EL SER HUMANO TIENE ESE POTENCIAL. Porque por ejemplo, si se le inyectara fertilizante a un ladrillo, necesitaríamos a Harry Potter para lograr que el ladrillo crezca o se transforme en piedra preciosa. Pero si se lo aplicás a una planta... va a crecer, porque posee el potencial.

YO CREO Y APUESTO a que tenés el Potencial Creador Expansivo necesario para crecer en pos de tus sueños, independientemente de tu edad, tu ubicación o tu experiencia, por lo que pienso que si empezás a tomar tu pastillita de práctica todos los días, el resultado de Manifestar Maravillas a Conciencia se torna inevitable.

Porque termina el libro, pero tu vida sigue... ¿para dónde vas? A medida que pasan los días, la motivación, la inspiración y la energía creativa SE ENFRÍAN, por lo que para mantener la vibración viva, hay que estar atentos y no dejarla escapar. Hay que tomar acción consciente en el momento, anticiparse a los artilugios de la mente que tratan de mantenerte en la zona cómoda, para continuar en ritmo de materializar tus estrellas.

Dicen que cada final es un nuevo comienzo, pero ¿COMIENZO DE QUÉ? Ahora, que probaste un poco de esta energía, no te voy a dejar con el pico caliente y una botella vacía. Al contrario, te abro una nueva puerta para que te animes a cruzar el portal hacia una realidad paralela en la que moldeamos los pensamientos y los transformamos en Deseos Cumplidos, aceitando los engranajes del alma, para que expreses tus dones al mundo con total libertad. Vamos a seguir juntando corchos y a destapar más.

Pero no te voy a incitar a que te apuntes inmediatamente a alguno de mis Programas de Entrenamiento Personalizado, porque considero que ese es un paso MUY GRANDE que no debería ser tomado a la ligera, porque se trata del curso de tu vida, de asumir compromisos responsables y sostenidos, que no cualquier emprendedor o profesional está preparado para afrontar. Emprender no es para tiernitos, se requiere coraje, valentía y determinación.

En cambio, te comparto la posibilidad de un paso intermedio en el que podamos interactuar en un contexto de mayor confianza y seguridad. Para activarnos mutuamente y que puedas tener tu propia experiencia de láser coaching con una dosis un poco más elevada de polvo de estrellas.

Si creés que es hora de dar un paso más concreto en la *Manifestación de tus Deseos* y considerás que podemos llegar a ser químicamente compatibles para interactuar, te ofrezco un espacio saludable en el que tus ideas y aspiraciones sean escuchadas, sin abrumarte, sin asfixiarte, sin sofocarte. Sino donde puedo asistirte personalmente de una forma cálida y a la vez desafiante para sentar las primeras bases de Claridad y Enfoque que te permitan tomar decisiones efectivas a la hora de:

Crear el ÉXITO de tu Emprendimiento Brillante.

Crear el DINERO que te permita vivir en tu propia versión de First Class.

Crear tu estilo de vida de en la frecuencia VIP de la Felicidad.

Si sentís que es tu TU MOMENTO, seguí este link para

[Reservar un Intensivo MAC](#)

De todos modos, algo siempre va a estar creciendo en tu mente, en tu espíritu, en tu corazón... espero que no sea el miedo, la incertidumbre y las deudas; sino que sigas alimentando

constantemente el brillo, la evolución... disfrutando de SER, HACER Y TENER lo que más te guste y te plazca y que eleves tu energía a vibrar en las frecuencias elevadas del AMOR.

*Me inquieto, me emociono, me exalto, me apaciguo... voy, vuelvo.
Me enamoro, lo cuestiono... sola me respondo y me admiro al verlo.
Le doy forma, me inspiro... y extraño cuando se van los momentos.
Los acepto, los espero... sigo creando y así me completo.
Montaña rusa, que además de paz... guarda adrenalina y tierno suspenso.
Por un segundo asaltan las dudas, giro en mi hombro y lo miro lejos.
Se queda mudo y brillando alto, se ufana el sigilo de su silencio...
"Nuestra existencia asiste al deseo que nos atrajo de mutuo acuerdo.
Yo soy si eres, tú eres si soy, aún si esa esencia durmiera en secreto".*

Es que así soy yo, a veces le hablo a mis creaciones y a mis deseos,

en verso.

