

# TU TALENTO ESTÁ ESPERÁNDOTE

TODOS NACEMOS CON TALENTO, PERO ES NECESARIO IR EN SU BUSCA, BUCEANDO EN NUESTRO INTERIOR. ALGUNAS TÉCNICAS INTROSPECTIVAS TE AYUDARÁN A ENCONTRARLO.

**pikolin**

TU PLACER SALUDABLE

**T**odos tenemos talento. Lo llevamos dentro, aguardando a que lo encontremos y lo dejemos salir. «Es un potencial que está en nuestro interior, esperando ser manifestado», dice Félix Torán, ingeniero y escritor, y cuyo último libro, 'Eres talento', aporta claves para dar con nuestro talento propio.

«El talento es algo con lo que se nace, no se adquiere como el conocimiento o se desarrolla como los nuevos hábitos», explica Torán. «Todos tenemos algo que, al hacerlo, parece que el tiempo se queda suspendido, algo en lo que nos imbuimos como en una atmósfera especial, sin ver nada más; o algo en lo que, cuando lo hacemos, todo el mundo se queda impresionado, y nosotros no lo entendemos porque nos resulta muy fácil», explica este escritor y conferenciante.

«Eso es talento manifestado», señala. No hay que confundir el talento con sus ma-

nifestaciones, pero «una auto-observación, para ver si nos pasan estas cosas nos va a dar pistas para descubrirlo», señala Félix Torán.

Queda claro que el talento nos 'viene de fábrica'. Sin embargo, no parece fácil dar con él. El principal obstáculo, para este experto, está en las barreras que ponemos nosotros mismos: «hay gente que tiene la idea, concebida por ellos o implantada por los demás, de que no tiene talento: eso de 'es que yo no valgo', o 'no me lo merezco'. Existe quien «ni se molesta en buscarlo». También hay «quien lo busca pero lo hace mal, se empeña en algo que no ha salido dentro si no que ha sido impuesto, por los padres, o por uno mismo, y no tiene éxito».

No hay que desesperar, nuestro talento existe. Ocurre que a veces está demasiado enterrado. Pero hay herramientas introspectivas que nos ayudan a sacarlo

DOS TÉCNICAS DE **MEDITACIÓN**,  
LA **CONCENTRACIÓN**  
Y EL **MINDFULNESS**, NOS AYUDAN  
A **MIRAR HACIA EL INTERIOR** Y  
ENCONTRAR **EL CAMINO** QUE NOS  
CONDUZCA A NUESTRO TALENTO



de nuestro interior. «El primer paso es mirar hacia nuestro interior», afirma Torán que, en su libro, desarrolla un método que utiliza dos técnicas de meditación: la concentración y el mindfulness. «La concentración te ayuda a poner el foco, sin distracciones, sobre un único objeto durante largos periodos de tiempo. Cuando tienes la mente tan concentrada puedes hacerte preguntas para estimular el subconsciente y que te vayan llevando hacia tu talento», señala el escritor.

#### UN PUZLE QUE ACABA ENCAJANDO

«Hay que estar en un estado de apertura y receptivo para responder a esas preguntas. Y eso se logra mediante el mindfulness». «Así -continúa- vas recibiendo mensajes simbólicos que llegan de lo más profundo del subconsciente. Son como piezas de un puzle que, al principio, no encajan pero,

