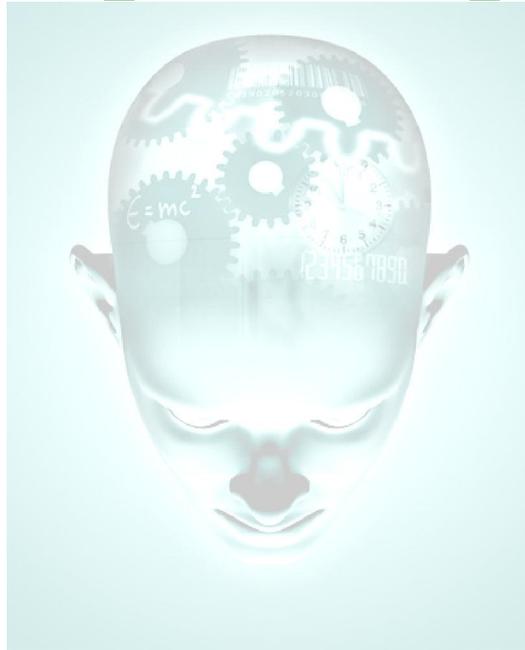


# *El Poder De Su Mente Subconsciente*

*Joseph Murphy*



*Traducción por Sergio Hernández H. 2007  
[sergioduzent@hotmail.com](mailto:sergioduzent@hotmail.com)*

**DESCUBRE LA HERRAMIENTA MÁS PODEROSA PARA DESATAR EL PODER DE  
TU MENTE SUBCONSCIENTE Y SER LIBRE DE LIMITACIONES, ES POSIBLE,  
PRUEBA ALGO DIFERENTE, VISITA: <http://MetodoDeLiberacion.wordpress.com/>**

## **De Qué Manera Este Libro Puede Producir Un Efecto Maravilloso En Su Vida**

He visto milagros ocurrirles a hombres y mujeres en todos los caminos de la vida por todo el mundo. Milagros que le ocurrirán a usted, también —cuando comience a usar el poder mágico de su mente subconsciente. Este libro está diseñado para enseñarle que su patrón de pensamiento habitual, de visualización, y de costumbre crea su destino; *por cómo un hombre piensa en su mente subconsciente, así es él.*

### **¿Usted conoce las respuestas?**

¿Por qué un hombre está triste y otro feliz? ¿Por qué uno es alegre y exitoso, y otro pobre y miserable? ¿Por qué uno tiene miedo y está ansioso, y otro está lleno de fe y confianza? ¿Por qué uno tiene una casa bella y lujosa mientras otro vive una pobre vida en un tugurio? ¿Por qué uno es un gran éxito y otro un fracaso pusilánime? ¿Por qué uno es un hablante excepcional e inmensamente popular, y otro mediocre e impopular? ¿Por qué uno es un genio en su profesión mientras el otro pasa con dificultad y confusiones por toda su vida sin hacer o lograr algo importante? ¿Por qué uno es sanado de una enfermedad llamada incurable y otro no? ¿Por qué tantas personas buenas, amables y religiosas sufren las torturas del infierno en su mente y cuerpo? ¿Por qué muchas personas pecaminosas e irreligiosas tienen éxito, prosperan y disfrutan de una salud radiante? ¿Por qué una mujer está felizmente casada y su hermana está muy triste y frustrada? ¿Hay una respuesta a estas preguntas en los funcionamientos de sus mentes conscientes y subconscientes? Con toda seguridad la hay.

### **La razón para escribir este libro**

Es el propósito expreso poder responder y aclarar las preguntas anteriores y muchas otras de índole similar lo que me motivó a escribir este libro. He procurado explicar las grandes verdades fundamentales de su mente en el idioma más simple posible. Creo que es perfectamente posible explicar lo básico, los principios, y las

leyes fundamentales de la vida y de su mente en el lenguaje común y corriente de todos los días. Se encontrará con que el lenguaje de este libro es el que se usa en sus escritos diarios, periódicos actuales, en sus oficinas de negocios, en su casa, y en las tiendas diariamente. Lo insto a estudiar este libro y a aplicar las técnicas aquí esbozadas; y a medida que lo haga, me siento absolutamente convencido de que usted asumirá un poder milagroso que lo sacará de la confusión, del sufrimiento, de la melancolía, y del fracaso; y lo conducirá hacia su lugar verdadero, solucionará sus dificultades, lo sacará de la esclavitud emocional y física, y lo situará en el verdadero sendero de la libertad, la felicidad, y la tranquilidad del espíritu. Este poder milagroso de su mente subconsciente lo puede sanar de su enfermedad; haciéndolo vital y fuerte otra vez. Aprendiendo a usar sus poderes interiores, abrirá la puerta de la prisión del miedo y entrará en una vida descrita por San Pablo como *la libertad gloriosa de los hijos de Dios*.

### **Desatando el poder milagroso**

Una sanación personal en toda la vida será la prueba más convincente de nuestros poderes subconscientes. Durante cuarenta y dos años atrás solucioné un sarcoma —denominado maligno en la terminología médica— usando el poder cicatrizante de mi mente subconsciente, que me creó y todavía me tiene en pie y gobierna todas mis funciones vitales. La técnica que apliqué es explicada en detalle en este libro, y estoy seguro de que ayudará a otros a confiar en la misma Presencia de Sanación Infinita alojada en las profundidades de la subconsciencia de todos los hombres. En las hermosas oficinas de mi amigo doctor, repentinamente me di cuenta de que era natural asumir que la Inteligencia Creativa que hizo todos mis órganos, modeló mi cuerpo, y puso a andar mi corazón, podría sanar su propia obra. Un proverbio antiguo dice, *“El doctor adorna la herida y Dios la sana.”*

## **Las maravillas ocurren cuando usted ora eficazmente**

La oración científica es la interacción armoniosa de los niveles conscientes y subconscientes de la mente dirigida científicamente hacia a un propósito específico.

Este libro le enseñará la forma científica de conectarse con el reino del poder infinito dentro de usted permitiéndole conseguir lo que realmente anhela en la vida. Usted desea una vida más feliz, más plena, y más abundante. Comience a usar este poder milagroso y a pulir su método en asuntos diarios, en solucionar problemas comerciales, y traer armonía a sus relaciones familiares. Asegúrese de leer este libro varias veces. Muchos capítulos le mostrarán cómo funciona este poder maravilloso, y cómo puede sacar la inspiración oculta y la sabiduría que está dentro de usted. Aprenda las técnicas simples de afectar la mente subconsciente. Siga el nuevo camino científico conectándose con la bodega *[storehouse]* infinita. Lea este libro con cuidado, seriamente, y con cariño. Demuéstrese así mismo el asombroso método que lo puede ayudar. Ese podría ser, y yo creo que será, el momento decisivo de su vida.

## **Todo el mundo reza**

¿Usted sabe cómo orar eficazmente? ¿Cuánto tiempo hay desde que oró como parte de sus actividades diarias? En una emergencia, en tiempos de peligros o problemas, en enfermedad, y cuando la muerte acecha, las oraciones se vierten hacia los suyos y sus amigos. Simplemente lea su diario. Cuentan que las oraciones están siendo ofrecidas por todo la nación para un niño afligido con una así llamada enfermedad incurable, por la paz entre las naciones, por un grupo de mineros atrapados en una mina anegada. Más tarde se dice que en el instante en que los rescataron, los mineros dijeron que rezaban mientras esperaban el rescate; Un piloto de avión dice que rezó mientras hacía un aterrizaje forzoso con éxito. Con seguridad, la oración es una ayuda siempre presente en tiempos del problema; Pero no tiene que esperar el problema para hacer de la oración una parte integral y constructiva de su vida. Las respuestas sensacionales a la oración hacen titulares y son el argumento de

testimonios para la efectividad de la oración. ¿Qué de las muchas oraciones sin pretensiones de niños, la simple acción de dar gracias en la mesa diariamente, las devociones fieles en donde el individuo busca solamente la comunión con Dios? Mi trabajo con personas ha hecho necesario para mí estudiar diversos métodos de oración. He experimentado el poder de la oración en mi vida, y he hablado y trabajado con muchas personas que también han disfrutado la ayuda de la oración. El problema usualmente es de qué modo explicarles a otros cómo orar. Las personas cuando están en problemas tienen dificultad en pensar y actuar con sensatez. Requieren de una fórmula fácil para seguir, un patrón obviamente utilizable que sea simple y específico, que a menudo puedan llevar a cabo el método en una emergencia.

### **La característica única de este libro**

La característica única de este libro es su sentido práctico realista. Aquí se le dan simples y utilizables técnicas y fórmulas, que fácilmente puede aplicar en su mundo todos los días. He enseñado estos procesos simples a hombres y mujeres en todo el mundo, y hace poco a unos mil hombres y mujeres de todas las asociaciones religiosas que asistieron a una clase especial en Los Angeles donde presenté los puntos céntricos que son ofrecidos en las páginas de este libro. Muchos vinieron desde distancias de doscientas millas para cada lección de clase. Las características especiales de este libro le gustarán porque le muestran por qué frecuentemente consigue lo contrario de lo que pidió y le revela la razón. Las personas me han preguntado en todas partes del mundo miles de veces, “¿Por qué es que pedí y pedí y no tuve la respuesta?” En este libro encontrará las razones para esta habitual queja. Las muchas formas de afectar la mente subconsciente y conseguir las respuestas correctas hacen de éste, un libro extraordinariamente valioso y una ayuda siempre-presente en tiempos de problemas.

## **¿En qué cree usted?**

No es la cosa en la que creyó la que trae una respuesta a la oración del hombre; la respuesta a la oración da resultados cuando la mente subconsciente del individuo responde a la visualización o al pensamiento en su mente. Esta ley de la creencia opera en todas las religiones de mundo y es la razón por la que ellas son psicológicamente ciertas. El budista, el cristiano, el musulmán, y el judío, todos pueden conseguir respuestas a sus oraciones, no por el credo particular, religión, asociación, ritual, ceremonia, fórmula, liturgia, conjuro, sacrificios, u ofrendas, sino que exclusivamente por la creencia o receptividad y aceptación mental de eso por lo que están orando. La ley de la vida es la ley de la creencia, y la creencia podría ser resumida brevemente como un pensamiento en su mente. Como un hombre piensa, siente, y cree, así también es la condición de su mente, cuerpo, y circunstancias. Una técnica, una metodología basada en una comprensión de lo que está haciendo y por qué está haciendo eso le ayudará a causar una personificación subconsciente de todas las cosas buenas de la vida. Esencialmente, la oración respondida es la realización del deseo de su corazón.

## **El deseo es oración**

Todo el mundo desea salud, felicidad, seguridad, tranquilidad de espíritu, expresión verdadera, pero muchos fracasan en lograr claramente resultados definidos. Un profesor de universidad me admitió recientemente, “sé que si cambiara mi patrón mental y reencauzara mi vida emocional, mis úlceras no recurrirían, pero no tengo ninguna técnica, método o procedimiento. Mi mente deambula de un lado a otro sobre mis muchos problemas, y me siento frustrado, derrotado, e infeliz.” Este profesor tenía un deseo por la salud perfecta; él necesitaba el conocimiento de la forma en que su mente trabajaba, que le permitiera cumplir con su deseo. Practicando los métodos de sanación esbozados en este libro, se puso íntegro y perfecto.

***Hay una mente en común en todos los individuos (Emerson)***

Los poderes milagrosos de su mente subconsciente existieron antes de que usted y yo naciéramos, antes de que cualquier iglesia o mundo existiera. Los grandes principios y verdades eternas de la vida anteceden a todas las religiones. Es con estos pensamientos en mente que lo estimo en los siguientes capítulos a agarrar este poder maravilloso, mágico, transformador, que curará sus heridas mentales y físicas, proclamará la libertad a la mente temerosa, y lo liberará completamente de las limitaciones de la pobreza, el fracaso, el sufrimiento, la falta, y la frustración. Todo lo que tiene que hacer es unirse mental y emotivamente con el bien que usted desea encarnar, y los poderes creativos de su subconsciencia le responderán como corresponde. ¡Comience ahora, hoy, y permita que los milagros ocurran en su vida!

Siga, siga adelante hasta el término del día y las sombras huirán.

# *Contenidos*

1. *La Casa del Tesoro Dentro de Usted*
2. *Cómo Funciona Su Propia Mente*
3. *El Poder de Milagroso de Su Subconsciencia*
4. *Las Sanaciones Mentales en la Antigüedad*
5. *Las Sanaciones Mentales en los Tiempos Actuales*
6. *Las Técnicas Prácticas en Sanaciones Mentales*
7. *La Tendencia de la Subconsciencia Es Salvar Vidas*
8. *Cómo Conseguir los Resultados Que Quiere*
9. *Cómo Usar el Poder de Su Subconsciencia para la opulencia*
10. *Su Derecho a Ser Rico*
11. *Su Mente Subconsciente como un Compañero en el éxito*
12. *Los Científicos Usan la Mente Subconsciente*
13. *Su Subconsciencia y las Maravillas del Sueño*
14. *Su Mente Subconsciente y los Problemas Matrimoniales*
15. *Su Mente Subconsciente y Su Felicidad*
16. *Su Mente Subconsciente y las Relaciones Humanas Armoniosas*
17. *Cómo Usar Su Mente Subconsciente para el Perdón*
18. *Cómo Su Subconsciencia Remueve Los Bloqueos Sicológicos*
19. *Cómo Usar Su Mente Subconsciente para Remover el Miedo*
20. *Cómo Permanecer Joven en el Espíritu por Siempre*

# 1

## **La Casa del Tesoro Dentro de Usted**

Las riquezas infinitas están todas alrededor de usted si abre sus ojos mentales y contempla la casa del tesoro del infinito dentro de usted. Hay una mina de oro dentro de usted desde la cual que puede extraer todo lo que necesita para vivir la vida gloriosa, alegre, y abundantemente.

Muchos están profundamente dormidos porque no están en conocimiento de esta mina de oro de inteligencia infinita y amor ilimitado dentro de ellos mismos. Lo que sea que quiera, lo puede atraer. Una pieza imantada de acero levantará aproximadamente doce veces su propio peso, y si usted quita la imantación de esta misma pieza de acero, no levantará ni una pluma. De modo semejante, hay dos tipos de hombres. Está el hombre imantado, que está lleno de confianza y fe. Él sabe que nació para ganar y tener éxito. Luego, está el tipo de hombre que está desmagnetizado. Está lleno de miedos y dudas. Las oportunidades vienen, y él dice, “podría fallar; podría perder mi dinero; las personas se reirán de mí.” Este tipo de hombre no irá muy lejos en la vida porque, si le da miedo avanzar, simplemente se quedará donde está. Conviértase en un hombre imantado y descubra el secreto maestro de todos los tiempos.

### **El secreto maestro de todos los tiempos**

¿Qué es, a su parecer, el secreto maestro de todos los tiempos? ¿El secreto de la energía atómica? ¿La energía termonuclear? ¿La

bomba de neutrones? ¿El viaje interplanetario? No —ninguno de estos. ¿Entonces, Cuál es este secreto maestro? ¿Dónde puedo encontrarlo, y cómo puede ser contactado y traído a la acción? La respuesta es extraordinariamente simple. Este secreto es el maravilloso y milagroso poder localizado en su propia mente subconsciente, el último lugar donde la mayoría de la gente buscaría.

### **El poder maravilloso de su subconsciencia**

Usted puede traer a su vida más poder, más riqueza, más salud, más felicidad, y más alegría aprendiendo a contactar y a desatar el poder oculto de su mente subconsciente.

Usted no necesita adquirir este poder; Usted ya lo posee. Solamente, necesita aprender a usarlo; necesita entenderlo a fin de que lo pueda aplicar en todas las secciones de su vida.

A medida que siga las técnicas simples y procesos expuestos en este libro, puede obtener la comprensión y el conocimiento necesario. Una nueva luz le puede inspirar, y puede generar una fuerza nueva permitiéndole realizar sus esperanzas y hacer todos sus sueños realidad. Decida ahora hacer su vida más grandiosa, más grande, más abundante, y más noble que nunca antes.

Dentro de sus profundidades subconscientes yace la sabiduría infinita, el poder, y el suministro infinito de todo lo necesario, que está esperando por desarrollo y expresión. Comience ahora a reconocer estas potencialidades de su mente más profunda, y éstas tomarán forma real en el mundo externo.

La inteligencia infinita dentro de su mente subconsciente le puede revelar todo lo que necesita saber en cada momento de tiempo y punto del espacio provisto estando con la mente abierta y receptiva. Puede recibir ideas y pensamientos nuevos permitiéndole poner de manifiesto inventos nuevos, hacer descubrimientos nuevos, o escribir libros y obras teatrales. Además, la inteligencia infinita en su subconsciencia le puede dar clases maravillosas de conocimiento de una naturaleza original. Le puede revelar y abrir camino a la expresión perfecta y al lugar verdadero en su vida.

A través de la sabiduría de su mente subconsciente puede atraer al compañero ideal, así como también al asociado comercial o socio correcto. Puede encontrar al comprador correcto para su casa, que le provea de todo el dinero que necesita, y la libertad financiera para ser, hacer, y moverse, como su corazón desea.

Es su derecho descubrir este mundo interior de pensamiento, sentimiento, y poder de luz, amor, y belleza. Aunque invisibles, sus fuerzas son poderosas. Dentro de su mente subconsciente encontrará la solución a cada problema, y la causa a cada efecto. Debido a que puede desatar los poderes ocultos, usted entra en posesión real del poder y la sabiduría necesaria para moverse en la abundancia, la seguridad, la alegría, y el dominio.

He visto el poder de la subconsciencia levantar a personas de estados imposibilitados, sanándolos y dejándolos fuertes otra vez, y liberarlos para salir al mundo a experimentar felicidad, salud, y expresión jovial. Hay un poder milagroso de sanación en su subconsciencia que puede sanar la mente atormentada y el corazón roto. Puede abrir la puerta de la prisión de la mente y lo puede liberar. Lo puede liberar de toda clase de esclavitud material y física.

### **La necesidad de un principio básico de funcionamiento**

El progreso sustancial en cualquier rama de trabajo es imposible a falta de un principio básico de funcionamiento, que sea universal en su aplicación. Usted puede hacerse experto en el funcionamiento de su mente subconsciente. Puede practicar sus poderes con la certeza de los resultados en la proporción exacta a su conocimiento de los principios y para su aplicación de ellos a los propósitos específicos definitivos y las metas que tiene el deseo de lograr.

Siendo un ex químico, me gustaría señalar que si combina hidrógeno y oxígeno en las proporciones de dos átomos del anterior a uno del último, agua sería el resultado. Está muy familiarizado con el hecho de que un átomo de oxígeno y un átomo de carbono producirán monóxido de carbono, un gas venenoso. Pero, si agrega

otro átomo de oxígeno, obtendrá dióxido de carbono, un gas inofensivo, y así sucesivamente a lo largo del reino de gran extensión de compuestos químicos.

No debe pensar que los principios de la química, física, y matemáticas difieren de los principios de su mente subconsciente. Consideremos un principio generalmente aceptado: “El agua busca su propio nivel.” Éste es un principio universal, que es aplicable al agua en todas partes.

Considere otro principio: “La materia se expande cuando es calentada.” Esto es cierto en cualquier lugar, en cualquier momento, y bajo todas las circunstancias. Usted puede calentar un pedazo de acero, y se expandirá independientemente si el acero es encontrado en China, Inglaterra, o en la India. Es una verdad universal que la materia se expande cuando se calienta. Es también una verdad universal que lo que sea que grabe en su mente subconsciente es expresado en la pantalla del espacio como condición, experiencia, y acontecimiento.

Su oración es contestada porque su mente subconsciente es el principio, y por principio quiero decir la forma en que una cosa funciona. Por ejemplo, el principio de la electricidad es que opera desde un potencial más alto a uno inferior. No cambia el principio de electricidad cuando lo usa, pero cooperando con la naturaleza, puede poner de manifiesto descubrimientos e invenciones maravillosas, que bendicen a la humanidad en incontables formas.

Su mente subconsciente es principio y funciona estando de acuerdo con la ley de la creencia. Debe saber lo que es la creencia, por qué funciona, y cómo funciona. Su Biblia dice en una forma simple, clara, y bella: *Porque de cierto os digo que cualquiera que dijere a este monte: Quítate y échate en el mar, y no dudare en su corazón, sino creyere que será hecho lo que dice, lo que diga le será hecho. San Marcos 11:23.*

La ley de su mente es la ley de la creencia. Esto quiere decir creer en la forma en que su mente funciona, para creer en la creencia misma. La creencia de su mente es el pensamiento de su mente — eso es simple— simplemente eso y nada más.

Todas sus experiencias, sus acontecimientos, sus condiciones, y sus actos son las reacciones de su mente subconsciente a sus pensamientos. Recuerde, no es la cosa en la que creyó, sino que la creencia en su mente, la que causa el resultado. Deje de creer en las falsas creencias, opiniones, supersticiones, y miedos del género humano. Comience a creer en las realidades eternas y las verdades de la vida, que cuales nunca cambian. Entonces, se moverá hacia adelante, hacia arriba, a la custodia de Dios.

Quienquiera que lea este libro y aplique los principios de la mente subconsciente en esto se pone en camino; Podrá orar científicamente y eficazmente por su cuenta y por otros. Su oración es respondida según la ley universal de acción y reacción. El pensamiento es acción incipiente. La reacción es la respuesta de su mente subconsciente que corresponde con la naturaleza de su pensamiento. Ocupe su mente con conceptos de armonía, salud, paz, y benevolencia, y los milagros ocurrirán en su vida.

### **La dualidad de la mente**

Usted tiene sólo una mente, pero su mente posee dos características distintivas. La línea de definición entre las dos es bien conocida por todos los hombres y mujeres pensantes de hoy. Las dos funciones de su mente son esencialmente diferentes. Cada una está dotada de atributos y poderes separados y bien definidos. La nomenclatura generalmente usada para distinguir las dos funciones de su mente es así: La mente objetiva y la subjetiva, la mente consciente y la subconsciente, la mente despierta y la durmiente, el yo externo y el yo profundo, la mente voluntaria y la mente involuntaria, el macho y la hembra, y muchos otros términos. Encontrará los términos “consciente” y “subconsciente” usados para representar la naturaleza dual de su mente a lo largo de este libro.

