



ARTÍCULOS

Dr. Félix Torán

<http://www.felixtoran.com>

Abril de 2009

CONTENIDO

- Más información y recursos
(Página Web y página facebook)
- Artículos del Blog de
felixtoran.com
- Sobre el Autor

DR. FÉLIX TORÁN

Ayudando a más personas a alcanzar el éxito y la felicidad



<http://www.felixtoran.com>

MATERIAL GRATUITO

Primer capítulo

Videos / Audios

noticias

blog (Artículos)

eventos

YouTube

contacto

Visite la página facebook en:

<http://www.facebook.com/pages/Dr-Felix-Toran/84823466252>

Dr. Félix Torán, ayudando a más personas a alcanzar el éxito y la felicidad.

- **Biografía**
 - **Biografía**
 - **Premios y reconocimientos**
 - **Fotografías**
 - **Notas de prensa**
- **La Respuesta del Universo**
- **Blog**
- **Noticias**
 - **Noticias**
 - **Eventos**
- **Descargas**
- **Multimedia**
- **Tu historia**
- **Contacto**

Inicio > Blog

BLOG

31-03-2009

¿Por qué mi deseo se esfuma?

Muchas personas que ponen en práctica la Ley de la Atracción (LDA) se asombran de los resultados. Alcanzan sus objetivos superando incluso las expectativas, y lo hacen en menor tiempo de lo que jamás hubieran imaginado.

Pero a mucha gente le ocurre que luego sus deseos se esfuman. Lo que lograron se termina, y vuelven a estar como antes. Por poner un ejemplo, desean una relación con la persona ideal, lo logran, pero luego dicha relación termina. El problema es que alcanzan un objetivo, pero pierden el camino: no siguen avanzando hacia el objetivo final a largo plazo.

Tal como explico en mi libro "La Respuesta del Universo", es necesario tener objetivos a largo plazo, y no perder la paciencia, y sobre todo, aplicar aquello de "divide y vencerás". Lo explico con más detalle a continuación.

En todo momento debemos tener en mente nuestro objetivo a largo plazo (en el ejemplo de la relación que comentaba arriba, nos visualizaríamos con esa persona ideal dentro de 20 o más años manteniendo una relación ideal). No debemos perder nunca el objetivo a largo plazo.

Luego, debemos identificar cual es el siguiente paso a dar a corto plazo. Debemos determinar cual es el siguiente sub-objetivo a alcanzar. Así estamos dividiendo para vencer.

Y entonces no debemos quitar de nuestra mente ambas cosas: por un lado el siguiente sub-objetivo a alcanzar (que nos ayuda a corregir nuestro rumbo, como si tomáramos el volante de un coche) y el objetivo final (que marca la dirección general de la ruta que estamos siguiendo).

Cuando consiga ese siguiente sub-objetivo, estará en una posición donde podrá ver más claro cual es el siguiente sub-objetivo, y entonces repite el proceso.

No hacerlo así es moverse sin rumbo. Vamos y volvemos, en el camino logramos cosas, pero luego se van, porque cambiamos de rumbo.

Es necesario mantener un rumbo general, y este se fija con dos puntos, su posición actual, y su deseo a largo plazo. Suponga que está en Madrid. No es lo mismo dirigirse hacia el Norte, que hacerlo hacia el Sur. Si va hacia el Norte, nunca podrá llegar a Sevilla, salvo que cambie al rumbo opuesto). Si quiere ir a Sevilla, debe dirigirse hacia el Sur, y luego se trata de ir tomando las salidas oportunas en la autopista. Si se equivoca, no es grave, siempre puede enderezar su rumbo. ¡Pero si fuera hacia el Norte, entonces jamás llegaría a Sevilla! Es por ello que debemos tener muy claro donde queremos llegar al final del viaje, para tener claro el rumbo general, y luego comenzar a andar.

Con ese rumbo general, determinamos cual es nuestra siguiente parada en el camino, que equivale al siguiente objetivo. Tomamos el volante, empezamos a andar, y vamos ajustando la dirección para ir tomando las salidas de autopista correctas. Esas señales de salida equivalen a las respuestas del universo, que van marcando el camino, y que debemos estar a la expectativa para detectar. Cuando llegamos a la siguiente parada en el camino, nos llenamos de satisfacción de estar allí, y empezamos a preocuparnos por cual será el siguiente destino a alcanzar en el camino, sin perder de vista jamás cual es el destino final al cual queremos llegar.

Se me ocurre una comparación. Los GPS que se emplean actualmente en los coches, nos permiten introducir el destino final al que queremos llegar. Pero cuando nos empezamos a mover, nos muestran cual es el siguiente punto de decisión: la próxima salida a tomar, próximo giro a realizar, etc. Cuando ya hemos llegado a ese punto, entonces nos muestra el punto de decisión siguiente. En todo momento sabemos que es lo siguiente que nos encontraremos, pero también tenemos claro a donde vamos al final del trayecto.

No lo olvide, no debemos perder nuestro rumbo. Hay que mantener siempre en mente dos cosas: dónde queremos llegar al final del viaje, y cual es el siguiente sub-objetivo!!

Y en este camino hay dos condiciones imprescindibles: debe avanzar, debe entrar en acción, y debe tener paciencia y fe en que lo va a lograr.

Categorías: Éxito y Felicidad, Ley de la Atracción, Paciencia

Etiquetas: deseo, rumbo, ley, atracción, respuesta, universo

23-02-2009

¿Una solución mágica y fácil para la felicidad?

Resulta de gran importancia aclarar este punto, que genera muchos malentendidos acerca de la Ley de la Atracción (LDA).

Muchas personas tienden a ver la LDA como un remedio fácil y rápido para alcanzar la felicidad. Se que resulta sorprendente lo que voy a decir, pero la respuesta es **No**.

La LDA es una ley universal, y por tanto se cumple siempre, bajo cualquier circunstancia y en cualquier lugar. No es una ley científica, pero no por ello deja de responder a la definición de ley universal (basta consultar el diccionario de la R.A.E.). Como ley universal, siempre se cumple, y de hecho, se cumple cada vez que pensamos. Mientras pensamos, estamos atrayendo circunstancias, y condicionando nuestra respuesta ante lo externo.