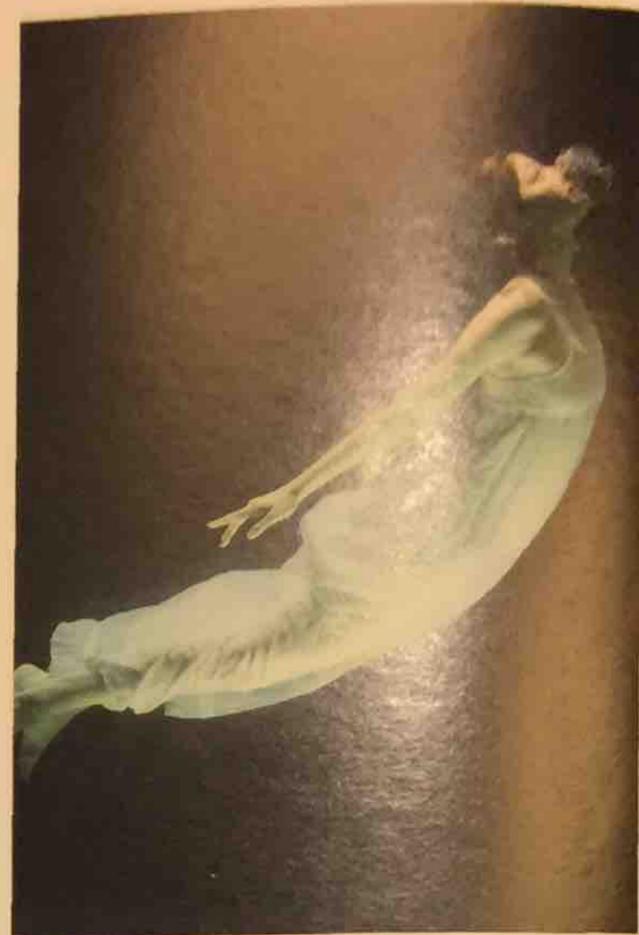
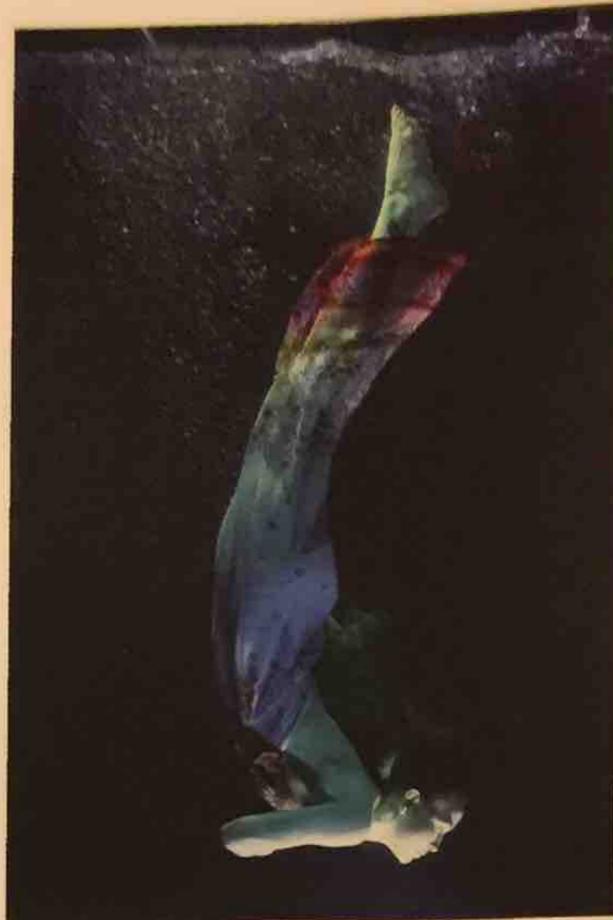
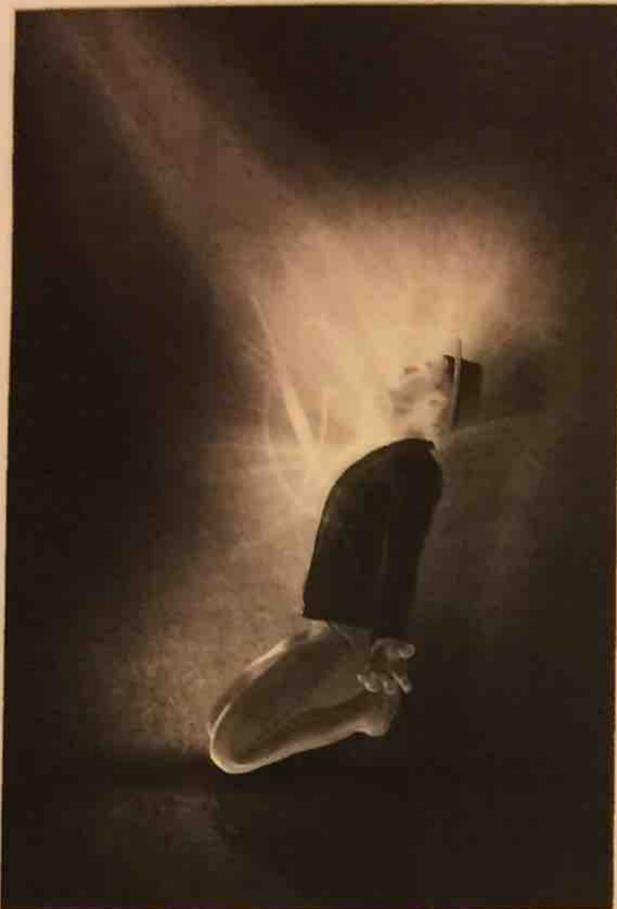
## DE ACTUALIDAD