Este fue uno de los destellos de mi alma para encender tu luz en

****La Magia de Crear... éxito, dinero y felicidad*.***

Mis Agradecimientos y Reconocimientos

Con la alegría y la felicidad que siento de haber podido terminar de escribir, promocionar y lanzar este libro, por momentos hasta tengo ganas de agradecer a las hormigas que paseaban por mi patio oxigenando la tierra mientras yo escribía, a los desconocidos que procesaron el café que desayunaba cada mañana antes de empezar y a los que acomodan los vasos que ocupé en los bares en los que suelo salir a festejar, entre muchos otros... Pero por cuestiones de tiempo y espacio, voy a ser un poquito más específica y a la vez, general.

Sólo Dios conoce la magnitud y la importancia que representa para mí la colaboración de cada uno de los que voy a nombrar, pero aunque no se compara con el tamaño de esta hoja, quiero reconocer al menos un milímetro del valor infinito que los que aquí continúan pudieron aportar.

Lorena Busso, amiga, colega, compañera en la ruta de los saltos enroscados de conciencia. Pero por sobre todo un crack en recomendar contenido específico de alto valor y logrando con sus capacitaciones que te muevas como una sirena en el agua, en el mundo de Emprender Coaching Online. Por acompañarme 100% con cada pieza de párrafo en transición.

Natalia Sicenuk, la primera en enterarse cuando se me caía el mundo y soliviaba mis penas impidiéndome tirar la toalla, invitándome a la playa. Mi asesora fiel de imagen personal, por estar presente en cada paso, minuto a minuto con total predisposición.

Miguel Héctor, mi querido gran amigo. El inigualable y especial "Cangu". Por cocinar las hamburguesas más ricas del mundo, por hacerme reír hasta el hartazgo y sobre todo por aguantarme los intolerables caprichos de montaña rusa emocional, cada vez que se me chiflaba el moño, salvándome con su aprecio, alentando y leyendo los primeros peldaños del manuscrito inicial.

Vickie Gould, *Best Selling Book Coach*, por su calidez, profesionalismo y extrema generosidad al entrenarme en Extraordinario Programa "Easy Writer" con los pasos detallados de planificación, redacción, mentalidad y el desafío de exceder los límites de publicación y avanzar a más.

Melisa Pharr, *Business Coach*. Por creer en mí y en mi potencial, abriéndome paso al Training Grupal "Underearner to Unfforgetable", por su extrema calidad en entrenarme para expandir mi negocio virtual.

Ana Cecilia Vera, Coach grandiosa de Reingeniería de Vida, la arqueóloga de los talentos como la llamo yo, por ser un combo completo en mi creación como co-editora, mentora, cliente, alma brillante... amiga. Madre ejemplar de mi camino profesional.

Stella Lepera, por exprimirme el hemisferio derecho con su don artístico como Coach, para expandir a niveles óptimos la Creatividad en Mujeres Intensas. Y ayudarme a salir aún más de los esquemas habituales.

Germán Echeverría y todo su equipo de Editores de Argentina, que con su asesoramiento, claridad, responsabilidad y confianza, soliviaron el terror que le tenía a las cuestiones operativas de edición y lo transformaron en materia viva de circulación.

Maia Honorat, por su espíritu genuino y profesional captando momentos con la cámara en la Sesión de Fotos para la Portada y complementos, logró representar exactamente lo que yo deseaba expresar. Gabriela Díaz, por facilitarnos la comodidad de su hermosa casa para armar el backstage. Y por supuesto a Debra Olivera, mi bella y enérgica Asistente Personal y de Relaciones Públicas, por nutrirme con sus ideas y su colaboración.

