ABUNDANCIA

La Conexión positiva entre el Dinero, la Espiritualidad y la Felicidad

PILAR IBAÑEZ

Abundancia

La Conexión positiva entre el Dinero, la Espiritualidad y la Felicidad

Pilar Ibáñez

© Pilar Ibáñez, 2022

PIM Bienestar

Carrera 7ª #69-67 Bogotá

Primera edición: octubre 2022

soporte@pimbienestar.com

www.pilaribanez.com

Este libro no podrá ser reproducido, ni total ni parcialmente, sin previo permiso del escritor. Todos los derechos reservados.

Agradecimientos

Quisiera iniciar agradeciendo al Universo por darme la posibilidad de escribir este libro para poder compartir esta información con los seres en la Tierra.

También agradecer a mi familia, mamá María Cristina, hermanos Cata, Pipe, Dani y mis sobrinos Ethan, Harry y Dana, por ser siempre un apoyo incondicional. Agradecer a mi papá quien desde el cielo siempre me acompaña.

Agradecer a Sarita, por ayudarme a diagramar las actividades de este libro para que se vean lindas. Y a todas las personas que hacen parte de mi vida de forma directa e indirecta, que me llenan de alegría y experiencias extraordinarias todos los días.

Perfil del Autor

Pilar Ibáñez: Conferencista, escritora y consultora de Bienestar y Felicidad Organizacional y Digital. Mentor coach de Meditación, Propósito, Felicidad, desarrollo y crecimiento personal y profesional. Conferencista Tedx. Fundadora de la App y plataforma PIM Bienestar.

Experiencia con más de 100 empresas en 9 países (Colombia, Panamá, República Dominicana, Chile, Salvador, México, España/Madrid y Estados Unidos/Miami, Brasil), ha escrito 10 libros, dentro de los que se encuentra “En Rem” una saga de transformación personal, “No leas, Haz” un libro de actividades de transformación; “La Práctica de la Felicidad: la ciencia detrás de la felicidad”, "El Ecosistema de Bienestar y Felicidad Corporativo" y es columnista del diario La República.

PHD en Psicología NCU USA. Abogada de la Pontificia Universidad Javeriana y de la Universidad del País Vasco en España. Especialización en Propiedad

Intelectual y Nuevas Tecnologías de la Universidad Externado de Colombia, una Maestría en Relaciones Internacionales del Campus Stellae de Santiago de Compostela en España, y MBA de la Universidad de Miami. Maestría en Ingeniería Humana: Certificación en PNL, coaching, hipnosis y descodificación de células por Altamente, Certificación en Coach Eneagrama por Eneagramarte, y Certificación en NeuroLiderazgo por la Asociación Educar. Ciencia de la Felicidad Universidad de Berkeley. Sidhi Meditación Trascendental. Certificación Edición y Revisión de novela por UBC (University of British Columbia). Maestría en Creación Literaria (VIU) España. Certificación Resiliencia, Psicología Positiva y La Formación del Carácter por la Universidad de Pensilvania. Certificación de Digital Wellness Institute en Bienestar Digital.

Tras su trayectoria empresarial, y debido a una situación personal, se adentró en el mundo de la felicidad, lo que le permitió hallar su propósito de vida: ayudar a personas y organizaciones en sus procesos de transformación. Es coach de CEOs, CFOs, Directivos, Artistas entre otros. Directora de PIM Bienestar (CIPID) y columnista del diario La República.

www.pimbienestar.org

www.pilaribanez.com

Tabla de contenido

Agradecimientos ____ ***3***

Perfil del Autor ____ ***3***

Capítulo 1: Introducción a este libro y algunas cuestiones sobre los Mitos alrededor del dinero, la espiritualidad y la felicidad ____ ***7***

De carencia a abundancia ____ **8**

Parte Uno ____ ***10***

Capítulo 2: La Ley de la semilla de la Abundancia y la Prosperidad ____ ***11***

Ingredientes de la Prosperidad ____ **12**

Identificación de patrones económicos ____ **13**

Capítulo 3: La ley de los fertilizantes de la Abundancia y Prosperidad ____ ***16***

Capítulo 4: La Ley de la Causa y el Efecto ____ ***20***

La historia sobre la relación con el dinero. ____ **21**

Capítulo 5: La Ley de las señales (Administración del dinero) ____ ***25***

Capítulo 6: La Ley del Libre albedrío (la real libertad financiera) ____ ***29***

Capítulo 7: La Ley del 5-2 y 5+2 (el Plan de abundancia) ____ ***36***

Herramienta CREA ____ **40**

Capítulo 8: La Ley de Aprovechar las experiencias y oportunidades (Hábitos) ____ ***41***

Hábitos buenos y malos ____ **44**

Capítulo 9: El equilibrio y la armonía de la energía de la abundancia ____ ***46***

Bloqueos de la energía y la no intervención ____ **48**

Parte Dos ____ ***50***

Capítulo 10: Reto de 21 días de abundancia y prosperidad (Actividades) ____ ***50***

Capítulo 11: Reto 21 días de Meditación de Abundancia y prosperidad ____ ***62***

Curso Online Abundancia

https://go.hotmart.com/F74482426A?dp=1

Abundancia

La Conexión positiva entre el Dinero, la Espiritualidad y la Felicidad

Pilar Ibáñez

Video Introductorio: https://www.youtube.com/watch?v=lx5JjzakAmM

A veces cuando pensamos en una persona espiritual, imaginamos a alguien de túnica y con sandalias en medio de las montañas meditando, y si pensamos en alguien rico a veces nuestra mente nos lleva a alguien codicioso y egoísta. Pareciera entonces que el dinero y la espiritualidad fueran dimensiones completamente opuestas.

Quiero invitarte a que me acompañes en este viaje, donde convertiremos el dinero y la espiritualidad en una sola energía, energía que crece para tu bienestar y felicidad.

Aprenderemos juntos sobre siete leyes del Universo en cuanto a la abundancia, para así conocer cómo rigen y afectan nuestra vida financiera. Para poner estas leyes en práctica tendremos algunos ejercicios para una buena administración de los recursos, ya que para el Universo es evidente que, si te da 10 pesos y no los administras bien, pues para qué te va a dar 100, si vas a hacer lo mismo.

Iniciemos juntos esta aventura en la que encontraremos la conexión entre el dinero, la espiritualidad y la felicidad.

Capítulo 1: Introducción a este libro y algunas cuestiones sobre los Mitos alrededor del dinero, la espiritualidad y la felicidad

Quiero empezar este libro haciendo alusión a algunas creencias relacionadas con el dinero, la espiritualidad y la felicidad. Hay personas que dicen que el dinero no compra la felicidad, hay otros que intentan comprar la felicidad a través de cosas materiales pensando que por fin los demás los van a valorar o reconocer. La verdad es que de acuerdo a la investigación que se ha realizado en los temas de dinero y felicidad resulta que una persona no podría pensar tanto en su felicidad si no tiene para pagar el pan, la luz o el agua. Según la pirámide de Maslow para que una persona pueda pensar en la felicidad tiene que tener sus mínimos satisfechos, es decir, lo básico, como son un lugar para vivir, comida, agua, luz, etc. Una vez éstos cubiertos es más fácil pensar en ser feliz. Es verdad entonces que el dinero no compra la felicidad, pero también es cierto que hay una relación muy interesante entre estas dos variables, sobre todo considerando que estamos teniendo una experiencia en un mundo físico.

Video: Dinero y la felicidad: https://www.youtube.com/watch?v=PpVGxV-FZ3c

Por otra parte, hay personas que tienen la creencia de que una persona espiritual no puede ser rica o millonaria, tal vez porque en algún momento entró en nuestra psique que debíamos ser felices viviendo con muy poco o que espiritualidad es todo lo contrario a la riqueza monetaria, el llamado “voto de pobreza”. Por lo que pareciera que una persona espiritual debe estar en sandalias, con una túnica y viviendo en una montaña, comiendo de lo que la madre tierra le entrega. Pero resulta que no todos podemos ir a una montaña a vivir de la naturaleza, primero porque no es la misión que nos encomendaron y segundo porque es una cuestión de gustos.

Resulta que la felicidad, la espiritualidad y el dinero son lo mismo, es una energía que va y viene, que se transforma y que está disponible para todos. Así que en este libro quiero compartir varios hallazgos sobre cómo conectar de forma

amorosa esas tres energías para que se conviertan en una sola, y así poder lograr la abundancia positiva y la prosperidad que todo ser humano sobre la Tierra se merece. Compartiré siete leyes del universo que ayudan a lograr ese estado de abundancia, junto con ejercicios prácticos sobre la buena administración de la energía del dinero. Esos ejercicios son muy importantes, ya que verás más adelante que si el Universo te entrega 10 pesos, pero no sabes administrarlos bien, pues es posible que no te den 100.

Si llegaste a este libro, es porque el libro te encontró a ti, porque sabe que estás listo para recibir lo que te mereces, y tener abundancia positiva y prosperidad, siendo completamente feliz y espiritual.

¿Cómo leer este libro? Hay muchas formas de leer este libro. Puedes leerlo todo completo de forma continua, puedes leerlo más despacio e ir haciendo los ejercicios, o puedes abrirlo en cualquier página para ver qué mensaje tiene para ti.

El libro está dividido en dos partes. La primera parte, contiene las 7 leyes del Universo aplicadas a la abundancia, cada uno de estos capítulos trae ejercicios prácticos sobre la buena administración del dinero y buenas prácticas que conectan la vida espiritual con el dinero. La segunda parte, contiene un reto de 21 días de actividades para generar abundancia y prosperidad; y un reto de 21 días de meditaciones de abundancia y prosperidad donde encontrarás los links o códigos QR para que puedas escuchar los audios. Aquí encontrarás un regalo especial para ti.

De carencia a abundancia

Un poco sobre mí para que sepas por qué estoy escribiendo este libro. Yo, al igual que la mayoría de los seres de la Tierra, podría decir que el 80% de la población, era de las que creía que la espiritualidad y el dinero no iban en la misma caja. De hecho, en mi casa siempre escuchaba las frases de “ese señor está picho (podrido) en plata” o “si tiene ese carro tan costoso, es porque debe estar en malos pasos”. Así que pareciera que tener dinero no era algo bueno, sino que

traía adjetivos calificativos perversos. Entonces, en mi caso en particular veía a mis padres conseguir un patrimonio, desde el punto de vista material, a punta de sacrificio, sudor y sobre todo siempre con miles de deudas, de esta forma había una presión para deberle a alguien más (bancos), lo que siempre generaba que hubiera poco. Creo que mi padre, que era un trabajador incansable, sentía que tener deudas le generaba la presión suficiente para trabajar más y más duro. Yo aprendí así, que para poder conseguir cosas materiales debía estar hasta el cuello de deudas con los bancos y trabajar de forma imparable. Tengo que contarles que varias veces en la vida he tenido todas las cosas materiales que había querido: un apartamento de soltera increíble, un súper Mercedes-Benz A200, 50 pares de zapatos, etc. Pero también, endeudada hasta las pestañas. Tanto así que cuando me llamaban al celular y era un número desconocido, a veces no contestaba porque no sabía si era un cliente o el banco, y cuando contestaba y decían mi nombre completo sabía que era el banco así que colgaba de una. Esto para mí era un dolor de cabeza, pero la cosa se puso más grave cuando en 2014 el petróleo cayó considerablemente, y todos los 15 clientes que tenía se fueron, dejándome sin forma de pagar la hipoteca, el MBA en la universidad de Miami, el cual estaba en dólares, y 17 tarjetas de crédito todas con el mayor cupo posible. La sensación de tener solo 10 dólares en la billetera y no saber qué hacer, fue espantosa. Después de gran angustia y una depresión decidí hacer algo al respecto. En ese momento sentí que la vida me estaba hablando, así que empecé a leer sobre abundancia y prosperidad, y sobre el mundo espiritual, como una forma de agarrarme de algo. Aprendí mucho, así que doy las gracias a esa información y a la conexión de las tres energías dinero, espiritualidad y felicidad, por lo que hoy cuento con un buen patrimonio, bien administrado, ninguna deuda, y sobre todo tranquilidad. ¿Cómo llegué a este punto? eso es lo que quiero compartir contigo. Cuando te digo compartir, es todo, todo lo que hasta el momento sé, también lo que no sé, y sobre todo los errores que cometí y cómo los reparé.

Ser feliz, espiritual y rico es posible. Así que a continuación comparto contigo esta hermosa información sobre cómo unir estas tres energías.

Parte Uno

A continuación, encontrarás una serie de leyes sobre la abundancia que muestran la correcta relación entre el dinero, la espiritualidad y la felicidad. Cabe la pena anotar que en mi libro de “La Práctica de la Felicidad” menciono que la felicidad es una habilidad que se desarrolla con la práctica, por esa razón la intención de compartir contigo estas leyes y ejercicios es que puedas tener el conocimiento y lo pongas en práctica para convertirlo en sabiduría de felicidad.

Antes de iniciar quisiera contarte que son varias las teorías sobre las Leyes del Universo, pero al final es la misma información explicada de una forma diferente. A mí en particular me gusta trabajar las leyes desde este punto de vista. Hay siete Leyes Superiores del Universo. Estas siete Leyes Superiores son: tres leyes que rigen las dimensiones de arriba (Amor, vibración y dualidad/complemento); una ley intermedia conocida como la Ley de la evolución o transformación; y tres Leyes que rigen las dimensiones inferiores (naturaleza o tierra, equilibrio o armonía, correspondencia o para algunos la Ley de la atracción). Para este libro sobre la abundancia estaremos trabajando **siete leyes prácticas del diario vivir** que están conectadas directamente con algunas de esas leyes superiores, en particular las Ley de Equilibrio o Armonía, y de Ley de la Correspondencia.

Te dejo un video que explica el tema de las leyes superiores de forma más clara.

Video: Explicación leyes Superiores del Universo:

https://www.youtube.com/watch?v=VFqGzxMcQck

Capítulo 2: La Ley de la semilla de la Abundancia y la Prosperidad

"*Para que la prosperidad llegue a tu vida*
debes estar en sintonía con la misma
es decir que se alinee con tu persona,
el lugar y el momento adecuado".

Quisiera iniciar con algunas definiciones básicas.

Prosperidad: es ir hacia adelante, avanzar, tener éxito. Aquello con lo que te sintonizas. Es decir que, si estás sintonizado con amor, riqueza, equilibrio eso es lo que atraes.

Abundancia: gran cantidad de algo. Puede ser desde el punto de vista positivo o de gran aprendizaje. Puedes ser abundante en dinero o en deudas.

En este sentido para lograr la abundancia positiva es necesario trabajar la Prosperidad, es decir con aquello con lo que te sintonizas. Por esta razón tendrás desde el inicio algunas actividades sobre los *Ingredientes de la Prosperidad*.