**ACTIVO DIVULGADOR.** Félix Torán es ingeniero de la Agencia Espacial Europea y escritor especializado en desarrollo personal. Es también habitual conferenciante (visita con frecuencia España aunque actualmente vive en Francia) y prolífico escritor, con más de centenar de publicaciones en diversas áreas científico-técnicas, y catorce libros sobre desarrollo personal, entre los que destacan por sus ventas 'El tiempo en tus manos' (2012) y 'Ecología mental para dummies' (2014). También ha publicado libros para niños, como 'La varita mágica' o 'La vitamina P'. Su última obra es 'Eres talento. Descubre tu potencial interior y eleva tu vida a un nivel superior'.

Página web: [www.felixtoran.es](http://www.felixtoran.es)

Twitter: @FelixToran





ESAS TAREAS EN LAS QUE, CUANDO LAS ESTAMOS REALIZANDO, PARECE QUE EL TIEMPO SE PARA Y NOS SENTIMOS COMO SUMERGIDOS EN OTRO MUNDO SON MANIFESTACIONES DEL TALENTO

luego, se van ajustando unas con otras y te permiten poner en un papel algo que tenían claro en tu interior, pero no eras capaz de sacar afuera. Anotarlas te permite verlas con más realidad».

«Si has llegado a ver aunque sea la luz del talento ya tienes una certeza y te ayuda a dar un paso más, y ponerte en contacto con tu talento y que todo fluya como un río», dice el escritor.

#### CREAR OPORTUNIDADES

Las herramientas introspectivas y poner nuestras ideas por escrito nos ayudan en el proceso. Llegan entonces el momento de «crear las causas oportunas para que nuestro talento tenga una vía para manifestarse en el mundo práctico», explica.

Para lograr eso hay que ponerse manos a la obra: «Tenemos mucho más poder del que creemos. La gente tiende a ser reactiva, pensamos que no podemos coger el volante de la vida sino dejarnos llevar por las circunstancias. Tu vida entonces es un 90% de lo que te pasa y un 10% de lo que haces al respecto. Si quieres tener éxito en la vida tienes que pensar justo al contrario y ser proactivo, entonces esa tendencia se invierte y tu vida es un 10% de lo que te pasa, y un 90% de lo que haces al respecto», señala el escritor.

«La persona reactiva –dice Torán– se queda a esperar que las cosas pasen y se cansa de esperar y, al final, nada pasa y luego se queja, maldice, culpa a entidades que no existen como la mala suerte. Al final, sigue donde estaba porque no ha hecho nada. Por

el contrario, la persona proactiva se pone a generar causas que le lleven a esos efectos, y no es casualidad, sino causalidad, que antes o después terminen llegando».

Para iniciar ese camino causa-efecto necesitamos una visión de cuál es la misión a la que nuestro talento nos encamina. «La visión nos ayudará a fijar los objetivos correctos. Puedes tener éxito en lograr objetivos pero, si no se corresponden a tu misión, lo que va a ocurrir es que te sientas desorientado y pierdas el rumbo. Esto le ha pasado a muchas personas y la solución es una visión», explica el escritor.