### **La mente consciente y subconsciente**

Una forma excelente de familiarizarse con las dos funciones de su mente es mirar a su mente como un huerto. Usted es un jardinero, y planta semillas (pensamientos) en su mente subconsciente durante

todo el día, basado en su pensar habitual. Lo que usted siembre en su mente subconsciente, cosechará en su cuerpo y condiciones.

Comience ahora a sembrar pensamientos de paz, felicidad, acción correcta, benevolencia, y prosperidad. Piense en silencio y con interés en estas cualidades y acéptelas de lleno en su mente consciente de razonamiento. Continúe plantando estas semillas maravillosas (pensamientos) en el huerto de su mente, y conseguirá una gloriosa cosecha. Su mente subconsciente puede ser comparada al terreno, que cultivará toda clase de semillas, buenas o malas. *¿Cosechan los hombres uvas de los espinos, o higos desde los cardos?* Cada pensamiento es, por consiguiente, una causa, y cada condición es un efecto. Por esta razón, es esencial que se haga cargo de sus pensamientos a fin de manifestar sólo condiciones deseables.

Cuando su mente piensa correctamente, cuando entiende la verdad, cuando los pensamientos depositados en su mente subconsciente son constructivos, armoniosos, y apacibles, el poder mágico del funcionamiento de su subconsciencia responderá y causará condiciones armoniosas, ambientes agradables, y lo mejor de absolutamente todo. Cuando comience a controlar sus procesos de pensamiento, puede aplicar los poderes de su subconsciencia a cualquier problema o dificultad. Dicho de otro modo, realmente cooperará conscientemente con el poder infinito y la ley omnipotente, que gobierna todas las cosas.

Mire a su alrededor dondequiera que usted viva y se fijará en que la inmensa mayoría del género humano vive en el mundo externo; los hombres más informados tienen un intenso interés en el mundo interno. Recuerde, es el mundo interno, es decir, sus pensamientos, sus sentimientos, y su imaginación [*imaginery*] lo que crea su mundo externo. Por consiguiente, es el único poder creativo, y todo lo que encuentra en su mundo de expresión, ha sido creado por usted mismo en el mundo interior de su mente consciente o inconscientemente.

El conocimiento de la interacción de su mente consciente y subconsciente le permitirá transformar su vida entera. Para cambiar las condiciones externas, debe cambiar la causa. La mayoría de los

hombres tratan de cambiar las condiciones y circunstancias trabajando con las condiciones y las circunstancias. Para remover la discordia, la confusión, la escasez, y la limitación, usted debe remover la causa, y la causa es la forma en la que usa su mente consciente. En otras palabras, la forma en la que está pensando e imaginando en su mente. Usted vive en un mar insondable de riquezas infinitas. Su subconsciencia es muy sensitiva a sus pensamientos. Sus pensamientos forman el molde o matriz a través de la cual la inteligencia infinita, la sabiduría, los impulsos vitales, y las energías de su subconsciencia fluyen. La aplicación práctica de las leyes de su mente ilustradas en cada capítulo de este libro causará que usted experimente abundancia en vez de pobreza, sabiduría en vez de superstición e ignorancia, paz en vez de dolor, alegría en vez de tristeza, luz en vez de oscuridad, armonía en vez de discordia, fe y confianza en vez de miedo, éxito en vez de fracaso, y libertad de la ley del común. Ciertamente, no puede haber bendición más maravillosa que éstas de un punto de vista mental, emocional, y material.

La mayor parte de los grandes científicos, artistas, poetas, cantantes, escritores, e inventores tienen una comprensión profunda de los funcionamientos de las mentes consciente y subconsciente.

Una vez Caruso, el gran tenor de ópera, fue golpeado con un pánico escénico. Dijo que su garganta estaba paralizada debido a los espasmos causados por el miedo intenso, lo cual contrajo los músculos de su garganta. El sudor cayó a mares por su cara. Él estaba avergonzado porque en pocos minutos tenía que salir al escenario, pero temblaba de miedo y trepidación. Él dijo, “se reirán de mí. No puedo cantar.” Luego gritó en presencia de todos detrás del escenario, “El Pequeño Yo quiere estrangular al Gran Yo interno.” Él le dijo al Pequeño Yo, “¡Fuera de aquí!, el Gran Yo quiere cantar a través de mí.”

¡Por Gran Yo, él quiso decir la sabiduría y el poder ilimitado de su mente subconsciente, y comenzó a gritar, “Sale, fuera de aquí, el Gran Yo va a cantar!”.

Su mente subconsciente respondió liberando las fuerzas vitales dentro de él. Cuando la llamada vino, él salió al escenario y cantó gloriosa y majestuosamente, cautivando a la audiencia. Le es obvio ahora que Caruso debió haber entendido los dos niveles de la mente —el consciente o racional, y el nivel subconsciente o irracional. Su mente subconsciente es reactiva y responde a la naturaleza de sus pensamientos. Cuando su mente consciente (el Pequeño Yo) está llena de miedo, la preocupación, y ansiedad, las emociones negativas creadas en su mente subconsciente (el Gran Yo) son desatadas e inundan la mente consciente con un sentido de pánico, palpito, y desesperación. Cuando esto ocurre, usted, como Caruso, puede hablar afirmativamente y con un sentido profundo de autoridad a las emociones irracionales generadas en su mente más profunda así: *“Quédate quieta, cállate, yo tengo el mando, me debes obedecer, estás sujeta a mi mandato, no puedes entrometerte donde no te pertenece.”*

Es fascinante e intensamente interesante comentar la manera en que puede hablar autoritariamente y con convicción al movimiento irracional de su personalidad más profunda trayendo silencio, armonía, y paz a su mente. La subconsciencia está a merced de la mente consciente, y por esto es que se llama subconsciente o subjetiva.

### **Diferencias sobresalientes y modalidades de operación**

Usted percibirá las diferencias principales por las siguientes ilustraciones:

La mente consciente es como el navegante o el capitán en el puente de mando de un barco. Él dirige el barco y da órdenes a los hombres en la sala de máquinas, quienes a su vez controlan todas las calderas, instrumentos, indicadores, etc. Los hombres en la sala de máquinas no saben a dónde van; ellos siguen órdenes. Se irían a la ruina si el hombre en el puente de mando emitiera instrucciones defectuosas o equivocadas basadas en sus conclusiones con la brújula, sextante, u otros instrumentos. Los hombres en la sala de máquinas le obedecen porque él está a cargo y emite las órdenes, que son automáticamente

obedecidas. Los miembros de la tripulación no le replican al capitán; simplemente llevan a cabo las órdenes.

El capitán es el dueño de su barco, y sus decretos son ejecutados. Asimismo, su mente consciente es el capitán del barco y el dueño de su barco, que representa su cuerpo, ambiente, y todos sus asuntos. Su mente subconsciente toma las órdenes que usted le da basado en lo que su mente consciente cree y acepta como verdadero.

Cuando reiteradas veces le dice a las personas, “no puedo permitirme ese lujo,” entonces su mente subconsciente le toma su palabra y se ocupa de ella y usted no estará en posición de comprar lo que quiere. Dado que persiste en decir, “no me puedo comprar ese auto, ese viaje a Europa, esa casa, ese “abrigo de piel” o ese chal del armiño; usted puede estar seguro que su mente subconsciente seguirá sus órdenes, y usted se pasará su vida experimentando la falta de todas estas cosas.

La pasada Nochebuena una joven universitaria miró una atractiva y costosa maleta de viaje en el mostrador de una tienda. Ella volvía a casa hacia Buffalo, Nueva York, para los días de fiesta. Estaba a punto de decir, “no puedo permitirme esa maleta,” cuando recordó algo que había oído en una de mis conferencias, “Nunca finalice una afirmación negativa; revíertala, póngala a lo contrario inmediatamente, y ocurrirán milagros en su vida.”

Ella dijo, “Ese bolso es mío. Está para la venta. Lo acepto mentalmente, y mi subconsciencia se ocupa de que la reciba.”

A las ocho en punto en la Nochebuena su novio le regaló un bolso exactamente igual al que ella había visto y con el que mentalmente se había visto a las diez en punto la misma mañana. Ella había llenado su mente del pensamiento de expectación y soltó completamente todo a su mente más profunda, que conoce “el cómo” de la realización.

Esta chica, una estudiante de la Universidad de Southern California, me dijo, “yo no tenía el dinero para comprar ese bolso, pero ahora sé donde encontrar dinero y todas las cosas que necesito, y es en la casa del tesoro de la eternidad dentro de mí.”

Otro ejemplo simple es este: Cuando dice, “no me caen bien los champiñones,” y al tiempo después le traen unos champiñones servidos en salsas o en ensaladas, usted se indigestará porque su mente subconsciente le dice a usted, el jefe (su mente consciente) que no le caen bien los champiñones.” Éste es un ejemplo divertido de las sobresalientes diferencias y modalidades de operación de su mente consciente y subconsciente.

Una mujer puede decir, “me despierto a las tres en punto, si bebo café en la noche.”

Cada vez que ella beba café, su mente subconsciente le da un codazo, como quien dice, diciéndole “El jefe quiere que no duerma esta noche.”

Su mente subconsciente funciona las veinticuatro horas del día y tiene previsto su beneficio, vertiendo todo el fruto de su pensar habitual en su regazo.

### **Cómo respondió le su subconsciencia a ella**

Una mujer me escribió hace algunos meses como a continuación se indica: “Tengo setenta y cinco años de edad, una viuda con una familia adulta. Vivía sola y con una pensión de jubilación. Oí sus conferencias sobre los poderes de la mente subconsciente en donde dijo usted que las ideas podrían ser comunicadas a la mente subconsciente por la repetición, fe, y expectación.

Comencé a repetir frecuentemente con sentimiento, “Soy querida. Estoy felizmente casada con un hombre amable, cariñoso, y de mentalidad espiritual. ¡Estoy segura!”

“Continué haciendo esto muchas veces al día por aproximadamente dos semanas, y un día en la farmacia de la esquina, fui presentado a un farmacéutico jubilado. Lo encontré amable, comprensivo, y muy religioso. Él fue una respuesta perfecta a mi oración. En una semana él se me declaró, y ahora estamos en nuestra luna de miel en Europa. Sé que la inteligencia dentro de mi mente subconsciente nos unió en orden divino.”

Esta mujer descubrió que la casa del tesoro estaba dentro de ella. Su oración fue sentida como real en su corazón, y su afirmación se introdujo por ósmosis en su mente subconsciente, que es el medio creativo. El momento en que ella tuvo éxito en causar una personificación subjetiva, su mente subconsciente causó la respuesta a través de *la ley de atracción*. Su mente más profunda, llena de sabiduría e inteligencia, los juntó en orden divino.

Asegúrese de que piensa en *“todo lo que es verdadero, todo lo honesto, todo lo justo, todo lo puro, todo lo amable, todo lo que es de buen nombre; si hay virtud alguna, si es algo digno de alabanza, en esto pensad.” Filipenses 4:8.*

### **Resumen breve de ideas que vale la pena recordar**

1. La casa del tesoro está dentro de usted. Busque dentro la respuesta al deseo de su corazón.
2. El gran secreto del que disfrutaron los grandes hombres de todos los tiempos fue su habilidad para comunicarse y desatar los poderes de su mente subconsciente. Usted puede hacer lo mismo.
3. Su subconsciencia tiene la respuesta a todos los problemas. Si usted le indica a su subconsciencia antes de que se duerma, “quiero levantarme a las 6 A.M.,” ella lo despertará a esa hora exacta.
4. Su mente subconsciente es la constructora de su cuerpo y lo puede sanar. Aquíetese al dormir todas las noches con la idea de la salud perfecta, y su subconsciencia, siendo su sirviente fiel, le obedecerá.
5. Cada pensamiento es una causa, y cada condición es un efecto.
6. Si quiere escribir un libro, escribir una obra de teatro maravillosa, dar una excelente charla a sus espectadores, transmita la idea cariñosamente y con gran sentimiento a su mente subconsciente, y ella responderá consecuentemente.
7. Usted es como un capitán que dirige un barco. Él debe dar las órdenes correctas, y asimismo, Usted le debe dar las órdenes correctas (pensamientos e imágenes) a su mente subconsciente, que controla y gobierna todas sus experiencias.

8. Nunca use los términos, “no puedo darme el gusto de eso” o “no puedo hacer esto.” Su mente subconsciente le toma su palabra y se ocupa de ella con tal de que usted no tenga el dinero o la habilidad para hacer lo que quiera hacer. Afirme, “puedo hacer todas las cosas a través del poder de mi mente subconsciente.”
9. La ley de la vida es la ley de la creencia. Una creencia es un pensamiento en su mente. No crea en cosas que lo dañan o lo lastiman. Crea en el poder de su subconsciencia para sanarlo, motivarlo, reforzarlo, y hacerlo prosperar. De acuerdo a su creencia *le será hecho.*
10. Cambiar sus pensamientos, cambia su destino.

# 2

## **Cómo Funciona su Propia Mente**

Usted tiene una mente, y debería aprender a usarla. Hay dos niveles de su mente —el nivel consciente o racional, y el nivel subconsciente o irracional. Usted piensa con su mente consciente, y lo que sea que habitualmente piensa se introduce en su mente subconsciente, que crea según la naturaleza de sus pensamientos. Su mente subconsciente es la residencia de sus emociones y es la mente creativa. Si piensa bien, el bien seguirá; Si piensa mal, el mal seguirá. Ésta es la forma en que su mente trabaja. El punto central para recordar es que una vez la mente subconsciente acepta una idea, comienza a llevarla a cabo. Es una verdad interesante y sutil que la ley de la mente subconsciente trabaja para ideas de lo bueno y de lo malo del mismo modo. Esta ley, siendo aplicada en una manera negativa, es la causa del fracaso, la frustración, y la infelicidad. Sin embargo, cuando su manera de pensar habitual es armoniosa y constructiva, experimenta salud perfecta, éxito, y prosperidad.

La paz de la conciencia y un cuerpo sano son inevitables cuando comienza a pensar y a sentir en la forma correcta. Lo que sea que reclame mentalmente y sienta como verdadero, su mente subconsciente aceptará y traerá a su experiencia. La única cosa necesaria para hacer es obligar a su mente subconsciente a aceptar su idea, y la ley de su mente subconsciente pondrá de manifiesto la salud, la paz, o la posición que usted desea. Usted da la orden o decreto, y su subconsciencia fielmente reproducirá la idea grabada

en ella. La ley de su mente es ésta: Usted obtendrá una reacción o una respuesta de su mente subconsciente según la naturaleza del pensamiento o la idea que mantiene en su mente consciente.

Psicólogos y psiquiatras señalan que cuándo los pensamientos son comunicados a su mente subconsciente, las impresiones son hechas en las neuronas cerebrales. Tan pronto como su subconsciencia acepta cualquier idea, procede a llevarla a efecto inmediatamente. Trabaja por la asociación de ideas y usa lo que sea posible de conocimiento que ha reunido en su curso de vida para ocasionar su propósito. Hace uso del poder infinito, la energía, y la sabiduría dentro de usted. Pone en línea todas las leyes de la naturaleza para salirse con la suya. Algunas veces parece ocasionar una solución inmediata a sus dificultades, pero en otras puede tomar días, semanas, o mucho tiempo. . . . *Son formas que están más allá de descubrirse.*

### **Los términos consciente y subconsciente diferenciados**

Debe recordar que éstas *no son dos* mentes. Son solamente dos campos de actividad dentro *de una* mente. Su mente consciente es la mente dotada de raciocinio. Es esa fase de mente, la cual escoge. Por ejemplo, usted escoge sus libros, su casa, y su compañero en la vida. Usted hace todas sus decisiones con su mente consciente. Por otra parte, sin alguna elección consciente en su parte, su corazón es mantenido funcionando automáticamente, y el proceso de digestión, circulación, y la respiración son llevados a cabo por su mente subconsciente a través de procesos independientes de su control consciente.

Su mente subconsciente acepta lo que es grabado en ella o lo que usted cree conscientemente. No llega a entender cosas como su mente consciente, y no discute con usted polémicamente. Su mente subconsciente es como el terreno, que acepta cualquier clase de semilla, buena o mala. Sus pensamientos están activos y podrían ser comparados a las semillas. Los pensamientos negativos y destructivos continúan dando efecto negativamente en su mente

subconsciente, y a su debido tiempo aparecerán en la experiencia exterior que corresponde a ellos.

Recuerde, su mente subconsciente no se pone a probar si sus pensamientos son buenos o malos, verdaderos o falsos, sino que responde según la naturaleza de sus pensamientos o sugerencias. Por ejemplo, si conscientemente asume algo como verdadero, si bien puede ser falso, su mente subconsciente lo aceptará como cierto y procederá a causar los resultados, que necesariamente debe seguir, porque conscientemente usted asumió ser verdadero.

### **Experimentos por psicólogos**

Innumerables experimentos por psicólogos y otros en personas en estado hipnótico han demostrado que la mente subconsciente es incapaz de hacer selecciones y comparaciones, que es menester para un proceso razonador. Han demostrado repetidamente que su mente subconsciente aceptará cualquier sugerencia, por muy falsa que sea. Una vez habiendo aceptado cualquier sugerencia, responde según la naturaleza de la sugerencia dada.

Para ilustrar la docilidad de su mente subconsciente a la sugerencia, si un hipnotizador experimentado sugiere a uno de sus individuos que él es Napoleón Bonaparte, o incluso un gato o un perro, él representará su rol con exactitud inimitable. Su personalidad se cambia por el momento. Él cree ser lo que sea que el operador le dice que es.

Un hipnotizador experto puede indicar a uno de sus estudiantes en estado hipnótico que su espalda arde, a otro que su nariz sangra, a otro que él es una estatua de mármol, a otro que él se congela y que la temperatura está bajo cero. Cada uno llevará a cabo el curso de su sugestión particular, completamente abstraído a todo su ambiente, que no pertenezca a su idea. Estas simples ilustraciones retratan claramente la diferencia entre su mente consciente de razonamiento y su mente subconsciente, que es impersonal, no selecciona, y acepta como verdadero lo que sea que su mente consciente cree ser cierto. De aquí, la importancia de seleccionar pensamientos, ideas, y premisas, que bendigan, sanen, motiven, y llenen su alma de alegría.

### **Los términos mente objetiva y subjetiva aclarados**

Su mente consciente es algunas veces llamada su mente objetiva porque se concentra en objetos externos. La mente objetiva toma conocimiento del mundo objetivo. Sus medios de comunicación de observación son sus cinco sentidos físicos. Su mente objetiva es su guía y su directora en su contacto con sus condiciones. Usted obtiene conocimiento a través de sus cinco sentidos. Su mente objetiva aprende a través de la observación, experiencia, y educación. Como previamente indiqué, la máxima función de la mente objetiva es esa de razonar.

Suponga que usted es uno de los miles de turistas que vienen a Los Angeles anualmente. Usted llegaría a la conclusión de que es una ciudad bella basada en su observación de los parques, bonitos jardines, edificios majestuosos, y casas preciosas. Éste es el funcionamiento de su mente objetiva.

Su mente subconsciente es frecuentemente llamada su mente subjetiva. Su mente subjetiva toma conocimiento de su ambiente por lo que quiere decir independiente de los cinco sentidos. Su mente subjetiva percibe por intuición. Es el asiento de su emoción y la bodega de la memoria. Su mente subjetiva realiza sus funciones más altas cuando sus sentidos objetivos están en estado de letargo. En pocas palabras, es esa inteligencia la que se manifiesta cuando la mente objetiva está suspendida o en un estado somnoliento, adormecido.

Su mente subjetiva ve sin el uso de los órganos naturales de la vista. Tiene la habilidad de la clarividencia y la clariaudiencia. Su mente subjetiva puede dejar su cuerpo, puede viajar hacia tierras lejanas, y puede traer de vuelta información a menudo del carácter más exacto y fidedigno. A través de su mente subjetiva usted puede adivinar los pensamientos de otros, puede leer el contenido de sobres sellados y cajas fuertes cerradas. Su mente subjetiva tiene la capacidad de entender los pensamientos de otros sin el uso de los medios de comunicación objetivos comunes. Es de máxima

importancia que entendamos la interacción de la mente objetiva y subjetiva para aprender el verdadero arte de la oración.

### **La subconsciencia no puede razonar como su mente consciente**

Su mente subconsciente no puede discutir polémicamente. Por lo tanto, si le da sugerencias incorrectamente, las aceptará como ciertas y procederá a ocasionarlas como condiciones, experiencias, y acontecimientos. Todas cosas que le han ocurrido se basan en pensamientos impresos en su mente subconsciente a través de la creencia. Si usted le ha comunicado conceptos erróneos a su mente subconsciente, el método seguro para vencerlos es la repetición de pensamientos constructivos, armoniosos repetidos con frecuencia que serán aceptados por su mente subconsciente, así formando hábitos nuevos y saludables de pensamiento y vida, puesto que su mente subconsciente es la residencia del hábito.

El pensar habitual de su mente consciente deja huellas profundas en su mente subconsciente. Esto es muy favorable para usted si sus pensamientos habituales son armoniosos, tranquilos, y constructivo.

Si se ha permitido miedo, preocupación, y otras formas destructivas de pensar, el remedio es reconocer la omnipotencia de su mente subconsciente y decretar libertad, felicidad, y salud perfecta. Su mente subconsciente, siendo creativa y una con su fuente divina, procederá a crear la libertad y la felicidad, que con gran sentimiento ha decretado.

### **El tremendo poder de la sugestión**

Debe darse cuenta a estas fechas de que su mente consciente es el “guardia en la entrada,” y su función principal es proteger su mente subconsciente de impresiones falsas. Usted ahora esta consciente de una de las leyes básicas de la mente: Su mente subconsciente está abierta a la sugestión. Como sabe, su mente subconsciente no hace comparaciones, o contrastes, ni razona, ni elabora cosas por sí misma. Esta última función le pertenece a su

mente consciente. Simplemente reacciona a las impresiones dadas a ella por su mente consciente. No demuestra una preferencia por un curso de acción sobre otro.