Pero los resultados dependen de quien utiliza dicha ley universal. Si la utilizamos positivamente, entonces obtendremos resultados positivos. Si la utilizamos negativamente, los resultados serán negativos. La responsabilidad es de quien usa la LDA. Por ejemplo, si nos fijamos en una ley universal como la gravitación, podemos utilizarla positivamente para

hacer volar un avión, pero también podemos utilizarla negativamente para fracturarnos un hueso si caemos desde muy alto.

No es válido decir "a mi la LDA no me funciona". Es como decir "a mi la ley de la gravedad no me funciona". Por supuesto, la LDA funciona siempre, lo que no hace es funcionar siempre de manera positiva. Eso depende de como la utilicemos.

Si controlamos nuestra mente, y dejamos en ella pensamientos de éxito, obtendremos el éxito. Si nos centramos en el fracaso, en lo que no queremos, atraeremos circunstancias que no queremos. Ante esos casos, solemos inventar el concepto de suerte y mala suerte, debido a que sabemos que la probabilidad de obtener lo que realmente deseamos es muy pequeña.

Hablar con mucha frecuencia de suerte y mala suerte es un claro indicio de pensamiento concentrado en el miedo, y por tanto, de utilización negativa de la LDA. Sin embargo, quienes hablan constantemente de sus objetivos y sus deseos con pasión, y simplemente gestionan riesgos para llegar a ello, utilizan la LDA positivamente.

Le animo a practicar la meditación, a aprender a controlar su mente y ser más consciente de sus pensamientos. Deje solo lo positivo, lo que se relaciona con su deseo hecho realidad, y elimine todo lo que apunte en dirección contraria, especialmente sus creencias limitantes. Si usted tiene muy claro lo que quiere, pero ha programado su subconsciente para ir en sentido contrario, quien va a ganar es su subconsciente. No lo olvide!

¡¡Le invito a pensar de forma positiva y utilizar positivamente la LDA!! Si se desvía hacia el uso negativo de la misma, y se da cuenta de ello, alegrese, porque ha sido suficientemente consciente, y eso le permite solucionarlo, pasando a pensar positivamente!!

Por cierto, respecto a la mención que hacía anteriormente sobre la LDA como remedio rápido, decirles que no es así. La LDA no es como las leyes universales científicas a las que estamos acostumbrados, que ofrecen resultados palpables de manera inmediata. Si usted no tiene la suficiente paciencia, o si no entra en acción, o si su objetivo es excesivamente ambicioso o no-realizable, la LDA funcionará, como siempre lo hace, pero no le proporcionará los resultados que espera obtener, ni mucho menos de forma inmediata.

Y claro está, la LDA tampoco va a violar ninguna otra ley universal. Si usted desea volar, no le van a salir alas. Sin embargo, hace más de 100 años, los hermanos Wright desearon volar con toda su pasión, y lo consiguieron, sentando las bases de lo que hoy es la aviación.

Deseo este artículo les haya gustado y les resulte clarificador, desmitificando algunas falsas creencias que circulan sobre la LDA.

Les deseo todo el éxito y felicidad del mundo.

Dr. Félix Torán

*Categorías: **Éxito y Felicidad, Ley de la Atracción***

*Etiquetas: **ley, atracción, solución, mágica, respuesta, universo, felix, toran***

27-01-2009

Dos creaciones

Estimados amigos.

En esta ocasión les envío un afectuoso y muy soleado saludo desde Anaheim (California, Estados Unidos), desde las mismas puertas de Disneyland, donde me encuentro en una conferencia científica en la cual tengo algunas presentaciones y una sesión que conduciré como *Chairman* (<http://www.ion.org/meetings/session.cfm?meetingID=22&t=E&s=1>).

No he podido evitar visitar, con gran ilusión, el parque temático Disneyland.

Es impresionante como el gran Walt Disney tuvo la capacidad de visualizar algo tan fantástico como Disneyland, partiendo de una gran extensión de naranjos.

Sin duda alguna, Walt Disney aplicó la Ley de la Atracción, a partir de una clara visión, diversas oportunidades que el Universo puso a su alcance, una interminable fuente de acción (de forma proactiva), y una gran capacidad de luchar contra las resistencias que nuestra propia mente nos impone, como el miedo, la ansiedad, etc, y las diferentes creencias limitantes que se instalan en nuestro subconsciente a través de hábitos incorrectos.

Y ahí está: lo que comenzó como una primera creación en su mente, terminó como una segunda creación en la realidad. No lo olviden: las creaciones humanas ocurren dos veces, primero en la mente, y después en la realidad.

Walt Disney tuvo otra visión llamada Disney World, que se hizo realidad, localizada físicamente en Florida (Estados Unidos). Walt ya no estaba allí para poder ver su sueño hecho realidad. El proyecto lo terminó su hermano Roy. Cuando la prensa le dijo "... es una lástima que Walt Disney no haya podido verlo", su hermano Roy contestó: "No es cierto. Él sí que lo vio. Ahora simplemente hemos construido lo que Walt ya había visto en su mente". No lo olviden, lo que deseen ver en la realidad deben verlo primero en sus mentes.

Me llamó la atención una fotografía que mostraba el así llamado "fin de semana perdido" de Walt Disney junto al artista Herbert Ryman. Cuando Walt le explicó sus ideas sobre Disneyland, él le respondió: "Me encantaría ver los dibujos". Walt le respondió: "Primero contéplalos bien en tu mente... ¡¡Porque vés a dibujarlos!!". De ahí salió la primera versión sobre papel, en forma de dibujos, de lo que sería

Disneyland. Algunos detalles cambiaron, pero esos dibujos constituyeron una auténtica predicción de como las cosas se materializarían después.

Es muy importante que seamos capaces de ver en nuestra mente, pero si después somos capaces de expresar gráficamente nuestros deseos, y mirar dichas expresiones gráficas con frecuencia, conseguiremos imprimir esos dibujos en nuestra mente subconsciente, que nos guiará en el camino hacia convertir nuestros deseos en realidad, por supuesto, acompañado de multitud de oportunidades que el Universo pondrá a nuestro alcance, y que nuestra mente subconsciente nos ayudará a detectar. Y por supuesto no sin acción por nuestra parte.

Es por ello que la creación de "tableros de visión" es una técnica muy potente para obtener el máximo potencial de la ley de la atracción. En el libro "La Respuesta del Universo" aprenderán a crear dichos tableros, e incluso como obtener todavía mayores resultados utilizando su ordenador.

