***243***

***Haga Realidad sus Deseos Parte 2***

**"Piensa, cree, sueña y atrévete."**

* Walt Disney

Este capítulo viene seriado desde el 241, por lo que es recomendable haber leído los anteriores capítulos previamente.

En este capítulo aprenderá a ampliar su energía psicotrónica varias veces para conseguir un poder ilimitado. Podrá hacer que alguien piense como usted sin decir una palabra. El mundo es suyo. Lo tiene en la palma de la mano. Conforme se vaya fijando metas, dele prioridades y alcáncelas una tras otra.

Tiene usted energía psicotrónica. Es su energía de vida: la energía de su conciencia.

Cuando usted borra su conciencia o retrae su vitalidad, disminuye su energía psicotrónica.

Las fotografías de laboratorio de esa energía demuestran que las personas enfermizas tienen «auras» menos intensas y que su energía no irradia a la misma distancia de su cuerpo que en las personas saludables. La enfermedad tanto física como mental afecta al «aura» irradiada. Cambia su color y cambia su intensidad.

Cuando un sanador espiritual utiliza la imposición de manos para ayudar a otra persona, la fotografía Kirlian demuestra que las manos del curandero pierden algo de su energía psicotrónica que la persona ayudada gana en esta energía.

Tenemos que mantener a nuestro cuerpo bien alimentado de alimentos «vivos». Eso significa alimentos naturales no desprovistos de sus minerales y vitaminas. Tenemos que comer pan integral de trigo, y no blanco; arroz con cáscara, no blanco; productos frescos en lugar de envasados o enlatados, y algunas frutas y ensaladas crudas todos los días. Tenemos que mantener nuestro cuerpo limpio, con ejercicios y descansos. Tenemos que mantenerlo lo más libre posible de humo, alcohol, estimulantes, medicinas —incluidas las aspirinas y las píldoras para dormir.

Tenemos que mantener nuestra mente libre de pensamientos y actitudes negativos que tienen el mismo efecto que las sustancias contaminantes en nuestro cuerpo. Tenemos que resolver las diferencias y no permitir que éstas se conviertan en resentimiento o en hostilidad. Tenemos que observar nuestras reacciones y evitar la mentira y el engaño. Con la sólida base de un cuerpo y una mente sanos, nuestra energía psicotrónica se genera en cantidades poderosas, lo suficientemente poderosas para guiarnos a través de las situaciones cotidianas, saliendo victoriosos y satisfechos. Es como si tuviéramos un generador psicotrónico que trabaja mejor cuando mantenemos todas sus partes en buenas condiciones, limpias y bien engrasadas.

Pero al igual que tenemos una mente que ocasionalmente parece presentar las características de formar parte de algo mayor —como una Mente Universal o Inteligencia Infinita—, así nuestro generador psicotrónico privado parece estar conectado con algo mucho mayor que él.

Llamemos a esa mayor fuente de poder un Generador Psicotrónico Cósmico, pues así es como efectivamente se comporta.

**POR QUÉ AL CONECTAR SU GENERADOR PSICOTRÓNICO CON EL GENERADOR, PSICOTRÓNICO CÓSMICO SE CREA UN PODER ILIMITADO**

Conforme los científicos empiezan a comprender la conciencia, la ven como una fuerza creativa en el universo..., y también como la fuerza destructiva en el universo. Cuando ahondan en sus características energéticas, empiezan a verla como las leyes creativas del universo a las que al mismo tiempo obedecen. Es como si aquello que está tras la creación del universo —sea lo que sea— siguiera trabajando parcialmente a través de la mente del hombre.

Hace unos años, al aceptar el Premio Nóbel por su descubrimiento de una partícula subatómica, un físico comentó públicamente: «Me pregunto si esa partícula estaba ahí antes de que yo empezase a buscarla.» El hombre es ciertamente consciente del hecho de que está creándose parte del universo. De lo que no se da cuenta es que su mente se halla relacionada con la fuerza creativa que está tras el universo en sí. Cosas extrañas ocurren cuando se da cuenta de esa relación. Empieza a desplegar habilidades divinas. Es capaz de afectar a la materia, de avanzar o de retroceder en el tiempo, de saltar cualquier distancia con el pensamiento... y de controlar a la gente.

La mayoría de las religiones separan al hombre, como creador, del Creador Universal. El hombre no es Dios.