Lo siguiente es un ejemplo clásico del poder tremendo de la sugestión. Suponga que se acerca a un pasajero que mira tímido a bordo de un barco y le dice algo como esto: “Se ve muy mal. ¡Qué pálido está! Estoy seguro de que se va a marear. Déjeme llevarlo a su camarote.” El pasajero se pone pálido. Su sugestión de mareo se asocia con sus miedos y sus presentimientos. Él acepta su ayuda hasta la litera, y ahí su sugestión negativa, que fue aceptada por él, está siendo realizada.

### **Reacciones diferentes a la misma sugestión**

Es verdad que personas diferentes reaccionarán de diferentes maneras a la misma sugestión a causa de su creencia o condicionamiento subconsciente. Por ejemplo, si usted va a un marinero en el barco y le dice con compasión, “Mi estimado compañero, se ve muy mal. ¿No está sintiendo náuseas? Me mira como si se fuera a marear.”

Según su carácter él o se ríe de su “chiste,” o expresa una irritación suave. Su sugestión cayó en oídos sordos en este caso porque su sugerencia de mareo fue asociada en su mente con su inmunidad a ella. Por consiguiente, eso no le provocó miedo ni preocupación, sino que confianza en sí mismo.

El diccionario dice que una sugestión es el acto o instancia de poner algo en la mente de alguien, proceso mental por el cual el pensamiento o la idea propuesta es recreada, aceptada, o puesta en efecto. Debe recordar que una sugestión no puede imponer algo en la mente subconsciente contra la voluntad de la mente consciente. En otras palabras, su mente consciente tiene la virtud de no aceptar la sugestión dada. En caso del marinero, él no tenía miedo al mareo. Él se había convencido a sí mismo de su inmunidad, y la sugestión negativa no tuvo absolutamente nada de poder para evocar miedo.

La sugerencia de mareo al otro pasajero produjo como respuesta su miedo implantado al mareo. Cada uno de nosotros tiene

sus propios miedos interiores, sus creencias, sus opiniones, y estas suposiciones internas rigen y gobiernan nuestras vidas. Una sugestión no tiene poder dentro ni fuera de sí mismo excepto si usted la acepta mentalmente. Esto causa que sus poderes subconscientes fluyan en una forma limitada y restringida según la naturaleza de la sugestión.

### **Cómo él perdió su brazo**

Cada dos o tres años doy una serie de conferencias en el London Truth Forum en Caxton Hall. Éste es un Foro que fundé unos años atrás. La Dra. Evelyn Fleet, directora, me contó sobre un artículo que apareció en los periódicos ingleses concentrándose en el poder de la sugestión. Ésta es la sugerencia que un hombre le proporcionó a su mente subconsciente por un período de aproximadamente dos años: “Daría mi brazo derecho por ver a mi hija sana.” Su hija al parecer tenía una clase de discapacidad de artritis junto con una así llamada clase incurable de enfermedad de la piel. El tratamiento médico había dejado de aliviar la condición, y el padre tenía un anhelo intenso por la sanación de su hija, y expresó su deseo en las palabras recién citadas.

La Dra. Evelyn Fleet me dijo que el artículo del periódico indicó que un día que la familia no estaba en casa, yendo en auto chocó. El brazo derecho del padre fue arrancado de un tirón del hombro, e inmediatamente la artritis y la enfermedad de la piel de su hija desaparecieron.

Usted debe asegurarse de darle sugestionaciones a su subconsciente que únicamente sanen, bendigan, lo eleven, y lo motiven en todas sus formas. Recuerde que su mente subconsciente no entiende un chiste. Le toma su palabra.

### **Cómo la autosugestión destierra el miedo**

*Ejemplos de autosugestión:* La autosugestión quiere decir sugestionarse algo definitivo y específico a uno mismo. Herbert Parkyn, en su manual excelente de *autosugestión*, registra el siguiente incidente. Tiene su lado divertido, de manera que uno lo

recuerde. “Un visitante de Nueva York en Chicago se mira su reloj, que está puesto una hora antes del tiempo de Chicago, y le dice a su amigo de Chicago que son las doce en punto. El amigo de Chicago, no considerando la diferencia en el tiempo entre Chicago y Nueva York, le dice al neoyorquino que tiene hambre y que debe irse a almorzar.”

*Herbert Parkyn, Autosuggestion (London: Fowler, 1916).*

La autosugestión puede usarse para desterrar miedos diversos y otras condiciones negativas. Una joven cantante fue invitada a dar una audición. Ella había estado esperando con ansia la audiencia, pero en tres ocasiones antes había fracasado miserablemente debido a su miedo al fracaso. Esta señorita tenía una voz muy buena, pero se había dicho a sí misma, “Llegado el Momento de cantar, tal vez no les guste. Haré un intento, pero estoy llena de miedo y ansiedad.”

Su mente subconsciente aceptó estas autosugestiones negativas a modo de súplica y procedió a manifestarlas y a introducirlas en su experiencia. La causa fue una autosugestión involuntaria, i.e., pensamientos silenciosos personalizados y llenos de emoción.

Ella se sobrepuso a eso por la siguiente técnica: Tres veces al día se aisló a sí misma en un cuarto. Se sentó cómodamente en un sillón, relajó su cuerpo, y cerró sus ojos. Aquietó su mente y su cuerpo como mejor pudo. La inactividad física favorece la pasividad mental y da a la mente más receptividad a la sugestión. Ella contrarrestó la sugestión de miedo diciéndole a su yo, “Canto bellamente. Soy equilibrada, serena, confiada, y tranquila.” Ella repitió esta afirmación lentamente, con tranquilidad, y con sentimiento de cinco a diez veces en cada sesión. Ella se hacía tres “sesiones” todos los días y una inmediatamente antes de dormir. Al final de una semana estuvo completamente equilibrada y confiada. Cuando vino la invitación a hacer una audición, dio una notable y maravillosa audición.

### **Cómo recuperó ella su memoria**

Una mujer de setenta y cinco, acostumbraba decirse a sí misma, “estoy perdiendo mi memoria.” Ella volvió al revés el

procedimiento y practicó la autosugestión inducida varias veces al día como a continuación se indica: “Mi memoria desde hoy mejora en cada sección. Siempre recordaré lo que sea que necesite saber a cada momento de tiempo y punto del espacio. Las impresiones recibidas serán más claras y más definitivas. Las retendré automáticamente y con facilidad. Lo que sea que desee recordar inmediatamente se presentará en la forma correcta en mi mente. Mejoro rápidamente todos los días, y muy pronto mi memoria estará mejor de lo que nunca ha estado antes.” Al cabo de tres semanas, su memoria estaba de regreso a la normalidad, y ella estaba fascinada.

### **Cómo él venció su mal humor**

Muchos hombres que se quejaron de irritabilidad y mal genio demostraron ser muy susceptibles a la autosugestión y obtuvieron resultados maravillosos usando las siguientes declaraciones tres o cuatro veces en la mañana, mediodía, y en la noche antes de dormir por casi un mes. “De ahora en adelante, cultivaré más el buen humor. La alegría, la felicidad, y el buen humor están ahora volviéndose mis estados de ánimo normales. Todos los días me pongo más y más adorable y comprensivo. Ahora me estoy convirtiendo en el centro de alegría y buena fe de todos los que están cerca de mí, contagiándolos con buen humor. Este estado de ánimo feliz, jovial, y alegre se está ahora volviendo mi estado de ánimo normal, natural. Estoy agradecido.”

### **El poder constructivo y destructivo de la sugestión**

Algunos ejemplos y comentarios sobre la heterosugestión: Heterosugestión quiere decir sugestiónes desde otra persona. En todas las eras el poder de sugestión ha jugado un rol en la vida y el pensamiento del hombre en cada período de tiempo y en cada país de la tierra. En muchas partes de mundo el poder controlador está en la religión.

La sugestión puede ser usada para disciplina y nos puede controlar, pero también puede usarse para tomar control y orden sobre otros que no conocen las leyes de la mente. En su forma

constructiva es maravillosa y magnífica. En sus aspectos negativos es una de las más destructivas de todos los patrones de respuesta de la mente, dando como resultado patrones de desdicha, fracaso, sufrimiento, enfermedad, y desastre.

### **¿Ha aceptado alguna de éstas sugerencias?**

Desde la infancia a la mayor parte de nosotros nos han dado muchas sugerencias negativas. No sabiendo cómo prevenirlas, inconscientemente las aceptamos. Aquí hay algunas de las sugerencias negativas: “No puedes.” “Nunca llegarás a ser alguien.” “No debes.” “Fracasarás.” “No tienes probabilidades.” “Estás mal.” “Eres inútil.” “No sabes nada.” “El mundo se está arruinando.” “Lo que te pase, a nadie le importa.” “Es tan difícil hacer eso.” “Estás demasiado viejo ahora.” “Las cosas están cada vez peor.” “La vida es un sufrimiento interminable.” “El amor es para las mujeres.” “Simplemente no puedes ganar.” “Bien pronto estarás en la quiebra.” “Cuidado, te contagiarás un virus.” “no se puede confiar en nadie,” etc.

A menos que, como un adulto, use la autosugestión constructiva, la cuál es una terapia de re-acondicionamiento, las impresiones hechas en usted en días pasados pueden causar normas de conducta que causan fracaso en su vida personal y social. La autosugestión es una manera de liberarlo de la masa de acondicionamiento verbal negativo que de otra manera podría distorsionar su patrón de vida, dificultando el desarrollo de los buenos hábitos.

### **Usted puede cancelar las sugerencias negativas**

Tome el diario cualquier día, y podrá leer docenas de artículos que podrían sembrar semillas de inutilidad, miedo, preocupación, ansiedad, y destino amenazante. Aceptar estos pensamientos de miedo podría causarle que pierda las ganas de vivir. Sabiendo que puede no aceptar todas estas sugerencias negativas dando a su mente subconsciente autosugestiones constructivas, usted contrarresta todas estas ideas destructivas.

Revise habitualmente las sugerencias negativas que las personas le hacen. Usted no tiene que ser influenciado por la heterosugestión destructiva. Todos hemos padecido eso en nuestra infancia y en nuestra adolescencia. Si mira al pasado, fácilmente puede recordar cómo contribuyeron sus padres, amigos, parientes, maestros, y compañeros en una cruzada de sugerencias negativas. Estudie las cosas que le dijeron, y descubrirá que mucho de eso estaba en forma de propaganda. El propósito de mucho de lo que le dijeron fue para controlarlo o para inspirarle miedo.

Este proceso de heterosugestión sucede en cada casa, oficina, industria, y agrupación. Encontrará que muchas de estas sugerencias son hechas con el propósito de hacerlo pensar, sentir, y actuar, como los otros quieren que lo haga y en las formas que les sirven a la superioridad y ventaja [*advantage*] de ellos.

### **Cómo la sugestión mató a un hombre**

Aquí hay un ejemplo de heterosugestión: Un pariente mío fue a una adivinadora en la India que le dijo que tenía un corazón malo y predijo que se moriría en la siguiente luna nueva. Él comenzó a contarles a todos los miembros de su familia de esta predicción, y planificó su testamento.

Esta sugestión poderosa entró en su mente subconsciente porque él la aceptó por completo. Mi familiar también me dijo que esta adivinadora creía que tenía algunos extraños poderes ocultos, y podría hacerle mal o bien a una persona. Él murió como predijo sin saber que él fue la causa de su muerte. Supongo que muchos de nosotros hemos oído similares estúpidas, ridículas y supersticiosas historias.

Consideremos lo ocurrido a la luz de nuestro conocimiento de la forma en que la mente subconsciente trabaja. En lo que sea que cree la mente consciente y razonadora del hombre; La mente subconsciente lo aceptará y actuará sobre eso. Mi pariente era feliz, sano, enérgico, y fornido cuando fue a visitar a la adivinadora. Ella le dio una sugestión muy negativa, la que él aceptó. Él se aterrorizó, y a cada instante le dio mucho pensamiento al hecho que iba a

morirse en la siguiente luna nueva. Se puso a contarle a todos de eso, y se preparó para su fin. La actividad ocurrió en su propia mente, y su propio pensamiento fue la causa. Él causó su asíllamada *muerte*, o más bien *la destrucción de su cuerpo físico*, por el miedo y la expectación de su fin.

La mujer que predijo su muerte no tenía más poder que las piedras y los palos del campo. Su sugestión no tenía el poder de crear o causar la muerte que ella insinuó. Si él hubiera sabido las leyes de su mente, completamente hubiera denegado la sugestión negativa y se hubiera rehusado a darle algo de atención a sus palabras, sabiendo en su corazón que él era gobernado y controlado por su propio pensamiento y sentimiento. Como la mira del barco de guerra se cambia de punto, su profecía pudo haber sido completamente neutralizada y disipada sin lastimarlo.

Las sugestionones de otros sobre ellos mismos no tienen absolutamente nada de poder sobre usted excepto del poder que usted les da a través de sus propios pensamientos. Usted tiene que dar su afirmación mental; Tiene que recrear el pensamiento. Entonces, se convierte en su pensamiento, y se transforma en su manera de pensar. Recuerde, usted tiene la capacidad de escoger. ¡Escoja vida! ¡Escoja amor! ¡Escoja salud!

### **El poder de una premisa mayor asumida**

Su mente trabaja como un silogismo. Esto quiere decir que sea cual sea la premisa mayor que asume su mente consciente como cierta, ésta determina la conclusión que su mente subconsciente trae con relación a cualquier problema o pregunta particular en su mente. Si su premisa es cierta, la conclusión debe ser cierta, tal como en el siguiente ejemplo:

*Cada virtud es digna de elogio; la bondad es una virtud;  
Por consiguiente, la bondad es digna de elogio.*

Otro ejemplo es como a continuación se indica:

*Todas las cosas creadas cambian y desaparecen; las  
Pirámides de Egipto son cosas creadas;*

*Por consiguiente, algún día las Pirámides desaparecerán.*

La primera afirmación es llamada la premisa mayor, y la conclusión correcta obligatoriamente debe venir detrás de la premisa correcta.

Un profesor de universidad, que asistió a algunas de mis conferencias sobre la ciencia de la mente, en mayo, 1962, Nueva York, me dijo, “Todo en mi vida está patas pa' arriba, he perdido la salud, la riqueza, y a mis amigos. Todo lo que hago me sale mal.”

Le expliqué que debía establecer una premisa mayor en su manera de pensar, que la inteligencia infinita de su mente subconsciente estaba guiándolo, dirigiéndolo, y haciéndolo prosperar espiritual, mental y materialmente. Entonces, su mente subconsciente automáticamente lo conduciría sabiamente en sus inversiones, decisiones, y también sanaría su cuerpo y restauraría su mente hacia la paz y la tranquilidad.

Este profesor formuló una descripción global de la forma en que quería que fuera su vida, y ésta fue su premisa mayor:

“La inteligencia Infinita me conduce y me guía en todas mis formas. La salud perfecta es mía, y la Ley de Armonía está operando en mi mente y cuerpo. La belleza, el amor, la paz, y la abundancia son mías. El principio de acción correcta y el orden divino gobiernan mi vida completa. Conozco mi premisa mayor que se basa en las verdades eternas de la vida, y sé, siento, y creo que mi mente subconsciente responde según la naturaleza del pensamiento de mi mente consciente.”

Él me escribió así: “Repetí las anteriormente citadas declaraciones lentamente, con tranquilidad, y con cariño varias veces al día sabiendo que se hundían en lo más profundo en mi mente subconsciente, y que los resultados debían llegar. Agradezco profundamente la audiencia que me dio, y me gustaría agregar que todas las áreas de mi vida están cambiando para mejor. ¡Esto Funciona!”

**La subconsciencia no argumenta controversialmente**

Su mente subconsciente es infinitamente sabia y sabe las respuestas a todas las preguntas. No discute ni le replica. No dice, “no me debe afectar con eso.” Por ejemplo, cuando usted dice, “no puedo hacer esto.” “Estoy demasiado viejo ahora.” “No puedo pagar esta deuda.” “Fui de humilde condición.” “No conozco ningún político correcto,” está impregnando su subconsciencia con estos pensamientos negativos, y ella responde consecuentemente. Usted realmente está bloqueando su propio bien, por consiguiente trae escasez, limitación, y frustración a su vida.

Cuando usted puso obstáculos, impedimentos, y demoras en su mente consciente, usted niega la sabiduría y la inteligencia residente en su mente subconsciente. Realmente dice que en efecto su mente subconsciente no puede solucionar su problema. Esto conduce a la congestión mental y emocional, seguida por enfermedad y tendencias neuróticas.

Para darse cuenta de su deseo y vencer su frustración, afirme atrevidamente varias veces al día: “La inteligencia infinita que me dio este deseo me conduce, me guía, y me revela el plan perfecto para el desarrollo de mi deseo. Sé que la sabiduría más profunda de mi subconsciencia ahora responde, y lo que siento y reclamo dentro es expresado en el exterior. Hay un balance, un equilibrio, y una ecuanimidad.”

Si usted dice, “No hay salida; estoy perdido; No hay salida a este dilema; Soy bloqueado y atascado,” no conseguirá la solución o respuesta desde su mente subconsciente. Si quiere que la subconsciencia trabaje para usted, déle la petición correcta, y logrará su cooperación. Todo el tiempo está trabajando para usted. Controla su latido este minuto y también su respiración. Cicatriza un tajo en su dedo, y su tendencia es la de proteger su vida, encargándose por siempre de cuidarlo y de resguardarlo. Su subconsciencia tiene una intención personal, pero acepta sus patrones de pensamiento y visualización [*imaginery*].

Cuando busca una respuesta a un problema, su subconsciencia responderá, pero espere que venga esa decisión o juicio justo en su mente consciente. Debe reconocer que la respuesta está en su mente

subconsciente. Sin embargo, si dice, “no pienso que haya alguna salida; Estoy todo enredado y confundido; ¿Por qué no consigo una respuesta?” Usted está neutralizando su oración. Como el soldado marcando el paso, no va a ninguna parte.

Aquiete su mente, relájese, suelte, y con tranquilidad afirme: “Mi subconsciencia sabe la respuesta. Me responde ahora. Doy gracias porque sé que la inteligencia infinita de mi subconsciencia sabe todas las cosas y me revela la respuesta perfecta ahora. Mi convicción verdadera ahora deja en libertad a la majestad y la gloria de mi mente subconsciente. Me regocijo en que así es.”

### **Revisión de puntos de interés**

1. Piense bien, y el bien vendrá. Piense mal, y el mal vendrá. Usted es lo que piensa durante todo el día.
2. Su mente subconsciente no discute con usted. Ella acepta lo que su mente consciente decreta. Si dice, “no puedo permitirme el lujo,” puede ser cierto, pero no lo diga. Seleccione un mejor pensamiento, decrete, “compraré eso. Lo acepto en mi mente.”
3. Usted tiene el poder de escoger. Escoja salud y felicidad. Usted puede elegir ser amigable, o puede elegir ser antisocial. Elija ser cooperativo, alegre, amigable, adorable, y el mundo entero responderá. Ésta es la mejor forma de desarrollar una personalidad maravillosa.
4. Su mente consciente es el “guardia en la entrada.” Su función principal es proteger su mente subconsciente de impresiones falsas. Elija creer que algo bueno puede ocurrir y que ocurre ahora. Su máximo poder es su capacidad de escoger. Escoja felicidad y abundancia.
5. Las sugerencias y afirmaciones de otros no tienen poder para causarle daño. El único poder es la corriente de su pensamiento. Usted puede elegir no aceptar los pensamientos o afirmaciones de otros y afirmar el bien. Usted tiene el poder de escoger cómo reaccionará.

6. Observe lo que expresa. Tiene que ser responsable de cada palabra sin valor. Nunca diga, “fallaré; Perderé mi empleo; No puedo pagar la renta.” Su subconsciencia no puede tomarlo como chiste. Hace ocurrir todas estas cosas.
7. Su mente no es mala. Ninguna fuerza de la naturaleza es mala. Depende de cómo usa los poderes de la naturaleza. Use su mente para bendecir, sanar, e inspirar a todas las personas en todas partes.
8. Nunca diga, “no puedo.” Venza ese miedo substituyéndolo con lo siguiente, “puedo hacer todas las cosas a través del poder de mi mente subconsciente.”
9. Comience a pensar del punto de vista de las verdades eternas y los principios de la vida y no del punto de vista del miedo, la ignorancia, y la superstición. No permita que otros piensen por usted. Escoja sus pensamientos y haga sus propias decisiones.
10. Usted es el capitán de su alma (la mente subconsciente) y el amo de su destino. Recuerde, usted tiene la capacidad de escoger. ¡Escoja vida! ¡Escoja amor! ¡Escoja salud! ¡Escoja felicidad!
11. Lo que sea que su mente consciente dé por hecho y crea ser cierto, su mente subconsciente lo aceptará y lo hará ocurrir. Crea en la dicha, la guía divina, la acción correcta, y todas las bendiciones de la vida.

# 3

## **El Poder Milagroso de su Subconsciente**

El poder de su subconsciencia es enorme. Lo inspira, lo guía, y le revela nombres, hechos, y escenas desde la bodega de la memoria. Su subconsciencia comenzó su latido del corazón, controla la circulación de su sangre, y regula su digestión, su metabolismo, y su evacuación.

Cuando come un trozo de pan su mente subconsciente transmuta eso en tejido fino, músculo, hueso, y sangre. Este proceso está más allá del ken del hombre más sabio que camina por la tierra. Su mente subconsciente controla todas las funciones y procesos vitales de su cuerpo y sabe la respuesta a todos los problemas. Su mente subconsciente nunca duerme, nunca descansa. Está siempre en el lugar de trabajo. Usted puede descubrir el poder milagroso de su subconsciencia con toda evidencia indicándole a su subconsciencia antes de dormir que usted desea que sea lograda una cierta cosa específica. Le dará mucho gusto descubrir que las fuerzas dentro de usted serán desatadas, conduciendo al resultado deseado. Aquí, entonces, está una fuente de poder y la sabiduría que lo pone a usted en contacto con la omnipotencia o el poder que mueve el mundo, dirige los planetas en su curso, y hace que brille el sol.