Anuncio importante: tienes que saber que no puedes comparar tu prosperidad y abundancia con parámetros de otro. Te doy un ejemplo para entender esto mejor: el alimento que requiere un elefante es diferente al de la hormiga. Imagina que fueras una hormiga y te dieran de comer como a un elefante, seguro morirías, o si fueras un elefante y te dieran de comer como a una hormiga, tendrías ese mismo destino. A veces miramos lo que tienen los otros, pero no tenemos ni idea, cómo lo administran, cuál es su propósito, qué están aprendiendo, cómo lo consiguieron, y sufrimos con estas comparaciones sin sentido. Créeme que cuando te conviertas en una persona diferente, el Universo te entregará más o algo diferente. Todo va de acuerdo al momento en el que estés

preparado mental, emocional, intelectual, relacional y espiritualmente, pero esto lo veremos a profundidad más adelante.

Ingredientes de la Prosperidad

Los ingredientes de cualquier receta son la materia primera con la que se puede hacer la comida. En este caso son las creencias, pensamientos y sentimientos, los que componen la abundancia y prosperidad que hoy tienes.

Tu persona: quisiera que iniciaras por responder las siguientes preguntas, todas haciendo referencia al dinero, espiritualidad y felicidad:

- ¿Quién eres? o ¿Quién crees que eres?
- ¿Cómo piensas? ¿Cuáles son tus pensamientos más recurrentes sobre el dinero?
- ¿Cuáles son tus creencias frente al dinero, la espiritualidad y la felicidad?
- ¿Cuáles son tus hábitos y personalidad?
- ¿Confías en ti mismo?
- ¿Confías en los demás?
- ¿Te sientes merecedor de riqueza?
- ¿Estás preparado interna y externamente para ser rico?

Para conectarnos con la prosperidad debemos ir al mundo de lo invisible, que es lo que modifica el mundo visible. Es decir que el dinero que hoy tenemos está directamente relacionado con lo invisible o intangible, la forma en la que creemos, pensamos y sentimos. Las creencias sobre el dinero, sobre el merecimiento, sobre el dar y recibir. T. Harv Eker lo explica en su libro con la metáfora del árbol, en el que los frutos de ese árbol son los resultados o dinero que tenemos en la vida. Las raíces serían esas creencias profundas, y el tronco serían los medios que estamos utilizando para lograr obtener esos resultados.

Hoy los frutos o resultados de nuestra vida pueden ser pequeños o no tener buen sabor. La única forma para que esos frutos sean grandes y tengan excelente sabor es modificando las raíces y dándoles un buen fertilizante. Las raíces son las creencias, pensamientos y sentimientos. Los fertilizantes son los hábitos diarios que dan fuerza a esas raíces.

Así que cabemos un poco hacía abajo para encontrar esas creencias, así poder mejorar esas raíces, cambiemos ese fertilizante que estamos hoy utilizando. Al cambiar el mundo interior cambia el exterior.

Identificación de patrones económicos

Los patrones económicos son las formas en las que nos venimos relacionando con el dinero. En mi libro de la "Práctica de la Felicidad" comparto la fórmula de identificación de los patrones a través de una sencilla fórmula. Un pensamiento conduce a un sentimiento, el que genera una acción la que se convierte en resultado. Estos pensamientos son como la semilla que creó el árbol de resultados de la vida. Es por esta razón que es importante identificar y hacer conciencia de los pensamientos instaurados en la memoria, a los que normalmente damos el nombre de ***creencias***.

Te invito a que realices el test: Reflexiona si algunas de las siguientes afirmaciones se te hacen conocidas: Responde SI o NO.

1. No, a mí que no me regalen nada, porque no quiero deberle a nadie.
2. El dinero no nace de los árboles.
3. Ese señor está podrido en dinero.
4. Ese señor debe estar metido en malos pasos si compró ese súper carro.
5. De eso tan bueno no dan tanto.
6. Las personas con dinero son malas.
7. Lávate las manos si cogiste dinero, eso es sucio.
8. Para tener dinero debes trabajar demasiado, y hacer muchos sacrificios.
9. Los ricos cada día son más ricos y los pobres más pobres.

10. Si eres espiritual no puedes ser rico.
11. La deuda es una palanca para poder lograr tener casa, carro y estudio.

Si tuviste más de tres afirmaciones con la respuesta “SI”, quiere decir que debes iniciar a transformar la forma en la que crees y piensas sobre el dinero, para poder tener una mejor relación con éste. La primera forma de hacer cambios es tener consciencia de la forma en la que pensamos, si no eres consciente no puedes hacer cambios. Para cambiar algo debes ser consciente de su existencia. Una vez se logra este paso, se debe reflexionar y después hacer las modificaciones pertinentes.

Te invito a que realices las siguientes actividades que te ayudarán a identificar creencias y pensamientos y a modificarlos. Más adelante tendremos algunas actividades sobre los patrones, por ahora nos enfocaremos en estas actividades en las semillas.

Actividad 1: Modificar las afirmaciones

Paso 1: Toma cada una de las afirmaciones sobre el dinero e intenta pensar a quien le escuchaste esta información o de dónde provino. Analiza qué tan real es esta afirmación, ¿tienes pruebas de que sea verdad? dialoga y debate contigo mismo.

Paso 2: modifica las afirmaciones, escribiéndolas de nuevo desde una perspectiva positiva. Es decir, cambia el observador de tu relación con el dinero. Te dejo un ejemplo.

> Ejemplo. Afirmación vieja: No, a mí que no me regalen nada, porque no quiero deberle a nadie.
>
> Afirmación nueva: Doy gracias por todo lo que el Universo me da porque me lo merezco por el simple hecho de existir.

Actividad 2: Diario de Abundancia y Prosperidad.

Lleva un diario en el que vayas anotando esos pensamientos viejos que llegan a tu mente para ir haciendo las modificaciones pertinentes.

Actividad 3: Reto 15 días

La idea es que no nos identifiquemos con ninguna de estas afirmaciones negativas o viejas, sino con unas positivas. Por eso te invito a que realices el reto de 15 días de afirmaciones positivas. Hay tres formas de realizar el reto:

- Lee en voz alta frente al espejo la afirmación positiva del día sobre abundancia y prosperidad.
- Toma una de las afirmaciones y siéntate un instante a meditar, siente cómo atraes esa energía a tu vida.
- O haz las dos actividades de forma conjunta.

Te dejo aquí algunos ejemplos de afirmaciones positivas sobre el dinero que te pueden ser de ayuda.

★ Son un imán para el dinero.

★ El dinero llega fácil a mis manos.

★ El dinero es energía de felicidad.

★ Amo el dinero y él me ama a mí.

★ El dinero, la espiritualidad y la felicidad son la misma energía.

★ Atraigo situaciones extraordinarias y felices a mi vida cada día.

★ Todo lo que toco lo convierto en oro.

★ A mi vida llega “dinero feliz”.

Workbook Prosperidad:
https://drive.google.com/file/d/1GiZCYk6RO4nyOAmtWpq011sX0PSQByvt/view?usp=sharing

Capítulo 3: La ley de los fertilizantes de la Abundancia y Prosperidad

Ya hablamos un poco sobre las creencias y los pensamientos, los que funcionan como las semillas donde se originan los frutos de ese árbol, el árbol de la prosperidad. Tengo que añadir que para que las raíces, el tronco y las ramas de ese árbol crezcan fuertes y sanos se requiere de fertilizantes. Un fertilizante es un nutriente que ayuda al buen crecimiento. En esta metáfora los fertilizantes son los sentimientos y las emociones, los que son igual de importantes que las semillas. Yo puedo tener una buena semilla, una creencia de que el dinero es energía, pero si cuando me lo entregan no me siento merecedor o lo recibo con culpa, las ramas de ese árbol se marchitarán fácilmente.

Para explicar esta ley es preciso hacer una importante diferencia entre los sentimientos y las emociones. Las emociones son una mezcla química acontecida en el cerebro de una persona, que produce una reacción involuntaria en el cuerpo, a veces generando una expresión corporal. Ejemplo de ellas están las emociones básicas como son la rabia, asco, miedo, sorpresa, tristeza y alegría. Estas al mezclarse crean un sin número de emociones muy interesantes. Ahora, a la interpretación que hacemos a través de nuestras creencias acerca de esas emociones, se le llaman sentimientos. Es decir, es cuando involucramos a la mente en lo que estamos sintiendo.

Desde el punto de vista psicológico, la culpa es un juicio moral (sentimiento) que la persona hace a una conducta, ya sea por acción o por omisión, en la que se debe recibir un castigo por el error cometido. En otras palabras, es una interpretación de una emoción. Por ejemplo, a una persona le regalan un monto de dinero. Esta persona obviamente se pone muy feliz (emoción), pero al cabo de unos minutos su cabeza interpreta este hecho como que no ha trabajado para merecer dicho dinero, entonces siente culpa. ¿Qué

termina haciendo esta persona de forma inconsciente? gastarlo en lo que pueda para que salga rápidamente de su vida.

También es importante saber que son los sentimientos los que nos hacen tomar el 80% de las decisiones sobre el manejo del dinero. A veces compramos porque es lindo o está de moda, o tiene un súper descuento que no puedo perder. Estas son decisiones emocionales o más bien sentimentales. Recordar que las dos son como hermanas siamesas que dependen la una de la otra para sobrevivir en la Tierra. En la mayoría de los libros y cursos que he leído y hecho sobre administración del dinero, finanzas personales, abundancia y prosperidad todos coinciden en que las decisiones sobre el dinero son 20% conocimiento, 80% sentimentales. Lo que nos lleva a analizar, que una persona puede no saber técnicamente sobre la administración del dinero, pero toma buenas decisiones desde lo emocional/sentimental, lo que hace que tenga buen manejo del dinero, y por ende abundancia y prosperidad.

Para mostrarte la veracidad de este tema quiero contarte una historia, la mía. Antes de 2014 yo solía ser una persona muy aplicada con la administración del dinero. Si quería ir de viaje ahorraba, si quería un carro verificaba con anterioridad que pudiera pagar el crédito con el suelto que tenía en el trabajo. Era muy juiciosa con la administración del dinero, además de una gran emprendedora. Tanto así que mi madre solía decirle a la gente "es que ella solo gasta en consignaciones", es decir en ahorrar, interesante frase. Pero cuando terminé con mi novio de la época de una forma abrupta, me abrumaron la tristeza y la rabia, emociones que mi cerebro interpretó como que yo no era suficiente, es decir en un sentimiento. Acto seguido, la Pilar de esa época necesitaba a toda costa demostrarse a sí misma que sí era suficiente y que valía, lo primero que hizo fue inscribirse en un MBA, no en Colombia, sino en Miami, donde tocaba pagar una matrícula en dólares y viajar cada dos meses 15 días a pagar hotel, comida, transporte, tiquete de avión, etc. Debió pedir un crédito de consumo y usar 10 tarjetas de crédito. No contenta con esto viajó por Europa con las tarjetas, llegando así a tener una deuda que la llevó a la quiebra total. ¿Acaso el ex novio se dio cuenta de que estaba haciendo un MBA, que viajaba, o la pasaba bien? obvio no. Él nunca se enteró, y ella sí quedó en la quiebra por una emoción mal manejada convertida en un sentimiento conducido por el EGO.

Los sentimientos mal utilizados no son muy buenos fertilizantes de la abundancia y la prosperidad, porque van a generar rechazo, huida o un sin número de malas decisiones. Es por esto que, si sabemos que es inevitable como seres humanos hacer interpretaciones inconscientes de las emociones, entonces es mejor hacerlas de forma positiva. Te doy dos ejemplos con base en lo que hemos conversado. Primero, si sientes tristeza o rabia, tomar la tarjeta de crédito para huir de tus emociones, conducida por el EGO, no es una buena idea. Más bien canalizar dicha tristeza o rabia en hacer algo por alguien que no implique tomar malas decisiones financieras. Por ejemplo, escribirle una carta de amor a un desconocido que también esté sintiéndose deprimido, esto subirá la energía de la persona y pone equilibrio en la tuya también. Segundo ejemplo, con este abro la puerta a los fertilizantes de la abundancia y la prosperidad: Si un día te entregan dinero, ya sea porque te lo regalan o te lo ganaste en una rifa, recíbelo sin culpa, siente felicidad, dite a ti misma "*Gracias Universo, porque si me estás entregando este dinero es porque lo merezco*". Dos anotaciones importantes aquí, nótense las palabras "gracias" y "merecimiento".

El tema del merecimiento ha sido algo que me ha tocado trabajar personalmente, y con todos mis coachees, en sesiones de coaching personalizado. La mayoría de las personas en el planeta no se sienten merecedoras de recibir. A veces esto está dado por la baja autoestima, la baja autoconfianza, y otras veces por la culpa. La autoestima es la forma en la que tú te ves a ti mismo, la autoconfianza es la forma en la que crees que los demás te ven. Para poder trabajar esa sensación de no ser merecedor, te invito a que hagas el reto de despertar del recibir, 21 días de audios en los que de forma repetitiva enfocamos nuestra mente y emociones a recordar que somos merecedores por el simple hecho de existir. No viniste a la Tierra a sufrir, repito no viniste a la Tierra a sufrir. Por eso, si el Universo te da, recibe.

Es importante identificar si cuando te dices a ti misma "estoy lista para recibir" sientes una especie de resistencia, o cuando piensas en ganarte el baloto (lotería), después te llegan pensamientos sobre los impuestos y las personas que te rodeaban, porque entonces hace falta que te abras a recibir y practicar los fertilizantes.

Audios Reto 21 días despertar del Recibir:

https://www.mensajerasdeluniverso.com/bonusdespertar2022

El segundo tema importantísimo, por ende, el mejor fertilizante de la abundancia y la prosperidad es la: **GRATITUD**.

Uno a veces solo da las gracias cuando le dan un regalo, cuando le ayudan a cargar las bolsas del mercado, o cuando le dicen feliz cumpleaños. Pero la gratitud va mucho más allá de eso. Decir gracias de por sí, no te convierte en una persona agradecida. Debes en realidad sentirla en el fondo de tu corazón para que ésta realmente haga su magia. Para esto hay una fórmula muy sencilla que me gustaría que pusieras en práctica.

Fórmula:

1. Intención de dar las gracias
2. Piénsala y siéntela
3. Di la palabra Gracias con la energía de los dos componentes anteriores.

Esto me lleva a abrir la puerta para compartirte los 4 fertilizantes que yo he encontrado que son de buenísima calidad: La gratitud, la valoración, el disfrute y el compartir.