Cuando Sai Baba le dijo al joven: «Sí, soy Dios, y tú también lo eres, la diferencia está en que yo lo sé», estaba diciendo realmente que él se hallaba dentro de Dios y que Dios se hallaba dentro de él. No trataba de dar la impresión de que era Dios que había bajado a visitar la tierra. Estaba diciendo: «Lo que yo puedo hacer, tú lo puedes hacer, con tal de que tomes conciencia de toda tu capacidad. «Conectar» es adquirir esa conciencia. Si ahora se siente usted confortado por estas dos páginas, está empezando a «conectar». Por otra parte, si conceptos que le hayan enseñado anteriormente en casa, la escuela religiosa o el instituto interfieren con un concepto ilimitado de sí mismo, necesita estudiar alguna de las realizaciones que está logrando la ciencia en el campo de la conciencia.

La ciencia está descubriendo que el hombre posee capacidades divinas. Está trabajando en laboratorio con esas capacidades. Está viendo que cuando el hombre hace dos cosas con su mente, se da algún cambio fantástico. Esas dos cosas son:

1. Relajar el cuerpo y sosegar los pensamientos:

2. Tomar conciencia de que forma parte del Universo:

Algunos dirán que estos dos pasos son la base de la meditación. Pero no se detenga en las palabras. Dios. Meditación. Religión. Oración. La ciencia está creando términos nuevos para aquello que hasta ahora era de exclusivo dominio religioso.

¿Intrusión? ¿Nunca se encontrarán los dos? A eso me refería cuando decía que el hombre se separa de Dios. La elección es totalmente personal. Se puede ver a Dios dentro de sí mismo... o no.

Llámelo como quiera, pero cuando usted se relaja y vuelve su conciencia hacia el universo del que forma parte, «conecta» con sus poderes divinos.

**COMO «CONECTAR» EN DOS MINUTOS**

Su generador psicotrónico está naturalmente «conectado» al Generador Psicotrónico Cósmico. Somos libres de desconectarnos, y muchos de nosotros así lo han hecho. Nuestro estómago necesita que le alimenten. Nuestro cuerpo necesita que le amparen.

Se requiere de invertir dos minutos de su tiempo diariamente. ¿Está usted dispuesto a cambiar esos dos minutos por todo lo que los científicos están descubriendo que producen?

Energía extra para todo el día.

Alivio de la ansiedad, de las preocupaciones, de la depresión.

Carácter más extrovertido, personalidad atractiva.

Mejor percepción.

Paz de espíritu.

Presión sanguínea más baja.

Menos necesidad de estimulantes o de tranquilizantes.

Menos dolores de cabeza, o ninguno.

Menos excesos en las comidas.

Lo que los científicos no están aún dispuestos a reconocer son los cambios difíciles de medir, aunque más dramáticos:

Control sobre los demás.

Control de la salud.

Control de la riqueza.

Control sobre el destino.

El precio que cuesta: dos minutos. ¿Está usted dispuesto a pagarlo? Entonces está listo para empezar.

**Plan de actuación para conectar el generador psicotrónico con el generador psicotrónico cósmico**

Cierre los ojos y vuélvalos ligeramente hacia arriba.

Cree una habitación en su imaginación. Paredes, techo, suelo, ventanas. Píntela de los colores que quiera, decórela, alfombras, muebles...

Instale una gran claraboya en la habitación. Coloque una silla debajo de esa claraboya. Esa silla la utilizará cada vez que entre en la habitación. Está bañada por la luz del cielo.

Siéntese ahora mentalmente en esa silla. Sienta la luz sobre usted como un halo dorado.

Comprenda esa luz universal como algo que le da la mano a su propia luz interna.

Manténgase así durante aproximadamente un minuto, sintiendo amor por el universo, consciente de su grandeza y de su inteligencia y de que su ser forma parte de él.

Decida volver a disfrutar de ese minuto muy pronto.

Abra los ojos.

Hoy día se utilizan muchas técnicas para enseñar a la gente a dar ese paso hacia delante en la conciencia, paso por el que la ciencia siente un renovado interés. La técnica de crear una «habitación» especial en la conciencia puede verse un día sustituida por algún otro medio más efectivo; pero, mientras, éste sirve. Obra maravillas y lo han utilizado el Inner Peace Movement, el Método Silva de Control Mental, Mente Dinámica, y otros sistemas de entrenamiento.

*Más importante que la técnica es la intención.*

**DEFINA SU INTENCIÓN Y DÉLE AL INTERRUPTOR**

Arthur M. Young, inventor del primer helicóptero comercial y permitido, se interesa desde hace tiempo por el estudio científico de la conciencia como ingrediente básico del universo. Ha observado distintos métodos utilizados por los psíquicos, concluyó que semejantes métodos se limitaban a ayudar a la conciencia a sintonizar o a concentrarse.