Así, el talento «te permite tomar el mando de tu vida: cuando lo conoces, tu existencia está encaminada porque tienes tu misión, y cada vez que des un paso, tendrá sentido y serás feliz», afirma.

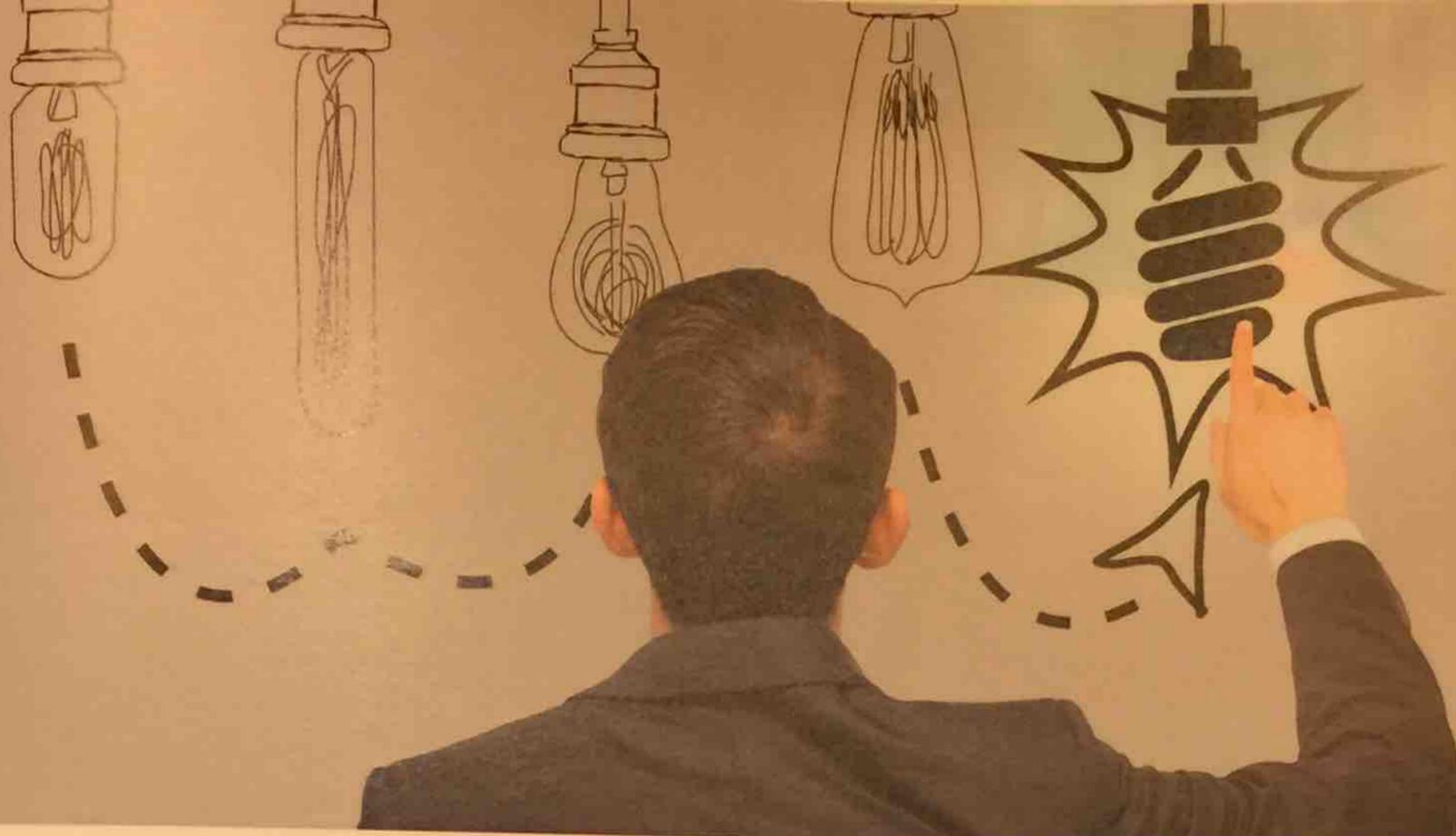
#### DOS MUNDOS

Para comprender mejor este proceso hay que recordar que el talento sale del subconsciente. Torán lo explica así: «Hay dos mundos: el mundo material, el que vivimos cotidianamente, de la razón, del ego, del plano consciente, que yo diría que es el 1% de la realidad; el subconsciente nos conecta con el otro 99%, que es el mundo de la mente, inmaterial y de infinitas posibilidades, ya que es ahí donde se encuentra toda la potencialidad».