A mi diversificado linaje familiar. **Laura Acuña**, mi mamá, por darme la vida y acicalarme las alas para volar. **Hugo Velárdez**, mi papá de crianza, la palabra justa en el momento justo, *malcriador* profesional por excelencia; y su familia que me dio el honor de ser parte de ellos.

Fabián Ortiz, mi papá biológico, por mostrarme que por más imposibles que parezcan, se pueden cumplir los sueños. Y mis tíos, **Tina Acuña, Diego Acuña, Susana Ortiz y Néstor Ortiz**. Siempre atentos, brindando su apoyo incondicional ilimitado, dando lo mejor sin esperar nada a cambio. Cada uno con su manera especial.

Agustín Ramella, fiel amigo y compañero, por asistir a cada una de las múltiples urgencias de mi ajetreada vida y salvarme de incontables apuros con su inagotable espíritu de servicio. Pablo Viskup, una de las personas más buenas y amables de este planeta, por darme el privilegio de sus consejos y de su generosidad. Y la divina de Alison, por mantener mi casa en orden y cuidar mi espacio. A mis amigas, **Alejandra Pérez y Priscila Lencina**, a la vanguardia de mis berrinches con sus visitas y mensajitos de Whatsapp. **Fanny Ojeda**, por la paciencia en mi resistencia a realizar trámites burocráticos y encargarse con maestría de mis cuestiones legales y mi estrafalariedad. **Iris Rodríguez**, por acompañarme con su dulzura en mis eventos de barra. **Doris**, por ocuparse semanalmente de mis masajes capilares y darle el toque de brillo y swing a mi indomable cabellera estilo Simba. **Mónica Maldonado**, mi vecina estrella, por cuidar a mi hija como si fuera suya. Y las reinas de la risa (y de las fiestas): **Rebeca Ruíz, Daniela Silva, Maru Alfonso, Andrea Chazarreta, Verónica Martínez, Cinthia César, Perlita y Tricia Baldani**, por los momentos compartidos de contención, amistad y celebración.

Y a **Mar**, por ser el primero en notar que había logrado el brillo que deseaba, cuando yo todavía no me había dado cuenta, por ser una especie de ángel de la soledad que me rescató de varios vicios y tinieblas, y regalarme la belleza de las palabras clave, que marcaron la perspectiva de esta obra, de principio a fin, para que yo pudiera rellenarla con mi esencia. Y ya que estamos, querido Mar: mi respuesta a medias era que “no te dediqué un poema”... pero aquí la completo aclarando que “*Escribí un Libro*”.

Sobre la Autora

Fabiana Acuña es una soñadora multipasional, sexy enamorada de 31 años, de Sáenz Peña, ciudad Termal en el Centro del Chaco, al norte de Argentina. Además de Técnica en Administración de Hoteles y Coach Ontológico, es Bartender en eventos sociales. Vive con su hija, Morena y la atrevida de su gata, Pelusa. Después de padecer durante casi 9 años la rutina laboral de la relación de dependencia como croupier, se hartó de cumplir horarios y generar ingresos para terceros, no “encajaba en el sistema”, sentía que tenía un propósito mayor para explorar en el campo profesional, quería su propio negocio independiente, alineado a sus gustos, placeres y autenticidad.

Mientras emprendía en la psicodelia de crearlo, para liberarse de los jefes, superó el desafío de incontables episodios de prueba y error atacando los síntomas... hasta que dio con su propia fórmula de raíz para *Concretar Deseos* y *Cumplir los Sueños* en piloto automático viviendo y disfrutando la vida con más energía, creatividad y entusiasmo. Esta travesía la convirtió en Coach de Emprendedores Brillantes, CEO & Founder de Fabel Coaching.

Y una de las razones por las que se levanta todos los días con cara de viernes, es “escribir y crear para iluminar, elevar la conciencia y la energía de profesionales y emprendedores de alma que quieren vibrar en la frecuencia de sus deseos para atraer constantemente éxito, dinero y felicidad. Con su mantra de relax: *Pase lo que pase...*”