No olviden que la creación empieza en sus mentes. No hay tiempo para aburrirse. Si se encuentra en una cola, en un lugar donde no sabe que hacer, aproveche ese valioso tiempo: concéntrese en su deseo. Realice su primera creación en su mente. Y manténgala en su mente con la mayor frecuencia posible: para ello, plasmar su deseo en un papel, en la forma de un tablero de visión, le resultará una técnica muy poderosa.

Todos mis mejores deseos de que obtengan los mayores éxitos del mundo.

Dr. Félix Torán

Categorías: Ley de la Atracción

Etiquetas: dos, creaciones, ley, atraccion, felix, toran, walt, disney, disneyland, tablero, visión, respuesta, universo

18-01-2009

Un sencillo pero potente truco para activar la Ley de la Atracción utilizando nuestro ordenador

Queridos amigos,

En esta ocasión, en lugar de ofrecerles un artículo en el formato habitual (texto), he optado por registrar un artículo en formato audio, que comparto aquí con ustedes. Se trata de un truco que podemos poner en marcha utilizando nuestro ordenador, y que resulta muy sencillo de aplicar. Estoy convencido de que si lo ponen en práctica se sorprenderán de los resultados.

PARA ESCUCHAR EL AUDIO AHORA HAGA CLIC AQUÍ.

PUEDE DESCARGAR EL ARCHIVO MP3 HACIENDO CLIC AQUÍ

Les envío un afectuoso saludo.

Dr. Félix Torán

Categorías: Actitud mental, La Respuesta del Universo, Ley de la Atracción

Etiquetas: tructo, ordenador, ley, atracción, felix, toran, audio, blog, respuesta, universo

01-01-2009

¡Feliz año nuevo 2009!

Estimados amigos.

Ahora mismo el mensaje más importante que deseo comunicarles a todos ustedes, desde el fondo de mi corazón, es decirles que les deseo todo lo mejor para el nuevo año 2009. Espero que venga repleto de éxitos, y sobre todo de felicidad, y que la encuentren en el único lugar (o mas bien momento) posible: en el momento presente.

Les invito a seguir su búsqueda de la felicidad. No es fuera, sino dentro de nosotros, donde encontraremos la felicidad. Ahí fuera no podemos cambiar a nada ni a nadie. La transformación se debe realizar desde dentro.

Es necesario alejarnos de nuestros egos, y alcanzar nuestro verdadero Yo. Una vez allí, recuperamos nuestro estado natural, salvamos la separación creada por nuestro ego. Allí no hay necesidades. Todo es felicidad y paz absoluta. Allí las creaciones no son invenciones ni fabricaciones. No son creaciones destinadas a resolver problemas o cubrir necesidades. Esas falsas creaciones las originamos desde nuestro ego, que es nuestro falso Yo.

Las verdaderas creaciones se generan desde nuestro verdadero Yo. Desde allí debemos usar la ley de la atracción, y las creaciones resultantes serán verdaderos milagros. No nos costarán ningún esfuerzo, y serán siempre fruto del amor, y las alcanzarán siempre por el camino de la felicidad.

Les reto a que, en 2009, inviertan al menos unos minutos cada día a practicar la meditación, lo cual (no sin paciencia y perseverancia) les permitirá, con el tiempo, alcanzar mayores niveles de conciencia, y sin duda terminará resultándole mucho más sencillo alejarse de su ego, y situarse en armonía con su verdadero Yo, y crear desde allí. En el libro La Respuesta del Universo encontrará un capítulo dedicado a la meditación, e incluso herramientas que le permitirán alcanzar con mayor facilidad un estado meditativo.

También les reto a definir con claridad su propósito mayor en la vida, su misión, y plantear al menos tres objetivos para 2009, así como al menos tres objetivos a mayor plazo, y aplicar la ley de la atracción para conseguirlos, poniendo en marcha los conocimientos aprendidos en La Respuesta del Universo.

En los próximos boletines y entradas del blog me gustaría incluir más historias acerca de la ley de la atracción vividas por ustedes. Les animo a que me escriban y me envíen sus

relatos, pues al compartirlos logramos inspirar y motivar a miles de personas a ser conscientes y utilizar el gran poder que tienen a su alcance, en su propio interior, gracias a la LDA.

Les invito a seguir como siempre en contacto a través de www.felixtoran.com , el libro La Respuesta del Universo, los eventos en diferentes lugares, las consultas, etc.

Para mí, el hecho de poder mantenerme en contacto con todos ustedes, que ya son miles, desde infinidad de lugares del mundo, ya es un éxito y un incalculable fruto de felicidad.

Les envío mis mejores deseos de éxito y felicidad, no solo para el 2009, sino para cada segundo de su existencia.

¡¡Feliz año nuevo 2009!!!

Dr. Felix Toran

*Categorías: **Éxito y Felicidad, Anuncios***

*Etiquetas: **feliz, año, 2009, respuesta, universo, retos***

10-12-2008

La envidia

De acuerdo con la Ley del Atracción (LDA), vamos a cosechar de lo que sembremos. Si en nuestra mente ponemos pensamientos positivos, de éxito, entonces atraeremos circunstancias positivas a nuestro alrededor. Si lo que ponemos es pensamientos negativos, así será lo que nos rodeará finalmente.

Es por tanto esencial realizar una especie de "saneamiento" de nuestra mente, una limpieza en la que dejamos solo pensamientos positivos, y nos deshacemos de pensamientos negativos. En mis conferencias explico ejercicios para realizar esta tarea, y compartiré algunos de ellos con ustedes en el futuro. Los pensamientos que llamo negativos son aquellos que constituyen una resistencia, es decir, que se oponen a nuestro avance hacia el objetivo que nos hemos fijado.

Por el momento, quisiera centrar la atención en una fuente de resistencia importante, y que todo ser humano ha experimentado alguna vez, siendo los más sabios quienes han sabido librarse de esta resistencia. Me refiero a la envidia.

En un anterior artículo les explicaba que las críticas constructivas no construyen nada, ya que esconden una crítica al fin y al cabo, y por tanto son negativas, y la verdadera forma de construir es mediante el elogio, que es positivo. En "La Respuesta del Universo" aprenderán que las quejas son otra forma de resistencia, que constituye una forma negativa de expresar algo que podría expresarse de forma positiva (con el consecuente

beneficio en virtud de la LDA). Ahora, con el tema de la envidia, ocurre algo similar.