Su mente subconsciente es la fuente de sus ideales, aspiraciones, y deseos altruistas. Fue a través de la mente subconsciente que Shakespeare percibía grandes verdades ocultas del hombre de la calle de su día. Indudablemente, fue la respuesta de su mente subconsciente lo que causó que el escultor griego, Phidias,

retratara belleza, orden, simetría, y proporción en mármol y bronce. Permitió que el artista italiano, Raphael, pintara la Madonna, y Ludwig van Beethoven compusiera sus sinfonías.

En 1955 di una conferencia en Yoga Forest University, Rishikesh, India, y ahí conversamos con un cirujano de visita desde Bombay. Él me contó sobre el Dr. James Esdaille, un cirujano escocés, que trabajó en Bengala antes de que el éter u otros métodos modernos de anestesia fueran descubiertos. Entre 1843 y 1846, Dr. Esdaille realizó aproximadamente cuatrocientas operaciones mayores de todas las clases, tales como amputaciones, remoción de tumores y brotes cancerígenos, así como también operaciones en el ojo, oído, y garganta. Todas las operaciones fueron transmitidas bajo anestesia mental únicamente. Este doctor indio en Rishikesh me informó que la tasa de mortalidad post-operatoria de pacientes del Dr. Esdaille era sumamente baja, probablemente dos o tres por ciento. Los pacientes no sintieron dolor, y no hubo muertes durante las operaciones.

El Dr. Esdaille le daba indicaciones a las mentes subconscientes de todos sus pacientes, quienes estaban en un estado hipnótico, que ninguna infección o condición séptica se desarrollaría.

Debe recordar que éste estaba antes de Louis Pasteur, Joseph Lister, y otros que indicaron el origen bacteriano de la enfermedad y las causas de infección debido a instrumentos no esterilizados y organismos virulentos.

Este cirujano indio dijo que la razón para la tasa de mortalidad baja y la ausencia general de infección, que se reducía a un mínimo, era indudablemente debido las sugerencias del Dr. Esdaille a las mentes subconscientes de sus pacientes. Ellas respondieron según la naturaleza de su sugestión.

Es simplemente maravilloso, cuando se imagina cómo un cirujano, por hace ciento veinte años, descubrió los poderes maravillosos y milagrosos de la mente subconsciente. ¿No le causa una clase de sobrecogimiento místico cuando se detiene y piensa en los poderes transcendentales de su mente subconsciente? Considere

sus percepciones extra-sensoriales, tales como su capacidad para la clarividencia y clariaudiencia, su independencia de tiempo y espacio, su capacidad para liberarlo de todo dolor y sufrimiento, y su capacidad para traerle la respuesta a todos los problemas, sean de lo que sean. Todos estos y muchos más le revelan que hay un poder e inteligencia dentro de usted que trasciende mucho más su intelecto, haciendo que se maraville de los milagros que ocurren. Todas estas experiencias lo hacen que se regocije y crea en los poderes milagrosos de su mente subconsciente.

### **Su subconsciente es su Libro de la vida**

No importa qué pensamientos, creencias, opiniones, teorías, o dogmas que escribe, graba, o imprime en su mente subconsciente, usted los experimentará como la manifestación objetiva de circunstancias, condiciones, y acontecimientos.

Lo que deja escrito dentro, lo experimentará fuera. Tiene dos lados de su vida, objetivo y subjetivo, visible e invisible, su pensamiento y su manifestación.

Su cerebro recibe su pensamiento, el cual es el órgano de su mente consciente de razonamiento. Cuando su mente consciente u objetiva acepta el pensamiento por completo, es enviado al plexo solar, llamado el cerebro de su mente, dónde se convierte en carne y se hace manifiesto en su experiencia.

Como previamente esboqué, su subconsciencia no puede discutir. Actúa solamente desde lo que usted escribe en ella. Acepta su veredicto o las conclusiones de su mente consciente como definitivas. Este es el por qué usted siempre está escribiendo en el libro de la vida, la causa de que sus pensamientos se convierten en sus experiencias. El ensayista americano, Ralph Waldo Emerson dijo, “el Hombre es lo que él piensa durante todo el día.”

### **Lo que es impreso en la subconsciencia es expresado**

William James, el padre de la psicología americana, dijo que el poder para mover el mundo está en su mente subconsciente. Su mente subconsciente tiene una inteligencia infinita y sabiduría

ilimitada. Es alimentada por manantiales ocultos, y es llamada la ley de la vida. Lo que sea que imprima en su mente subconsciente, ésta removerá cielo y tierra para hacerlo ocurrir. Por consiguiente, debe imprimirle ideas correctas y pensamientos constructivos.

La razón por la que hay tanto caos y sufrimiento en el mundo es porque las personas no entienden la interacción de sus mentes conscientes y subconscientes. Cuando estos dos principios funcionan acordemente, en armonía, en paz, y en conjunto de manera sincronizada, usted tendrá salud, felicidad, paz y alegría. No hay enfermedad ni discordia cuando el consciente y el subconsciente trabajan juntos armoniosa y pacíficamente.

La tumba de Hermes fue abierta con gran sentido de expectación y admiración porque las personas creyeron que el máximo secreto de las edades estaba encerrado ahí dentro. El secreto fue *como es adentro, es afuera; como es arriba, es abajo*.

En otras palabras, lo que sea que se imprime en su mente subconsciente es expresado en la pantalla del espacio. Esta misma verdad fue proclamada por Moisés, Isaiah, Jesús, Buddha, Zoroastro, Lao Tze, y todos los visionarios iluminados de las generaciones “Lo que sea que siente como verdadero, subjetivamente es expresado como condiciones, experiencias, y acontecimientos. La actividad y la emoción deben equilibrarse. *Como es en el cielo* (su propia mente), *así es en la tierra* (en su cuerpo y ambiente). Ésta es la gran ley de la vida.

Encontrará a lo largo de toda la naturaleza la ley de acción y reacción, de pausa y movimiento. Estas dos deben equilibrarse, entonces habrá armonía y equilibrio. Usted está aquí para dejar fluir el principio de la vida a través de usted rítmica y armoniosamente. El insumo y el egreso deben ser iguales. La impresión y la expresión deben ser iguales. Toda su frustración se debe a un deseo no cumplido.

Si piensa negativa, destructiva, y cruelmente, estos pensamientos generan emociones destructivas que deben ser expresadas y deben encontrar una salida.

Estas emociones, siendo de una naturaleza negativa, son frecuentemente expresadas como úlceras, problemas al corazón, tensión, y ansiedades.

¿Cuál es su idea o sentimiento acerca de sí mismo ahora? Cada parte de su ser expresa esa idea. Su vitalidad, cuerpo, capacidad financiera, amigos, y posición social representan una reflexión perfecta de la idea que usted tiene de sí mismo.

Éste es el significado verdadero de lo que es impreso en su mente subconsciente, es expresado en todas las fases de su vida.

Nos dañamos a nosotros mismos por las ideas negativas que recreamos. ¿Cuán a menudo se ha herido a sí mismo poniéndose enojado, temeroso, envidioso, o vengativo? Éstos son los venenos que entran en su mente subconsciente. Usted no nació con estas actitudes negativas. Alimente su mente subconsciente con pensamientos revitalizadores, y eliminará todos los patrones negativos alojados ahí dentro. A medida que continúa haciendo esto, todo el pasado será erradicado y no recordado más.

### **La subconsciencia sana enfermedades de la piel**

Una sanación personal será en toda la vida la prueba más convincente del poder sanador de la mente subconsciente. Hace más de cuarenta años atrás resolví una enfermedad a la piel a través de la oración. La terapia médica había fallado inspeccionando el crecimiento, y estaba empeorándose progresivamente.

Un sacerdote, con un conocimiento psicológico profundo, me explicó el significado interior del Salmo 139 en donde dice, *Y en tu libro estaban escritas todas aquellas cosas que fueron luego formadas, sin faltar una de ellas.* Me explicó que el término *libro* quiso decir mi mente subconsciente, que modeló y formó todos mis órganos a partir de una célula invisible. También señaló que porque mi mente subconsciente hizo mi cuerpo, también lo podría reproducir y sanar según el patrón perfecto dentro él.

Este clérigo me mostró su reloj de pulsera y dijo, “éste tuvo un fabricante, y el relojero tuvo que tener la idea primero en mente antes de que el reloj se convirtiera en una realidad objetiva, y si el

reloj está descompuesto, el relojero puede arreglarlo.” Mi amigo me recordó que la inteligencia subconsciente, que creó mi cuerpo, era como un relojero, y también sabía exactamente cómo curar, reintegrar, y dirigir todos los procesos y funciones vitales de mi cuerpo, pero que tenía que darle la idea perfecta de salud. Esto actuaría como la causa, y el efecto sería una sanación.

Recé de una manera muy simple como a continuación se indica: “Mi cuerpo y todo sus órganos fueron creados por la inteligencia infinita en mi mente subconsciente. Ella sabe cómo sanarme. Su sabiduría modeló todos mis órganos, mis tejidos finos, mis músculos, y mis huesos. Esta presencia sanadora infinita dentro de mí ahora está transformando cada átomo de mi ser sanándome y perfeccionándome ahora. Doy gracias por que la sanación sé que ocurre ahora. Maravillosas son las obras de la inteligencia creativa dentro de mí.”

Recé en voz alta por casi cinco minutos dos o tres veces al día repitiendo la oración simple de arriba. En cuestión de tres meses mi piel estaba íntegra y perfecta.

Como puede ver, todo lo que hice fue proporcionarle los patrones revitalizadores de integridad, belleza, y perfección a mi mente subconsciente, en consecuencia eliminando de raíz los patrones e imágenes negativas de pensamiento alojados en mi mente subconsciente que eran la causa de todo mi problema. Nada aparece en su cuerpo excepto cuándo el equivalente mental está primero en su mente, y a medida que cambia de idea empapándola con afirmativas incesantes, cambia su cuerpo. Ésta es la base de toda sanación. . . . *Maravillosas son tus obras; estoy maravillado, y mi alma* (la mente subconsciente) *lo sabe muy bien. Salmo 139:14.*

### **Cómo controla la subconsciencia todas las funciones del cuerpo**

Mientras usted está despierto o profundamente dormido en su cama, la acción incesante, incansable de su mente subconsciente controla todas las funciones vitales de su cuerpo sin la ayuda de su mente consciente. Por ejemplo, mientras está dormido su corazón

continúa palpitando rítmicamente, sus pulmones no se detienen, y el proceso de inhalación y exhalación, por el cual su sangre absorbe aire fresco, sigue tal cual como cuando está despierto. Su subconsciencia controla sus procesos digestivos y excreciones glandulares, así como también todas las demás operaciones misteriosas de su cuerpo. El pelo de su cabeza continúa creciendo si usted está dormido o despierto. Los científicos nos dicen que la piel secreta mucho más sudor durante el sueño que durante las horas de vigilia. Sus ojos, sus oídos, y otros sentidos están activos durante el sueño. Por ejemplo, muchos de nuestros grandes científicos han recibido respuestas a los problemas desconcertantes mientras estaban dormidos, vieron las respuestas en un sueño.

Frecuentemente su mente consciente interfiere con el ritmo normal del corazón, pulmones, y funcionamiento del estómago e intestinos por la preocupación, ansiedad, miedo, y depresión. Estos patrones de pensamiento interfieren con el funcionamiento armonioso de su mente subconsciente. Al estar mentalmente perturbado, el mejor procedimiento es soltar, relajarse, y serenar sus procesos de pensamiento. Háblele a su mente subconsciente, diciéndole que asuma el control en paz, armonía, y orden divino. Acertará con que todas las funciones de su cuerpo se volverán normales otra vez. Asegúrese de hablarle a su mente subconsciente con autoridad y convicción, y ella obedecerá su orden.

Su subconsciencia anda en busca de preservar su vida y restaurar su salud por cualquier medio. Ella le provoca amar a sus hijos, que también a su vez ilustra un deseo instintivo por preservar toda vida. Supongamos que accidentalmente comió algo de comida descompuesta. Su mente subconsciente le provocará que la vomite sin esfuerzo. Si en un descuido tomara un poco de veneno, sus poderes subconscientes procederían a neutralizarlo. Si confiara completamente en su poder milagroso, se recuperaría íntegramente de salud.

## **Cómo hacer que la subconsciencia trabaje para usted**

La primera cosa a darse cuenta es que su mente subconsciente está todo el tiempo trabajando. Está activa día y noche, ya sea esté influyendo sobre ella o no. Su subconsciencia es la constructora de su cuerpo, pero usted no puede percibir u oír conscientemente ese silencioso proceso interior. Su asunto está con su mente consciente y no con su mente subconsciente. Mantenga su mente consciente ocupada solamente con la expectación de lo mejor, y asegúrese de que los pensamientos que habitualmente piensa se basen en cosas que solamente sean preciosas, verdaderas, justas, y de buen contenido. Comience ahora a encargarse de su mente consciente, sabiendo en su corazón y alma que su mente subconsciente siempre está expresando, reproduciendo, y manifestando de acuerdo a su pensar habitual.

Recuerde, tal como el agua toma la forma de la tubería en la que fluye, el principio de la vida fluye a través de usted según la naturaleza de sus pensamientos. Afirme que la presencia sanadora en su subconsciencia fluye a través de usted como armonía, salud, paz, alegría, y abundancia. Piense en ella como una inteligencia viva, un adorable compañero de camino. Firmemente creo en que todo el tiempo fluye a través de usted vivificando, inspirando, y haciéndolo prosperar. Ella responderá exactamente así. Ella lo hace de la misma manera en que usted lo cree.

## **El principio de sanación de la subconsciencia restaura nervios ópticos atrofiados**

Hay un caso bien conocido, debidamente autenticado de Madame Bire de Francia, registrado en los archivos del departamento médico de Lourdes, Francia. Ella era ciega; Los nervios ópticos estaban atrofiados e inservibles. Ella fue de visita a Lourdes y tuvo lo que ella llamó una sanación milagrosa. Ruth Cranston, una señorita protestante que investigó y escribió acerca de las sanaciones en Lourdes en la revista *McCall*, noviembre, 1955, escribe sobre Madame Bire lo siguiente: “En Lourdes ella recobró su vista increíblemente, con los nervios ópticos todavía inánimes e

inservibles, como varios doctores podrían brindar testimonio después de que repitieron los exámenes. Un mes más tarde, en el nuevo examen, fue encontrado que el mecanismo de vista había sido repuesto a la normalidad. Pero al principio, lo que el examen médico podría decirnos era que, ella veía con los *ojos muertos*.”

He visitado Lourdes varias veces donde yo, también, he presenciado algunas sanaciones, y por supuesto, como explicará en el siguiente capítulo, no hay duda que las sanaciones ocurren en templos en todo el mundo, cristianos y no-cristianos.

Las aguas del altar no sanaron a Madame Bire, de quién nos referimos recién, pero sí su mente subconsciente que respondió a su creencia. El principio de sanación dentro de su mente subconsciente respondió a la naturaleza de su pensamiento. La creencia es un pensamiento en la mente subconsciente. Eso quiere decir que acepta cualquier cosa como cierta. El pensamiento aceptado se ejecuta a sí mismo automáticamente. Indudablemente, Madame Bire fue al santuario con expectación y gran fe, sabiendo en su corazón que recibiría una sanación. Su mente subconsciente respondió como corresponde, desatando las siempre presentes fuerzas de sanación. La mente subconsciente, que creó el ojo, ciertamente puede traer a la vida un nervio muerto. Lo que el principio creativo creó, eso puede re-crear. *Según su creencia le será hecho.*

### **Cómo comunicar la idea de la salud perfecta a su mente subconsciente**

Un pastor que conocí en Johannesburgo, África del Sur, me contó el método que él usó para comunicarle la idea de salud perfecta a su mente subconsciente. Él tenía cáncer al pulmón. Su técnica, me la dio desde su puño y letra, es exactamente así: “Varias veces al día me aseguraría que estuviese completamente relajado mental y físicamente. Relajé mi cuerpo hablándole así, *Mis pies están relajados, mis tobillos están relajados, mis piernas están relajadas, mis músculos abdominales están relajados, mi corazón y mis pulmones están relajados, mi cabeza está relajada, mi ser entero está completamente relajado.* Después de casi cinco minutos

estaría en un estado aletargado con sueño, y luego afirmaba la siguiente verdad, 'la perfección de Dios ahora está siendo expresada a través de mí. La idea de la salud perfecta ahora llena mi mente subconsciente. La imagen que Dios tiene de mí es una imagen perfecta, y mi mente subconsciente recrea mi cuerpo en la conformidad perfecta con la imagen perfecta mantenida en la mente de Dios.'“ Este pastor tuvo una sanación notable. Ésta es una forma fácil y simple de comunicarle la idea de la salud perfecta a su mente subconsciente.

Otra forma maravillosa de comunicarle la idea de salud a su subconsciencia es a través de la imaginación disciplinada o científica. Le dije a un hombre que estaba aquejado de parálisis funcional que hiciera un cuadro vivo de sí mismo paseando en su oficina, tocando el escritorio, contestando el teléfono, y haciendo todas las cosas que ordinariamente haría si estuviera sano. Le expliqué que esta idea y esta visualización de salud perfecta serían aceptadas por su mente subconsciente.

Él vivió el papel y realmente se sintió a sí mismo ya en la oficina. Él sabía que le estaba dando a su mente subconsciente algo definitivo que iba a funcionar.

Su mente subconsciente fue la cinta en la cual el cuadro fue impreso. Un día, después de varias semanas de acondicionamiento frecuente de la mente con esta visualización, el teléfono sonó por arreglo previo y se mantuvo sonando mientras su esposa y su enfermera estaban fuera. El teléfono estaba cerca de doce pies fuera, pero no obstante él logró contestarlo. Él estaba curado a esa hora. El poder sanador de su mente subconsciente respondió a su visualización mental, y luego vino la sanación.

Este hombre tenía un bloqueo psicológico, el cual impidió que los impulsos del cerebro llegaran a sus piernas; Por consiguiente, él dijo que no podría caminar. Cuando desvió su atención hacia el poder sanador dentro de él, el poder fluyó de un lado a otro, él enfocó su atención, permitiéndole caminar.

*Y todo lo que pidieréis en oración, creyendo, lo recibiréis. San Mateo 21:22.*

### **Ideas que vale la pena recordar**

1. Su mente subconsciente controla todos los procesos vitales de su cuerpo y sabe la respuesta a todos los problemas.
2. Antes de dormir, produzca una petición específica a su mente subconsciente y se probará a sí mismo su poder milagroso.
3. Lo que sea que imprima en su mente subconsciente es expresado en la pantalla del espacio como condiciones, experiencias, y acontecimientos. Por consiguiente, detenidamente debería observar todas las ideas y pensamientos recreados en su mente consciente.
4. La ley de acción y reacción son universales. Su pensamiento es acción, y la reacción es la respuesta automática de su mente subconsciente a su pensamiento. ¡Observe sus pensamientos!
5. Toda frustración se debe a deseos no cumplidos. Si le da mucho pensamiento a los obstáculos, demoras, y dificultades, su mente subconsciente responde consecuentemente, y bloquea su bien.
6. El Principio de Vida fluirá a través de usted rítmica y armoniosamente si usted conscientemente afirma: “Creo en que el poder subconsciente que me dio éste deseo, ahora está cumpliéndolo a través de mí.” Esto disuelve toda discordia.
7. Usted puede interferir con el ritmo normal de su corazón, pulmones, y otros órganos por la preocupación, la ansiedad, y el miedo. Alimente su subconsciencia con pensamientos de armonía, salud, y paz, y todas las funciones de su cuerpo se volverán normales otra vez.
8. Mantenga su mente consciente ocupada con la expectación de lo mejor, y su subconsciencia fielmente reproducirá su pensar habitual.
9. Imagine el final feliz o la solución a su problema, sienta la emoción de la realización, y lo que se imagina y siente será aceptado por su mente subconsciente y lo realizará.

# 4

## **Las Sanaciones Mentales en la Antigüedad**

A través de las edades los hombres de todas las naciones en cierta forma instintivamente han creído que en alguna parte existe un poder sanador que podría normalizar las funciones y sensaciones del cuerpo humano. Creían que este poder extraño podría ser invocado bajo ciertas condiciones, y que el alivio del sufrimiento humano seguiría. La historia de todas las naciones aduce testimonios en apoyo de esta creencia.

En los inicios de la historia del mundo el poder de influenciar en secreto a hombres para bien o para mal, incluyendo la sanación a lo enfermo, —se dijo que era poseído por sacerdotes y hombres de Dios de todas las naciones. La sanación de los enfermos se supuso que es un poder derivado directamente por ellos desde Dios, y los procedimientos y procesos de sanación variaban en todo el mundo. Los procesos de sanación se plasmaron en plegarias a Dios atendidas por ceremonias diversas, tales como la imposición de manos, los conjuros, la aplicación de amuletos, talismanes, anillos, reliquias, e imágenes.

Por ejemplo, en las religiones de la antigüedad los sacerdotes en los templos antiguos le dieron drogas al paciente y practicaron sugerencias hipnóticas antes del sueño del paciente, diciéndole que los dioses lo visitarían en su sueño y lo sanarían. Muchas sanaciones ocurrieron. Obviamente, toda esto fue la actividad de sugerencias poderosas hacia la mente subconsciente.

Después de la ejecución de ciertos ritos misteriosos, los creyentes de Hecate verían que la diosa durante el sueño, les daba eso por lo que antes de ir a dormir le habían rezado según instrucciones extrañas y fantásticas. Recibían instrucciones de mezclar lagartos con resina, incienso, y mirra, y machacaban todo esto al aire libre bajo la luna creciente. Las sanaciones eran divulgadas en muchos casos siguiendo este procedimiento grotesco.

Es obvio que estos procedimientos extraños, como mencioné en los ejemplos dados, favorecieron a la sugestión y la aceptación de la mente subconsciente de estas personas haciendo una súplica poderosa a su imaginación. Realmente, en todas estas sanaciones, la mente subconsciente del individuo fue la sanadora.