La intención, afirma Young, es la clave. El deseo de diagnosticar una enfermedad permite a la mente sintonizar con la condición de un paciente. Los métodos son simplemente un catalizador del proceso mental.

José Silva, fundador del Método Silva de Control Mental, está de acuerdo con esa afirmación. Dice que el deseo de conocer la respuesta a un problema crea una resonancia con ese problema y con todo lo referente al mismo.

Su intención en este preciso instante está ya sintonizando su mente. Pero de qué sirve un aparato de radio sintonizado en una emisora si no está enchufado ni encendido.

Vuelve a la habitación que acaba de crear. Enchúfese y enciéndase de forma que su generador psicotrónico, reforzado por el Generador Psíquico Cósmico, pueda empezar a trabajar para usted.

Siéntese bajo la claraboya en su imaginación cada vez que vaya a su habitación especial. Oliver Wendell Holmes definió una vez el pensamiento inspirado como perteneciente no a los intelectos de un solo piso, o de dos pisos, sino a los intelectos de tres pisos «con tragaluces».

Los intelectuales de un piso, dice, son meros recolectores de hechos. ¿Es eso lo que usted quiere ser? Los intelectuales de dos pisos, dice, utilizan los hechos recogidos por los recolectores de hechos y añaden su propia lógica y razón. Esto ya es mejor; pero usted puede ser mucho más.

Puede usted ser un hombre de tres pisos con claraboya. Estos hombres, dice, imaginan, idealizan y predicen. Son hombres iluminados, dice, iluminados por la luz del cielo.

**UTILIZACIÓN DEL «PROPÓSITO» PARA CERRAR LOS CIRCUITOS DEL PODER**

El proceso de conectar con la energía psicotrónica a nivel cósmico y darle el volumen que se desee es el proceso más fácil de cuantos imaginarse pueda. No hay métodos sofisticados, ni andaduras difíciles, ni instrucciones complicadas que seguir. Sólo se requiere el propósito.

Esto significa que queriendo que suceda, sucederá. Esta es la lección que se oculta tras las leyendas y cuentos de hadas que han sobrevivido a través de los siglos. La razón de esa supervivencia es que la gente los acepta de modo subliminal. La mente sabe lo que es la mente y lo que ésta puede hacer. Ese conocimiento quizá no sea consciente, pero, sin embargo, está ahí.

Ahora se enfrenta usted con un minuto crítico de su vida. Si está dispuesto a asumir más control sobre su vida —su éxito, su salud, su influencia sobre los demás—, necesita afirmarse a sí mismo que ése es realmente su propósito. Haga esa afirmación en su habitación especial.

**Plan de actuación para activar su poder psicotrónico a través de la intencionalidad**

Vaya de nuevo a su «habitación especial» cerrando los ojos e imaginándose en ella.

Pase revista a los muebles, al color y a otros aspectos familiares de la sala.

Siéntese en la silla especial, sintiendo nuevamente el cálido abrazo de la luz universal.

Afirme mentalmente su intención de adquirir un mayor control sobre su vida.

Pida ayuda a la luz que le rodea.

Termine su actuación sabiendo que está hecho..., que ahora controla usted su vida.

Abra los ojos.

Si estuviera usted conectado a un electroencefalógrafo que mide las ondas cerebrales, vería que se ha producido un cambio en las emisiones de su cerebro. Tras la actuación antes descrita, su cerebro se vuelve más resonante a factores que son importantes para su supervivencia y éxito.

Esos cambios son muy sutiles, pero los expertos pueden leerlos en el material producido por el aparato electrónico de biofeedback.

Las mediciones de ondas cerebrales pueden hacerse ahora a distancia. En el Institute of Technology de Massachusetts, está realizando el trabajo más avanzado en este campo, pero científicos de muchas universidades trabajan en ello.

Se están utilizando computadoras para relacionar ciertos gráficos de ondas cerebrales con ciertos pensamientos. En efecto, este equipamiento podrá leer los pensamientos de una persona a cierta distancia. Se ha dicho que el Pentágono apoya el proyecto, financiándolo. Una de sus agencias, The Advanced Research Proyects Agency (ARPA), parece ser que se ha encargado del proyecto, que podría ser utilizado en asuntos diplomáticos y para la defensa. Esto crea algunas terribles posibilidades de un robot controlando nuestros pensamientos —otra razón más para que usted se convierta en experto en utilización del poder psicotrónico para protegerse, aumentar su control sobre los demás y controlar su propio destino.