En efecto, la envidia es una forma negativa de expresar admiración. Para empezar, la envidia solo nos surgirá con aquellas cosas que más apreciamos. Imagine que a usted le resultara muy importante tener un buen coche, pero no le importara en absoluto su altura. En ese caso, es muy probable que sienta envidia si ve a alguien con un coche impresionante que no puede permitirse comprar, pero sin embargo no sentirá la menor envidia si se encuentra con alguien más alto que usted.

Entonces, no cabe duda de que la envidia esconde admiración. Usted admira el coche que tiene esa persona. Pero como usted no lo puede tener, surge la envidia. Al tratarse de un sentimiento negativo fuerte, podrá imaginar lo que la LDA va a otorgar a una persona envidiosa: multitud de ocasiones de volver a sentir envidia. En el fondo usted estaría pidiendo encontrarse con mucha gente que tenga mejores coches que usted, y además estaría imprimiendo ese deseo en su mente subconsciente a través de una poderosa (y negativa) emoción, que será la misma que sentirá cuando su deseo se le entregue.

¿Cómo se soluciona este problema? Puesto que la LDA es una ley universal y le va a dar lo que pida, la solución es tan simple como invertir lo negativo y convertirlo en positivo. Ya que envidiar es admirar en alguien algo que nosotros no tenemos, entonces la solución es deshacerse de inmediato de la envidia, y en su lugar, empezar a concentrarse en lo que deseamos tener, y además admirar a la otra persona por lo que tiene. Esto hará que comencemos a pensar en lo que queremos asociándolo a sensaciones positivas. Además, seguramente evitaremos perder o dañar una relación, lo cual ocurre con frecuencia. Y al concentrarnos en lo que deseamos y asociarlo a un sentimiento de admiración por aquella persona, comenzaremos a tomar a dicha persona como ejemplo, a comportarnos como lo haría él o ella, incluso nos resultará más fácil elogiarle por lo que ha conseguido. Empezaremos comportándonos como la otra persona, y acabaremos teniendo lo que la otra persona tiene y que tanto admiramos. La cuestión es que estaremos aplicando la LDA de manera positiva, y conseguiremos por tanto atraer aquello que hemos convertido en nuestros pensamientos predominantes.

Le invito a reflexionar. No vale la pena tener envidia. Cuando se encuentre en una situación en la que ha sentido envidia por alguien, reconozca en su interior que ha sido envidioso, y tome la inmediata determinación de concentrarse en lo que desea conseguir (en aquello que envidia de la otra persona) y tomar a dicha persona como ejemplo. Intente comportarse como lo haría dicha persona. Intente pensar como lo haría dicha persona. Comenzamos creyendo, y acabamos creando. Elógiele por lo que tiene. Hágale preguntas.

Usted tiene la elección entre envidiar y admirar. No dude jamás que la diferencia es tan simple como la que existe entre el éxito y el fracaso. Si cambia la envidia por la admiración, habrá eliminado una resistencia muy importante que hace fracasar a muchas personas

cuando intentan aplicar la LDA.

¡Abandonemos la envidia y comencemos a admirar!

Categorías: Ley de la Atracción

Etiquetas: envidia, ley, atracción, respuesta, universo, felix, toran, admiracion, resistencia

23-11-2008

¡No critique!

En su libro "Cómo ganar amigos e influir sobre las personas", el gran Dale Carnegie decía: "No critique, no condene ni se queje". También nos enseña: "sea caluroso en sus aprobaciones y generoso en elogios".

Y ciertamente, cambiar las críticas por elogios nos aportará notables beneficios, lo cual queda todavía más claro desde el punto de vista de la Ley de la Atracción.

Cuando criticamos, estamos creando una batalla entre nuestro Ego y el de otra persona. El Ego de la otra persona posiblemente se hallará identificado con lo que usted critica, y si es así, lo perciba o no, le guste o no, el otro Ego va a resultar dañado. Suponga que usted es músico y ha compuesto una melodía. Su Ego hará todo lo posible para asociarse con la melodía. En otras palabras, la melodía es usted. Si alguien insulta su melodía, le estará insultando a usted. Y esto ocurre porque su Ego crea una falsa identidad de usted mismo, y usted cree que es dicha identidad. Solo regresando a nuestro verdadero Yo (y esto se consigue regresando al momento presente) disolvemos el pensamiento, y el Ego nos dejará tranquilos.

Cuando criticamos, el Ego de la otra persona puede fácilmente quedar dañado. No siempre nos damos cuenta, porque a veces criticamos algo con lo que el Ego de la otra persona no se encuentra identificado, así que no hay reacción por su parte. Pero antes o después ocurre que criticamos a otra persona y tocamos algo con lo cual su Ego se ha identificado. Y en ese momento, se producirá una reacción. Puede ser que lo perciba más o menos, puede ser más o menos violenta, puede que incluso no perciba ninguna reacción, pero sin duda, habrá causado daño.

Muchas veces, nos ocultamos tras una excusa: la de las críticas constructivas. Decimos "no sabes aceptar las críticas" o "no se por qué se enfada, sólo era una crítica constructiva". Las críticas constructivas no existen. Todas las críticas son críticas, y por tanto pueden hacer daño.

Pongamos el caso de que usted quiere criticar constructivamente. Si eso es cierto, entonces usted no tiene ninguna intención de dañar a la otra persona. Entonces, si no quiere hacer daño, ¿Por qué no hace un elogio? Un elogio, si está dicho con sinceridad (es decir, si no es adulación) no puede hacer daño a nadie. Si usted tiene algo constructivo que aportar, siempre puede transmitirlo a través de un elogio. Esta es la forma de enviar el mensaje sin intención de hacer daño. Si decide hacerlo a través de una crítica constructiva, lo que estará haciendo es enviar una crítica, y justificarse a sí mismo llamándola "constructiva". Y en ese caso, al haber optado por la crítica en lugar del elogio, estará actuando movido por el objetivo de hacer daño.