En todas las edades los sanadores no oficiales han obtenido resultados notables en casos donde la habilidad médica oficial ha fracasado. Esto da pie a la reflexión. ¿Cómo estos médicos en todas partes del mundo llevan a cabo sus curaciones? La respuesta a todas estas sanaciones se debe a la creencia ciega de la persona enferma, la cual desató el poder sanador residente en su mente subconsciente. Muchos de los remedios y métodos empleados eran bastante extraños y fantásticos y esto detonó la imaginación de los pacientes, causando un estado emocional estimulado. Este estado mental facilitó la sugestión de salud, y fue aceptada por ambas, por la mente consciente y subconsciente del enfermo. Esto será explicado en detalle adelante en el siguiente capítulo.

### **Historias bíblicas para el uso de los poderes subconscientes**

*Por tanto, os digo que todo lo que pidieréis orando, creed que lo recibiréis, y os vendrá. Marcos 11:24.*

Note la diferencia en los tiempos. El escritor inspirado nos dice que creamos y aceptemos como verdadero el hecho de que nuestro deseo ya ha sido cumplido y realizado, que ahora mismo está realizado, y que su realización vendrá en el futuro.

El éxito de esta técnica depende de la creencia confiada de que el pensamiento, la idea, y el cuadro ya son un hecho en la mente.

Para que cualquier cosa tenga sustancia en el reino de la mente, debe ser pensado como si en realidad estuviera ahí.

Aquí en unas pocas palabras enigmáticas está una dirección concisa y específica para hacer uso del poder creativo del pensamiento imprimiendo en la subconsciencia la cosa particular que usted desee. Su pensamiento, idea, plan, o propósito es tan real en su propio plano como su mano o su corazón. En el siguiente método bíblico, elimina completamente de su mente toda consideración de condiciones, circunstancias, o cualquier cosa, que pudiera insinuar imprevistos desfavorables. Usted siembra una semilla (concepto) en la mente, la cual, si la deja tranquila, infaliblemente germinará en la fructificación externa.

La condición primera, en la cuál Jesús insistió, fue la fe. Repetidas veces lee en la Biblia, *Conforme a vuestra fe os sea hecho*. Si siembra ciertos tipos de semillas en el suelo, usted tiene fe de que crecerán de su misma especie después. Ésta es la modalidad de las semillas, y confiando en las leyes de desarrollo y agricultura, usted sabe que las semillas crecerán de su misma especie después. La fe como se mencionó en la Biblia es una forma de pensar, una disposición de ánimo, una certeza interior, en la seguridad de que la idea que acepta completamente en su mente consciente será encarnada en su mente subconsciente y manifestada. La fe es, hasta cierto punto, aceptar como cierto lo que su razón y sus sentidos rebaten, i.e., un portazo frente la pequeña, racional y analítica mente consciente y aceptar una actitud de confianza completa en el poder interior de su mente subconsciente.

Un clásico ejemplo de la técnica de la Biblia es registrado en *Mateo 9:28-30. ...Y llegado a la casa, vinieron a él los ciegos; y Jesús les dijo: ¿Creéis que puedo hacer esto? Ellos dijeron: Sí, Señor. Entonces les tocó los ojos, diciendo: Conforme a vuestra fe os sea hecho. Y los ojos de ellos fueron abiertos. Y Jesús les encargó rigurosamente, diciendo: Mirad que nadie lo sepa.*

En las palabras *Conforme a vuestra fe os sea hecho*, usted puede ver que Jesús realmente recurría a la cooperación de la mente subconsciente de los ciegos. Su fe era su gran expectación, su

sentimiento interior, su convicción interior que algo milagroso ocurriría, y que su oración sería contestada, y lo era. Ésta es la técnica consagrada por el tiempo de sanación, utilizada del mismo modo por todos los grupos sanadores a lo largo del mundo a pesar de la asociación religiosa.

En las palabras *Mirad que nadie lo sepa*, Jesús les ordena a los pacientes recién curados que no discutan su sanación porque podrían ser sometidos a críticas escépticas y peyorativas de los incrédulos. Esto podría tender a deshacer los beneficios que habían recibido por la mano de Jesús depositando pensamientos de miedo, duda, y ansiedad en la mente subconsciente.

*...Y estaban todos maravillados, y hablaban unos a otros, diciendo: ¿Qué palabra es esta, que con autoridad y poder manda a los espíritus inmundos, y salen?* Lucas 4:36.

Cuando los enfermos vinieron a Jesús para ser curados, fueron curados por la fe propia junto con su fe y comprensión del poder sanador de la mente subconsciente. Lo que sea que él decretó, interiormente lo sintió que era cierto. Él y las personas que necesitaban ayuda estaban en la subjetiva mente universal única, y su silencioso saber interior y la convicción del poder sanador cambiaron los patrones destructivos negativos en la subconsciencia de los pacientes. Las sanaciones resultantes fueron la respuesta automática hacia el cambio mental interno. Su orden era su petición hacia la mente subconsciente de los pacientes y su conciencia, sentimiento, y confianza absoluta en la respuesta de la mente subconsciente a las palabras que él dijo con autoridad.

### **Milagros en diversos templos en todo el mundo**

Es un hecho establecido que las curaciones han ocurrido en diversos templos en todo el mundo, como en Japón, India, Europa, y América. He visitado varios de los templos famosos en Japón. En el famoso templo mundial llamado Diabutsu está una divinidad gigantesca de bronce donde Buda está sentado con las manos dobladas, y la cabeza está inclinada en una actitud de éxtasis contemplativo profundo. Son 42 pies en la altura y es llamado el

gran Buda. Aquí vi jóvenes y viejos haciendo ofrecimientos a sus pies. Dinero, fruta, arroz, y naranjas eran ofrecidas. Las velas eran encendidas, el incienso era quemado, y las oraciones de petición recitadas.

El guía explicó el cántico de una jovencita a medida que susurraba una oración, hizo una reverencia profunda, y colocó dos naranjas como ofrenda. Ella también encendió una vela. Él dijo que ella había perdido su voz, y fue rehabilitada en el templo. Ella le daba a Buda las gracias por restaurar su voz. Ella tuvo la fe simple que Buda la devolvería su voz de canto si ella seguía cierto ritual, guardaba ayuno, e hiciera ciertas ofrendas. Todo esto ayudó a avivar la fe y la expectación, dando como resultado un acondicionamiento de su mente al extremo de la creencia. Su mente subconsciente respondió a su creencia.

Para ilustrar más allá el poder de la visualización y la creencia ciega relataré el caso de un pariente mío que tuvo tuberculosis. Sus pulmones estaban maléficamente enfermos. Su hijo decidió sanar a su padre. Él volvió a casa en Perth, Western Australia, donde su padre vivió, y le dijo que había encontrado a un monje que se había devuelto de uno de los templos de sanación en Europa. Este monje le vendió un pedazo de la cruz auténtica. Dijo que él le dio al monje lo equivalente a \$500 por eso.

Este joven en realidad había recogido un pedazo de madera de la acera, fue al joyero, y lo hizo colocar en un anillo a fin de que se viera auténtico. Él le dijo a su padre que solamente tocando el anillo o la cruz había sanado a muchos. Él lo afervorizó y detonó la imaginación de su padre hasta el punto que el viejo hombre cogió el anillo, lo colocó sobre su pecho, rezó silenciosamente, y se durmió. En la mañana estaba sanado. Todas las pruebas de la clínica resultaron ser contrarias.

Usted sabe, claro está, no fue la astilla de madera de la acera lo que lo sanó. Fue su imaginación estimulada hasta un grado intenso, y la expectación creyente de una sanación perfecta. La imaginación fue unida a la fe o al sentimiento subjetivo, y la unión de ambos causó una sanación. El padre nunca se enteró del engaño

que le habían hecho. Si lo hubiera sabido, probablemente hubiera tenido una recaída. Él se mantuvo absolutamente sanado y murió quince años más tarde a sus 89 años.

### **El único principio universal de sanación**

Es un hecho conocido que todas las escuelas diversas de sanación efectúan curaciones del carácter más maravilloso. La conclusión más obvia, que golpea su mente, es que debe haber algún principio fundamental, que sea común en todos ellos, a saber, la mente subconsciente, y el único proceso de sanación es la fe.

Ahora recuérdese a su mente otra vez las siguientes verdades fundamentales:

Primero que usted posee funciones mentales, que han sido diferenciadas llamándole a una la mente consciente y a la otra la mente subconsciente.

En segundo lugar, su mente subconsciente está todo el tiempo abierta al poder de la sugestión. Además, su mente subconsciente tiene el control completo de las funciones, condiciones, y sensaciones de su cuerpo.

Me aventuro a creer que todos los lectores de este libro están familiarizados con el hecho de que los síntomas de casi cualquier enfermedad pueden ser inducidos en personas hipnotizadas por la sugestión. Por ejemplo, un sujeto en estado hipnótico puede desarrollar una alta temperatura, cara ruborizada, o escalofríos según la naturaleza de la sugestión dada. Por experimento, usted puede indicarle a una persona que está paralizada y que no puede caminar: y así estará. Por ejemplo, usted puede sujetar una taza de agua frío en las barbas del sujeto hipnotizado y le puede decir, “Esto está lleno de pimienta; ¡Olfatéelo!” Él procederá a estornudar. ¿Qué piensa usted que causó él estornudara, el agua o la sugestión?

Si un hombre dice que es alérgico a la hierba del Fleo, usted le puede poner delante una flor sintética o un vaso vacío de su nariz, cuando él está en estado hipnótico, y decirle que es la hierba del Fleo. Él representará los síntomas alérgicos usuales. Esto señala

que la causa de la enfermedad está en la mente. La sanación de la enfermedad también puede ocurrir mentalmente.

Se da cuenta de que las sanaciones asombrosas ocurren a través de la medicina de osteopatía, de quiropráctica, y naturismo, así como también a través de todos los diversos cuerpos religiosos en todo el mundo, pero es obvio que todas estas sanaciones son realizadas a través de la mente subconsciente que es el único sanador que existe.

Fíjese en cómo sana un corte en su cara causado por afeitarse. Sabe exactamente cómo hacerlo. ¡El doctor adorna la herida y dice, “la Naturaleza lo sana!” La naturaleza se refiere a la ley natural, la ley de la mente subconsciente, o al instinto de conservación, que es la función de la mente subconsciente. El instinto de auto-conservación es la primera ley de la naturaleza. Su instinto más fuerte es el más potente de todas las autosugestiones.

### **Teorías ampliamente diferentes**

Sería aburrido e improductivo discutir sobre cualquier gran alcance de las numerosas teorías adelantadas por sectas religiosas diferentes y grupos de terapia de oración. Hay un sinnúmero que afirman que porque su teoría produce resultados es, por consiguiente, la única correcta. Esto, como ha sido explicado en este capítulo, no puede ser cierto.

Usted está consciente que son todos tipos de sanación. Franz Anton Mesmer, un médico austriaco (1734-1815) que ejerció en París, descubrió que aplicándole imanes al cuerpo enfermo, él podría curar esa enfermedad milagrosamente. Él también realizó sanaciones con varios otros pedazos de cristal y metales. Él suspendió esta forma de sanación y afirmó que sus curaciones se debieron a “el magnetismo animal,” proponiendo una teoría acerca de que esta sustancia era proyectada desde el médico hacia el paciente.

Su método de tratar la enfermedad desde entonces era por hipnotismo, que era llamado “mesmerismo” en su época. Otros

médicos dijeron que todas sus sanaciones eran debidas a la sugestión y nada más.

Todos estos grupos, tales como psiquiatras, psicólogos, osteópatas, quiroprácticos, médicos, y todas las iglesias usan el único poder universal y éste reside en la mente subconsciente. Cada uno puede proclamar que las sanaciones son debidas a su teoría. El proceso de toda sanación es una actitud definitiva, positiva, mental, una actitud interior, o una forma de pensar, llamada fe. La sanación se debe a una expectación confiada, que actúa como una sugestión poderosa para la mente subconsciente desatando su potencia de sanación.

Un hombre no sana por un poder diferente que otro. Es cierto que él puede tener su teoría o método. Hay sólo un proceso de sanación y esa es la fe. Hay sólo un poder de sanación, es a saber, su mente subconsciente. Prefiera la teoría y método que prefiera. Puede estar seguro, de que si tiene fe, conseguirá resultados.

### **Los Puntos de Vista de Paracelsus**

Philippus Paracelsus, famoso alquimista y médico suizo, que vivió de 1493 a 1541, fue un gran sanador en su época. Él indicó lo que es actualmente un hecho científico evidente cuándo pronunció estas palabras, “Si el propósito de su fe es verdadero o falso, a pesar de todo obtendrá los mismos efectos. De esa manera, si yo creía en la estatua de San Pedro mientras debería haber creído en San Pedro mismo, conseguiría los mismos efectos que conseguiría desde San Pedro. Pero esa es superstición. La fe, sin embargo, produce milagros; Y ya sea que la fe sea verdadera o falsa, siempre producirá los mismos milagros.”

Los puntos de vista de Paracelsus se esparcieron también en el siglo dieciséis por Pietro Pomponazzi, un filósofo italiano y contemporáneo de Paracelsus, quien dijo, “Fácilmente podemos idear los efectos maravillosos que la confianza y la imaginación pueden producir, en particular cuando ambas cualidades son correspondidas entre los asuntos y la persona que los influencia. Las curaciones atribuidas a la influencia de ciertas reliquias es el efecto

de su imaginación y su confianza. Los medicuchos y filósofos saben que si los huesos de cualquier esqueleto fueran puestos en lugar de los huesos del santo, los enfermos experimentarían a pesar de todo efectos beneficiosos, si creyeron que eran reliquias auténticas.”

Entonces, si cree en que los huesos de los santos sanan, o si cree en el poder sanador de ciertas aguas, solidificará los resultados por la sugestión poderosa dada a su mente subconsciente. Es esta última la que hace la sanación.

### **Los experimentos de Bernheim**

Hippolyte Bernheim, profesor de medicina en Nancy, Francia, 1910-1919, fue el expositor del hecho de que la sugestión del médico al paciente era ejercida a través de la mente subconsciente.

Bernheim, en su *Suggestive Therapeutics*, página 197, cuenta una historia de un hombre con parálisis en la lengua que se había rendido a ninguna forma de tratamiento. Su doctor le dijo al paciente que tenía un instrumento nuevo con el cual prometía sanarlo. Él introdujo un termómetro del bolsillo en la boca del paciente. El paciente imaginó que ése era el instrumento, que debía salvarlo. En pocos momentos gritó alegremente que ya podía mover su lengua nuevamente.

“Entre nuestros casos,” continúa Bernheim, “hechos del mismo tipo serán encontrados. Una jovencita entró en mi oficina, habiendo padecido de pérdida completa del habla por casi cuatro semanas. Después de asegurarnos del diagnóstico, le dije a mis estudiantes que la pérdida de la voz algunas veces cedía instantáneamente a la electricidad, que puede actuar simplemente por su influencia sugestiva. Mandé a buscar el aparato de conscripción. Puse mi mano en su laringe y moví una pequeña cantidad, y dije, ‘Ahora puede hablar en voz alta.’ En un instante la hice decir a, luego b, luego Maria. Ella continuó hablando claramente; La falta de voz había desaparecido.”

Aquí Bernheim demuestra el poder de la fe y expectación de parte del paciente, que actúan como una sugestión poderosa para la mente subconsciente.

### **Produciendo una ampolla por sugestión**

Bernheim manifiesta que produjo una ampolla en la parte de atrás del cuello de un paciente aplicando un sello de correos e indicándole al paciente que era un emplaste de mosca. Esto ha sido comprobado por experimentos y experiencias de muchos doctores en muchísimas partes de mundo, los cuales no dejan duda que los cambios estructurales, son un resultado posible de la sugestión oral a los pacientes.

### **La causa de los estigmas de sangre**

En el libro *Law of Psychic Phenomena* de Hudson, página 153, él indica, “las Hemorragias y los estigmas de sangre pueden ser inducidos en ciertos individuos por medio de la sugestión.”

Dr. M. Bourru introdujo a un sujeto a la condición somnámbula, y le dio la siguiente sugestión: “a las cuatro en punto esta tarde, después de la hipnosis, usted entrará a mi oficina, se sentará en el sillón, se cruzará de brazos en su pecho, y su nariz comenzará a sangrar”. A la hora señalada el joven hizo como le ordenaron. Varias gotas de sangre salieron desde la fosa nasal izquierda.

“En otra ocasión el mismo investigador trazó el nombre del paciente en ambos de sus antebrazos con la punta sin filo de un instrumento. Entonces cuando el paciente estaba en estado somnábulo, él dijo, “a las cuatro en punto esta tarde usted se irá a dormir, y sus brazos sangrarán justo en las líneas que he trazado, y que su nombre dará la apariencia de estar escrito en sus brazos con letras de sangre”. Él fue observado a las cuatro en punto y se vio caer dormido. En el brazo izquierdo las letras se destacaron en relieve brillante, y en varios lugares hubo gotas de sangre. Las letras

todavía estaban visibles tres meses más tarde, aunque gradualmente se habían puesto apenas perceptibles.”

Estos hechos demuestran de inmediato la exactitud de las dos proposiciones fundamentales previamente indicadas, a saber, la constante docilidad de la mente subconsciente al poder de la sugestión y el control perfecto, el cual ejerce la mente subconsciente, sobre las funciones, sensaciones, y condiciones del cuerpo.

Todos los anteriores fenómenos dramatizan vívidamente condiciones anormales inducidas por la sugestión, y son prueba idónea de que *como un hombre piensa en su corazón [la mente subconsciente] así es él.*

### **Reseña sobre Puntos de Sanación**

1. Recuérdese a sí mismo frecuentemente que el poder de sanación está en su mente subconsciente.
2. Sepa que la fe es como una semilla plantada en el suelo; crece después de su misma clase. Siembre la idea (semilla) en su mente, riéguela y fertilícela con expectación, y se manifestará.
3. La idea que usted tiene por un libro, invención nueva, u obra es real en su mente. Esto es por qué usted puede creer que lo tiene ahora. Crea en la realidad de su idea, plan, o invención, y a medida que lo hace, se manifestará.
4. Al rezar por otro, sepa que su silencioso saber interior de integridad, belleza, y perfección puede cambiar los patrones negativos de la mente subconsciente del otro y causar resultados maravillosos.
5. Las sanaciones milagrosas de las que oye hablar en santuarios diversos se deben a la imaginación y la fe ciega que influyen sobre la mente subconsciente, desatando el poder de sanación.
6. Toda enfermedad se origina en la mente. Nada aparece en el cuerpo a menos que haya un patrón mental correspondiente a él.

7. Los síntomas de casi cualquier enfermedad pueden ser inducidos en usted por sugestión hipnótica. Esto le demuestra el poder de su pensamiento.
8. Hay sólo un proceso de sanación y ese es la fe. Hay sólo un poder de sanación, es a saber, su mente subconsciente.
9. Si el objeto de su fe es real o falso, usted obtendrá frutos. Su mente subconsciente responde al pensamiento en su mente. Considere a la fe como un pensamiento en su mente, y eso bastará.

# 5

## **Sanaciones Mentales en los Tiempos Modernos**

Todo el mundo se preocupa definitivamente de la sanación de condiciones corporales y asuntos humanos. ¿Qué es eso que sana? ¿Dónde está este poder de sanación? Éstas son preguntas que todo el mundo se hace. La respuesta es que este poder de sanación es la mente subconsciente de cada persona, y una actitud mental cambiada de parte de la persona enferma desata este poder de sanación.

Ningún practicante de ciencia religiosa o mental, ningún psicólogo, ningún psiquiatra, o ningún Doctor en Medicina nunca sanó a un paciente. Hay un proverbio antiguo, “El doctor adorna la herida, pero Dios la sana.” El psicólogo o psiquiatra procede a remover los bloqueos psicológicos en el paciente a fin de que el principio de sanación puede ser desatado, restaurando al paciente a la salud. Asimismo, el cirujano quita el bloqueo físico permitiéndole a las corrientes de sanación funcionar normalmente. Ningún doctor, cirujano, o practicante de ciencia mental aclama, “él sanó al paciente.” El único poder de sanación es denominado por muchos nombres: Naturaleza, Vida, Dios, la Inteligencia Creativa, y Poder Subconsciente.

Como previamente esboqué, hay muchos métodos diferentes usados para quitar los bloqueos mentales, emocionales, y físicos que ponen freno al flujo del principio sanador de vida que nos anima a todos. El principio de sanación residente en su mente subconsciente puede y hará, si es dirigido correctamente por usted o

alguna otra persona, sanar su mente y cuerpo de toda enfermedad. Este principio de sanación es eficaz en todos los hombres sin importar su credo, color, o nacionalidad. Usted no tiene que formar parte de ninguna iglesia particular para usar y ser parte en este proceso de sanación. Su subconsciencia sanará la quemadura o corte en su mano incluso si usted profesa ser ateo o agnóstico.

El procedimiento curativo mental moderno se basa en la verdad de que la inteligencia infinita y el poder de su mente subconsciente responden según su fe. El practicante de ciencia mental o ministro sigue el mandato de la Biblia, i.e., Él entra en su armario y cierra la puerta, lo cual quiere decir que él aquietta su mente, se relaja, se libera, y piensa acerca de la presencia infinita de sanación dentro de él. Él cierra la puerta de su mente a todas las apariencias así como también a las distracciones exteriores, y luego con tranquilidad y conocimiento entrega su petición o deseo a su mente subconsciente, dándose cuenta de que la inteligencia de su mente le responderá según sus necesidades específicas.

*La cosa más maravillosa a saber es ésta:* Imagine el objetivo deseado y sienta su realidad; entonces el principio infinito de la vida responderá a su elección consciente y su petición consciente. Éste es el significado de *creer que ya lo ha recibido, y lo recibirá*. Esto es lo que el científico mental moderno hace cuando practica el tratamiento de oración.

### **Un proceso de sanación**

Hay sólo un principio universal de sanación funcionando a través de todo: El gato, el perro, el árbol, la hierba, el viento, la tierra; Puesto que todo está vivo. Este principio de vida funciona a través de los reinos animales, vegetales, y minerales como el instinto y la ley de crecimiento. El hombre advierte conscientemente este principio de vida, y él con conocimiento lo puede dirigir para bendecirse a sí mismo en incontables formas.