«Esas esas personas que llamamos genios no son mejores que nosotros, simplemente son individuos que han conseguido traer su talento del potencial al mundo real», afirma Torán.

**pikolin**

TU PLACER SALUDABLE



Hay que dejar que nuestro talento fluya. Para que esa potencialidad se manifieste en el mundo real «lo que funciona muy bien es usar el poder de la visualización creativa y del subconsciente», dice el escritor. «Los atletas, antes de correr una carrera se visualizan a sí mismos ganándola, -explica-. Eso no les da unos poderes que no tienen, lo que sí va a lograr es que su mente no cree resistencias que frenen todo ese potencial».

Nosotros podemos hacer lo mismo, dice Torán: «Por la noche, visualizamos la jornada siguiente, con cada una de las tareas que vamos a realizar, como si nos metiésemos en una película donde todo

eso sucede como queremos, sin ningún contratiempo. Si podemos, visualizaremos incluso un reloj con las horas en las que vamos a hacer cada cosa».

Si llevamos a cabo esta visualización, «estamos evitando que esos miedos y esas resistencias no aparezcan. Al otro día, es increíble, porque parece que realmente hay una mano que te ayuda», afirma Torán.

«Es la ley de la atracción, que tiene que ver con acceder a ese mundo del subconsciente, donde todo es armonioso, y donde reside el talento, y traerlo al mundo material. Eso significa convertir tus pensamientos en obras, en definitiva, hacer tus sueños realidad», concluye.

**LA INSPIRACIÓN SE PRODUCE CUANDO LOGRAMOS TRAER EL MUNDO ESPIRITUAL, DEL QUE SALE EL TALENTO, AL PLANO MATERIAL.**

## LOS CUATRO PASOS DE LA LEY DE LA ATRACCIÓN

La ley de la atracción y el uso de la mente subconsciente, explica Torán, conecta con las leyes universales, y se basa en cuatro pasos:

- **VISUALIZACIÓN CREATIVA.** Es preciso ver en tu mente tu deseo con toda claridad, no como algo potencial sino verlo como si ya se hubiese hecho realidad. Para Torán «hay que ser merecedor de lo que pides, y que sea algo que no dañe a los demás. Si va en contra de las leyes universales, no actuará la ley de la atracción, y lo tendrás que conseguir por el ego, que es un pensamiento negativo».

- **SINCRONICIDAD.** Ya está, hemos pedido algo con mucha claridad. Lo dejamos estar y seguimos con nuestra vida normal «pero estando atento a las señales, que las habrá», dice el escritor. ¿Qué puede ser una señal? «Esas aparentes casualidades, que te transmiten algún mensaje, pueden ser sueños,



una palabra que te llama la atención, un momento de inspiración..., la inspiración es precisamente un momento de conexión directa con el mundo del subconsciente», dice Torán.

- **ACCIÓN.** No basta con pedir y pensar que todo llega, hay que pasar a la acción. «Si no actúas, tu deseo no va a venir caminando hacia ti, tienes que ir a buscarlo, trabajártelo», afirma el experto.

- **LIBERARSE DE LAS RESISTENCIAS:** Esta es la clave: «generalmente es el ego (que intentará hacerte creer que para triunfar debes luchar contra otras personas) y todos sus mecanismos interiores los que nos están frenando desde dentro, como, por ejemplo, las creencias limitantes ('yo no valgo para esto', 'yo no lo merezco') y los hábitos negativos de pensamiento», aclara Torán.