En resumen, quien quiere hacer daño utiliza la crítica, llámela constructiva o no, pero el caso es que hace daño. Es una actitud movida por el Ego, intentando atacar a otro Ego. Quien quiere realmente enviar un mensaje constructivo, no tiene ninguna intención de hacer daño, y por tanto elige los elogios como medio para enviar sus mensajes. En ese caso, al optar por el elogio, usted está optando por eliminar su Ego de dicha comunicación, y la otra persona reaccionará igualmente. Estará conectando su verdadero Yo con el de la otra persona, y la comunicación estará basada en el amor. Ya no será una lucha de egos.

Si opta por criticar, la LDA nos dice que el Universo nos va a entregar multitud de ocasiones para seguir criticando. Y eso generará conflictos con otros egos, y al final de la historia, estará creando una avalancha de críticas hacia otros, y recibidas desde otros. Es imposible encontrar así la felicidad. Los amigos que atraerá serán personas que critican. Las críticas le rodearán. Así no se puede ser feliz.

Le invito a plantearse la pregunta: ¿desea optar por la crítica o por el elogio? Le reto a olvidar las críticas, que siempre son negativas. Deshágase de ellas. Y cuando tenga intención de pensar que una crítica es constructiva, sea consciente y no proceda. Convierta entonces la crítica en un elogio. Por ejemplo, puede elogiar primero lo bueno que ha hecho la otra persona, y darle una idea para hacerlo todavía mejor. Se concentra en lo positivo, lo elogia, y le añade más positividad dando ideas.

Imagine una situación práctica. Usted pinta cuadros, y dedica mucho tiempo a ello. Otra persona ve su última obra y piensa que si usara mejor el ocre el resultado mejoraría mucho. Se le acerca, y entonces le dice a usted que su cuadro no es muy bueno porque le falla el uso del ocre. ¿Acaso se puede esperar que usted lo tome a bien? Lo demostrará o no, y la otra persona lo notará o no, pero usted se ofenderá. Su ego resultará dañado.

Sin embargo, sería mejor si esa persona se le acercara, y le dijera que usted pinta muy bien, y lo mucho que le gusta su cuadro. Le diría: "¿Opina usted que el ocre podría incluirse en esta magnífica obra?" y usted seguro que se lo cuestionaría, y le diría posiblemente que sí. La otra persona podría decirle entonces: "magnífica idea". Así, se establecerían, sin duda, las bases de una amistad. La otra persona habría conseguido transmitirle su idea para mejorar el cuadro, planteándolo de tal forma que no solo es una sugerencia, sino que usted se tendría la impresión de que la idea es suya. Su ego no podrá reaccionar ante ello, así que no habría combate con el de la otra persona. Y al actuar sin ser guiados por el Ego, entonces surgen las bases del amor y de la amistad. Las verdaderas identidades de ambas personas habrían interactuado en este ejemplo.

Le reto a poner todo esto en marcha en su día a día. Somos humanos, tenemos egos, y todos antes o después criticamos. Es importante reconocer que lo hemos hecho, aprender lecciones, y emprender acciones para mejorar. Con este esfuerzo, podrá apreciar, mucho antes de lo que pueda esperar, cómo pasa más tiempo elogiando que criticando, y le garantizo que lo que va a atraer a su alrededor le va a gustar y le va a hacer muy feliz.

Les deseo todo el éxito del mundo y que encuentren la felicidad en cada instante, alejados del ego.

Dr. Félix Torán

<http://www.felixtoran.com>

Categorías: Actitud mental, Éxito y Felicidad, Ley de la Atracción

Etiquetas: críticas, criticar, constructiva, elogios, amistad

12-11-2008

La Ley de la Atracción y la suerte

Este tema es muy relevante, especialmente bajo la óptica de la Ley de la Atracción, donde lo que nos sucede es consecuencia de nuestros pensamientos. Si creo en la Ley de la Atracción, ¿qué debo pensar respecto a la suerte?

Mi punto de vista es el siguiente: el azar, en tanto que probabilidad, por supuesto que existe, pero la suerte es un concepto creado por nosotros mismos a través de nuestra intención. Intentaré explicarme en los siguientes párrafos.

Tome el caso de una tirada de dados. Este es un proceso de azar, cuya probabilidad puede calcularse de antemano. Cualquiera de los números del dado tiene una probabilidad de uno sobre seis asociada. Ahí no existe el concepto de suerte. Es un mero proceso que puede estudiarse a través de la probabilidad (y la combinatoria en caso de usar más dados, u otros procesos).

Pero si nuestra intención entra en juego, la cosa cambia. Si nosotros decidimos apostar por un número una cantidad de dinero, entonces estamos creando el concepto de suerte. A un estado que corresponde a una probabilidad de 1 sobre 6 le estamos asignando un valor económico, y a eso le llamamos suerte. Y lo llamamos suerte porque el resultado deseado corresponde a una probabilidad pequeña.

Pero la suerte la podemos manejar mediante nuestra intención, puesto que podemos invertir más dinero y realizar más apuestas, por ejemplo, jugando tres números, y entonces habremos elevado la probabilidad al 50%. Si comparamos cinco números, tendríamos gran confianza en ganar, y, aquí viene el punto clave: ¡Dejaríamos de hablar de suerte! En efecto, aquí confiaríamos en un éxito casi seguro. Y al improbable caso de que salga justo el número por el cual no hemos apostado, le llamaríamos riesgo, y sería controlable. Si llegamos a comprar los seis números, entonces la suerte dejaría de existir, y ganaríamos seguro. No estoy diciendo que esto sea una decisión inteligente en el marco de un juego, ni que nadie lo haría nunca, simplemente es un ejemplo sencillo para mostrar que en un proceso de azar no existe la suerte, salvo que nosotros la creemos mediante nuestra intención.

Imagine un jugador de baloncesto que se enfrenta a un tiro libre decisivo para ganar un partido. Veamos como su intención crea o no la suerte, y veamos como dicha intención diferencia a una persona de éxito.