Hay muchas formas, técnicas, y métodos diferentes para usar el poder universal, pero sólo hay un proceso de sanación, que es la fe, *Conforme a vuestra fe os sea hecho*.

### **La ley de la creencia**

Todas las religiones de mundo representan formas de creencia, y estas creencias son explicadas de muchas formas. La ley de la vida es la creencia. ¿Qué cree de sí mismo, la vida, y el universo? *Le es hecho, tal como usted cree.*

La creencia es un pensamiento en su mente, el cual causa que el poder de su subconsciencia sea distribuido en todas las fases de su vida según sus hábitos de pensamiento. Usted debe caer en la cuenta de que la Biblia no habla de su creencia en algún ritual, ceremonia, forma, institución, hombre, o fórmula. Habla de la creencia misma. La creencia de su mente es simplemente el pensamiento de su mente. *Jesús le dijo: Si puedes creer, al que cree todo le es posible. Marcos 9:23.*

Es estúpido creer en que algo puede lastimarlo o causarle algún tipo de daño. Recuerde, no es la cosa en la que creyó la que lo lastima o daña, sino que la creencia o el pensamiento en su mente, el cual crea el resultado. Todas sus experiencias, todas sus acciones, y todos los acontecimientos y circunstancias de su vida son sólo reflejos y reacciones a su propio pensamiento.

### **La terapia de oración es la función combinada de las mentes conscientes y subconscientes científicamente dirigidas**

La terapia de oración es la función sincronizada, armoniosa, e inteligente de los niveles conscientes y subconscientes de la mente específicamente dirigida hacia un propósito definitivo. En la oración científica o terapia de oración, debe saber lo que hace y por qué está haciéndolo. Usted confía en la ley de la sanación. La terapia de oración es algunas veces llamada tratamiento mental, y otro término es la oración científica.

En la terapia de oración usted conscientemente escoge una cierta idea, cierta visualización, o cierto plan que quiere experimentar. Usted realiza su capacidad para transmitir esta idea o esta imagen mental a su subconsciencia sintiendo la realidad del estado dado por hecho. A medida que permanece fiel en su actitud

mental, su oración será respondida. La terapia de oración es una acción mental definitiva para un propósito específico definitivo.

Supongamos que decide sanar un cierto problema a través de la terapia de oración. Está consciente de que su problema o enfermedad, cualquier cosa que sea, se debe a los pensamientos negativos cargadas con miedo y posados en su mente subconsciente, y que si puede tener éxito en limpiar su mente de estos pensamientos, usted obtendrá una sanación.

Usted, por lo tanto, recurre al poder de sanación dentro de su mente subconsciente y se recuerda a sí mismo su inteligencia y poder infinito y su capacidad para sanar todas las condiciones. A medida que usted hace hincapié en estas verdades, su miedo comenzará a disolverse, y la memoria de estas verdades también corrige las creencias erróneas.

De gracias por la sanación que sabe que vendrá, y luego mantenga su mente fuera del problema hasta que se siente guiado, después de un descanso, para rezar otra vez. Mientras usted reza, absolutamente se rehúsa a darle cualquier poder a las condiciones negativas o a admitir por un segundo que la sanación no vendrá. Esta disposición de ánimo causa la unión armoniosa de la mente consciente y subconsciente, lo cual desata el poder de la sanación.

### **Curación por fe, qué quiere decir, y cómo la fe ciega funciona**

Lo que es popularmente llamado curación por fe no es la fe mencionada en la Biblia, que quiere decir conocimiento de la interacción de la mente consciente y subconsciente. Un sanador por la fe es alguien que se cura sin ninguna comprensión científica real de los poderes y fuerzas que están en juego. Él puede aducir que tiene un don especial de sanación, y la creencia ciega de la persona enferma en él o en sus poderes puede traer resultados.

El doctor de budú de África del Sur y de otras partes de mundo pueden curar por conjuros, o tocando los así llamados huesos de santos, o cualquier otra cosa puede sanar a una persona, cuando los pacientes creen honestamente en el método o el proceso.

Cualquier método, que produzca que usted se cambie desde el miedo y la preocupación hacia la fe y la expectación, lo sanará. Hay muchas personas, cada una de cuáles reclama que porque su teoría personal produce resultados, es, por consiguiente, la correcta.

Esto, como ya explicaba en este capítulo, no puede ser cierto.

Para ejemplificar cómo la fe ciega trabaja: Recordará nuestro argumento del médico suizo, Franz Anton Mesmer. En 1776 afirmó muchas curas cuando acarició cuerpos enfermos con imanes artificiales. Más tarde tiró sus imanes y desarrolló la teoría del magnetismo animal. Esto creyó que era un fluido, que se extiende por el universo, pero que está más activo en el organismo humano.

Él afirmó que este fluido magnético, que salía desde él hacia sus pacientes, los sanaba. Las personas viajaron en tropel hacia él, y muchas curaciones maravillosas fueron efectuadas.

Mesmer se mudó a París, y mientras estaba ahí el Gobierno nombró a una comisión compuesta de médicos y miembros de la Academia de Ciencia, de la cual Benjamin Franklin era miembro, para que se investigaran sus curaciones. El informe admitió los hechos principales afirmados por Mesmer, pero opinó que no había prueba para probar la exactitud de su teoría magnética de fluido, y dijo que los efectos se debían a la imaginación de los pacientes.

Al poco tiempo de esto, Mesmer fue exiliado, y murió en 1815. Al poco rato, Dr. Braid de Manchester se comprometió a demostrar que el fluido magnético no tenía nada que ver con la producción de las sanaciones del Dr. Mesmer. El Dr. Braid descubrió que los pacientes podían ser lanzados al sueño hipnótico por sugestión, durante los cuales muchos de los fenómenos conocidos atribuidos al magnetismo de Mesmer podrían producirse.

Fácilmente puede ver que todas estas curas fueron indudablemente producidas por la imaginación activa de los pacientes junto con una sugestión poderosa de salud a sus mentes subconscientes. Todo esto podría ser llamado fe ciega, ya que no

había comprensión en esos días en lo que se refiere a cómo eran causadas las curaciones.

### **Fe subjetiva y qué quiere decir eso**

Recordará la propuesta, que no necesita ser repetida con todo detalle, que la mente subjetiva o subconsciente de un individuo está tan abierta al control de su propia mente consciente u objetiva como lo está para las sugerencias de otro. Entienda que cualquiera pueda ser su creencia objetiva, si asume tener fe activa o pasivamente, su mente subconsciente será controlada por la sugestión, y su deseo se cumplirá.

La fe requerida en las sanaciones mentales es una fe puramente subjetiva, y es accesible en la discontinuación de la contra-fuerza activa de parte de la mente objetiva o consciente.

En la sanación del cuerpo es, ciertamente, deseable anclar la fe concurrente de ambas la mente consciente y subconsciente. Sin embargo, no es siempre esencial que entre en un estado de pasividad y receptividad relajando la mente y el cuerpo e introduciéndose en un estado de somnolencia. En este estado aletargado su pasividad se vuelve receptiva a la impresión subjetiva.

Recientemente, fui interrogado por un hombre, “¿Cómo es que conseguí una sanación a través de un pastor? No creía en lo él que me dijo cuándo, me dijo que la enfermedad y la materia no existen.”

Este hombre al principio pensó que lo trataba de tonto, y protestó una absurdidad tan palpable. La explicación es simple. Él se aquietó por palabras tranquilizadoras y dijo introducirse en una condición bien pasiva, no diciendo nada, y no pensando en nada por el momento. Su pastor también se puso pasivo, y afirmó con tranquilidad, pacífica, y constantemente por alrededor una media hora que este hombre tendría salud perfecta, paz, armonía, y totalidad. Él sintió un alivio inmenso y estaba recuperado de salud.

Es fácil ver que su fe subjetiva había sido puesta de manifiesto por su pasividad bajo el tratamiento, y las sugerencias de salud perfecta por el ministro eran comunicadas hacia su mente

subconsciente. Las dos mentes subjetivas estaban entonces *en armonía*.

El pastor no era impedido por las autosugestiones antagónicas del paciente provenientes desde la duda objetiva del poder del médico o la exactitud de la teoría. En este estado somnoliento y adormecido la resistencia de la mente consciente es reducida a un mínimo, y los resultados ocurren. La mente subconsciente del paciente siendo necesariamente controlada por tal sugestión ejerció sus funciones de acuerdo con eso, y se produjo una sanación.

### **El significado del tratamiento a distancia [absent]**

Suponga que se enteró de que su madre estaba enferma en la ciudad de Nueva York y vivía en Los Angeles. Su madre no estaba físicamente presente donde usted está, pero sí podría orar por ella. *Es el Padre dentro quien hace las obras.*

La ley creativa de la mente (la mente subconsciente) le sirve y hará el trabajo. Su respuesta a usted es automática. Su tratamiento es con el objeto de inducir una realización interior de salud y armonía en su mentalidad. Esta realización interior, actuando a través de la mente subconsciente, trabaja a través de la mente subconsciente de su madre porque hay sólo una mente creativa. Sus pensamientos de salud, vitalidad, y perfección trabajan a través de la única mente subjetiva universal, y ponen en movimiento una ley en el lado subjetivo de la vida, el cual se manifiesta a través de su cuerpo como una sanación. En la ley de la mente no hay tiempo ni espacio. Es la misma mente la que trabaja a través de su madre dondequiera que ella pueda estar. En realidad no hay tratamiento a distancia que sea opuesto al presente, para la mente universal es omnipresente. No trate de expulsar pensamientos o mantener un pensamiento. Su tratamiento es un movimiento consciente de pensamiento, y a medida que se hace consciente de las cualidades de la salud, de bienestar, y relajación, estas cualidades serán revividas en la experiencia de su madre, y los resultados seguirán.

Lo siguiente es un ejemplo perfecto de lo que es llamado tratamiento a distancia.

Recientemente, una oyente de nuestro programa de radio en Los Angeles oró como sigue por su madre en Nueva York que tenía una trombosis coronaria: “La presencia de sanación está justo donde mi madre está. Su condición corporal es sólo un reflejo de vida de pensamiento como sombras emitidas en la pantalla. Sé que para cambiar las imágenes en la pantalla debo cambiar el rollo de proyección. Mi mente es el carrete de proyección, y yo ahora proyecto en mi mente la imagen de la integridad, la armonía, y la salud perfecta para mi madre. La presencia infinita de sanación, que creó el cuerpo de mi madre y todos sus órganos ahora está empapando cada átomo de su ser, y un río de paz, fluye a través de cada célula de su cuerpo. Los doctores son divinamente guiados y dirigidos, y quienquiera que toque mi madre es guiado a hacer lo correcto. Sé que la enfermedad no tiene realidad final; Si la tuviera, nadie se podría haber curado. Ahora me alinee a mí mismo con el principio infinito de amor y vida, y sé y decreto que esa armonía, esa salud, y esa paz están siendo expresadas ahora en el cuerpo de mi madre.”

Ella rezó en la manera de arriba varias veces diariamente, y su madre tuvo una recuperación sumamente notable unos días más tarde, demasiado para el asombro de su especialista. Él la elogió por su gran fe en el poder de Dios.

La conclusión llegó a la mente de la hija poniendo en movimiento la ley creativa de la mente en el lado subjetivo de la vida, el cual se manifestó a través del cuerpo de su madre como armonía y salud perfecta. Lo que la hija sintió como cierto acerca de su madre fue simultáneamente revivido en la experiencia de su madre.

### **Liberando la acción cinética de la mente subconsciente**

Un psicólogo amigo mío me dijo que uno de sus pulmones estaba infectado. Los rayos X y el análisis demostraron la

presencia de tuberculosis. En la noche antes de ir a dormir él con tranquilidad afirmaría, “Cada célula, cada nervio, cada tejido fino, y cada músculo de mis pulmones ahora se hacen plenamente, puros, y perfectos. Mi cuerpo entero está siendo restaurado hacia la salud y la armonía.”

Éstas no son sus palabras exactas, pero representan la esencia de lo que él afirmó. Una sanación completa ocurrió en cerca de un mes. Los subsiguientes rayos x demostraron una sanación perfecta.

Quise conocer su método, así es que le pregunté por qué repetía las palabras antes de dormir. He aquí su respuesta, “La acción cinética de la mente subconsciente continúa durante todo el período de tiempo en sueño. Por consiguiente, dé algo bueno a la mente subconsciente para que trabaje a medida que cae dormido en la somnolencia.” Ésta fue una respuesta muy sabia. En pensar en armonía y salud perfecta, él nunca mencionó su problema por su nombre.

Poderosamente le sugiero que se deje de hablar de sus dolencias o de darles un nombre. La única savia de la cual extraen vida es su atención y su miedo de ellos. Como el psicólogo antes mencionado, conviértase en un cirujano mental. Luego sus problemas serán eliminados como las ramas muertas son podadas de un árbol.

Si a cada instante menciona sus dolencias y sus síntomas, inhibe la acción cinética, la cual significa la liberación del poder de sanación y la energía de su mente subconsciente. Además, por la ley de su propia mente, estas imaginaciones tienden a tomar forma, *el temor que me espantaba me ha venido*. Llene su mente de las grandes verdades de la vida y camine hacia la luz del amor.

### **Resumen de sus asistencias para la salud**

1. Percátese de qué es lo que lo sana. Caiga en la cuenta de que las direcciones correctas dadas a que su mente subconsciente sanarán su mente y cuerpo.

2. Desarrolle un plan definitivo para traspasar sus demandas o deseos a su mente subconsciente.
3. Imagine el fin deseado y sienta su realidad. Llévelo a cabo, y obtendrá resultados definitivos.
4. Decida lo que es la creencia. Sepa que la creencia es un pensamiento en su mente, y lo que piensa lo crea.
5. Es estúpido creer en enfermedad y en que algo puede dañarlo o lastimarlo. Tenga fe en la salud perfecta, prosperidad, paz, riqueza, y la guía divina.
6. Pensamientos grandiosos y nobles en los que habitualmente reside se convierten en acciones geniales.
7. Aplique el poder de la terapia de oración en su vida. Escoja cierto plan, cierta idea, o cierta imagen mental. De manera mental y emotiva únase con esa idea, y a medida que permanece fiel a su actitud mental, su oración será contestada.
8. Siempre recuerde, si realmente quiere el poder de sanación, usted lo puede tener a través de la fe, la cual quiere decir conocimiento del funcionamiento de su mente consciente y subconsciente. La fe viene con los ojos de la comprensión.
9. Fe ciega quiere decir que una persona puede obtener frutos en la sanación sin ninguna comprensión científica de los poderes y las fuerzas que están en juego.
10. Aprenda a orar por sus seres queridos que puedan estar enfermos. Aquiete su mente, y sus pensamientos de salud, vitalidad, y perfección operando a través de la única mente subjetiva universal serán sentidos y revividos en la mente de su ser querido.

# 6

## **Técnicas Prácticas en Sanaciones Mentales**

Un ingeniero tiene una técnica y un proceso para construir un puente o un motor. Como el ingeniero, su mente también tiene una técnica para gobernar, controlar, y dirigir su vida. Debe darse cuenta de que los métodos y las técnicas son elementales.

En construir el Golden Gate Bridge, el ingeniero jefe entendió los principios matemáticos, las tensiones y las tendencias. En segundo lugar, él tenía un cuadro del puente ideal por la bahía. El tercer paso fue su aplicación de métodos puestos a prueba y demostrados por los cuales los principios eran llevados a cabo hasta que el puente tomó forma real y nosotros conducimos sobre él. También hay técnicas y métodos por los cuales sus oraciones son contestadas. Si su oración es contestada, hay una forma en la cual es respondida, y ésta es una forma científica. Nada ocurre por casualidad. Éste es un mundo de la ley y el orden. En este capítulo encontrará técnicas prácticas para el despliegue y la nutrición de su vida espiritual. Sus oraciones no deben quedarse en alto del aire como un globo. Deben ir a alguna parte y lograr algo en su vida.

Cuando analizamos la oración descubrimos que hay muchas formas y métodos diferentes. No consideraremos en este libro las oraciones formales, ceremoniales usadas en los servicios religiosos. Éstas tienen lugar importante en el culto del agrupamiento. Estamos interesados ahora mismo con los métodos de

oración personal como son aplicados en su vida diaria y de qué manera de usan para ayudar a otros.

La oración es la formulación de una idea relacionada con algo que tenemos el deseo de lograr. La oración es el deseo sincero del alma. Su deseo es su oración. Sale de sus necesidades más profundas y eso revela las cosas que usted quiere en la vida. *Bienaventurados los que tienen hambre y sed de justicia, porque ellos serán saciados.* Esa es realmente la oración, hambre de vida y sed de paz, armonía, salud, alegría, y todas las demás bendiciones de la vida.

### **La técnica de verlo ocurrir [passing-over] para impregnar la subconsciencia**

Ésta consiste esencialmente en conducir la mente subconsciente a asumir el control de su petición a medida que la da por la mente consciente. Esta transición del problema es más conveniente hacerla en estado somnoliento. Sepa que en su mente más profunda están la Inteligencia Infinita y el Poder Infinito. Nada más calmadamente reconsidere lo que quiere; véalo ocurrir en completo gozo desde este momento en que está. Sea como la niña que tenía una tos muy mala y un dolor de garganta. Ella declaró firmemente y repetidas veces, “Eso se disipa ahora. Se disipa ahora.” Pasó en cuestión de una hora. Use esta técnica con candidez y simplicidad total.

### **Su subconsciencia aceptará su diseño**

Si se estuviera construyendo una casa para usted y su familia, ya sabe que estaría intensamente interesado en mirar el diseño para su casa; se encargaría de que los constructores se amoldaran al diseño. Observaría el material y seleccionaría sólo la mejor madera, acero, de hecho, lo mejor de todo. ¿Qué hay de su casa mental y su diseño mental para la felicidad y la abundancia? Todas sus experiencias y todo lo que entra en su vida depende de la naturaleza de los bloques mentales de construcción, los cuales usa en la construcción de su casa mental.

Si su diseño está lleno de patrones mentales de miedo, preocupación, ansiedad, o escasez y si está desanimado, dudoso, y petulante, entonces la textura del material mental que está tejiendo en su mente vendrá como más trabajo, cuidado, tensión, ansiedad, y limitación de todas las clases.

La actividad más fundamental y de más de gran alcance en la vida es la que construye en su mentalidad cada hora en que está despierto. Su palabra está silenciosa e invisible; sin embargo, es real.

Usted está construyendo su casa mental a cada instante, y su pensamiento e imaginación mental representan su diseño. Hora tras hora, momento a momento, puede construirse una salud radiante, éxito, y felicidad por los pensamientos que piensa, las ideas que abraza, las creencias que acepta, y las escenas que repasa en el estudio escondido de su mente. Esta mansión majestuosa, sobre la construcción de la cual usted está perpetuamente comprometido, es su personalidad, su identidad en este plano, su biografía completa en esta tierra.

Hágase de un diseño nuevo; construya silenciosamente llevando a efecto la paz, la armonía, la alegría, y la buena fe en el momento presente. Dándole mucho pensamiento a estas cosas y afirmándolas, su subconsciencia aceptará su diseño y efectuará todas estas cosas. *Por sus frutos los conoceréis.*

### **La ciencia y el arte de la oración exacta**

El término “ciencia” quiere decir conocimientos, que son coordinados, arreglados, y sistematizados. Pensemos acerca de la ciencia y el arte de la oración exacta en la manera en que ella se ocupa de los principios básicos de la vida y las técnicas y procesos por los cuales pueden ser demostrados en su vida, así como también en la vida de cada ser humano cuando él los aplica fielmente. El arte es su técnica o su proceso, y la ciencia detrás de él es la respuesta definitiva de la mente creativa a su visualización o pensamiento.

*Pedid, y se os dará; buscad, y hallaréis; llamad, y se os abrirá. Porque todo aquel que pide, recibe; y el que busca, halla; y al que llama, se le abrirá. Mateo 7:7.*

Aquí se dice que recibirá lo que pide. Que le será abierto cuando toca, y que encontrará lo busca. Esta enseñanza da a entender la concreción de leyes mentales y espirituales. Hay desde siempre una respuesta directa desde la Inteligencia Infinita de su mente subconsciente hacia su pensamiento consciente. Si pide pan, no recibirá una piedra. Debe pedir *creyendo*, que va a recibir. Su mente se mueve desde el pensamiento hacia la cosa. A menos que haya primero una imagen en la mente, no puede moverse, puesto que no hay nada hacia donde moverse. Su oración, el cual es su acto mental debe ser aceptado como una imagen en su mente antes de que el poder desde su subconsciencia saque ventaja de eso y la haga fecunda. Debe alcanzar un punto de aceptación en su mente, un estado no calificado e indiscutible de acuerdo.

Esta contemplación debería estar acompañada por un sentimiento de alegría y descanso en ver antes que otros la realización segura de su deseo. La base sólida para el arte y la ciencia de la oración exacta es su conocimiento y confianza completa en que el movimiento de su mente consciente ganará una respuesta definitiva desde su mente subconsciente, la cual es Una con la sabiduría ilimitada y el poder infinito. Siguiendo este procedimiento, sus oraciones serán respondidas.

### **La técnica de la visualización**

La forma más fácil y obvia de formular una idea es visualizarla, verla en su imaginación tan vívidamente como si fuera cierta. Puede ver a simple vista sólo lo que ya existe en el mundo externo; de manera similar, que lo que puede visualizar en su imaginación ya existe en los reinos invisibles de su mente. Cualquier cuadro, que tiene en mente, es la *sustancia de las cosas que esperaba y la evidencia de las cosas no vistas*. Lo que se forma en su imaginación es tan verdadero como cualquier parte de su

cuerpo. La idea y el pensamiento son reales y un día aparecerán en su mundo objetivo si le es fiel a su imagen mental.

Este proceso de pensamiento forma impresiones en su mente; Estas impresiones a su vez llegan a ser manifestadas como hechos y experiencias en su vida. El constructor visualiza el tipo de edificio que él quiere; Él lo ve como él desea que sea realizado. Su imaginación y procesos de pensamiento se convierten en un molde plástico desde el cual el edificio emergerá —uno bello o uno feo, un rascacielos o uno más bajo. Su imaginación mental es proyectada como se traza en papel. Eventualmente, el contratista y sus trabajadores reúnen los materiales esenciales, y el edificio progresa hasta que se levante terminado, conformándose perfectamente con los patrones mentales del arquitecto.