- **La Gratitud**: fertilizante de la abundancia y la prosperidad que genera magia en la vida.
- **La valoración**: fertilizante que te ayuda a darle la importancia que se merecen todas las cosas materiales e inmateriales que la vida te ha dado, esto incluye cuidarlas. Es evidente, que cuando una persona no valora una relación, su casa, su trabajo, etc., es posible que la vida se lo quite.
- **El disfrute**: es el fertilizante que te acompaña en aprovechar, experimentar gozo, placer o alegría de las cosas materiales e inmateriales que te ha dado la vida. Uno nota que una persona disfruta su trabajo cuando se divierte y le saca el mejor provecho posible, aprende todos los días.

- **El compartir**: es el fertilizante que hace que la energía del dinero circule en el flujo armónico del dar y el recibir. Sobre este tema hablaremos en profundidad más adelante. Pero por ahora, si lo que pretendes es acumular, es posible que todavía tengas creencias sobre la carencia que debes trabajar. Por eso, más adelante hablaremos de ahorros con propósito y de la inversión como una forma de compartir y generar circulación de la energía del dinero.

Actividad 1: Fertilizantes de la abundancia y la prosperidad

Es momento de convertir los sentimientos en emociones fertilizantes de abundancia y prosperidad. Por esto esta semana te recomiendo varias actividades a realizar.

- Al final de este libro encontrarás un reto de 21 días de actividades de gratitud para generar abundancia, toma cualquiera para hacerla esta semana. Si quieres iniciar de una vez el reto completo te prometo que tu vida cambiará para siempre, como sucedió con la mía.
- En el tema de la valoración, te recomiendo escuchar uno de los audios del reto de "Despertar del recibir" o hacerlo completo. También puedes repetirlo varias veces al día "Soy merecedor de abundancia por el simple hecho de existir".
- Hoy disfruta de todo lo que la vida te ha dado. Disfruta de la compañía de tus seres queridos, disfruta de tu apartamento haciendo una cena de fortalezas con tu familia, en la que hables solo de lo que les encanta de otro, disfruta, sintiéndolo en tu corazón.
- En el compartir, hoy haz algo por alguien que le pueda ayudar a ser más abundante y próspero. Recuerda no darle el pescado, sino enseñarle a pescar.

Capítulo 4: La Ley de la Causa y el Efecto

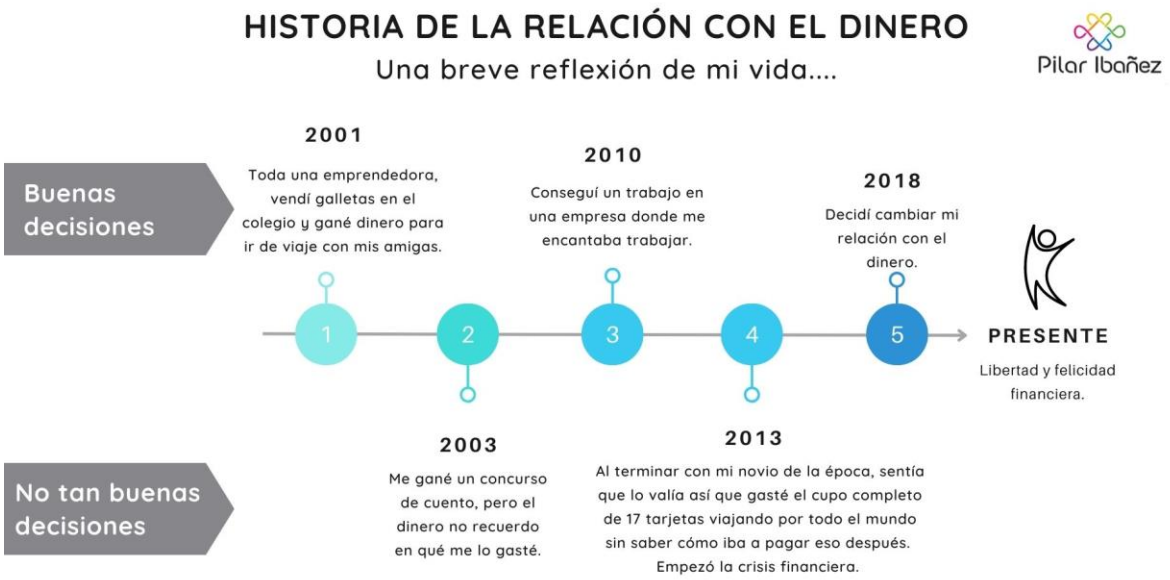
Tengo que contarte que esta ley es mi ley favorita. Newton solía decir que "*a cada acción corresponde siempre una reacción igual y contraria*". La ley de

la causa y el efecto nos recuerda que somos absolutamente responsables de las cosas que suceden en nuestra vida. La mayoría de los seres humanos, sobre todo latinos, sufren de una enfermedad energética conocida como *esquezofrenia,* no está mal escrita, no es la esquizofrenia, sino *esquezofrenia*. La *esquezofrenia* es la manía que tenemos de echarle la culpa al otro: "Es que este gobierno…" "Es que mi pareja…" "Es que los bancos…" etc. Tengo que decirte que esta manía es del EGO, el que no quiere ayudarnos a asumir que la vida financiera que hoy tenemos radica en un 100% en las acciones, comportamientos y decisiones que hemos tomado en la vida, cuestión que debemos sanar.

La historia sobre la relación con el dinero.

Cuando me di cuenta de que estaba en medio de una gran quiebra, y no era la primera vez que me pasaba, pensé por un instante que no sabía cómo había llegado a este punto. Pero por ahí dicen que un evento es un simple hecho, cuando se repite es coincidencia, cuando se repite nuevamente es un patrón. Así que me senté un rato a reflexionar ¿Será esto un patrón? Leí en un libro que la historia no se repite, pero sí los comportamientos de las personas, por eso tendemos a pensar que las cosas vuelven a suceder una y otra vez. Así que decidí escribir la historia de la relación que venía teniendo con el dinero. Lo hice como si fuera una línea de tiempo, en la que iba anotando cada instante de mi historia en la que recordaba que había tenido buena relación con el dinero y aquellos momentos en los que había tomado malas decisiones que me llevaron a la quiebra. Esto me ayudó a ser consciente de las buenas y malas decisiones que había tomado en cada paso de la vida. También me di cuenta de las razones por las que había tomado dichas decisiones, lo cual fue muy revelador.

Te comparto un pequeño ejemplo de lo que hice.

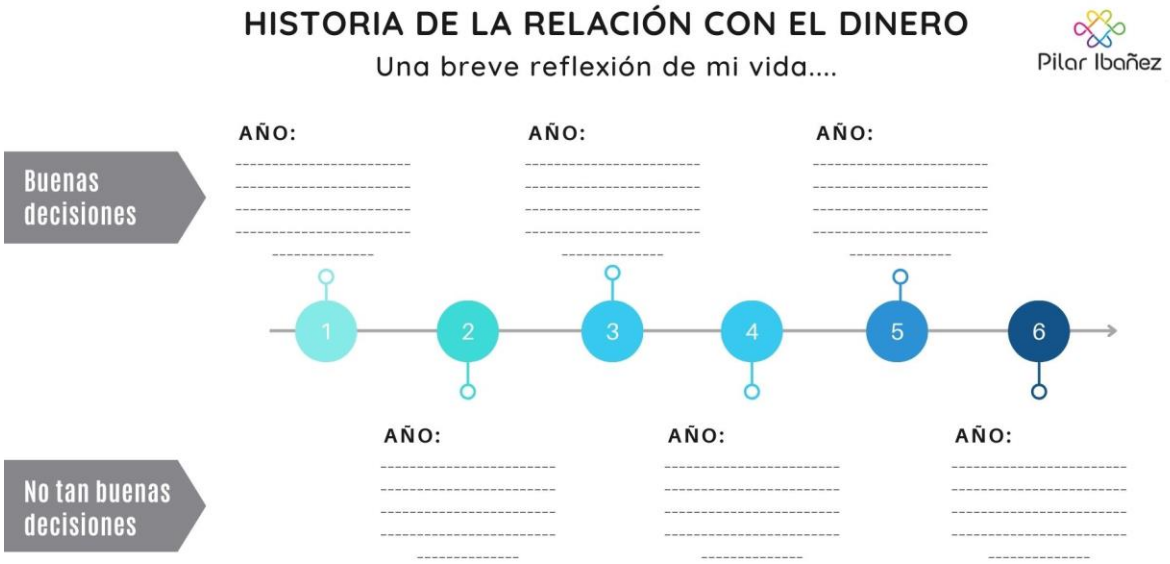


Como puedes ver arriba de la línea escribí las buenas decisiones, y abajo las no tan buenas, pero que llevaron a grandes aprendizajes.

Actividad 1: tu historia sobre la relación con el dinero.

Quiero invitarte a que escribas tu historia sobre la relación que has tenido con el dinero. Aquellos momentos en los que te has sentido absolutamente abundante y próspero, y aquellos en los que has sentido carencia. Recuerda que la reflexión es un gran paso para ser consciente de la luz. Detrás de cada evento siempre hay luz de aprendizaje. Anota los aprendizajes y reflexiones.

Te dejo la plantilla, pero puedes hacerlo en una hoja en blanco o en tu cuaderno.



Actividad 2: Meditación para sanar la historia. Te invito una vez hayas realizado la actividad anterior a que escuches el audio de meditación.

Meditación para sanar la relación histórica con el dinero:
https://www.youtube.com/watch?v=ZqBLDqPHa1c

Atención: Nota importante antes de continuar

Puede suceder que cuando reflexionas y eres consciente de la forma en la que has venido pensando, sintiendo y actuando desde el punto de vista financiero te dé una sensación de culpa horrible, por las malas decisiones que has tomado hasta el momento. Tengo que decirte que es normal. Pero también recordar que lo que somos hoy es el residuo de las decisiones del pasado y es por esta razón por la que vamos a hacer dos cosas.

Primero, te invito a que utilicemos la herramienta energética y espiritual del *ho'oponopono* para sanar la historia, es decir las creencias, pensamientos, sentimientos, comportamientos, acciones y decisiones que hemos tomado en el pasado. El *ho'oponopono* es una técnica de sanación que utiliza 4 hermosas

palabras o frases: “Lo siento, perdón, gracias, te amo”. *Lo siento* hace referencia a conectarse con la energía, *perdón* es una forma de sanar las decisiones que se han tomado en el pasado, *gracias* hace referencia al aprendizaje adquirido, y *te amo* como una forma de cerrar este ciclo para iniciar uno más amoroso.

Te dejo aquí varios recursos:

a. Video en el que se explica la técnica de *ho'oponopono*

Video: Explicación de la técnica de ho'oponopono:
https://www.youtube.com/watch?v=DmMertVwcR0&t=55s

b. Tres audios de meditación en la que a través del *ho'oponopono* llevan a sanar la mente, la emoción y la acción, en cuanto al tema financiero.

Audio: Sanación con ho'oponopono de las creencias y pensamientos:
https://www.youtube.com/watch?v=GrZLO0Gtouw

Audio: Sanación con ho'oponopono de los sentimientos:
https://www.youtube.com/watch?v=khraW2Lyk2A

Audio: Sanación con ho'oponopono de las decisiones, acciones y comportamientos:
https://www.youtube.com/watch?v=uHl0wyGdjEA

La segunda, te invito a que sigas leyendo las próximas leyes donde no solo verás la conexión del dinero con el mundo espiritual, sino que te comparto ejercicios sobre la administración adecuada de los recursos, para que los frutos de tu árbol empiecen a ser cada día más sabrosos y satisfactorios.

Capítulo 5: La Ley de las señales (Administración del dinero)

Todos los días la vida o el Universo o en aquello en lo que creas nos envían señales de advertencia para cuidarnos, ya sea en nuestra vida amorosa, de trabajo o el dinero. Está en cada uno de nosotros ver las señales o no. Sabemos que vinimos a este mundo a aprender, pero ¿por qué aprender de forma difícil o con sufrimiento, si podemos aprender de forma amorosa? Es decisión de cada quien aprender de forma armónica o aprender dándose contra las paredes. Recuerda que siempre estamos siendo guiados para que nuestros aprendizajes sean amorosos. El tema aquí es si estamos escuchando las señales de la vida.

Esta ley es una llamada a ver y escuchar las señales, lo que nos recuerda que siempre el Universo nos advierte cuando hay algo, sea una persona, una situación, que nos va a hacer daño o por lo menos hacernos pasar un momento desagradable o también nos guía para no tener que vivir una situación de sufrimiento innecesario porque no aportaría nada.

¿Cómo funciona? El mundo de la energía se mueve por medio de vibraciones, vibraciones que pueden convertirse a veces en pensamiento, lo que hace que a veces tengamos un pensamiento, una idea que nos haga hacer algo o dejar de hacerlo. Por ejemplo, vas a hacer un negocio con una persona, pero de la nada te llega un pensamiento que te genera desconfianza. Escucha a tu intuición, tal vez te están avisando por medio de esta señal que ese negocio con esa persona puede que no tenga un final feliz. Yo creo que alguna vez en la vida has tenido esta sensación que es como si te instauraran pensamientos en tu cabeza, sobre una persona, una situación, un negocio, etc.

También la ley de las señales funciona trayendo a nuestra vida personas que de la nada aparecen para darnos información, ya sea de prevención o de alivio o conocimiento sobre una situación. A mí me gusta llamar a estas personas espejos humanos, hablo mucho sobre ellos en mi libro “En Rem Fuego”. Te doy un ejemplo, hace un tiempo llegó un amigo a decirme que había una inversión excelente donde tenía que poner 100 dólares y a los seis meses me regresaban

300, es decir se triplicaba lo que había invertido. Al EGO esto le pudo parecer una ganga y los sentimientos de ganar dinero deberían haberme llevado a hacer la inversión al instante. Pero abrí Instagram y Juan Pablo, de Mis Propias Finanzas, una cuenta que sigo mucho y que es de mis recomendadas en finanzas personales, decía que, si algo tenía un rendimiento de esta índole, seguro era una estafa. Así que acto seguido investigué más y efectivamente era una pirámide.

También, existe otra forma en la que la ley de las señales se manifiesta y es mediante la generación de bloqueos para nuestra propia protección y cuidado. Cuando uno quiere saber si la vida te está advirtiendo que por ese camino no es, sólo mira si las cosas fluyen o se bloquean, esa es la respuesta más clara de la vida o del Universo.

Es importante, poner atención a los pensamientos que hay en tu mente, ya que como decía mi Maestro Schmedling "El 90 al 95% de los pensamientos no son propios. Son percibidos de las frecuencias vibratorias que hay en el ambiente". Por eso es tan importante hacer el ejercicio de escuchar, no al EGO, sino a las señales de advertencia.

Aquí van algunos ejemplos de casos en todas las áreas de la vida.