Imagine que el jugador teme enormemente fallar el tiro. En su mente no ve otra cosa que fracaso. Está pensando en la reacción negativa de sus compañeros por haber echado a perder el partido. Está pensando en los comentarios que realizarán los seguidores del equipo las semanas siguientes. Incluso imagina los apelativos negativos que la gente le va a poner. Teme incluso pasar muchos partidos sentado en el banquillo... Que opina que va a ocurrir en términos de probabilidad? Este jugador, mediante su intención, está creando un obstáculo innecesario en su mente, y la está condicionando para que haga todo lo posible para que falle el tiro. Él mismo se está poniendo obstáculos. Y así lo que está consiguiendo es que la probabilidad de fallar sea muy grande, y la de encestar sea muy pequeña. Y como la probabilidad de obtener lo que desea (encestar) es muy pequeña, a eso le llama suerte. Ha creado la suerte donde no existía. Este jugador piensa que "si encesto es cuestión de suerte...". ¿Imagina el resultado? Admitámoslo: el jugador ha hecho todo lo posible por fallar, y ha creado un concepto llamado suerte para el improbable caso de encestar... En realidad, ha empleado la ley de la atracción para conseguir lo que no desea. Parece

asombroso que podamos caer en ello, pero los seres humanos lo hacemos más veces de las que podamos contar...

Ahora, imagine el caso opuesto. El jugador se visualiza a sí mismo encestando. Escucha las alabanzas del público. Incluso siente los abrazos de sus compañeros de equipo. Esto se traduce, de hecho, en utilizar la ley de la atracción, comenzando mediante la visualización de imágenes mentales. Después el jugador pasa a la acción. Ahora, sin duda, las probabilidades de encestar serán elevadas (sobre el poder de la autosugestión y la visualización se han hecho ya muchos experimentos a lo largo de los años que confirman esto). Y las probabilidades de fallar serán reducidas. En este caso, el jugador cuenta con que va a encestar, y considera fallar como un riesgo controlable, que por tanto está dispuesto a asumir.

La ley de la atracción nos dice que nuestros pensamientos, unidos a la acción, se convierten en hechos. Y esto funciona tanto si pensamos en lo que deseamos, como si pensamos en lo que no queremos conseguir.

Por favor, ¡No opte por concentrarse en lo que no desea, y llamar suerte a lo que desea obtener!! Así la ley de la atracción le dará aquello que no desea... La máxima probabilidad será de fracasar, y ya tendrá preparada incluso una conocida frase cuando esto ocurra: "Tuve mala suerte...".

Por el contrario, le animo a usar la ley de la atracción de manera positiva. ¡Concéntrese en lo que usted desea! Tiene el poder de crear en su mente primero y luego en la realidad. Pero debe crear lo que desea, y no lo contrario. Conociendo la ley de la atracción, y teniendo plena fe en la misma como ley universal, usted siempre la utilizará para crear la realidad deseada. Y entonces, la suerte no existirá. Para usted solo existirá el éxito, que corresponde a la máxima probabilidad. Y a esa mínima probabilidad de no conseguir lo que desea, la llamará "riesgo", y no "suerte".

Y si además se arma de una actitud mental positiva, detrás de ese riesgo siempre encontrará la posibilidad de aprender lecciones, y la semilla de un éxito mayor, por lo cual el riesgo, además de improbable, dejará de ser algo negativo. Los obstáculos siempre pueden aparecer, y aun en los casos más duros, se debe terminar por aceptarlos, aprender de ellos, esquivarlos, y continuar el camino. Esa es la mentalidad correcta. Pero si opta por ser usted mismo quien crea los obstáculos, estará entregando su vida a la suerte, que difícilmente llegará... Piense en éxito, no en suerte.

Les invito a reflexionar sobre ello, y les envío todos mis mejores deseos de paz, amor, éxito y felicidad en cada segundo de sus vidas.

Dr. Félix Torán

Categorías: Actitud mental, Ley de la Atracción

Etiquetas: suerte, ley, atracción, azar, probabilidades, riesgo, fracaso, fracasar

05-11-2008

Sin acción no hay atracción

La Ley De Atracción (LDA) se puede definir con diferentes formulaciones, pero todas ellas conducen a lo mismo: nos convertimos en aquello en lo que pensamos la mayor parte del tiempo, o visto de otro modo, creamos nuestra realidad a través de nuestros pensamientos. Esto requiere de matices y explicaciones adicionales para evitar ambigüedades, especialmente a la hora de poner en práctica la LDA. En futuros artículos iré entrando en los matices a tener en cuenta al interpretar dicha definición, que en el fondo, constituirán una forma de explorar y aprender la LDA.

En este artículo quiero presentarle un primer matiz que es necesario comprender, y está relacionado con la acción. Como suelo decir en mis conferencias: "Sin Acción no hay Atracción". A menudo indico, para ser preciso, que en realidad es mejor decir "Sin acción no hay segunda creación".

En efecto, la creación se produce siempre dos veces, la primera en nuestra mente, y la segunda en la realidad. Hay varios eslabones que unen ambas creaciones, y sin los cuales la cadena se rompe, entre los cuales se encuentra la respuesta del Universo. Y en este artículo, voy a centrarme en otro eslabón esencial, y que requiere de nuestra participación activa. Se trata de la acción.

La LDA no funciona realmente como el genio de la lámpara. No funciona de modo pasivo. No se trata de pedir, y mantenerse sentado a la espera de resultados. Esa forma de aplicar la LDA conduce generalmente a no obtener los resultados deseados, y muy a menudo termina por frustración.

Por supuesto, el genio de la lámpara, que es el Universo, siempre responde ante nuestros pensamientos. Esa es la parte pasiva, que no requiere nuestra intervención. Pero la acción, la parte activa, marca la diferencia entre conseguir o no crear por segunda vez (en la realidad) lo que creábamos por primera vez (en nuestra mente). Como explicaré más adelante, y como aprenderán en el libro La Respuesta del Universo, la ley de la atracción rara vez funciona sin acción por nuestra parte.

Nuestros pensamientos, y mucho mejor dicho, nuestra intención, genera una respuesta. En

efecto, hay una respuesta del Universo, que responde al principio de sincronidad. Aparecen situaciones conectadas entre sí de forma acausal y al mismo tiempo relacionadas con nuestra intención. Esto quiere decir que dichas situaciones en principio no están conectadas por una relación causa-efecto. Ninguna de las situaciones ha sido causada por ninguna de las otras, ni tampoco es la causante de ninguna otra. Pero, sin embargo, están relacionadas entre sí, y mucho más: relacionadas con nuestra intención. Es como si las fuerzas del Universo se confabularan, trazando un plan para ayudarnos a que nuestra intención se convierta en creación.