Yo uso la técnica de visualización antes de hablar en el estrado. Aquieto las vueltas de mi mente para que pueda presentar a la mente subconsciente mis imágenes de pensamiento. Luego, retrato el auditorio entero y los asientos llenos con hombres y mujeres, y cada uno de ellos iluminados e inspirados por la presencia infinita de sanación dentro de cada uno. Los veo tan radiantes, felices, y libres.

En primer lugar habiendo construido la idea en mi imaginación, con tranquilidad la sostengo ahí como una imagen mental mientras imagino que logro oír a los hombres y mujeres diciendo, “estoy curado, me siento maravilloso, he tenido una sanación instantánea,” “soy transformado.” Mantengo esto por alrededor de diez minutos o más, sabiendo y sintiendo que la mente de cada persona y cuerpo está empapada con amor, integridad, belleza, y perfección. Mi conciencia se amplía hasta el punto dónde en mi mente realmente puedo oír las voces de la multitud proclamando su salud y felicidad; luego suelto el cuadro completo y voy al estrado. Más o menos cada domingo ciertas personas se detienen y dicen que sus oraciones fueron respondidas.

## **El método mental de la película**

El chino dijo, “Una imagen vale más que mil palabras.” William James, el padre de psicología americana, puso énfasis en el hecho de que la mente subconsciente hará ocurrir cualquier imagen sostenida en la mente y respaldada por la fe. *Actúe como si lo es, y lo será.*

Hace unos años atrás estaba en el Medio Oeste dando una conferencia en varios estados, y quería tener una ubicación permanente en el área general desde la cual pudiera servirle a esos que deseaban ayuda. Viajé a una buena distancia, pero el deseo no dejó mi mente. Una tarde, mientras estaba en un hotel en Spokane, Washington, completamente relajado en un sofá, inmovilicé mi atención, y en una manera tranquila y pasiva imaginé que hablaba a una audiencia grande, diciendo en efecto, “estoy contento de estar aquí; he rezado por la oportunidad ideal.” Vi en mi imaginación la audiencia imaginaria, y sentí la realidad de ella completamente. Actué en el papel del ejecutante, dramaticé esta película mental, y me sentí complacido de que este cuadro era transportado a mi mente subconsciente, que lo realizaría por su propio medio. La siguiente mañana, al despertar, sentí un gran sentido de paz y satisfacción, y al tiempo de algunos días recibí un telegrama pidiéndome que asumiera el control de una organización en el medio oeste, lo cual hice, y disfruté inmensamente por varios años.

El método esbozado aquí recurre a muchos quiénes lo ha descrito como “el método mental de la película.” He recibido numerosas cartas de personas que escuchan mis charlas de radio y cada semana el público discursa en público, contándome sobre los resultados maravillosos que tienen usando esta técnica en la venta de su propiedad. Le sugiero a esos que tienen casas o propiedades para la venta que se satisfagan en su mente que su precio es el correcto. Luego, afirmo que la Inteligencia Infinita le atrae al comprador que realmente quiere tener la propiedad y que la amará y prosperará en ella. Después de haber hecho esto les sugiero que aquieten su mente, que se relajen, que se olviden de todo, y se introduzcan en un estado de sueño, el cual reduce todo esfuerzo mental hacia un mínimo. Luego, deben visualizar el cheque en sus manos, gozar del cheque,

dar gracias por el cheque, e irse a dormir sintiendo la naturalidad de toda la película mental creada en sus propias mentes. Deben actuar como si fuera una realidad objetiva, y la mente subconsciente la tomará como una impresión, y a través de los flujos más profundos de la mente el comprador y el vendedor son unidos. Una visualización sostenida en la mente, respaldada por fe, ocurrirá.

### **La técnica Baudoin**

Charles Baudoin fue un profesor en el Instituto Rousseau en Francia. Él era un psicoterapeuta genial y un director de investigación del New Nancy School of Healing, quién en 1910 enseñó que la mejor forma para afectar la mente subconsciente era entrar en un estado adormecido, somnoliento, o un estado parecido al dormido en el cual todo esfuerzo era reducido a un mínimo. Entonces en una forma quieta, pasiva, receptiva, por reflexión, él le comunicaba la idea a la subconsciencia. Lo siguiente es su fórmula: “Una forma muy simple de asegurar esto (la impregnación de la mente subconsciente) es concentrar la idea que es el objetivo de la sugestión, para resumirlo en una frase breve que pueda fácilmente ser grabada en la memoria, y repetirla una y otra vez como una canción de cuna.”

Unos años atrás, una señorita en Los Angeles traía un amargo y prolongado juicio familiar sobre un testamento. Su marido le había dejado en herencia su hacienda entera a ella, y sus hijos de un matrimonio previo peleaban por infringir la voluntad. La técnica Baudoin se le había explicado a ella, y esto es lo que hizo: Ella relajó su cuerpo en un sillón, entró en estado de somnolencia y, como se le indicó, concentró la idea de su necesidad en una frase consistente en seis palabras fácilmente grabadas en la memoria. “Está listo en Orden Divino.” El significado para ella de estas palabras quería decir que la Inteligencia Infinita funcionando a través de las leyes de su mente subconsciente llevaría a cabo un ajuste armonioso a través del principio de la armonía. Ella continuó este procedimiento todas las noches por casi diez noches. Después de que ella se profundizaba en un estado de somnolencia, ella

afirmaría con pausa, con tranquilidad, y con gran sentimiento la afirmación: “Está listo En Orden Divino,” repetidas veces, sintiendo una sensación de paz interior y una tranquilidad omnipresente; después ella caía en su sueño profundo, normal.

En la mañana del onceavo día, después del uso de la técnica de arriba, ella se despertó con un sentido de bienestar, una convicción de que *estaba todo listo*. Su abogado la llamó el mismo día, diciéndole que el abogado opositor y sus clientes estaban en orden. Se logró un acuerdo armonioso, y el litigio fue suspendido.

### **La técnica de dormir**

Entrando en un estado somnoliento, adormecido, el esfuerzo se reduce a un mínimo. La mente consciente es hundida en gran medida al estar en un estado de somnolencia. La razón para esto es que el grado más alto del afloramiento de la subconsciencia ocurre antes de dormir y poco después de que nos despertamos. En este estado los pensamientos negativos, que tienden a neutralizar su deseo y así también a impedir la aceptación de su mente subconsciente, ya no están presentes.

Suponga que quiere deshacerse de un hábito destructivo. Asuma una postura cómoda, relaje su cuerpo, y permanezca calmado. Introdúzcase en un estado de somnolencia, y en ese estado de somnolencia, diga con tranquilidad, una y otra vez como una canción de cuna, “Estoy completamente libre de este hábito; la armonía y la tranquilidad del espíritu están al mando.” Repita lo anterior lentamente, con tranquilidad, y cariñosamente por cinco o diez minutos en la noche y en la mañana. Cada vez que usted repite las palabras el valor emocional se hace mayor. Cuando viene el deseo de repetir el hábito negativo, repita la fórmula de arriba en voz alta. Por este medio induce a la subconsciencia a aceptar la idea, y entonces ocurre una sanación.

### **La técnica del agradecimiento**

En la Biblia, Pablo recomienda que demos a conocer nuestras peticiones con alabanza y acción de gracias. Algunos resultados extraordinarios siguen este método simple de oración. El corazón agradecido está siempre cerca de las fuerzas creativas del universo, causando bendiciones innumerables que fluyen hacia eso por la ley de relación recíproca, basado en una ley cósmica de acción y reacción.

Por ejemplo, un padre le promete a su hijo un auto para la graduación; El chico todavía no ha recibido el auto, pero está muy agradecido y contento, y anda tan alegre como si realmente hubiera recibido el auto. Él sabe que su padre cumplirá con su promesa, y rebosa de gratitud y alegría incluso cuando todavía no ha recibido el auto, objetivamente hablando. Él, sin embargo, lo ha recibido con alegría y agradecimiento en su mente.

Explicaré cómo el Sr. Broke aplicó esta técnica con resultados excelentes. Él dijo, “las cuentas se están acumulando, estoy sin empleo, tengo tres niños y nada de dinero. ¿Qué voy a hacer?” Regularmente cada noche y cada mañana, por un período de unas tres semanas, repitió las palabras, “Gracias, Padre, por mi opulencia,” en una manera relajada, tranquila hasta que el sentimiento o el estado de ánimo de agradecimiento dominaron su mente. Imaginó que le dirigía la palabra a la inteligencia y al poder infinito dentro de él sabiendo, claro está, que no podría ver a la inteligencia creativa o mente infinita. Él veía con el ojo interior de la percepción espiritual, dándose cuenta de que su imagen de pensamiento de riqueza era la *causa primera*, relativa al dinero, la actitud, y la comida que necesitaba. Su sentimiento de pensamiento era la sustancia de riqueza sin límites por condiciones precedentes de cualquier clase. Repitiendo, “Gracias, Padre,” una y otra vez, su mente y corazón fueron levantados al extremo de la aceptación, y cuando el miedo, los pensamientos de escasez, pobreza, y la angustia entraron en su mente, él decía, “Gracias, Padre,” tan a menudo como fuera necesario. Él sabía que a medida que mantenía la actitud agradecida él reacondicionaría su mente hacia la idea de riqueza, lo cual es lo que sucedió.

La consecuencia a su oración es muy interesante. Después de orar en la manera mencionada anteriormente, él se encontró en la calle con un patrón anterior que no había visto por veinte años. El hombre le ofreció una posición muy lucrativa y le adelantó \$500 en un préstamo temporal. Hoy, el Señor Broke es vicepresidente de la compañía para la cual trabaja. Su comentario reciente hacia mí fue, “nunca olvidaré las maravillas del “Gracias, Padre”. Eso ha hecho milagros para mí.”

### **El método afirmativo**

La efectividad de una afirmación es determinada mayormente por su comprensión de la verdad y el significado detrás de las palabras, *En el uso de la oración, la repetición no es en vano*. Por consiguiente, el poder de su afirmación recae sobre la aplicación inteligente de positivos definidos y específicos. Por ejemplo, un niño suma tres más tres y escribe siete en la pizarra. El maestro afirma con certeza matemática que tres más tres son seis; Por consiguiente, el niño cambia sus cifras como corresponde. La afirmación del maestro no hizo que tres más tres iguale a seis porque esto ya es una verdad matemática. La verdad matemática causó que el niño volviera a arreglar las cifras en la pizarra. Es anormal estar enfermo; Es normal estar sano. La salud es la verdad de su ser. Cuando usted afirma salud, armonía, y paz para sí mismo u otro, y cuando se da cuenta de que éstos son los principios universales de su ser, volverá a arreglar los patrones negativos de su mente subconsciente basados en su fe y comprensión de lo que afirma.

El resultado del proceso afirmativo de la oración depende de su alineación a los principios de la vida, a pesar de las apariencias. Considere por un momento que hay un principio de matemáticas y no hay ninguno de error; Hay un principio de verdad pero ninguno de deshonestidad. Hay un principio de inteligencia pero ninguno de ignorancia; Hay una ley de armonía pero ninguna de discordia. Hay un principio de salud pero ninguno de enfermedad, y hay un principio de abundancia pero ninguno de pobreza.

El método afirmativo fue escogido por el autor para usarlo en su hermana que debía ser operada para la extracción de piedras en la vesícula en un hospital en Inglaterra. La condición descrita se basó en el diagnóstico de los experimentos del hospital y los procedimientos de rayos X usuales. Ella me dijo que rezara por ella. Estuvimos separados geográficamente por 6,500 millas, pero no hay tiempo ni espacio en el principio de la mente. La mente infinita o la inteligencia están presentes íntegramente en cada punto simultáneamente. Abstraje todo pensamiento de la contemplación de síntomas y de la personalidad corporal del todo. Afirmé como a continuación se indica: “Esta oración es para mi hermana Catherine. Ella está relajada y en paz, equilibrada, balanceada, serena, y calmada. La inteligencia de la sanación de su mente subconsciente, que creó su cuerpo, ahora está transformando cada célula, cada nervio, cada tejido fino, cada músculo, y cada hueso de su ser siendo de acuerdo al patrón perfecto de todos los órganos alojados en su mente subconsciente. Silenciosamente, con tranquilidad, todos los patrones deformados de pensamiento en su mente subconsciente son removidos y disueltos, y la vitalidad, la integridad, y la belleza del principio de vida son puestas de manifiesto en cada átomo de su ser. Ella está ahora abierta y receptiva a las corrientes de sanación, las cuales fluyen a través de ella como un río, restaurándola hacia la salud perfecta, la armonía, y la paz. Todas las distorsiones e imágenes feas son ahora removidas por el océano infinito de amor y paz fluyendo a través de ella, y eso es así.”

Afirmé lo anterior varias veces al día, y al final de dos semanas mi hermana tuvo un examen, el cual demostró una sanación notable, y los rayos x, resultaron ser negativos.

*Afirmar* es declarar que eso es así, y a medida que mantiene esta disposición de ánimo como verdadera, a pesar de toda evidencia en contra, recibirá una respuesta para su oración. **Su pensamiento sólo puede afirmar, puesto que incluso si está negando algo, realmente está declarando la presencia de lo que niega.** Repitiendo una afirmación, sabiendo lo que dice y por qué lo dice, conduce a la mente al estado de conciencia dónde acepta eso

que está indicando como verdadero. Continúe afirmando las verdades de la vida hasta que obtenga la respuesta subconsciente, que lo satisface.

### **El método argumentativo**

Este método es justo lo que la palabra significa. Es el resultado del procedimiento de Dr. Phineas Parkhurst Quimby de Maine. El Dr. Quimby, un pionero en la sanación mental y espiritual, vivió y ejerció en Belfast, Maine, más o menos hace cien años. Un libro llamado *The Quimby Manuscripts*, publicado en 1921 por la Compañía Thomas Y. Crowell, New York City, y editado por Horatio Dresser, está disponible en su biblioteca. Este libro entrega cuentas del diario de resultados notables de este hombre en el tratamiento de oración de los enfermos. Quimby duplicó muchos de los milagros de sanación registrados en la Biblia. En resumen, el método argumentativo empleado según Quimby consta del razonamiento espiritual donde usted convence al paciente y a sí mismo de que su enfermedad se debe a su creencia falsa, miedos sin fundamento, y patrones negativos alojados en su mente subconsciente. Entiende claramente en su mente y convence a su paciente que la enfermedad o dolencia se debe sólo a un patrón distorsionado, y retorcido de pensamiento, que ha tomado forma real en su cuerpo. Esta creencia equivocada en algún poder y causas externas ahora se ha exteriorizado como enfermedad, y pueden variarse cambiando los patrones de pensamiento.

Le explica a la persona enferma que la base de toda sanación es un cambio de creencia. Usted también señala que la mente subconsciente creó el cuerpo y todos sus órganos; Por consiguiente, sabe cómo sanarlo, lo puede sanar, y lo hace ahora a medida que habla. Usted discute en la sala de tribunal de su mente que la enfermedad es una sombra de la mente basada en la mórbida y enferma imaginación de pensamiento. Continúe aumentando toda la evidencia que pueda llamar en nombre del poder de sanación dentro, el cual creó todos los órganos en primer lugar, y que tiene un patrón perfecto de cada célula, nervio, y tejido dentro de él. Luego,

pronuncie un veredicto en el tribunal de su mente a favor de usted mismo o su paciente. Libere al enfermo por la fe y la comprensión espiritual. Su prueba mental y espiritual es apabullante; son sólo una mente, lo que siente como verdadero será revivido en la experiencia del paciente. Este procedimiento es en esencia el método argumentativo usado por el Dr. Quimby de Maine desde 1849 hasta 1869.

### **El método absoluto es como la terapia moderna de audiofrecuencia**

Muchas personas en todo el mundo practican esta forma de tratamiento de oración con resultados maravillosos. La persona usando el método absoluto menciona el nombre del paciente, como John Jones, entonces con tranquilidad y silenciosamente piensa en Dios y en sus Cualidades y Atributos, como, Dios es todo felicidad, amor ilimitado, inteligencia infinita, sabiduría omnipotente, ilimitada, toda armonía absoluta, toda belleza indescriptible, y toda perfección. A medida que piensa con tranquilidad de esta manera él es elevado en la conciencia en una longitud de onda espiritual nueva, en la que siente el océano infinito del amor de Dios que ahora disuelve todo lo contrario de sí mismo en la mente y cuerpo de John Jones por quien él esté rezando. Él siente que todo el poder y amor de Dios están ahora enfocados a John Jones, y lo que sea que estuviera molestando o fastidiando es ahora completamente neutralizado en la presencia del océano infinito de la vida y el amor.

El método absoluto de oración podría ser comparado a la onda acústica o la terapia acústica recientemente enseñada a mí por un médico distinguido en Los Angeles. Él tiene una máquina de onda de ultrasonido, la cual oscila en una velocidad tremenda y envía las ondas sonoras a cualquier área del cuerpo a la cual sea dirigida. Estas ondas acústicas pueden controlarse, y él me contó sobre el logro de resultados notables disolviendo depósitos calcáreos artríticos, así como también la sanación y remoción de otras condiciones perturbadoras.

*Al grado en que nos elevamos en la conciencia contemplando las cualidades y los atributos de Dios, generamos ondas electrónicas espirituales de armonía, salud, y paz. Muchas sanaciones notables vienen detrás de esta técnica de oración.*

### **Un lisiado camina**

Dr. Phineas Parkhurst Quimby, de quién hablamos previamente en este capítulo, usó el método absoluto en los últimos años de su carrera de sanación. Él fue realmente el padre de la medicina psicosomática y el primer psicoanalista. Él tuvo la capacidad de diagnosticar de manera clarividente la causa del problema del paciente, los dolores, y las dolencias.

Lo siguiente es una historia concisa de la sanación de un lisiado registrada en *Quimby's Manuscripts*.

Quimby pasó a visitar a una mujer que era coja, anciana, y estaba postrada en cama. Él explica que su dolencia se debía al hecho de que ella estaba aprisionada por un credo tan pequeño y contracto que no podría aguantar en posición vertical y moverse de un lado a otro. Ella vivía en la tumba del miedo e ignorancia; Además, estaba tomando la Biblia literalmente, y eso la asustaba. “En esta tumba,” Quimby dijo, “fue la presencia y el poder de Dios tratando de cortar las cuerdas, de penetrar a través de las cadenas, y de levantarla desde la muerte.” Cuando ella le pedía explicaciones a otros de algún pasaje de la Biblia, la respuesta era una piedra; Entonces ella estaba hambrienta del pan de la vida. Dr. Quimby diagnosticó su caso como una mente nublada y estancada, debida al nerviosismo y el miedo, causado por la incapacidad de ver claramente el significado del pasaje de la Biblia, que había estado leyendo. Esto se mostró a sí mismo en el cuerpo de ella por un sentimiento pesado y muerto, el cual terminaría como parálisis.

En este punto Quimby le dijo a ella lo que querían decir los versículos de la Biblia: *Entonces Jesús dijo: Todavía un poco de tiempo estaré con vosotros, e iré al que me envió. Me buscaréis, y no me hallaréis; y a donde yo estaré, vosotros no podréis venir. Juan 7:33-34.*

Ella contestó que significaba que Jesús iba al cielo. Quimby explicó lo que realmente significaba diciéndole *un poco de tiempo estaré con vosotros* quería decir su explicación de sus síntomas, sentimientos, y sus causas; i.e., Él tenía compasión y simpatía por ella momentáneamente, pero no podría quedarse en ese estado mental. El siguiente paso fue *iré al que me envió*, el cuál, como Quimby indicó, era el poder creativo de Dios en todos nosotros.

Quimby inmediatamente viajó en su mente y contempló el ideal divino; i.e., La vitalidad, la inteligencia, la armonía, y el poder de Dios funcionando en la persona enferma. Esta es la causa de que le dijera a la mujer, “Por Consiguiente, donde voy usted no puede ir, porque usted está en su creencia estrecha, restringida, y yo estoy en la salud.” Esta oración y esta explicación produjeron una sensación instantánea, y un cambio llegó sobre su mente. ¡Ella caminó sin sus muletas! Quimby dijo que fue una de las más singulares de todas sus sanaciones. Ella estaba, por decirlo así, muerta por el error, y para traerla a la vida o a la verdad había que levantarla desde la muerte. Quimby citó la resurrección de Cristo y aplicó eso para su Cristo o salud; Esto produjo un efecto poderoso en ella. Él también le explicó que la verdad, que ella aceptaba, era el ángel o idea, que la liberó de la piedra del miedo, la ignorancia, y la superstición, por consiguiente, desatando el poder de sanación de Dios, que la sanó.

### **El método del decreto**

El poder pasa a través de nuestra palabra según el sentimiento y la fe detrás de ella. Cuando nos damos cuenta de que el poder que mueve el mundo está operando desde nuestro lado y apoya nuestra palabra, nuestra confianza y nuestra seguridad crecen. No intente agregar poder al poder; por consiguiente, no debe haber competición mental, coerción, fuerza, o lucha mental.

Una jovencita usó el método del decreto en un joven que constantemente la estaba llamando por teléfono, presionándola por citas, y encontrándola en su trabajo; a ella se le hacía muy difícil deshacerse de él. Ella decretó así: “Liberó a... ..en Dios. Él está en

su lugar verdadero en todo momento. Yo soy libre, y él es libre. Ahora decreto que mis palabras van adelante en la mente infinita que hace que esto ocurra. Es así.” Ella dijo que él dejó de existir para ella y que nunca lo ha visto desde entonces, agregando, “fue como si se lo hubiera tragado la tierra.”