1. Una persona tiene un viaje, pero ese día desde que se levanta pareciera que la vida le ha puesto todos los obstáculos para que pierda el avión. Se levanta y no logra conseguir taxi para ir al aeropuerto. Decide ir en su carro y dejarlo allí estacionado, pero cuando va por su carro lo encuentra pinchado. Decide salir a la calle y esperar que alguien lo recoja, pero no pasa un solo automóvil. Al final logra tomar un bus. Pero llega muy tarde y ya ha perdido el vuelo. Obviamente se siente abrumado y con rabia. Dos horas más tarde el avión en el que iba a viajar tiene un accidente. Todo lo que le pasó estaba cuidándolo de un sufrimiento innecesario.
2. Hace algunos años, cuando yo tenía como 12, mi mamá nos inscribió a un curso vacacional. Recuerdo que debíamos esperar el bus del club en la autopista todos los días como a las 11 de la mañana. Un día estábamos esperando entre el carro y a mi hermana, quien para aquella época tenía

como 10 años, le dio porque tenía mucho calor y quería salir del carro. Mi hermana molestó tanto que al final mi mamá dejó su cartera dentro del auto y salimos las tres a esperar el bus. De pronto se acercaron tres hombres a preguntarle algo a mi mamá. Después de un rato nos estaban amenazando con un cuchillo. De la nada apareció un señor con un arma, disparó al cielo y nos salvó. ¿Quién era este señor? no sabemos, pero lo que sí sabemos es que la ley de las señales envió a una persona para que nos cuidara. Seguramente, si miramos hacia atrás varias veces nos habían avisado que ese lugar no era tan seguro, pero gracias al Universo que el aprendizaje fue lo más amoroso posible.

3. Uno de mis coachees es un gran emprendedor, tiene una buena cantidad de negocios. En uno de los negocios en particular le ocurría lo mismo una y otra vez. Se asociaba con la persona incorrecta y terminaba perdiendo mucho dinero. Cuando reflexionamos sobre la situación nos dimos cuenta del patrón y que la vida le había enviado varias veces señales de advertencia y alerta sobre la forma en la que estaba atrayendo personas a su vida para este negocio, logró hacer conciencia y empezó a atraer mejores socios.

Seguro que alguna vez en tu vida has sentido que hay un algo o energía sobrenatural que te cuida o has escuchado historias de la gente que parecen no tener explicación racional. Bueno, esta es la manifestación de esta ley.

Ahora, aquí viene la pregunta del millón. ¿Cómo diferenciar la señal del miedo creado por el EGO? La forma de hacer esta diferenciación es muy sutil, mucha atención. La señal se te presenta como una corazonada o intuición, algo que no te deja hacer algo, por ejemplo, el carro se dañó, o una persona llegó con información. Lo puedes evidenciar de forma física en el mundo material. Algo te frena o te informa. En cambio, los miedos son solo mentales, pero no hay nada que te frene externamente hablando. Es decir, si quieres saber si es la señal o miedo verifica poniéndote en movimiento o generando una acción, si se bloquea o llega alguien era una señal, pero si todo fluye con tranquilidad y no pasa nada era un miedo del EGO.

Ejemplo con el dinero y los negocios. Resulta que tengo o me llego una súper idea de negocio, pero tengo miedo y muchas dudas internas. “Será que dejo mi trabajo?”, “será que esto si va a dar?”. Pero en el diario vivir, llegan los clientes de forma fácil, fluye todo, entonces allí nos damos cuenta que era miedo no señal. Si no tuvieras que hacer el negocio, no sale el dinero, no llegan los clientes, no pasa nada. La verificación es mediante la acción.

Te invitó a que te quedes con la tarea de observar cuándo te llega una señal. También me encantaría que me contaras o compartieras aquellas historias donde hubo una señal, una ayuda inesperada, uno de esos momentos mágicos donde has evidenciado que hay algo más allá del mundo físico material. Puedes compartirlo en Instagram @pilaribanezspeaker

Ahora, cómo conectamos la ley de las señales al tema del dinero y la abundancia. Aquí va la conexión entre el mundo del dinero y la espiritualidad a donde pertenece la ley de las señales. Seguramente en tu vida varias veces te han advertido que estás manejando mal tu dinero, ¿cómo lo sabemos? pues porque se bloquea y no llega más. Entonces ¿qué hacer? El Universo es muy claro en decirnos, “si no puedes administrar bien 10 no me pidas que te dé 100”. Entonces vamos a empezar por hacer una buena administración.

Hacer conciencia de cómo hoy estas administrando el dinero

Te invito a hacer consciencia de cómo hoy estás administrando tu dinero. No pasa nada si lo estás haciendo bien o mal, la idea es hacer consciencia y empezar a tomar todas las decisiones que van a cambiar tu vida financiera. Te propongo hacer dos actividades.

Actividad 1: Meditación sobre escuchar las Señales. Te invito a hacer la siguiente meditación para abrirse y escuchar las señales de la vida.

Audio Meditación: https://www.youtube.com/watch?v=qB6HRXtk04o

Actividad 2: Llena el cuadro de gastos, ingresos, flujo de caja disponible. Te comparto un cuadro de Excel muy fácil en el que verás cómo hacer un listado consciente de cuánto hoy ganas o te ingresa y cuánto estás realmente gastando. Digo "realmente" porque quisiera que no te sabotearas, es decir, si vas al cine 8 veces al mes, pues escribe cuánto cuestan esas 8 idas al cine, o los pares de zapatos. A veces no ponemos los gastos reales porque nos da pena con nosotros mismos admitir la cantidad de dinero que gastamos en cosas innecesarias. Te dejo un ejemplo borrador y un espacio para que llenes el tuyo propio. Crea cuantas casillas sean necesarias de acuerdo a tus necesidades.

Excel: Presupuesto Feliz Ingresos, gastos, flujo de caja:

https://docs.google.com/spreadsheets/d/1Y66OhTTHIWq4qC5UvvuvV45ezJJUwTYs/edit?usp=sharing&ouid=111237693620741718984&rtpof=true&sd=true

Recuerda que la intención de estos ejercicios, es que ya escuchemos la ley de las señales donde nos advierten que si queremos ser abundantes necesitamos empezar por administrar bien lo que tenemos hoy.

Te comparto aquí un curso que hice sobre Finanzas personales que salvó mi vida.

Curso Finanzas personales en 6 pasos: https://go.hotmart.com/F74273995R

Capítulo 6: La Ley del Libre albedrío (la real libertad financiera)

Tengo que contarte que soy amante de las películas, siento que en ellas hay muchos mensajes que la vida nos da para que podamos avanzar y crecer en esta hermosa vida. Hay una película en particular que quisiera compartir contigo hoy, en la que hablan sobre la libertad desde un punto de vista muy interesante. Esta película se llama "Los Vengadores" de 2012. En esta película es la primera vez que los vengadores van a trabajar juntos como equipo, donde el villano de esta

historia es Loki, el hermano de Thor. Hay una escena muy interesante en la que Loki utiliza su poder para hacer que todas las personas se arrodillen ante él. En este momento da un discurso muy interesante sobre la "libertad" en el que dice que los humanos no están hechos para ser libres, sino que es "más fácil entregar el poder y la libertad a alguien más", que están hechos "para ser sometidos", para que "alguien los gobierne", que "éste es su estado natural". Me gusta mucho esta escena porque muestra algo muy interesante que pasa en la actualidad.

Película Los Vengadores:
https://www.imdb.com/title/tt0848228/?ref_=nv_sr_srsg_0

Las personas hablan mucho sobre la libertad, pero cuando toca actuar o tomar acción siempre prefieren decir que es culpa de alguien más. Por eso a veces tener gobernantes es más fácil para la mente humana, porque esto significa que tengo a alguien para echarle la culpa o hacerlo responsable de mi vida. Pero como vimos con anterioridad esto es *esquezofrenia*. Así que aquí quisiera profundizar sobre ese hermoso concepto de libertad, convertido en lo que conocemos como libre albedrío.

Cuando vinimos a este hermoso lugar que llamamos Tierra, se nos dio un don o habilidad llamado el Libre albedrío. Pero este concepto no quiere decir hacer lo que quiera de la forma en la que quiera, sino hacer lo que quiera y asumir la responsabilidad de mis actos para poder crecer personal, profesional, espiritualmente, etc. Ya vimos con anterioridad la ley de la causa y el efecto, y después la de las señales como una forma en la que nos van avisando de acontecimientos, pero al final quien decide somos cada uno de nosotros. Es decir, que las leyes están allí, pero quien decide escucharlas o chocar contra ellas somos nosotros mismos. Cada uno de nosotros somos los que decidimos si queremos ser gobernados y entregar la libertad y que otros tomen las decisiones por nosotros, o decidir asumir la vida y ejercer la libertad en su esplendor.

Por esta razón en esta ley quisiera explicarte varios conceptos que se entrelazan entre ellos: función, misión, destino, intención. Ya que estos son una guía para hablar de otro concepto que, creo, has escuchado mil veces "Libertad financiera".

Función: La función es todo aquello que hacemos, y por lo tanto el Universo o la vida nos compensa. Para algunos lo mal llamamos “trabajo”, pero en realidad va mucho más allá. La función es aquella acción o labor que realizamos que genera en el Universo una vibración de compensación. Es decir, hago algo y el Universo compensa con algo. Ejemplo, trabajo en una empresa un número de horas y por ende me pagan un sueldo (dinero igual energía). Ahora, toda persona tiene una función, es por eso que el concepto del trabajo se nos queda corto, ya que la función de un ama de casa es el cuidado y las labores de la casa, el Universo la compensa con una casa donde vivir, comida para alimentarse, una familia, etc. La función de un niño o niña es estudiar, y el Universo le compensa con materiales, una casa, alimentación, familia o compañía, etc. En ese sentido, si no hacemos nada, pues no hay compensación. Es el movimiento lo que genera que la energía se mueva.

Misión: La misión es utilizar todos los dones y talentos con los que vinimos a la Tierra. Hay gente que es muy buena para cantar, jugar fútbol, también hay gente muy buena para hablar, dar consejos, escuchar, para los números, etc.

Destino: El destino no es lo que piensas, sino que es todo aquello que te hace falta por aprender. Es por esta razón por la que no hay posibilidad alguna de huir de él ya que vinimos a aprender. El día en el que te haces consciente del aprendizaje se van creando destinos mucho más amorosos para ti.

Intención: La intención es la razón profunda por la que haces lo que haces o quieres lo que quieres. Cada intención lleva a un aprendizaje diferente. Por ejemplo, si tu intención es tener una pareja que sea millonaria para salir de deudas o ser feliz, seguro que el aprendizaje no va ser tan bonito. Si tu intención, es ganarte la lotería para pagar deudas y ayudar a otras personas, seguro que la vida no te va a ayudar en ese sentido, porque primero no aprenderías a administrar tu dinero y segundo estaría interviniendo en el proceso de aprendizaje de otras personas, si es que pensabas regalarles el dinero.

Vamos entonces a conectar estos conceptos a un caso de la vida real sobre la relación con el dinero y con el mal percibido concepto de la libertad financiera.

Una vez una persona, a quien pondremos de nombre Raquel, tenía muchas deudas y no sabía qué hacer. Se inscribe a un curso y allí conoce a una persona (Víctor) que la invita a hacer parte de una súper red de mercadeo o multinivel. Le dice que puede dejar su trabajo ya que al hacer parte de la red se va a volver millonaria. A Raquel le suena la idea, ya que odia a su jefe y lo que le pagan en su trabajo le parece una miseria, y esta sería la oportunidad de la vida para pagar las deudas, comprar casa y viajar por todo el mundo con su familia. Víctor le dice que para poder entrar a la red debe hacer un pago de 2000 dólares, los cuales se los entregan en producto, pero que ella al venderlos tres veces más caros pues ganará el 300%. Él también le muestra fotos de todas las personas que han cumplido sus sueños y que son libres financieramente. Raquel no cuenta con el dinero, pero la idea de cumplir sus sueños no la deja dormir, así que pide a amigos y vecinos dinero y entra a la red. A los tres meses Raquel se da cuenta que los productos no eran tan fáciles de vender, que ya ninguno de sus amigos le quiere contestar el teléfono porque piensan que es para venderles productos, y que no ha podido pagar las deudas, ni a sus amigos, y ya no tiene trabajo. Raquel se pone furiosa con Víctor porque siente que él la estafó. Pero recordamos que esta fue la decisión de Raquel de acuerdo a su libre albedrío.

Te invito a que analices este caso desde los conceptos que hemos hablado.

Raquel tenía una función que estaba conectada con su destino, en éste caso trabajar en una empresa donde odiaba al jefe. Allí tenía un aprendizaje muy importante y era lograr relacionarse mejor con su trabajo y su jefe. Cuando renuncia a su trabajo, la función y el destino la acompañan para que ahora logre relacionarse mejor con los clientes o amigos y con la labor que decidió hacer. La situación se complica mucho cuando la intención que tiene detrás es pagar deudas sin haber aprendido a administrar el dinero, y no tener que ver al jefe cuando no se ha aprendido sobre la forma de armonizar las relaciones. Además, podemos adicionar a esta situación no ser consciente de la misión, es decir, cuáles son sus dones y talentos para hacer lo que se está haciendo. Igualmente, no asumir su responsabilidad sino echarle la culpa a Víctor.

¿Cómo hubiera sido una aplicación amorosa de la ley del libre albedrío, en el caso de Raquel? Primero, entender que la situación financiera en la que se encontraba antes y después era 100% su responsabilidad. Segundo, identificar cuál es su función, misión, destino e intención de la situación actual. Tercero, analizar si entrar a este negocio era la mejor opción financieramente o no, cómo realmente funciona el negocio, a quién no le ha funcionado y por qué. Cuarto, ver otras opciones para salir de deudas. Quinto, no huir del destino. Sexto, poner mucha atención a la intención detrás de las acciones que se van a tomar. Séptimo, actuar. Aunque puedes pensar que estos 7 pasos van a tomar un siglo, quiero decirte que son reflexiones que pueden durar menos de una hora, y cambian por completo la situación, ya que detrás de todo hubo una intención profunda de ser consciente, aprender y tomar mejores decisiones. Te invito a que lo lleves a tu propio caso.

Ahora, es importante hacer mención de cómo se vende hoy el concepto de libertad financiera a las personas. Las hacen sentir como si fuera una fórmula mágica para cumplir metas y sueños en un tiempo récord. La libertad financiera es y se obtiene cuando desde el punto de vista del Universo se logran conectar la función, misión, destino e intención. Desde el punto de vista técnico te lo explico a continuación.