**CÓMO EVITAR LOS «ATASCOS» EN SUS SEÑALES PSICOTRÓNICAS**

¿Le gustaría que una persona acudiera a su lado con sólo tener que levantar un dedo? Esa persona podría estar mirando hacia otro lado, o incluso estar a kilómetros de distancia, y, sin embargo, su poder psicotrónico será la causa del inevitable resultado. La persona acudirá.

Durante todos estos años, usted no sabía que era posible. De hecho, sabía que era imposible. Ese conocimiento debe ser alterado. Actúa como una fuerza estática que bloquea y atasca la sintonía para conseguir el propósito.

La mente es la fuente del poder psicotrónico. Todas las creencias, esperanzas y deseos son como teclas de la mente. Una radio no puede sintonizar con una emisora si todas las teclas no están en la posición adecuada.

Lo mismo puede decirse de la mente. Cada tecla tiene que estar en su sitio.

Si usted hace intervenir dudas, o ansiedad, o temor, no funcionará.

«No tenemos nada que temer sino al propio temor en sí», dijo Franklin D. Roosevelt a principios de los años 30. Estaba hablando del miedo a no tener dinero o trabajo en la depresión. Pero el temor atrae precisamente aquello que usted no quiere que ocurra.

**La duda acarrea resultados dudosos.**

**La esperanza y la fe atraen aquello que se espera y en lo que se cree.**

Por eso, sin duda, no está sintonizado. Su duda está «atascando» sus señales psicotrónicas.

Para establecer la certeza en lugar de la duda, tiene que ver cómo otra persona siente sus señales psicotrónicas. Esto significa que tiene que empezar con cosas sencillas primero, y luego avanzar hacia cosas más arduas.

Proyectos fáciles son:

• Hacer que alguien piense como usted al día siguiente.

• Hacer que un niño deje de hacerse pis en la cama.

• Hacer que le diga una palabra cariñosa alguien que nunca se la ha dicho.

Proyectos más difíciles son:

• Lograr que alguien le haga un regalo.

• Hacer que alguien se traslade.

• Hacer que alguien le ofrezca su ayuda.

En este capítulo nos ocuparemos de los proyectos fáciles. Los más difíciles tipos de control sobre los demás se verán facilitados en los capítulos siguientes.

Empiece con estos ejercicios sencillos:

1. Mire a una persona que se encuentre delante de usted en un ascensor, o esperando en la cola de una entidad bancaria o del cine. Quédese mirando su nuca, justo donde termina la línea del pelo. La persona hará algo para demostrarle que ha sentido la energía de su «mirada». Se revolverá (incómoda), se rascará el cuello, o se volverá a mirarlo.

2. Quédese mirando a su perro, su pájaro o cualquier animalito. Verá el rabo del perro dejar de moverse y hasta colgar indicando miedo. Verá cómo el gato se va sigilosamente. El pájaro tendrá alguna reacción nerviosa.

3. Cuando esté con un grupo de personas, jueguen a este juego PES. Alguien se presta voluntario para salir de la habitación. Los demás se ponen de acuerdo sobre un objeto que la persona que se ha marchado tendrá que adivinar. En cuanto decidan sobre el objeto, hagan volver a la persona. Ténganle la mano. Sin mirar en la dirección del objeto, usted y los demás visualícenlo mientras la persona va delante de ustedes hacia donde se siente impelida. Es muy probable que vaya derecha al objeto.

Cuando empiece a tener confirmación a través de uno o más de estos ejercicios, su creencia y esperanza funcionarán adecuadamente. No bloqueará sus señales psicotrónicas. Podrá manejar esas señales bien centradas y con la fuerza necesaria para afectar a otra persona. Ya está listo para ejercer control sobre la gente de forma moderada.

**CÓMO HACER QUE LOS DEMÁS VEAN LAS COSAS COMO USTED**

He aquí un plan de actuación para que otras personas vean las cosas como usted.

Plan de actuación para poner de su parte a una persona

Obtenga un retrato de esa persona o un objeto que le pertenezca. Si no lo consigue, haga un sencillo dibujo de un hombre, una mujer o un niño y ponga debajo el nombre de la persona, su edad, su sexo y sus señas. A esto le llamaremos «conexión».

Siéntese en una silla con la conexión en la mano. Cierre los ojos, relájese y vaya a su habitación especial imaginándose que está allí. Mire ligeramente hacia arriba y represéntese a esa persona.