Pero sin acción por nuestra parte, la mayoría de las veces dicha respuesta no se convertirá en nuestros deseos. Un ejemplo muy evidente: imagine que usted desea dinero, y el Universo pone a su alcance un cheque. A menos que vaya a cobrarlo, su deseo no se habrá hecho realidad. Habrá pedido, el Universo habrá respondido, pero habrá faltado un ingrediente fundamental: la ACCIÓN. Imagine que sueña con desempeñar un trabajo en particular, y tras un tiempo, la oportunidad de una entrevista viene hacia usted. Si no asiste a la entrevista, difícilmente conseguirá realizar su sueño.

Les cuento un ejemplo divertido que me ocurrió. Un día se acercaba la hora de cenar, y me pasó por la mente la idea de comer una pizza cuatro quesos. Hacía años que no probaba una. Me concentré tanto en ese deseo, que solo existía esa imagen para mí. Incluso estaba saboreándola, y sin duda, para mi mente no había diferencia alguna entre dichos pensamientos y tomar realmente una pizza cuatro quesos. Unos minutos después me dirigí al buzón a ver mi correo, y había un anuncio de una nueva pizzería que inauguraban cerca de mi residencia. ¡Entre las pizzas estaba por supuesto la cuatro quesos! Y mucho más: ¡daban un boleto para tomar gratis una pizza! En esta historia (quizás no muy trascendental, pero sí válida para la explicación que nos ocupa) el Universo me respondió claramente y por la vía más rápida. Pero obviamente, es necesaria la acción. Tuve que buscar en el callejero de la ciudad como ir hasta la pizzería, y tuve que planificar el tiempo junto a mi familia para ir todos juntos a la inauguración. La primera creación tuvo lugar. La respuesta del Universo no tardó en llegar. Pero si no hubiera entrado en acción, la pizza cuatro quesos no hubiera estado en mis manos (segunda creación) sino sólo en mi mente (primera creación).

Si sabe lo que quiere y es capaz de visualizarlo, y asociarle emociones positivas e intensas, entonces ya habrá recorrido la mitad del camino. No dude que el Universo va a responder. Manténgase a la expectativa, listo para recibir. Pero el resto de camino se hace al andar, lo que significa acción.

Dicen muchos expertos que el éxito consiste en un 15% de aptitud y un 85% de actitud. En otras palabras, saber mucho no tiene utilidad a menos que lo pongamos en práctica. El conocimiento de la LDA le brinda un gran poder. Pero no funcionará si no lo pone en acción, y eso incluye la acción propia por su parte.

No lo dude. Haga sus deseos realidad. Usted merece todo lo mejor del mundo, y tiene el poder necesario para hacerlo realidad. Está en su mente, y el Universo está de su parte. Pero no olvide que debe mantenerse listo para entrar en acción. En próximos artículos les mostraré muchos otros factores a tener en cuenta, otros eslabones a cubrir, ejercicios prácticos, etc. En el libro "**La Respuesta del Universo**" encontrarán todavía más. Pueden encontrar más información **en la siguiente página** y el video que pueden encontrar abajo, al final de este artículo.

Les deseo de corazón todo el éxito del mundo y que encuentren la felicidad en cada instante de sus vidas.

*Categorías: **La Respuesta del Universo, Ley de la Atracción***

*Etiquetas: **ley, atracción, acción, creación, LDA, respuesta, universo, video***

01-10-2008

Paciencia y eficiencia

La paciencia no choca necesariamente con la eficiencia. Puede ver la paciencia como la ciencia de la paz (paz- ciencia). En efecto, para conocer la paz es necesario ser paciente. Dicho de otro modo, no encontrará la calma mientras sea impaciente.

Ser paciente significa muchas cosas. Primero, aunque no lo parezca, significa armarse de valor para superar todos los contratiempos que podrán aparecer entre nosotros y nuestros deseos. Ante un episodio de aparente fracaso, una persona paciente es capaz de aprender lecciones, olvidar, y seguir adelante, pues sabe que dicho episodio es simplemente eso: un

episodio. Sabe que el éxito es en síntesis una sucesión de aparentes fracasos. La persona paciente no sólo ve lo que tiene delante, sino que ve mucho más allá, y sabe que el merecido éxito va a llegar.

La persona paciente no vive pensando únicamente en recoger frutos. Dicha conducta degenera hacia hacer todo con los frutos en la mente, lo cual significa vivir el presente con la mente en el futuro... Y eso es perder el presente, el único lugar donde hallar la paz. La persona paciente sabe que el merecido premio llegará a su debido tiempo, y pone toda su atención en las cosas que está haciendo ahora, en el presente, porque sabe que estas le conducirán hacia algo mayor, hacia su deseo, y eso ocurrirá en el momento oportuno.

Una persona impaciente vive obsesionada con los retrasos en completar tareas. Esa conducta solo puede traer problemas. Se enfada, y se va cargando más y más, porque las cosas se retrasan. Acumula estrés. Y al final, la gente que le rodea sufre con su mal humor, y termina desarrollando malas relaciones personales. Y lo peor, tanta obsesión y enfados con los retrasos hacen que, una vez terminadas las tareas, el impaciente no sienta felicidad alguna. En efecto, no valora positivamente el hecho de haber completado una tarea, sino que está muy disgustado por no haberla terminado a tiempo.

La persona paciente no intenta acelerar el ritmo en el que tienen que ocurrir las cosas. Sabe que hay cosas en cuyo ritmo puede influir, pero hay otras en las que no, y debe dejar que sigan su curso normal y lleguen en su debido momento.

Como ya decía, la paciencia es un tema más extenso de lo que podría parecer en principio, y mi objetivo era llegar a este último punto de vista: la persona paciente no intenta acelerar el ritmo normal de las cosas. Es muy importante tenerlo en cuenta si deseamos ser felices.

Permítanme un ejemplo. Si aumentamos el fuego en nuestra cocina, algunos alimentos solo se cocinarán bien por fuera, y seguirán crudos por dentro. Sin embargo, si lo ponemos a fuego lento, el alimento se hará bien por dentro y por fuera. Se suele decir "Paciencia y buenos alimentos". Y esto conecta muy bien con el ejemplo anterior, pues si cocinamos con impaciencia, comeremos algún que otro alimento crudo, y por otro lado comer con impaciencia no es bueno en términos de salud.