Libertad financiera

Antes yo pensaba que la libertad financiera, era no tener jefe y viajar por todo el mundo sin pensar en cuánto dinero me estaba gastando. Pero cuando empecé a buscar información real de expertos entendí varias cosas. Primero, la libertad financiera se da cuando una persona tiene un patrimonio con el que, a través de los rendimientos del mismo, puede llegar a vivir de acuerdo a sus metas y sueños previamente planeados y preestablecidos, esto lo explicaré más adelante. Segundo, para poder lograr llegar a la libertad financiera primero tengo que haber logrado seguridad financiera, crecimiento financiero, e independencia financiera.

Lo explico a continuación.

La seguridad financiera, es asegurar, como bien lo dice su título, los básicos para sobrevivir. Si no tienes dónde vivir, qué comer o salud ¿cómo vas a estar pensando en ir de vacaciones a Dubái? Yo he dividido la seguridad financiera en dos niveles. En el primer nivel está lo básico para sobrevivir: la comida, salud y vivienda; y en el segundo nivel se encuentran: la educación y las herramientas básicas para trabajar hoy en día, por ejemplo, transporte para poder llegar al trabajo y teléfono celular. Atención: transporte y teléfono básico, no estoy hablando de tener un chofer con limosina o un teléfono de última gama con un plan de miles de dólares al mes. ¡No te sabotees! Una vez que se tenga esa seguridad financiera podemos pensar en crecimiento financiero. Para mí este paso es muy importante porque no es posible tener más si no empiezas desde el inicio a tomar mejores decisiones que ayuden a tu futuro, es por eso que allí se encuentran la seguridad financiera; ahorro con propósito; liberación de las deudas malas; e inversiones. El ahorro con propósito es muy importante, una vez leí en un libro que, si una persona ahorra sin propósito la posibilidad de que se sabotee financieramente es muy alta, en cambio sí ahorro para comprar el auto, o las vacaciones o educación, etc., pues tal vez la mente ayude mucho más en dicha misión. Aquí también se encuentra liberarse de las deudas malas, no es posible tener libertad financiera si estás debiéndole dinero a todos los bancos, vecinos y amigos, por tranquilidad espiritual es necesario liberarse. Adicionalmente, recuerdas que habíamos dicho que la libertad financiera se da cuando los rendimientos del patrimonio lo permiten, es por eso que las inversiones te deben ayudar en ese sentido, para ir creando un patrimonio para tu futuro. Si quieres tener un sueldo que venga de los rendimientos de tu patrimonio es necesario empezar a construirlo desde ya.

Seguidamente se encuentra la independencia financiera, en la cual como ya está cubierto lo anterior, pues podemos pensar en ropa, viajes, diversión, cine,

etc. Finalmente, como te puedes dar cuenta la libertad financiera habla sobre los lujos, pero cuando ya están cubiertos los tres ítems anteriores.

Ahora la pregunta del millón, es ¿Cómo se logra llegar a allá? Lo primero, haciendo un diagnóstico de cómo es la situación financiera actual, segundo creando un plan de acción a corto, mediano y largo plazo, y tercero tomando mejores decisiones.

Como te puedes dar cuenta esto es un proceso, como todo en la vida y en el funcionamiento del Universo. Se requiere entonces de paciencia, voluntad y mucha práctica de buenos hábitos.

Actividad 1: En la actividad anterior ya habías llenado tu cuadro de ingresos, gastos para saber cómo se encuentra tu flujo de caja. En esta actividad, te invito a que llenes el cuadro de las 4 etapas de la libertad financiera y respondas a las preguntas que se encuentran allí. Recuerda que este es solo un ejemplo, puedes incluir más ítems, si lo necesitas. De esta forma vas a ir creando e identificando la materia prima del plan que vas a crear en el siguiente capítulo.

Te dejo un documento de Excel que te ayudará con esta actividad.

Excel: Libertad Financiera

https://docs.google.com/spreadsheets/d/1XRq_h-xzt-ahB8uIXnyhzq79ExEDsZ0C/edit?usp=sharing&ouid=111237693620741718984&rtpof=true&sd=true

Actividad 2: Adicionalmente, te pido que reflexiones sobre los componentes de la ley del libre albedrío, de esta forma cuando empieces a crear tu plan de acción estará alineado con los aprendizajes de bienestar y amor.

Preguntas de reflexión:

- ¿Cuál es tu función hoy? ¿Tienes varias funciones o solo una?
- ¿Cuál es tu misión, es decir qué dones y talentos hoy tienes que te puedan ser útiles para lograr la abundancia y prosperidad en tu vida?
- ¿Cuál es el destino al cual te estás enfrentando hoy? ¿Cuál es el aprendizaje que hoy estás teniendo sobre el dinero?
- ¿Cuál es tu intención profunda hoy para lograr abundancia y prosperidad?
- ¿Cómo las variables anteriores se conectan de forma consciente con la libertad financiera que deseas lograr?

Actividad 3: Meditación de la Libertad. Te invito a realizar la meditación de la libertad.

Audio Meditación: https://www.youtube.com/watch?v=NVDsra_KTbM

Capítulo 7: La Ley del 5-2 y 5+2 (el Plan de abundancia)

A continuación, nos dedicaremos a la creación de un plan. ¿Por qué razón un plan es tan importante? pues porque todo en el Universo está creado mediante planes. Tal vez alguna vez hayas escuchado hablar del “Plan de tu alma”, lo que eso significa es que la vida nos tiene un plan de aprendizaje pedagógico para crecer, y en ese plan de aprendizaje hay que cumplir unas metas. Pero atención

aquí hay algo vital, **lo más importante en el plan son las metas**. Es decir, que la parte importante del plan son las metas, las que no son modificables, pero las estrategias de cómo se logran dichas metas son absolutamente modificables, flexibles y adaptables. Es por eso que existe la Ley del 5-2 y 5+2. Esta ley es de mis favoritas porque nos da una guía de cómo lograr el cumplimiento de esas metas de una forma eficiente. También nos ayuda a verificar si la razón por la que las metas no se están logrando es por terquedad o falta de perseverancia. Lo que quiere decir esta ley es que en la vida se debe intentar hacer las cosas, de la misma forma, mínimo 3 veces, que es la resta de 5-2, y máximo 7 veces, que es la suma de 5+2.

Yo creo que alguna vez te ha sucedido que haces y haces cosas y no pasa nada, o no llegas a la meta. A veces hay un desgaste recurrente de energía, al tratar y tratar de lograr algo, ese algo que a veces se quiere pero que no se necesita para el aprendizaje. Al mismo tiempo también sucede que quieres hacer algún cambio, pero la pereza te gana y no logras ni siquiera intentarlo una sola vez.

Esta ley nos ayuda a diferenciar la constancia de la terquedad, también pone en evidencia la pereza y el saboteo. Si, por ejemplo, la vida te dice NO por ahí no es la cosa, o eso NO te conviene, pero tú sigues insistiendo e insistiendo hasta que la terquedad te lleva a tener un aprendizaje que no es nada amoroso.

Por ejemplo, una persona tiene como meta tener un novio porque no quiere estar sola, e insiste en conseguir pareja a lo que dé lugar. Va a los bares, a todas las reuniones, hasta baja aplicaciones para conseguir el amor de su vida. Pero esta persona en particular de forma muy extraña no consigue pareja, no le ponen atención, o con los que sale terminan rompiéndole el corazón. Esta persona podría decir fácilmente, la vida, el Universo no me quiere dar un novio o pareja, y pensar “que injusticia”.

Pero aquí hay un tema interesante: ¿cuál es la intención que hay detrás de esto? Recuerdan que la vez pasada hablamos que la intención es la razón profunda por la que hacemos lo que hacemos. Esta persona quiere pareja porque no quiere estar sola, el tema aquí es ¿cuál es la razón por la que no quiere estar sola? ¿No se ama? ¿Se aburre consigo misma? ¿Quiere huir de sí misma? mil razones que

no son las apropiadas o amorosas para ella o él. Pero hay que entender que la vida no es lo que uno quiere, sino lo que necesita. Entonces en este caso le están diciendo un NO.

Pero ¿NO a qué?: No a la intención, no es el momento, no es la persona, no es a través de cómo estás pensando, no es la forma en la que te estás sintiendo, etc.

Esta explicación es muy importante, porque la vida siempre te da guía de por dónde puedes cumplir tus metas de la forma más adecuada.

Otro ejemplo: Una persona quiere ser independiente porque ya no quiere tener ningún jefe, piensa "No quiero que nadie me mande". Entonces decide renunciar a su trabajo sin ningún plan financiero previo. Intenta varias veces entrar en diferentes negocios, pero siempre lo terminan estafando. La vida varias veces le anuncia que debe conocer primero del negocio y de las personas, pero la terquedad no lo deja y vuelve a suceder lo mismo una y otra vez. Finalmente, piensa que la gente es mala y que el mundo está lleno de estafadores. Pero en realidad, lo que la vida le está mostrando es que para renunciar a un trabajo hay que seguir un proceso, primero identificar la intención, y qué es lo que actualmente este trabajo le está enseñando con ese jefe. Segundo, para renunciar hay que tener un plan de tranquilidad financiera en el que pueda estar con la caja suficiente por lo menos 6 meses. Es decir, antes de renunciar ahorra con ese propósito.

Vamos entonces a crear un plan de acción de abundancia. En el que vamos a establecer metas, para cada una de esas metas vamos a establecer todas aquellas acciones que van a ayudar al cumplimiento de la meta. Seguidamente, las formas en las que vamos a medir esas metas, y lo más importante la fecha límite de cumplimiento. A esas acciones, les vamos a aplicar la ley 5-2 y 5+2, es decir mínimo vamos a intentar esa acción tres veces de la misma forma, y máximo 7 veces. Si la acción no se puede llevar a cabo debemos reflexionar.

- ¿Cuál es la intención?
- ¿Cuáles están siendo mis pensamientos?
- ¿Cuáles están siendo mis sentimientos?

- ¿Con quién estoy ejecutando esta acción?
- ¿Es el tiempo o momento adecuado?
- ¿Cuál es la forma en la que estoy ejecutando la acción?

Recuerda que un NO del Universo a esa acción, y tiene que ver con las respuestas a estas preguntas. Muchas veces cuando se cambia, por ejemplo, el sentimiento de miedo por una emoción de empoderamiento, es posible que den un Sí. Así que la meta no se cambia, pero la estrategia (acciones) para lograr llegar a ella sí.

Actividad 1: Te invito a que realices tu plan de abundancia siguiendo las instrucciones. Ten en cuenta ir observando lo que llenaste en tu cuadro de ingresos, gastos, flujo y el de libertad financiera. Empieza por tomar decisiones o crear un plan para, por ejemplo, una buena meta sería mejorar tu flujo de caja o liberarte de las deudas malas. Escribe la meta, acciones, medición, y tiempo. Ponte unas metas semanales, mensuales, y semestrales.

Excel: Plan de Abundancia

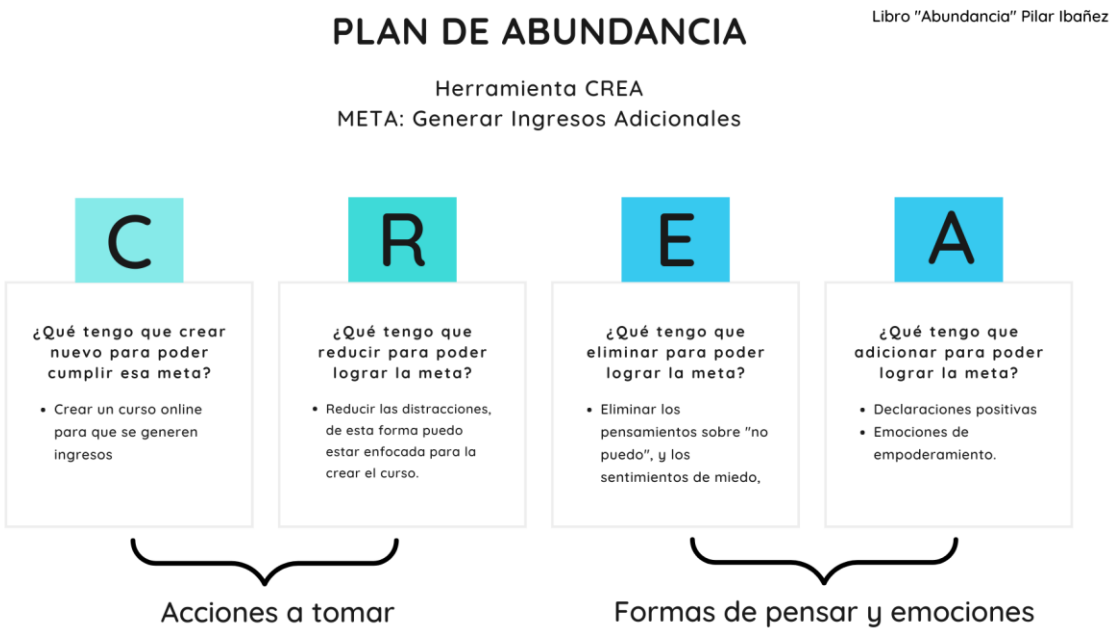
https://docs.google.com/spreadsheets/d/1JroRMVhgBYW5dMEXqwxjA5bJ1vBJhSwu/edit?usp=sharing&ouid=111237693620741718984&rtpof=true&sd=true

Actividad 2: Todo plan sin seguimiento y ejecución es como si no existiera. Por lo que te invito a estar atento, hacer seguimiento a los gastos y no sabotearte con sentimiento porque están en el último descuento en el almacén.

Cuando yo hice seguimiento a mis gastos me di cuenta que de la tarjeta de crédito me sacaban dinero a cada rato y no sabía de dónde. Me di cuenta que tenía la tarjeta en cada plataforma Netflix, Amazon Prime, Disney, Spotify, etc. Decidí hacer dos cosas muy sanas para mí: primero, salir de las plataformas que realmente no utilizaba o no fueran tan importantes, y segundo utilizar tarjetas e-card para todas estas plataformas. Estas tarjetas funcionan como tarjetas pre-pagadas, así que solo gastas lo que tienes allí disponible, y sin intereses.