Presente su caso mentalmente a esa persona como si estuviera hablando a un juez. Haga su presentación de forma lógica, convincente, razonable, pero con el pensamiento, no con palabras.

Apele al propio interés de esa persona, mostrando cómo al ponerse ella de su parte beneficia a sus intereses.

Utilice la conexión de vez en cuando manteniéndola ligeramente por encima de la horizontal, abriendo los ojos, mirándola fija y seriamente como si fuera una persona, y señalándola con el dedo para dar mayor énfasis.

Termine su conversación psicotrónica con pensamientos de amistad, comprensión y relación afectuosa.

No hay vudú ni magia negra en este plan de actuación. Trabaja con energía psicotrónica en lugar de energía sonora. La energía sonora se percibe con los oídos. La energía psicotrónica se percibe con la conciencia. Dado que la energía psicotrónica es energía de conciencia, tiene que utilizar su conciencia, no su boca, para comunicar. Con frecuencia es un modo mucho más eficaz.

**HAGA RESONAR CADA CÉLULA DE SU CUERPO PARA QUE CUMPLA SU VOLUNTAD**

Cada célula de su cuerpo tiene conciencia. Esa conciencia se va a ver afectada de un momento a otro por su conciencia. Cada célula tiene su propia meta: cumplir con su cometido —ya sea una célula del pelo, del cutis o del hígado.

Cada célula haría su trabajo perfectamente si no fuera por los aspectos no tan perfectos de nuestra propia conciencia.

Debido a que creamos un clima de miedo, tensión, ansiedad o resentimiento, las células de nuestro pelo no están sanas y entonces puede caerse el pelo, o se nos estropea la cara, o nuestro hígado funciona mal.

Para permitirle a nuestro poder psicotrónico trabajar al máximo a cualquier nivel de salud que esté usted ahora, necesita entrar en contacto con las células de su cuerpo y conseguir su apoyo.

Richard M. Suinn, un psicólogo que trabaja con los atletas olímpicos norteamericanos, los lleva a una relajación profunda y a una imaginería de gran calidad para hacerles «sentir» sus músculos en acción. Un electro- miógrafo nos permite ver a los músculos reaccionar cuando el esquiador relajado imagina saltar los baches en la carrera.

Inconscientemente se «habla» constantemente con las células del cuerpo. La falta de confianza les llega perfectamente. La tensión también. Y el miedo.

¿Ha sentido usted alguna vez un escalofrío si tenía miedo? ¿O quizá un estremecimiento que le recorría la espalda, o carne de gallina, o que se le erizaba el pelo? Hace un millón de años, cuando el hombre estaba asustado ante un posible enemigo, parecía más grande de lo que era al erizársele el pelo. A menudo le ayudaba a sobrevivir. Y de ese modo pasó de generación en generación en la supervivencia de la actitud más adecuada y permanece hoy como un vestigio de los días de las cavernas.

Se puede comunicar para bien con las células del cuerpo con la misma facilidad con que se puede comunicar para mal. Su mente puede estar absorta en preocupaciones y causar úlceras; absorta en tensiones de negocios y causar una enfermedad del corazón. También su mente puede absorberse en la paz de la naturaleza y rejuvenecer su sistema de digestión; estar ocupada en deleite tranquilo y curar su corazón.

La elección es suya.

¿Está usted dispuesto a elegir cinco minutos de «reparaciones» y a restablecer relaciones amistosas con las células de su cuerpo desde ahora?

Todo cuanto tiene que hacer es enviar su energía psicotrónica a las células, junto con un mensaje de aprecio y de alta estima. El resultado será un aumento de esa energía psicotrónica al marchar al unísono su energía psicotrónica y la energía de las células.

Empieza a resonar más armónicamente con las células de su cuerpo. El resultado es una mejor salud y una más fuerte proyección de la energía psicotrónica para que cumpla su voluntad.

**Plan de actuación para que cada célula de su cuerpo trabaje para usted**

Encuentre una postura cómoda. En este plan de actuación puede usted estar tumbado si lo desea.

Cierre los ojos e inspire profundamente. Al exhalar el aire, sienta como si fuera el final de un día muy duro y le agradara relajarse.

Tome conciencia de su cuero cabelludo. Sienta en él el cosquilleo de la circulación sanguínea.

Represéntese su pelo. Vea un pelo entrando en su cuero cabelludo.