Dicho todo lo anterior, también es muy importante recordar que ser paciente no significa dejar de ser eficiente. Si usted tiene capacidad suficiente para lanzar tres tareas a la vez, sin comprometer su salud, ni entrar en un conflicto de prioridades con otras tareas más importantes, entonces hágalo. ¿Por qué no?

Puede ser que alguien le diga que debe ser paciente, y no hacer las tres cosas a la vez, sino una detrás de otra. En realidad, dicha persona le está pidiendo que no sea eficiente.

Esto ocurre con facilidad cuando se trabaja con alguien que tiene obsesión por controlarlo todo. Si usted es capaz de hacer muchas cosas a la vez y lo propone, tal persona puede que sienta estrés al ver que no podrá seguir y controlar todo lo que usted haga. Esa persona no sabe delegar ni tampoco lo que es la paciencia... Su respuesta y excusa inmediata será: ¡¡Ten paciencia!! Pero lo que realmente quiere decir es: ¡¡Por favor, no seas tan eficiente, prefiero que sigas mi ritmo, que es más lento!!

Lo anterior es sólo un ejemplo. Se trata de una situación que no siempre es fácil de resolver, y tratar ese ejemplo en profundidad no es mi objetivo, pues se escapa del tema

del presente artículo.

Para concluir, y resumiendo, el mensaje que le quiero enviar es que debe vivir armado de paciencia, pero no por ello dejar de ser eficiente. Aborde todo sin intentar acelerar el ritmo natural de las cosas. Pero si usted tiene que abordar varias tareas y tiene capacidad para ejecutarlas en paralelo (y aquí insisto, sin sacrificar su salud ni otras prioridades mayores), entonces adelante... ¡Ser paciente no significa dejar de ser eficiente!!

*Categorías: **Éxito y Felicidad, Paciencia***

*Etiquetas: **Éxito, felicidad, paciencia, eficiencia, Ego, capacidad***

1 2 3 siguiente

Últimos textos

- **¿Por qué mi deseo se esfuma?**
- **¿Una solución mágica y fácil para la felicidad?**
- **Dos creaciones**
- **Un sencillo pero potente truco para activar la Ley de la Atracción utilizando nuestro ordenador**
- **¡Feliz año nuevo 2009!**

Archivo

- **marzo de 2009**
- **febrero de 2009**
- **enero de 2009**
- **diciembre de 2008**
- **noviembre de 2008**
- **octubre de 2008**
- **septiembre de 2008**
- **agosto de 2008**
- **julio de 2008**
- **septiembre de 2007**
- **agosto de 2007**
- **julio de 2007**
- **junio de 2007**

Categorías

- **Relatos**
- **Paciencia**
- **Meditación**
- **Ley de la Atracción**
- **La Respuesta del Universo**
- **Éxito y Felicidad**
- **Citas**

- **Anuncios**
- **Actitud mental**

Rss

- **Suscríbete al blog**

Últimos Comentarios

- **El Poder de una sonrisa**

18/4/2009: Esto es una gran verdad; yo hace varios años que lo practico y...

- **El Poder de una sonrisa**

17/4/2009: ñaaaam o___o ñaaam para todos n___nU y sean felizes, n...

- **El Poder de una sonrisa**

17/4/2009: Cuanta razón tienes. La sonrisa es mágica. :-)

- **El Poder de una sonrisa**

17/4/2009: muy buenoo :)

- **El Poder de una sonrisa**

17/4/2009: :D

-
- -

Aviso Legal
Suscribirse a boletín



FÉLIX TORÁN



KALEIDOM
INTERNATIONAL SPEAKER BUREAU

AUTOR DE “LA RESPUESTA DEL UNIVERSO”. EXPERTO EN SUPERACIÓN PERSONAL.

El Dr. Torán invierte un considerable esfuerzo en obras filantrópicas, participando activamente en proyectos humanitarios de carácter internacional. Está orgulloso de servir como Presidente Electo del Rotary E-Club de Latinoamérica. Su biografía está presente en las obras “Who is Who in the World” (quién es quién en el mundo), “Who is Who in America” (quién es quién en América), “2000 Intelectuales destacados del Siglo XXI”, “Grandes Mentes del Siglo XXI”, y en otras prestigiosas guías biográficas.



El Dr. Félix Torán combina su dedicación a la Ciencia y la Ingeniería con el estudio en el campo del crecimiento personal, mostrando una especial vocación por los temas relacionados con la felicidad y el Éxito mediante la Ley de la Atracción.

Es autor del libro “La Respuesta del Universo: Creando su vida Ideal mediante la Ley de la Atracción”. Ha desarrollado diversas técnicas para ayudar a otras personas a crear la vida de sus sueños de forma deliberada

Posee un Doctorado en Ingeniería, con mención “Doctor Europeus”. Es autor de más de 110 publicaciones en diversas áreas de la Ciencia y la Ingeniería, y es también autor de una patente.

Escribe con regularidad en medios internacionales. Ha recibido numerosos reconocimientos por su labor, como el premio ESA Awards de la Agencia Espacial



Europea y el premio internacional Salva i Campillo de Telecomunicaciones al Proyecto más original. Es orador, director de sesiones y miembro del Comité de Programa en diversas conferencias científico-técnicas internacionales.

Inició su trayectoria investigadora en 1997, y desde el año 2000, trabaja como Ingeniero en la Agencia Espacial Europea. Su principal propósito es lograr que el mayor número de personas posible pueda gozar de un desarrollo personal positivo y disfrutar de una vida llena de felicidad.

El Dr. Torán invierte un considerable esfuerzo en obras filantrópicas, participando activamente en proyectos humanitarios de carácter internacional. Está orgulloso de servir como Presidente Electo del Rotary E-Club de Latinoamérica. Su biografía está presente en las obras "Who is Who in the World" (quién es quién en el mundo), "Who is Who in America" (quién es quién en América), "2000 Intelectuales destacados del Siglo XXI", "Grandes Mentes del Siglo XXI", y en otras prestigiosas guías biográficas.

Algunas temáticas que desarrolla en sus conferencias:

- *La Ley de la Atracción*

- *La felicidad.*

- *Superación personal*

- *Motivación*

- *Liderazgo*

- *Filantropía...*