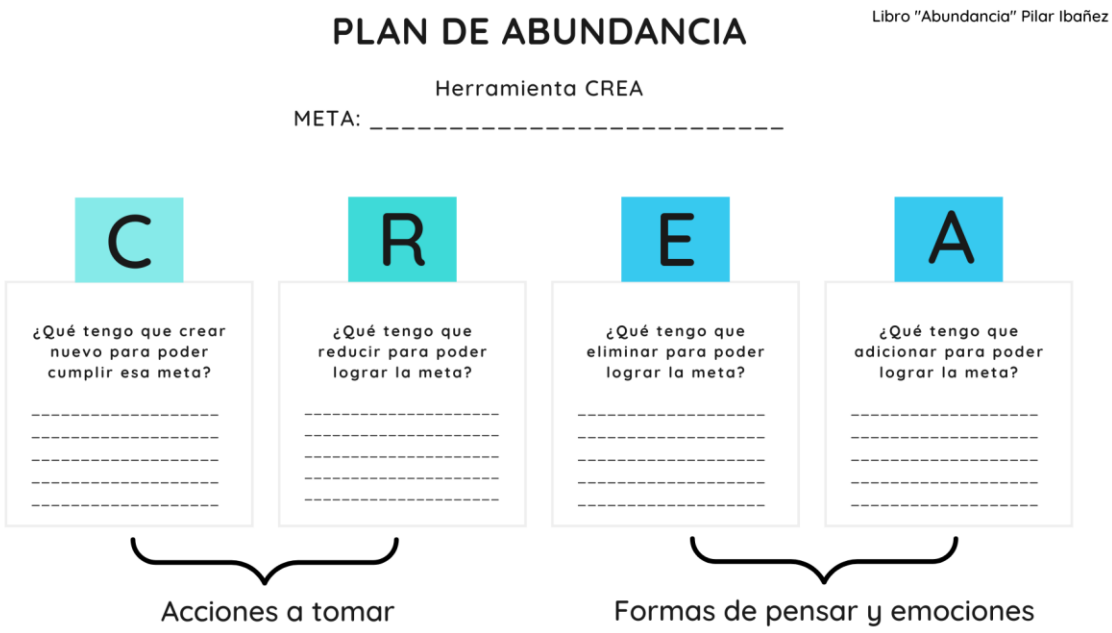
Herramienta CREA

Cuando estoy cero creativa al momento de crear mi plan, metas y acciones, a mí me gusta mucho utilizar una herramienta que se llama CREA. Esta herramienta es muy interesante para hacer una lluvia de ideas creativas que pueden ayudar a dar luz al plan. CREA quiere decir C de crear, R de reducir, E de eliminar, A de adicionar. Te comparto mi ejemplo.



Primero encontrarás que en la parte superior está la meta a cumplir, escríbela allí. Segundo, responde a las preguntas de cada letra. La C te invita a reflexionar sobre qué tendrías que crear nuevo para poder cumplir esta meta. La R te invita a pensar que tendrías que reducir para poder lograr llegar a la meta. Como verás la C y la R hablan sobre acciones puntuales, mientras que la E y la A hacen referencia a formas de pensar y emociones. Es por esta razón, que la letra E te invita a pensar en que debes eliminar completamente para poder cumplir la meta, si te das cuenta normalmente son pensamientos y sentimientos negativos que no te ayudan a tomar acción. También podrían estar allí intenciones que no te ayudan al cumplimiento de aprendizajes amorosos. Finalmente, en la A se pide adicionar todas aquellas declaraciones y emociones positivas que te ayudan a avanzar y crecer.

Actividad 3: Te invito, si es que lo necesitas, a utilizar la herramienta CREA, para generar ideas de acciones más creativas y divertidas.



Capítulo 8: La Ley de Aprovechar las experiencias y oportunidades (Hábitos)

Por allí dicen que las oportunidades son escasas, pero en realidad las personas no saben que todos los días las 24 horas el Universo nos está dando oportunidades. La pregunta es ¿oportunidades para qué? Para tener experiencias de crecimiento. La forma en la que nosotros asumimos dichas oportunidades determina el éxito en nuestra vida o no. La vida siempre nos va guiando para lograr conectar con esas personas, lugares, momentos que nos ayudan a lograr experiencias para el crecimiento y el cumplimiento de metas y sueños.

Las oportunidades se manifiestan de diferentes formas. Por ejemplo, tal vez te ha sucedido que estás emprendiendo, o tienes una idea, o quieres hacer algo en particular como estudiar. En ese momento preciso aparece la persona adecuada, en el momento adecuado, en el lugar perfecto. Si notas que no hay la presencia de un bloqueo, pues adelante es una oportunidad. Aun así, en la práctica

he visto a varios que la dejan ir, pero no te preocupes, tal vez eres tú el que no está listo. A mí me decidió hace algunos años, cuando emprendí este camino de la espiritualidad.

Un día no me hallaba, no sabía que estaba haciendo con mi vida. Me encontraba caminando en la calle, me detuve a esperar que cambiara el semáforo para cruzar la calle, cuando un hombre se detuvo a mi lado y me dijo: "Te has visto la película del *Camino del Guerrero*, te la recomiendo". Al principio pensé que iba a robarme, pero tras decir estas palabras cruzó la calle y desapareció entre las personas. Yo me quedé pensando en lo que me había dicho, busqué la película y así empezó mi proceso de transformación. Es una película que te recomiendo mucho, ya que explica esta hermosa ley de la oportunidad.

Película Camino del Guerrero:

https://www.imdb.com/title/tt0438315/?ref_=nv_sr_srsg_0

Es importante comprender que los bloqueos también son oportunidades, ya que nos ayudan a identificar cuál es la intención por la cual estamos haciendo lo que hacemos. Sobre este tema hemos dado ya varios ejemplos. Pero quisiera contarte una historia.

Conozco a una señora que se llama Cris. Cris trabajó en mi casa ayudando con las labores de limpieza y cocina. Ella era una gran cocinera, sus platos eran los mejores que he probado. Pero Cris tenía un problema y es que siempre llegaba tarde a trabajar o a veces ni siquiera aparecía. Un día renunció al trabajo y fue a otra casa a trabajar, donde también llegaba tarde y no aparecía. Varias veces hablé con ella, y le dije que si no le gustaba su trabajo podría poner un restaurante, solo debía ser juiciosa, ahorrar y organizarse bien con los tiempos. Hasta uno de los empleadores le ofreció ser un inversionista para el restaurante. Pero a Cris le hacía falta determinación que es la mezcla entre la pasión y la perseverancia. La vida le estaba dando la oportunidad de crear algo propio, pero la falta de perseverancia no la dejó tomar dicha oportunidad. A veces las personas se quejan de la falta de

oportunidades, pero la verdad todos los días la vida nos da varias, el problema es que no las vemos.

Esta ley del aprovechamiento de la experiencia es el otro lado de la moneda de la ley de las señales, es decir que, como todo en el Universo, es complementario.

Todos los días te dan la oportunidad para aprovechar la experiencia, pero hay personas que dicen, es que el Covid19, es que no me gusta mi trabajo, esto no es para mí, la economía está muy mala, etc. Hay muchas personas que dicen, que es la época, el país, la situación, pero esta ley funciona independientemente de las circunstancias externas o lo que esté sucediendo en el país, siempre hay personas que logran el éxito y otras no. Durante Covid19 te pudiste dar cuenta que hubo personas que la pasaron muy mal, las despidieron de su trabajo, y otras que abrieron negocios nuevos e hicieron mucho dinero. El tema aquí de interés es si te estás dejando guiar por la vida o no.

Conozco la historia de un señor que empezó con su moto entregando a domicilio el queso que preparaba su esposa. Lento pero seguro y determinado empezó a crecer el negocio. Hasta que cinco años después un grupo de inversionistas compró su empresa y hoy tiene más de 500 empleados con proyecciones de expansión internacional.

Recordar que aprovechar es en todo momento: cuando se sienta alguien a tu lado, cuando recibes una llamada, cuando llega un correo que llama tu atención, cuando te invitan a algo, cuando el jefe te manda a trabajar con alguien que nunca habías trabajado, cuando una persona te pide ayuda con algo.

Aprovechar las experiencias que la vida te está dando, es disfrutarlas, hacerlas con amor, sin esperar nada a cambio, en ese momento la vida te sorprenderá con experiencias extraordinarias.

Quiero compartir contigo una experiencia extraordinaria. Como te conté antes en 2014 cuando el petróleo cayó, mi compañía entró en crisis. Yo ya estaba

haciendo el MBA en la universidad de Miami y debía pagar todo en dólares. Uno de los ciclos de estudio durante 2015 era en Madrid, y por obvias razones no tenía para pagar el ciclo de clase y menos el viaje, así que llamé a la universidad y decidí aplazar el curso. Un día estaba saliendo de mi casa cuando un amigo del MBA me llamó. Me dijo que se había enterado que no iba a asistir al curso en Madrid, yo le conté la situación financiera en la que me encontraba a lo que él me respondió "Pily no te preocupes, ya hicimos una vaca con todos los compañeros y te vamos a pagar el curso". Yo casi me muero de felicidad, eran 20.000 dólares. Sabía que era una oportunidad para ir a clase, algo debía aprender allí. Muchas veces me pregunté por qué razón había ocurrido este hermoso milagro, y me di cuenta de que en febrero de ese año había hecho algo por ellos que había impactado mucho en sus vidas y yo ni siquiera me había dado cuenta. Es por esta razón por la que aprovechar cada situación sin esperar nada a cambio siempre tiene buenos frutos.

Hábitos buenos y malos

Muchas veces no aprovechamos las oportunidades por los malos hábitos que tenemos. Mis malos hábitos financieros me llevaron a tomar muy malas decisiones. Sobre todo, tenía un muy hábito de comprar todo con tarjeta, no hacer seguimiento a los gastos, y no ahorrar. Esto se daba mes a mes, mostrarle al Universo que así llegarán oportunidades yo las estaba desaprovechando con mis malos hábitos. Así dijera que quería ser abundante mis acciones eran de escasez. Hay un libro que me ayudó mucho a modificar mis malos hábitos por buenos hábitos en todas las áreas de la vida, el libro se llama "Hábitos Atómicos" de James Clear. Él dice en su libro que para poder hacer grandes cambios debes iniciar por hacer cosas pequeñas, no necesitas hacer un cambio de 180 grados sino de 3 grados. También menciona que es importante hacerles la cosa difícil a los malos hábitos y fáciles a los buenos hábitos.

Te doy algunos ejemplos prácticos de cómo lo apliqué yo:

1. Si quieres dejar de gastar con la tarjeta de crédito, pues no la lleves en tu billetera todos los días, escóndela en un lugar en el que toque hacer mucho esfuerzo para ir por ella.

2. Si quieres empezar a ahorrar, no dejes el ahorro para el final de mes cuando ya no tienes nada en la cuenta, más bien pídele a tu banco que el primer día del mes o cuando ingrese el dinero siempre se debite automáticamente a tu ahorro.
3. Si eres de los que va al centro comercial y no se aguanta con los descuentos, pues haz planes diferentes para no ir a gastar lo que no tienes.

Como te conté al principio, yo tenía el mal hábito de tener 17 tarjetas de crédito, si 17, eso es para lanzarse por una ventana. En un momento odiaba a los bancos, hasta que entendí que yo era la única responsable de la situación en la que me encontraba. Así que tome acción para solucionar este inconveniente. Primero, aprendí de los expertos una metodología que se llama "la bola de nieve", en la que hice una lista de todas las deudas, desde las más pequeñas hasta las más grandes, empecé por eliminar las pequeñas, y lo que iba sobrando de esas lo abonada a la siguiente. Con mucha paciencia y persistencia, salí de todas las tarjetas pequeñas. Segundo, me puse a la tarea de crear ingresos adicionales que tenían solamente como objetivo eliminar las otras. Al cabo de un año, había eliminado todas las deudas. Tercero, lo más importante es que empecé a educarme en este tema financiero y aprendí que, así como los buenos y malos hábitos hay deudas buenas y deudas malas. Las deudas malas son las que se hacen con la tarjeta a 12 meses cuando puedes pagarle a una cuota, cuando son para comprar cosas que no necesito. Las deudas buenas son las que sirven para crear negocios donde los ingresos que traiga el mismo irán a pagar la deuda, un círculo virtuoso del dinero, que genera crecimiento.

Actividad 1: Hábitos buenos y malos. Escribe una lista de hábitos buenos y malos. Crea estrategias para hacerle la vida difícil al hábito malo y hacérsela fácil al hábito bueno.

Actividad 2: Meditación del aprovechamiento de oportunidades. Te invito a que escuches el audio de meditación.

Audio Meditación: https://www.youtube.com/watch?v=AQYPdOUd34A

Capítulo 9: El equilibrio y la armonía de la energía de la abundancia

A continuación, quisiera compartir contigo algunas guías adicionales que son muy importantes, antes de pasar a la segunda parte de este libro.

Tal vez te ha ocurrido que llegas a un lugar y la energía es tan densa que sales completamente agotado, o que la energía del lugar es de armonía y felicidad y sales de allí recargado y feliz. Esto se da por una ley que se conoce como la ley del equilibrio de la energía o la ley de los vasos comunicantes. Es decir, que al lugar al que vayamos o con la gente con la cual compartimos la energía se tiende a equilibrar. Ahora, la energía hace su equilibrio hacia abajo y no hacia arriba. La forma más fácil de explicarlo es que imagines que tienes una olla con agua muy caliente, y en la medida en la que vas echando agua fría ésta se pone más tibia,

hasta volverse fría. Por eso, si estás con la energía súper alta y compartes con personas con energía bajita, pues por obvias razones vas a terminar agotado.

Esto es importante por dos razones. La primera, hablando de abundancia, si vas a empezar un negocio con una intención de energía alta y te asocias con una persona que tiene una intención diferente puede que el proyecto se bloquee o termines agotado. Esto lo veo todo el tiempo con clientes y con familias, donde pareciera que cada persona tiene una energía diferente, la cual está dada por la intención de cada uno y sus finanzas no funcionan muy bien. Por eso es súper importante si vas a asociarte con alguien o vas a entrar en un negocio, tengas claro las creencias sobre el dinero de cada persona, la intención, sus acciones, etc. Recuerda que "por los frutos los conoceremos", es decir mira sus acciones y resultados, para conocer realmente qué sucede allí. Aplica lo que hemos aquí aprendido. Lo segundo, cuida tu energía. Al cuidar tu energía puedes ayudarte a ti y al otro a que las energías se mantengan altas en todo momento. Esto lo haces mediante el diálogo, la reflexión, la comunicación y lo más importante, la intención.

Actividad 1: Energía de equilibrio y armonía.

Te invito a que reflexiones sobre las personas y los lugares que frecuentas, así como las personas con las que te has asociado para hacer negocios. Observa la forma de pensar a través de las acciones.

Por ejemplo:

- ¿Cómo se comporta en un restaurante al momento de pagar la cuenta?
- ¿Cómo trata a los meseros del restaurante?
- ¿Cómo es en los negocios?
- ¿Cómo habla con los clientes?

Haz todas aquellas preguntas para tratar de entender cuál es la intención que tiene detrás. Pueden sentarse a reflexionar sobre la intención para armonizar la energía.

Actividad 2: Meditación de cuidado de tu energía.