Sígalo por debajo de la piel. Véalo agrandado como si fuera el tronco de un árbol en un bosque de folículos pilosos.

Agradezca a su pelo el que sea la gloria que le corona.

Exprese agradecimiento ahora a las células de su cerebro por ser la computadora de su cuerpo y el centro de comunicación.

Baje con su conciencia. Dé las gracias a sus ojos, oídos, paladar, dientes por el excelente trabajo que están haciendo.

Entre en la garganta y en el estómago. Alabe a las células del estómago por ser un laboratorio químico eficaz para la digestión de tal variedad de alimentos.

Siga expresando amor, afecto y gratitud a su bazo, páncreas, hígado, vesícula biliar, intestino delgado y colon.

Diga una palabra amable a su sistema evacuatorio por un trabajo tan ingrato, pero esencial.

Métase en su corriente sanguínea. Dígales a los glóbulos blancos que transmitan su afecto y su agradecimiento a los demás. Haga lo mismo con los rojos.

Deténgase en el corazón. Déle sus respetos a tan poderosa máquina. Luego a sus pulmones con un aprecio igual.

Por último, vuelva a su cráneo. Dígale a una célula ósea que le lleve su agradecimiento a todas las células óseas. Dígale a una célula del cuero cabelludo que se lo transmita a todas las células cutáneas, y salga entonces por donde entró.

Abra los ojos sintiéndose completamente despierto y mejor de lo que estaba.

Este plan de actuación resulta bastante largo expresado en palabras, pero si lo lee un par de veces se dará idea del «itinerario» fisiológico. No tiene que sentarse con el libro en el regazo y abrir los ojos para ver qué viene a continuación. Cualquier camino que tome para recorrer los sistemas de su cuerpo, cualquiera que sea la forma en que le exprese su respeto, amor y aprecio, serán el camino y la forma apropiados.

Sus células responden igual que si el presidente de la General Motors visitara la cadena de producción para dar las gracias a los trabajadores. Cuando se eleva la moral de sus células, usted se da cuenta.

Todo mejora, incluso su poder psicotrónico.

**UNA FORMA DE ELEVAR SU VIDA Y DE HACER QUE LAS PERSONAS IMPORTANTES SE PONGAN DE SU PARTE**

Ahora que conoce la inmensidad de su poder psicotrónico, tiene que planear la forma de utilizarlo en su vida.

El primer paso consiste en establecer prioridades, ¿qué es lo que más desea: un puesto de ejecutivo? ¿Más amigos? ¿Mejor salud? ¿Un viaje? ¿Una casa nueva o un coche nuevo?

Ponga todo cuanto desee en tarjetas separadas. Reduzca cada meta a sus componentes.

Por ejemplo, haga las tarjetas de la salud empezando por una tarjeta para aquel aspecto de su salud que necesite mejorar urgentemente. Luego otras tarjetas para otros problemas de salud hasta toses o enfriamientos u otras molestias.

Haga lo mismo para las posesiones. Todo cuanto desea necesita una tarjeta aparte. Haga lo mismo para otras personas de su familia: tarjetas separadas para fines distintos.

Cuando tenga diez o veinte tarjetas llenas, enumérelas por orden de importancia. Luego ponga el número uno delante de las demás, detrás la dos, etc.

Ahora ya está listo para llevar a cabo un plan de actuación que afectará a cada una de esas metas, empujándolas a realizarse.

**Plan de actuación para mejorar su vida**

Vaya a su «habitación especial» y relájese en su silla especial con las tarjetas en la mano.

Mantenga las tarjetas con las yemas de los dedos, por orden de prioridad, la número uno arriba.

Mire la tarjeta de encima. Represéntese mentalmente que se hace realidad. Si es algo que desea conseguir, véase a sí mismo con ello.

Pase aproximadamente tantos segundos con la primera tarjeta como tarjetas tenga en su mano.

Coloque la tarjeta detrás de las demás y siga mirando a la segunda de la misma manera, pero un segundo menos.

Recorra de ese modo todo el paquete de tarjetas, pasando cada vez menos tiempo con la siguiente.

Repita el proceso con la primera tarjeta cuando vuelva a llegar a ella.

Salga mentalmente de su habitación sabiendo que la acción ya está en marcha para mejorar su vida de acuerdo con las tarjetas.

Guarde las tarjetas para volver a repetir lo mismo a diario, eliminando las tarjetas conforme vaya consiguiendo lo que en ellas se pide.

¡Enhorabuena! Ya está encarrilado.

Continuaremos en el siguiente capítulo