En el capítulo 11 de este libro encontrarás un reto de 21 días de meditación. Hay una en particular que está pensada para que cuides tu energía. Te invito a realizarla con la intención de protección de tu energía vital.

Audio Meditación cuidado de la energía de abundancia:
https://www.youtube.com/watch?v=CQ04DOBsYxU

Bloqueos de la energía y la no intervención

Adicionalmente, como lo había explicado con anterioridad, la abundancia en su esplendor, es decir, el dinero y todo lo demás, se bloquea por cuatro razones principalmente. Primero, por una mala administración del dinero. Segundo, la intención no es la adecuada. Tercero, falta de agradecimiento y valoración. Cuarto, intervención en los procesos de los demás. Quiero detenerme un momento en este último punto, el que es muy importante. Las personas compasivas son las más felices en el mundo, eso está claro. Pero atención, cuando una persona está "ayudando" al otro al darle o regalarle dinero, es importante hacer las siguientes reflexiones para que la intención sea la adecuada. Ya que no hay que confundir el servicio y la compasión con la intervención y minimización de los demás.

Preguntas de reflexión sobre dar o regalar dinero:

1. ¿Estoy dando o regalando dinero a esta persona para borrar una culpa? Un ejemplo, la persona piensa que "Tengo mucho, esta persona no tiene nada, mejor démosle algo". Un pensamiento de culpa por tener dinero.
2. ¿Estoy dando o regalando dinero porque siento que el otro no es capaz? Es decir, pensamientos de "pobrecito hay que regalarle algo". Esto a veces pasa con las personas de la familia.
3. ¿Estoy dando o regalando dinero porque quiero tener una relación con esa persona y que me quiera? He visto a miles de personas que creen que a punta de regalos materiales van a ser amados.

Todas estas razones generan una energía baja, lo que hace que la abundancia se bloquee, ya que se entiende que la intención no es la adecuada y que se está interviniendo en los procesos de crecimiento y aprendizaje de los demás. Imagina a un padre que le paga las deudas a su hijo, no está dejando que esta persona logre aprender y por ende le quita su energía vital, al minimizarlo. Por esto su hijo va a tener más y más deudas, ya que no ha aprendido a administrar el dinero. Imagina una persona que regala dinero a los demás para que lo amen, pero cuando se le acaba el dinero se da cuenta de que no tiene amigos.

El maestro Schmedling decía que a las únicas personas para las que no es entendido por el Universo que haya una intervención son: los niños, adultos mayores y personas con discapacidad. Todas estas personas no tienen la capacidad física ni mental para producir dinero, por estas razones son las únicas en las que dar dinero no es considerado como intervención. Atención, es decir, que al niño de la calle que es evidente que un adulto lo está poniendo a pedir dinero, no se le debería regalar, ya que se estaría promoviendo una energía de trata de menores. ¿Qué se puede hacer? avisar a las autoridades y enseñarles a pescar o a hacer el pan, no regalarles el pescado ni el pan. También saber que hay organizaciones de personas con la misión de ayudar desde enseñar a hacer el pan, normalmente son Fundaciones, así que esta sería una buena opción para ayudar sin intervenir.

Actividad 3: Reflexiona sobre las razones y escenarios en los que regalas y das dinero.

Si eres de aquellos a los que les encanta regalar o dar dinero a los demás, reflexiona sobre las razones por las cuales lo haces. También, cuál sería una buena estrategia para ayudar sin intervenir y para que tuviera una intención desde el amor y la energía de la abundancia.

Pon a circular la energía del dinero

También quería compartir contigo que es vital poner a circular la energía del dinero y la espiritualidad. ¿Qué significa esto? Si ahorras solo por ahorrar, o por acumular, lo que generas es un bloqueo en la energía del dinero, pero si

ahorras con propósito le das una intención diferente, más armónica. También puedes invertir el dinero con propósito como una forma de poner en movimiento la energía de la abundancia.

Lo que hasta el momento sé de finanzas personales e inversiones lo aprendí de un equipo de personas maravillosas que se llama “Mis Propias Finanzas”. Explican de una forma fácil, pedagógica y ética. Así que comparto contigo los cursos que hice sobre finanzas personales e inversiones.

Autor “Mis Propias Finanzas”

Curso Libera tus Finanzas en 6 pasos: https://go.hotmart.com/F74273995R

Curso Aprende e Invierte en Bolsa: https://go.hotmart.com/X74601573P

Espero que hayas disfrutado esta breve explicación de las leyes del universo aplicada a la abundancia. Ahora te invito a que realices el reto de 21 días que cambió mi vida para siempre.

Parte Dos

Capítulo 10: Reto de 21 días de abundancia y prosperidad (Actividades)

Hace algunos años, cuando tuve la crisis financiera más difícil, un amigo me dio un regalo que me salvó la vida. Me pidió hacer un reto de 21 días de gratitud. Al principio empecé a hacerlo sin esperar que nada extraño ocurriera, pero después del día 11 empezaron a pasar cosas muy interesantes, llegaron clientes de la nada, nuevos negocios y personas a mi vida. Así que, haciendo honor a esa hermosa situación, organicé para ti las actividades que hice que más sirvieron, para que llenes tu vida de pura magia de abundancia. Son en total 21 actividades, a realizar una por día.

Antes de empezar es importante que crees un **mapa de sueños**, de esta forma le ayudas al Universo a enfocar su energía para ti.

Día 1: Diario de la gratitud y abundancia

Esta actividad la realizarás hoy y durante los 21 días del reto. Puedes hacerla en la mañana, al mediodía, en la noche o cuando tengas tiempo disponible. Es muy sencilla, toma un cuaderno y titulado diario de la gratitud y abundancia. Todos los días escribe allí 10 cosas por las que estás completamente agradecido. Pueden estar enfocadas al dinero que tienes hoy en tu bolsillo, o a cualquier cosa que haya sucedido en el día, o aquello que quieras agradecer.

Lo importante no es solo escribirlo, sino sentir la emoción de gratitud en tu corazón.

Día 2: Piedra de la abundancia

La madre Tierra a través de sus rocas y minerales nos entrega energía mágica. A mí me gustan mucho los cuarzos para darles una intención mágica de gratitud. Hay un cuarzo llamado Pirita, que ayuda a la buena suerte, prosperidad y para atraer el dinero; el Citrino, tiene un color amarillo atrae las frecuencias de abundancia y felicidad; y el cuarzo blanco ayuda a la manifestación de deseos. Te invito a que hoy tomes una roca o una piedra que te guste, o un cuarzo y lo intenciones para atraer abundancia a tu vida. Así que todos los días antes de ir a dormir, tómalo, llévalo a tu corazón y da las gracias por la abundancia en tu vida y sobre todo de ese día.

Recuerda escribir las 10 cosas por las que estás agradecido en tu diario.

Día 3: 100 pasos de abundancia

Este ha sido de los ejercicios que más ha transformado mi vida, genera una energía especial. Te invito a que hoy haz 100 pasos con la intención de atraer y agradecer la abundancia en tu vida, es decir por cada paso que des vas a llevar la atención a tu corazón y dirás "Gracias Universo por la abundancia y prosperidad en mi vida". Verás que al finalizar los 100 pasos te sentirás de forma diferente. Yo normalmente utilizo una japa mala (la utilizan para meditar en la india) o camándula para ir contando los pasos.

Recuerda escribir las 10 cosas por las que estás agradecido en tu diario.

Día 4: Historia: Da las gracias por todo el dinero que has recibido en tu vida

Es muy importante agradecer todo el dinero que has recibido durante toda tu vida, sea mucho o poco. Así que hoy te invito a escribir tu historia sobre la relación que has tenido con el dinero. Escribe sobre las buenas decisiones y las malas que has tomado frente al dinero. Sobre estas últimas, ¿qué aprendiste de ellas? Después da las gracias por cada decisión, y todo lo que has recibido en tu vida, por la comida que has tenido, por la ropa que has vestido, etc. Verás que al agradecer todo lo que has recibido en la vida incrementará dicha vibración de recibir.

Recuerda escribir las 10 cosas por las que estás agradecido en tu diario.

Día 5: Dinero Feliz

Una vez me leí un libro maravilloso que se llama "Dinero Feliz", en el que contaba el autor que el dinero feliz es aquel que se recibe y da con felicidad y gratitud, y el dinero triste aquel que se recibe y da pensando en "esto es muy poco, me deberían pagar más" "esto está muy caro", etc. Así que hoy te invito a que cada vez que una persona te dé dinero, así sean las vueltas cuando pagaste algo en el supermercado, o cuando tu pagues algo en una tienda o restaurante entrega el dinero con felicidad, y si puedes adicionar pensar "Gracias por este dinero

feliz” o decirle estas palabras a la persona, harás que tu dinero hoy y siempre esté cargado de felicidad.

Recuerda escribir las 10 cosas por las que estás agradecido en tu diario.

Día 6: Gracias en las facturas

Todos los días hay alguien trabajando para nosotros. Las personas del acueducto que hacen que te llegue agua a tu casa, o las que hacen que llegue la luz, o las que organizan la comida en el súper para que tú compres los productos, los que cosechan los alimentos. Siempre hay alguien trabajando para satisfacer tus necesidades. Así que te invito hoy a que tomes las facturas de agua, teléfono, gas, luz, supermercado, etc. que hayan llegado a tu casa o al correo o que tengas por ahí, y les escribas “Gracias por este servicio”.

Recuerda escribir las 10 cosas por las que estás agradecido en tu diario.

Día 7: Considera el patrimonio que el Universo ha puesto a tu disposición

Esta actividad hace parte de mi libro “No leas, Haz” que escribí con mi amigo John Fredy Morales.

Cuantifica lo rico que eres…

Siempre estamos acostumbrados a hacer presupuestos teniendo en cuenta cuánto me gano en dinero y cuánto gasto, es decir, los recursos monetarios, pero también esto genera limitaciones mentales y una falsa percepción de los recursos creyendo que son limitados.

En este sentido esta actividad propone hacer un presupuesto cuantificando cuántos recursos tuviste a tu disposición solo por esta semana. Es decir, vamos a

elaborar el patrimonio que el universo ha puesto a tu disposición esta semana. Es importante cuantificar para que el hemisferio izquierdo del cerebro comprenda numéricamente los recursos.

Te doy un ejemplo. Esta semana pude utilizar UBER, aunque el auto no es de mi propiedad si hace parte de mi abundancia, ya que disfruté de su servicio, así que sumo 17.000 USD que es lo que creo cuesta dicho auto. Esta semana transité por las calles de mi ciudad, como pude disfrutar de ellas hacen parte de mi presupuesto del Universo, así que sumó 1 billón de Dólares a mi presupuesto. Tengo a mi hermana que vive en Francia, así que sumo a mi presupuesto su casa, ya que puedo llegar a allá cuando vaya de vacaciones.

Con esta actividad lo que quiero es que veas que no tienes que ser propietario de todo para ser inmensamente rico y próspero.

Recuerda escribir las 10 cosas por las que estás agradecido en tu diario.

Libro "No leas, Haz":
https://drive.google.com/file/d/14TOei4Gfgq8eALYCBNFMvfi4SRP_Mktp/view?usp=sharing

Día 8: Imán para el dinero

Hoy será un día de declaraciones positivas. Hay una declaración que a mí me gusta mucho que es "Soy un imán para el dinero". Así que te invito a que hoy cada vez que entres al baño te mires en el espejo, y después de decir lo hermosa que eres, repite "Soy un imán para el dinero".

Recuerda escribir las 10 cosas por las que estás agradecido en tu diario.

Día 9: Polvos Mágicos de abundancia

Una de las actividades que genera más abundancia en el mundo es desear bendiciones a otras personas. Así que hoy te invito a que pienses que tienes unos polvos mágicos y que puedes cumplirles deseos a otras personas a través de desearles bendiciones. Cierra los ojos y piensa en tres a cinco personas que quieres enviarles tu buena vibra. Visualiza que los bañas con polvos mágicos de abundancia.

Recuerda escribir las 10 cosas por las que estás agradecido en tu diario.

Día 10: Visionary o mapa de sueños

Recuerdas que al principio te pedí que hicieras un visionary o mapa de sueños de tus deseos, sueños y metas. Vas a tomar dicho visionary o mapa de sueños y vas a visualizar que todas las cosas que allí pusiste ya se han hecho realidad. Siente la gratitud en tu corazón al recibir cada uno de esos regalos. Te invito a que des las gracias como si esos sueños ya se hubieran manifestado.

Recuerda escribir las 10 cosas por las que estás agradecido en tu diario.

Día 11: Cheque o Ecard del universo

Hoy el universo te quiere entregar un cheque o Ecard pre-pagado con el monto de dinero que tú escojas. Llena el cheque o la Ecard para que puedas atraer dicho monto en tu vida. Da las gracias desde el corazón por este regalo.

Descarga el Cheque del Universo aquí:
https://drive.google.com/file/d/1l1XYwQTZ0s-2aQsK8ayCRdMyV28cXkRs/view?usp=sharing

Recuerda escribir las 10 cosas por las que estás agradecido en tu diario.

Día 12: Crea una caja de afirmaciones positivas

Hace algunos años creé una caja de afirmaciones positivas. Lo que hice fue pintar una caja vieja e imprimir unas 10 afirmaciones positivas sobre el dinero. Cada día sacaba una para llenar ese día de buena vibra. Después de un tiempo cuando las personas iban a mi casa les pedía que sacaran una afirmación, la leyeran, devolvieran el papelito a la caja, pero también les pedía escribir una nueva afirmación que ellos sintieran en su corazón en un papelito en blanco para poder llenar la caja de buena vibra. Esta actividad gustó mucho a las personas que iban a mi hogar. Así que hoy te invito a que crees tu propia caja de afirmaciones positivas de abundancia. Saca una afirmación cada día para llenarlo de la magia de la abundancia a través de la gratitud y buena vibra.

Recuerda escribir las 10 cosas por las que estás agradecido en tu diario.

Día 13: Haz algo por alguien que lo necesite

Una de las actividades que genera más felicidad es cuando hacemos algo por alguien que lo necesita. De hecho, hay varios estudios sobre la compasión como el canal perfecto para lograr la felicidad.

Te voy a contar algo, el Universo siempre te compensa estos actos. Durante la pandemia vi que había muchas personas muy estresadas, y sin esperar nada a cambio durante 12 meses regalé todos los días un audio de relajación de 5 minutos. Me sentaba cada día, grababa y enviaba. Fueron más de 252 audios. El Universo notó ésto y sabes ¿qué sucedió? me regaló la beca completa para hacer el doctorado. El Universo siempre te compensa las acciones que hagas por los demás por ley del equilibrio.

Como estamos hablando de abundancia, hoy te invito a que observes a alguien que necesita de tu ayuda, pero no regalando dinero, sino dándole un consejo o enseñándole algo que le puede ayudar. Ya tienes en este libro mucho material para compartir.

Recuerda escribir las 10 cosas por las que estás agradecido en tu diario.

Día 14: Llama a alguien a darle las gracias por existir. Recuerda que el compartir y la gratitud son fertilizantes de la abundancia y la prosperidad.

Hace 8 años empecé a hacer un experimento, el que se convirtió en un movimiento que he llamado “Gracias por existir”. Desde ese entonces todos los días de mi vida, por WhatsApp que me sale gratis, llamo a una persona al azar y le dijo “Gracias por Existir”. La reacción de las personas es muy interesante y seguro te subirá la vibra. Te dejo el video para que veas lo que esta simple llamada crea en las personas.

Video Gracias por Existir

https://www.youtube.com/watch?v=KE5cEDUVuxk&t=25s

Te invito a que pienses en tres personas que te han ayudado desde el punto de vista de la abundancia en tu vida, ya sea porque te prestaron dinero, creyeron en ti, te apoyaron, te dan trabajo, etc. y las llames a decirles “Gracias por existir”. Me encantaría que me contaras como te fue soporte@pimbienestar.com

Recuerda escribir las 10 cosas por las que estás agradecido en tu diario.

Día 15: Varita Mágica

La gratitud es la magia que mueve el mundo, así que hoy vamos a imaginar que tienes una varita mágica que te va a ayudar durante el día a hacer magia. Así que hoy durante el día cuando tengas una reunión, una conversación con alguien, la visita con un cliente, etc. vas a imaginar que tienes la varita y vas a decir las palabras mágicas “Gracias porque esta situación (di de qué se trata) se llenó de magia y tuvo resultados extraordinarios”. Puedes crear tus propias palabras mágicas. Siente la magia en tu corazón desde una intención de amor.

Recuerda escribir las 10 cosas por las que estás agradecido en tu diario.

Día 16: El genio de la lámpara

El Universo siempre está a tu disposición para acompañarte a cumplir tus deseos. De hecho, nos los muestran a través de la metáfora del genio de la lámpara. Cada vez que Aladino frota la lámpara siempre sale el genio y dice “Tu deseo es mi mandato”. El genio no dice “No que pereza otra vez usted”, porque el Universo siempre está disponible, de hecho, hay más de tres deseos. Así que te invito a que pienses que tú eres la lámpara, ya que estás hecho de luz. Durante el día de hoy vas a frotar tu muñeca de la mano derecha, llevas las manos al corazón y vas a pedir tus deseos.

Recuerda escribir las 10 cosas por las que estás agradecido en tu diario.

Día 17: Despertar el recibir

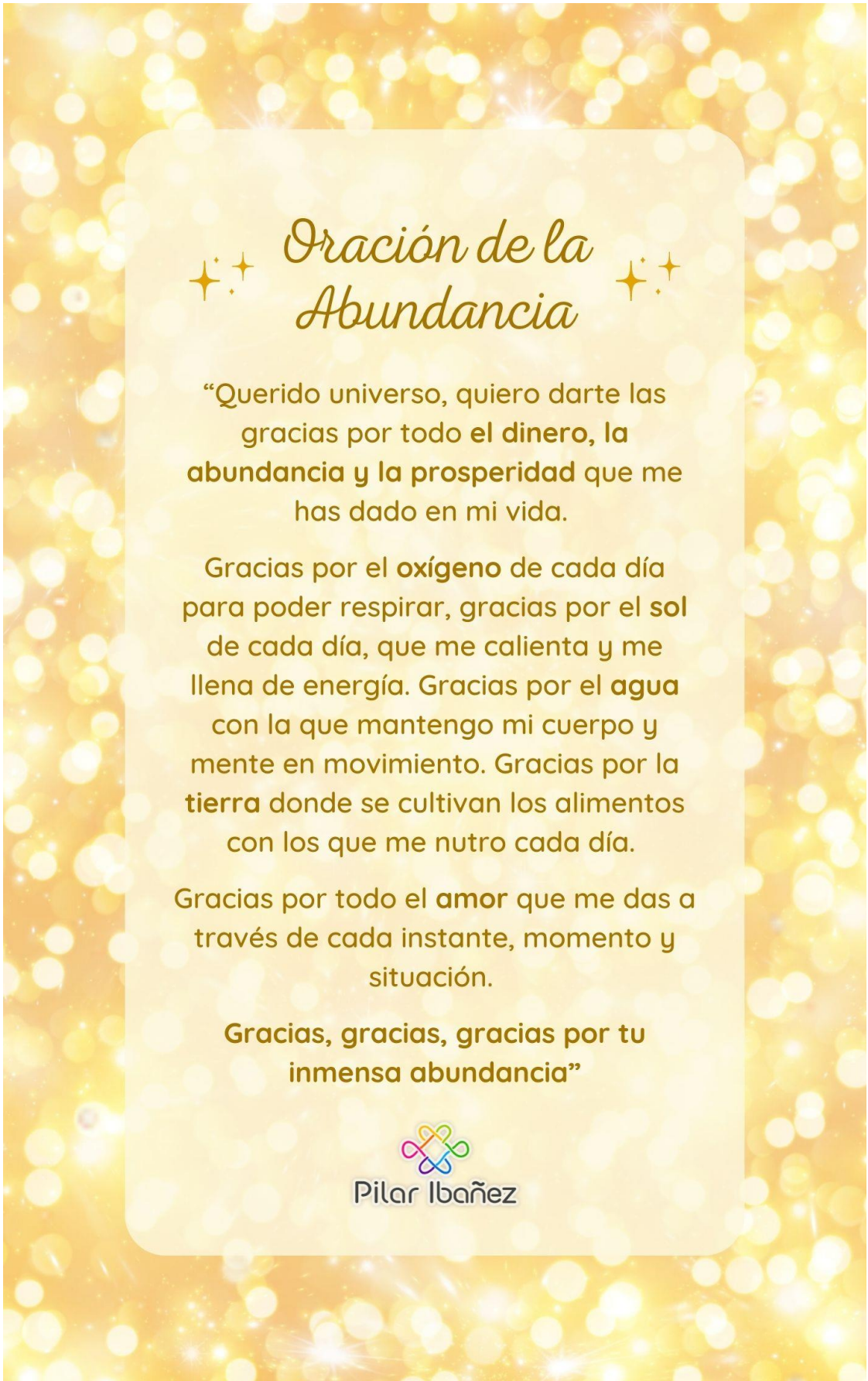
Recuerdas que hablamos en las leyes sobre el merecimiento. Aprender a dar es muy importante, pero también aprender a recibir. Hay personas que no se sienten merecedoras y lo que hacen es bloquear la energía de la abundancia. Hoy vamos a despertar el recibir a través de la respiración. Te invito a que te sientes en un lugar tranquilo, cierres lo ojos, y vas a enfocar tu atención en la respiración. Vas a repetir la siguiente intención 20 veces "Agradezco y recibo con amor todo el oxígeno que la vida me da para poder vivir, me abro a recibir porque soy merecedor de abundancia por el simple hecho de existir".

Recuerda escribir las 10 cosas por las que estás agradecido en tu diario.

Día 18: Oración de la abundancia

A mí me gustan mucho las oraciones porque son como un recordatorio de las miles de razones para dar las gracias. He creado una oración de abundancia para ti, pero puedes incluir lo que quieras, ya que esta es una labor de co-creación. Hoy te invito a que prendas una velita de color blanco y repitas la oración de la abundancia.

Descarga la oración de la Abundancia aquí:
https://drive.google.com/file/d/15hpWDR6jzTeL8ZIyWBcWGYJ-FP1gfGaW/view?usp=sharing



Recuerda escribir las 10 cosas por las que estás agradecido en tu diario.

Día 19: Vestir para la abundancia

La actitud que asumimos frente a la vida es la palanca que hace que una persona sea feliz o no. Tal vez te has dado cuenta que la forma en la que una persona se ve y se siente crea una vibración específica en el ambiente para así mismo atraer la misma vibración. Así que como estamos hablando de actitud hoy vamos a generar una vibración de energía de abundancia. Te invito a que vayas al espejo y te hables a ti mismo, te empoderes con afirmaciones de poder, y te vistas de acuerdo a esa vibración. Imagina que vas a tener una reunión con el Rey Midas o con la persona que sea un referente de prosperidad. ¿Con qué actitud irías a la reunión? ¿cómo te vestirás para hablar con él sobre la abundancia? Así que hoy te invito a que tomes una actitud positiva, de optimismo, y empoderamiento para asumir la vida con felicidad, y lo muestres a través de tus pensamientos, emociones y forma de vestir.

Recuerda escribir las 10 cosas por las que estás agradecido en tu diario.

Día 20: Lista de fortalezas

El Dr. Martin Seligman, de la universidad de Pensilvania, dice que las personas más felices son las que se enfocan en sus fortalezas. Si estás todo el día pensando que no eres bueno para los números pues te vas a frustrar, recuerda que tener buen manejo del dinero tiene que ver más con las emociones que con los conocimientos sobre el dinero. Así que hoy te invito a que te enfoques en lo que sí eres fuerte y lo potencialices para atraer abundancia. Por ejemplo, si eres muy bueno haciendo amigos, aprovecha ese don para conocer a personas que te ayuden a tener más información sobre abundancia, prosperidad y dinero. Si eres bueno cantando, pues mira si esto puede ayudarte a crear ingresos adicionales. Hoy busca tu don y talento, agradéceselo y utilízalo para tu abundancia, recordando siempre que la intención es lo más importante, y aquí es la gratitud.

Recuerda escribir las 10 cosas por las que estás agradecido en tu diario.

Día 21: Regálale o comparte este libro a alguien más: expande la energía del dinero feliz

Quiero felicitarte porque has llegado al último día de tu reto. Recuerda que este es el inicio de un camino lleno de abundancia y prosperidad. Solo debes recordar tener voluntad para seguir haciendo los ejercicios y tener buenos hábitos. El Universo siempre está allí para acompañarte. Hoy te invito a que compartas o regales este libro a alguien más, de esa forma podemos expandir la energía del dinero feliz, espiritualidad y la felicidad.

Recuerda escribir las 10 cosas por las que estás agradecido en tu diario.

Capítulo 11: Reto 21 días de Meditación de Abundancia y prosperidad

Te invitó a que hagas el reto de 21 días de meditaciones de Abundancia y Prosperidad. Aquí encuentras el Link o código QR de cada día. Pero también encuentras el reto en el App PIM Bienestar, de la que te quiero regalar la membresía Premium. Solo sigue las instrucciones.

Descarga la App PIM Bienestar aquí: https://www.pimbienestar.org/download-pim-app

Audios Reto 21 meditación para atraer la abundancia y prosperidad

Día 1: Hoy sano la historia y la relación que he tenido con el dinero:

https://www.youtube.com/watch?v=ZqBLDqPHa1c

Día 2: Lo siento, perdón, gracias, te amo creencias y pensamientos:

https://www.youtube.com/watch?v=GrZLO0Gtouw

Día 3: Soy fuente de abundancia y prosperidad:

https://www.youtube.com/watch?v=khraW2Lyk2A

Día 4: Hoy tomo decisiones que me hacen abundante y próspero:

https://www.youtube.com/watch?v=uHl0wyGdjEA

Día 5: Agradezco cada día como una forma de fertilizar mi abundancia y prosperidad:

https://www.youtube.com/watch?v=_GiWTwhi2Bg

Día 6: Valoro todo lo que la vida me ha dado como una forma de fertilizar mi abundancia y prosperidad: https://www.youtube.com/watch?v=jzr5VmCy3_I

Día 7: Disfruto cada día lo que la vida me ha entregado como una forma de fertilizar mi abundancia y prosperidad:
https://www.youtube.com/watch?v=Kjjqf9t_q6c

Día 8: Comparto cada día como una forma de fertilizar mi abundancia y prosperidad:

https://www.youtube.com/watch?v=AuhOLqJ3v-4

Día 9: Soy la causa de mi vida y no el efecto, asumo mi vida financiera con responsabilidad:

https://www.youtube.com/watch?v=1uS7cvs0r08

Día 10: Escucho las señales para cuidar mis finanzas personales:

https://www.youtube.com/watch?v=qB6HRXtk04o

Día 11: Soy libre al conectarme con la energía creadora del Universo:

https://www.youtube.com/watch?v=NVDsra_KTbM

Día 12: Asumo mi Función en el mundo y agradezco la abundancia que de ella se genera:

https://www.youtube.com/watch?v=0w7La-7w2oU

Día 13: Reconozco mi Misión a través de mis dones y talento, los utilizo para generar abundancia:

https://www.youtube.com/watch?v=G71FodxaS70

Día 14: Acepto mi Destino como todo lo que me falta por aprender. Aprendo a ser abundante y próspero: https://www.youtube.com/watch?v=l3BoqHxOSJA

Día 15: Recuerdo que la Intención viene del corazón a través del agradecimiento cada día de mi vida:
https://www.youtube.com/watch?v=xuGb5VMyVKk

Día 16: Creo mi propio plan divino para ser abundante y próspero:

https://www.youtube.com/watch?v=AFrW622K4gY

Día 17: Aprovecho cada oportunidad que me da la vida para ser abundante y próspero:

https://www.youtube.com/watch?v=AQYPdOUd34A

Día 18: Hago parte del equilibrio de la energía de la abundancia, doy y recibo con amor:

https://www.youtube.com/watch?v=CQ04DOBsYxU

Día 19: Agradezco y recibo con amor todo el oxígeno que la vida me da para poder vivir, me abro a recibir porque soy merecedor de abundancia por el simple hecho de existir:

https://www.youtube.com/watch?v=mUeJF5HjPtw

Día 20: Soy mi propio genio de la lámpara, mis deseos se cumplen desde el corazón:

https://www.youtube.com/watch?v=CNnyUh0NXww

Día 21: Gracias por todo el dinero que he tenido en mi vida:

https://www.youtube.com/watch?v=hPiIO_hh26c

Hemos llegado al final de este libro de Abundancia, pero recuerda que este es solo el inicio del camino…

Cursos y libros recomendados

- Cursos 6 pasos Finanzas Personales

  https://go.hotmart.com/F74273995R
- Libro “Dinero Feliz” Ken Honda
- Libro “La Magia” Rhonda Byrne

- Libro “Los secretos de la Mente Millonaria” T. Harv Eker
- Libro “Prosperidad verdadera” Yehuda Berg
- Libro “Hábitos Atómicos” James Clear
- Libro “La psicología del Dinero” Morgan Housel
- Libro “La transformación total de su dinero” Dave Ramsey

Pilar Ibáñez

IG y FB @pilaribanezspeaker

www.pilaribanez.com