*Determinarás asimismo una cosa, y te será firme, y sobre tus caminos resplandecerá luz. Job 22:28*

### **Sírvase a sí mismo con la verdad científica**

1. Sea un ingeniero mental y use las técnicas probadas y comprobadas para construir una vida más grandiosa y mejor.
2. Su deseo es su oración. Imagine el cumplimiento de su deseo *ahora* y sienta su realidad, y experimentará la alegría de la oración respondida.
3. Desea lograr las cosas de la forma fácil —con la ayuda segura de la ciencia mental.
4. Puede construir salud radiante, éxito, y felicidad por los pensamientos que piensa en el estudio escondido de su mente.
5. Experimente científicamente hasta que personalmente verifique que siempre hay una respuesta directa desde la inteligencia infinita de su mente subconsciente hacia su pensar consciente.
6. Sienta la alegría y el descanso en prever la realización certera de su deseo. Cualquier imagen mental, que tiene en su mente, es sustancia de las cosas esperadas y evidencia de las cosas no vistas.
7. Una imagen mental vale más que mil palabras. Su subconsciencia hará ocurrir cualquier cuadro sostenido en la mente respaldado por la fe.
8. Evite todo esfuerzo o toda coerción mental en la oración. Profundícese en un estado somnoliento, adormecido y aquíétese a dormir sintiendo y sabiendo que su oración es respondida.
9. Recuerde que el corazón agradecido vive cerca de las riquezas del universo.

10. Afirmar es manifestar que eso es así, y a medida que mantiene esta disposición de ánimo como verdadera, a pesar de toda prueba en su contra, usted recibirá una respuesta a su oración.
11. Genere ondas electrónicas de armonía, salud, y paz pensando en el amor y la gloria de Dios.
12. Lo que usted decreta y siente como verdadero ocurrirá. Decrete armonía, salud, paz, y abundancia.

# 7

## **La Tendencia de la Subconsciencia es de Proteger a la Vida**

Sobre el 90 por ciento de su vida mental es subconsciente, por eso es que los hombres y mujeres que se olvidan de hacer uso de este poder maravilloso, viven dentro de límites muy estrechos.

Sus procesos subconscientes siempre protegen a la vida y son constructivos. Su subconsciencia es la constructora de su cuerpo y mantiene todas sus funciones vitales. Está funcionando las 24 horas del día y nunca duerme. Siempre trata de ayudarlo y protegerlo del daño. Su mente subconsciente está en comunicación con la vida infinita y la sabiduría ilimitada, y sus impulsos e ideas son siempre para proteger a la vida. Los grandes ideales, inspiraciones, y visiones para una vida más grandiosa y más noble, provienen de la subconsciencia. Sus convicciones más profundas son esas que no puede argumentar racionalmente porque no vienen de su mente consciente; ellas vienen de su mente subconsciente. Su subconsciencia le habla en intuiciones, impulsos, corazonadas, intimaciones, deseos, e ideas, y siempre le dice que se eleve, que vaya más allá, que crezca, que avance, que aventure, y que progrese hacia las mayores alturas. El deseo de amar, que salva las vidas de otros viene de las profundidades de su subconsciencia. Por ejemplo, durante el gran terremoto e incendio de San Francisco de 18 de abril, 1906, inválidos y lisiados que habían estado en cama por largos periodos, se rebelaron y realizaron algunas de las hazañas

más asombrosas de valentía y resistencia. El deseo intenso fluyó dentro de ellos por salvar a otros cueste lo que cueste, y su subconsciencia respondió consecuentemente.

Los grandes artistas, músicos, poetas, oradores, y escritores entran en sintonía con sus poderes subconscientes y se ponen llenos de vida e inspirados. Por ejemplo, Robert Louis Stevenson, antes de que fuera a dormir, solía cargar su subconsciencia con la tarea de desarrollar historias para él, mientras él dormía. Él estaba acostumbrado a decirle a su subconsciencia que le diera una buena novela escalofriante, comercializable cuando su cuenta bancaria estaba baja. Stevenson dijo que la inteligencia de su mente más profunda le daba la historia en partes, como una serial. Esto demuestra cómo su subconsciencia hablará expresiones nobles y sabias a través de usted, de las cuales su mente consciente no sabe nada.

Mark Twain le tuvo confianza al mundo en muchas ocasiones de tal manera él nunca trabajó en su vida. Todo su humor y todas sus grandes escrituras se debieron al hecho de que se conectó con el depósito inagotable de su mente subconsciente.

### **Cómo representa el cuerpo los funcionamientos de la mente**

La interacción de su mente consciente y subconsciente requiere de una interacción similar entre el sistema correspondiente de nervios. El sistema cerebroespinal es el órgano de la mente consciente, y el sistema simpático es el órgano de la mente subconsciente. El sistema cerebroespinal es el canal a través del cual usted recibe la comprensión consciente por medio de sus cinco sentidos físicos y el control ejercido sobre el movimiento de su cuerpo. Este sistema tiene sus nervios en el cerebro, y es el canal de su voluntad y acción mental consciente.

El sistema simpático, algunas veces llamado sistema nervioso involuntario, tiene su centro en una masa ganglionar detrás del estómago, conocida como plexo solar, y a veces es llamado el

cerebro abdominal. Es el canal de esa acción mental que inconscientemente mantiene las funciones vitales del cuerpo.

Los dos sistemas pueden trabajar de manera separada o sincronizada. Juzgo lo que Thomas Troward dice, *“El nervio vago pasa de la región cerebral como una porción del sistema voluntario, y a través de ella controla los órganos de la voz; Luego pasa adelante hacia el tórax emitiendo ramas hacia el corazón y los pulmones; Finalmente, pasando a través del diafragma, perdiendo el recubrimiento exterior que distingue los nervios del sistema voluntario y se vuelve identificado con esos del sistema simpático, así formando un vínculo entre los dos y haciendo al hombre físicamente una entidad individual.”*

*“Del mismo modo los espacios diferentes del cerebro indican su conexión con las actividades objetivas y subjetivas de la mente respectivamente, y hablando de modo general le podemos asignar la porción frontal del cerebro a la anterior y la porción trasera a la última, mientras la porción intermedia comparte el carácter de ambos.”*

*The Edinburgh Lectures on Mental Science* (New York: Robert McBride & Co., 1909).

Una forma preferentemente simple de considerar la interacción mental y física es darse cuenta de que su mente consciente capta una idea, la cual induce una vibración correspondiente en su sistema voluntario de nervios. Esto a su vez causa que una corriente similar sea generada en su sistema involuntario de nervios, así manejando la idea sobre su mente subconsciente, la cual es el medio creativo. Esto es cómo sus pensamientos se convierten en cosas.

Cada pensamiento recreado por su mente consciente y aceptado como cierto es enviado por su cerebro hacia su plexo solar, el cerebro de su mente subconsciente, para ser convertido en su carne, y ser puesto de manifiesto en su mundo como una realidad.

### **Hay una inteligencia que cuida del cuerpo**

Cuando usted estudia el sistema celular y la estructura de los órganos, como los ojos, los oídos, el corazón, el hígado, la

vejiga, etc., Usted aprende que se constituyen de grupos de células que forman una inteligencia grupal por la cual funcionan conjuntamente y pueden tomar órdenes y desempeñarlas en la función deductiva por indicación de la mente maestra (la mente consciente).

Un estudio cuidadoso de un organismo unicelular le muestra lo que sucede en su complejo cuerpo. Aunque el organismo mono-celular no tiene órganos, todavía da evidencia de acción de mente y reacción realizando las funciones básicas de movimiento, alimentación, asimilación, y eliminación.

Muchos dicen que hay una inteligencia, la que cuidará su cuerpo si lo dejara solo. Eso es cierto, pero el contratiempo es que la mente consciente siempre interfiere con su evidencia de los cinco sentidos basada en las apariencias exteriores, conduciendo a la posesión de falsas creencias, miedos, y la mera opinión. Cuando el miedo, las creencias falsas, y los patrones negativos se hacen registrar en su mente subconsciente a través del condicionamiento psicológico, emocional, no hay otro camino abierto hacia la mente subconsciente excepto del de actuar sobre las especificaciones del diseño ofrecidos a ella.

### **La mente subconsciente trabaja continuamente para el bien común**

El Yo subjetivo dentro de usted opera continuamente para el bien general, reflejando un principio innato de armonía detrás de todas las cosas. Su mente subconsciente tiene su propia voluntad, y es algo muy real en sí. Actúa día y noche ya sea si usted influye sobre ella o no. Es la constructora de su cuerpo, pero usted no la puede ver, oír, ni sentirla construyendo, ya que todo esto es un proceso silencioso. Su subconsciencia tiene una vida propia que está siempre moviéndose hacia la armonía, la salud, y la paz. Ésta es la regla divina dentro de ella buscando expresión a través de usted en todo momento.

## **Cómo interfiere el hombre con el principio innato de la armonía**

Para pensar correctamente, científicamente, debemos conocer la “Verdad.” Conocer la verdad es estar en armonía con el poder e inteligencia infinita de su mente subconsciente, la cual está todo el tiempo moviéndose para proteger a la vida.

Cada pensamiento o cada acción, que no sea armoniosa, ya sea por ignorancia o por gusto, dará como resultado discordia y limitación de todas las clases.

Los científicos nos revelan la información de que construimos un cuerpo nuevo cada once meses; Así es que realmente tiene sólo once meses de edad de un punto de vista físico. Si de nuevo construye imperfecciones a su cuerpo por pensamientos de miedo, cólera, celos, y mala voluntad, no tiene que culpar a nadie excepto a usted mismo.

Usted es la suma total de sus pensamientos. Usted puede abstenerse de recrear imaginación y pensamiento negativo. La forma para deshacerse de la oscuridad es con luz; La forma para vencer el frío es con calor; La forma de vencer el pensamiento negativo es reemplazarlo con pensamiento bueno. Afirme el bien, y los males dejarán de existir.

## **Debido a que es normal estar sano, vital y fuerte; es anormal estar enfermo**

El niño promedio nacido en el mundo es perfectamente saludable con todos sus órganos funcionando perfectamente. Éste es el estado normal, y deberíamos permanecer sanos, vitales, y fuertes. El instinto de la auto-conservación es el instinto más fuerte de su naturaleza, y constituye una verdad más potente, siempre presente, y constantemente funcional, inherente dentro de su naturaleza. Es, por consiguiente, obvio que todos sus pensamientos, ideas, y sus creencias deben funcionar con mayor potencialidad cuando están en armonía con el principio innato de vida en usted, lo cual por siempre trata de preservarlo y protegerlo a lo largo de todo el tiempo. Se entiende de esto que las condiciones normales pueden ser

recuperadas con mayor facilidad y certeza que las condiciones anormales pueden ser causadas.

Es anormal estar enfermo; Simplemente quiere decir que usted va en contra de la corriente de la vida y pensando negativamente. La ley de la vida es la ley del crecimiento; Toda naturaleza da testimonio sobre el funcionamiento de esta ley por silenciosamente, a cada instante expresarse en la ley de crecimiento. Donde hay crecimiento y expresión, debe haber vida; Dónde hay vida debe haber armonía, y donde hay armonía, hay salud perfecta.

Si su pensamiento está en armonía con el principio creativo de su mente subconsciente, usted está a tono con el principio innato de la armonía. Si usted recrea pensamientos que no están en concordancia con el principio de la armonía, estos pensamientos se le adhieren, lo acosan, lo preocupan, y finalmente causan enfermedad, y sí persistieran, posiblemente la muerte.

En la sanación de la enfermedad, usted debe aumentar la afluencia y distribución de los impulsos vitales de su mente subconsciente durante todo su sistema. Esto puede hacerse eliminando pensamientos de miedo, preocupación, ansiedad, celos, odio, y todo otro pensamiento destructivo que tienda a derribar y a destruir sus nervios y glándulas —el tejido celular del cuerpo que controla la eliminación de toda materia de desperdicio.

### **El mal de Pott curado**

En la revista del *Nautilus* de marzo, 1917, aparece un artículo acerca de un niño aquejado del mal de Pott, o tuberculosis de la columna vertebral, que tuvo una sanación notable. Su nombre era Frederick Elias Andrews de Indianapolis, ahora ministro de la Escuela de Unidad de Cristiandad, Kansas City, Missouri. Su médico lo declaró incurable. Él comenzó a rezar, y desde un lisiado encorvado, torcido andando de un sitio para otro a cuatro patas, se convirtió en un hombre fuerte, derecho, bien formado. Él creó su afirmación, mentalmente absorbiendo las cualidades que necesitaba.

Él afirmó reiteradamente muchas veces al día, “estoy íntegro, perfecto, fuerte, enérgico, cariñoso, armonioso, y feliz.” Él

perseveró y dijo que esta oración era la última expresión de sus labios en la noche y la primera en la mañana. Él oró por otros también emitiendo pensamientos de amor y salud. Esta disposición de ánimo y esta forma de oración le regresó multiplicada muchas veces. Su fe y su perseverancia le cancelaron con grandes dividendos. Cuando los pensamientos de miedo, enojo, celos, o envidia atrajeron su atención, inmediatamente comenzaba a contrarrestarlos con la fuerza de afirmación en su mente. Su mente subconsciente respondió según la naturaleza de su pensar habitual. Éste es el significado de la declaración en la Biblia, *Y Jesús le dijo: Vete, tu fe te ha salvado. Y en seguida recobró la vista, y seguía a Jesús en el camino. Marcos 10:52.*

### **Cómo lo sana la fe por sus poderes subconscientes**

Un joven, que vino a mis conferencias sobre el poder de la sanación de la mente subconsciente, tenía un problema severo al ojo, y su doctor le había dicho necesitaba operarse. Él se dijo, “Mi subconsciencia hizo mis ojos, y me puede sanar.”

Cada noche, a medida que se iba a dormir, entraba en un estado adormecido, meditativo, una condición similar a dormir. Centró su atención y se enfocó en los ojos del doctor. Imaginaba que el doctor estaba enfrente de él, y sencillamente escuchaba, o imaginaba que escuchaba, el doctor le decía, “¡Ha ocurrido un milagro!” Él escuchaba esto una y otra vez todas las noches por quizá cinco minutos más o menos antes de irse a dormir. Al cabo de tres semanas otra vez fue al oftalmólogo que antes le había examinado sus ojos, y el médico le dijo a este hombre, “¡Esto es un milagro!” ¿Qué ocurrió?. Este hombre imprimió su mente subconsciente usando al doctor como instrumento o manera de convencerse o transmitir la idea. A través de la repetición, la fe, y la expectación que él impregnó su mente subconsciente. Su mente subconsciente construyó su ojo; Dentro de él estuvo el patrón perfecto, e inmediatamente procedió a sanar el ojo. Éste es otro ejemplo de cómo lo puede sanar la fe por el poder de sanación de su subconsciencia.

### **Indicadores a repasar**

1. Su subconsciencia es la constructora de su cuerpo y está trabajando las 24 horas del día. Usted interfiere con sus patrones vivificadores por el pensamiento negativo.
2. Cargue su subconsciencia con la tarea de desarrollar una respuesta hacia cualquier problema, antes de dormir y ella le responderá.
3. Vigile sus pensamientos. Cada pensamiento aceptado como cierto es enviado por su cerebro hacia su plexo solar —su cerebro abdominal— y es introducido en su mundo como una realidad.
4. Sepa que puede rehacerse a sí mismo dándole un diseño nuevo a su mente subconsciente.
5. La tendencia de su subconsciencia es siempre proteger a la vida. Su trabajo está con su mente consciente. Alimente su mente subconsciente con premisas, que sean ciertas. Su subconsciencia siempre recrea según sus patrones mentales habituales.
6. Usted construye un cuerpo nuevo cada once meses. Cambie su cuerpo cambiando sus pensamientos y manteniéndolos cambiados.
7. Es normal estar sano. Es anormal estar enfermo. Dentro hay un principio innato de armonía.
8. Los pensamientos de celos, miedo, preocupación, y ansiedad derriban y destruyen sus nervios y sus glándulas causando enfermedades mentales y físicas de todas las clases.
9. Lo que usted afirma conscientemente y siente como verdadero será puesto de manifiesto en su mente, cuerpo y asuntos. Afirme el bien y adéntrese en la alegría de vivir.

# 8

## Cómo Conseguir los Resultados que Quiere

Las principales razones para el fracaso son: *Falta de confianza* y *demasiado esfuerzo*. Muchas personas bloquean las respuestas a sus oraciones olvidándose completamente de comprender los funcionamientos de su mente subconsciente. **Cuando sabe cómo funciona su mente, gana una medida de confianza.** Usted debe recordar que cada vez que su mente subconsciente acepta una idea; Inmediatamente comienza a ejecutarla. Usa todos sus recursos poderosos para ese fin y activa todas las leyes mentales y espirituales de su mente más profunda. Esta ley es verdadera para ideas buenas o malas. Consecuentemente, si la usa de manera negativa, trae problemas, fracaso, y confusión. Cuando la usa constructivamente, trae orientación, libertad, y tranquilidad de espíritu.

La respuesta correcta es inevitable cuando sus pensamientos son positivos, constructivos, y afectuosos. A partir de esto es perfectamente obvio que lo único que tiene que hacer para vencer el fracaso es conseguir que su subconsciencia acepte su idea o pedir sintiendo su realidad ahora, y la ley de su mente hará el resto. Produzca su petición con fe y confianza, y su subconsciencia se hará cargo y le responderá.

Siempre fallará en conseguir resultados tratando de usar *presión mental*—su mente subconsciente no responde a la presión, ella responde a su fe o a su aceptación consciente de la mente.

Su fracaso en conseguir resultados también puede provenir de tales afirmaciones como: “Las cosas están empeorando.” “Nunca conseguiré la respuesta.” “No veo salida.” “Esto no tiene remedio.” “No sé qué hacer.” “Estoy tan confundido.” Cuando usa tales declaraciones, no consigue respuesta o cooperación desde su mente subconsciente. Como un soldado marcando el paso, usted no va ni para delante ni para atrás; En otras palabras, no va a ningún lado.

Si se sube a un taxi y le da seis destinos diferentes al conductor en cinco minutos, él se confundiría con desesperación y probablemente se rehusaría a llevarlo a ninguna parte. Es lo mismo al trabajar con su mente subconsciente. Debe haber una idea bien definida en su mente. Debe lograr la decisión definitiva de que hay una salida, una solución al molesto problema. Sólo la inteligencia infinita dentro de su subconsciencia sabe la respuesta. Cuando usted alcanza esa conclusión bien definida en su mente consciente, su mente entonces está ordenada, y *conforme a vuestra fe os sea hecho*.

### **Tan fácil como eso**

Una dueña de casa una vez protestó contra el reparador de un horno por cargarle a la cuenta doscientos dólares por arreglar su calentador. El mecánico le dijo, “le cobré cinco centavos por el perno perdido y ciento noventa y nueve dólares, y noventa y cinco centavos por saber cuál era el daño.”

Del mismo modo, su mente subconsciente es el jefe mecánico, infinitamente sabio, quien conoce los medios y maneras de sanar cualquier órgano de su cuerpo, así como también sus asuntos. Decrete salud, y su subconsciencia la establecerá, pero la *relajación* es la clave. “Tan fácil como eso.” No esté preocupado con los detalles y maneras, sino que conozca el resultado final. Acostúmbrese a la solución feliz a su problema ya sea si es de salud, finanzas, o de empleo. Acuérdesse cómo se sentía después de que se había recobrado de una condición severa de enfermedad. Tenga presente que su sentimiento es el pedernal de toda la comprobación

subconsciente. Su idea nueva debe ser sentida subjetivamente en un estado como terminado, no en el futuro, sino que sucediendo *ahora*.

### **No deduzca un adversario, use la imaginación y no la fuerza de voluntad**

Usando su mente subconsciente usted no deduce un adversario, no está usando la fuerza de voluntad. Usted imagina el fin y en estado de libertad. Se detectará a su intelecto tratando encontrar la manera, pero persista en mantener una fe simple, inocente y milagrosa. Imagínese a sí mismo sin la enfermedad o el problema. Imagine el acompañamiento emocional del estado de libertad que desea ardientemente. Suprima todos los trámites del proceso. Lo sencillo es lo mejor.

### **Cómo la imaginación disciplinada hace maravillas**

Una forma maravillosa de obtener una respuesta de su mente subconsciente es a través de la imaginación disciplinada o científica. Como previamente indiqué, su mente subconsciente es el constructor del cuerpo y controla todas sus funciones vitales.

La Biblia dice, *Y todo lo que pidieréis en oración, creyendo, lo recibiréis. San Mateo 21:22*. Creer es aceptar algo como cierto, o vivir en el estado de ser eso. ¡A medida que sostiene este estado de ánimo, experimentará la alegría de la oración respondida!

### **Los tres pasos para el éxito en la oración**

El procedimiento usual es como a continuación se indica:

1. Échele un vistazo al problema.
2. Vuélvase a que la solución o la salida sólo la conoce la mente subconsciente.
3. Descanse en un sentido de convicción profunda que eso está hecho.

No debilite su oración diciendo, “deseo que pudiera estar curado.” “espero que sí.” Su sentimiento acerca del trabajo que está hecho es el que manda. La armonía es suya. Sepa que la salud es suya. Vuélvase inteligente convirtiéndose en un vehículo para el poder infinito de sanación de la mente subconsciente. Transmita la idea de salud a su mente subconsciente al extremo de la convicción; Luego relájese. Quite sus manos de ahí. Dígale a la condición y circunstancia, “Esto, también, pasará.” A través de la relajación usted imprime su mente subconsciente permitiéndole a la fuerza viva detrás de la idea, asumir el control y traerla a la realización concreta.

### **La ley del esfuerzo puesto al revés y por qué obtiene lo contrario de lo que pide**

Coué, el famoso psicólogo de Francia que visitó América hace unos cuarenta años atrás, definió la ley del esfuerzo puesto al revés así: “Cuando sus deseos y su imaginación están en conflicto, su imaginación regularmente gana.”

Si, por ejemplo, recibiera instrucciones de caminar por una tabla en el piso, lo haría sin dudar. Ahora supóngase que la misma tabla fuera colocada a veinte pies de altura entre dos paredes, ¿Caminaría por ahí? Su deseo de caminar sería contrarrestado por su imaginación o miedo a caer. Su idea dominante, la cual sería el cuadro de caerse, dominaría. Su deseo, su voluntad, o su esfuerzo por caminar sobre la tabla sería puesto al revés, y la idea dominante del fracaso sería reforzada.

El esfuerzo mental invariablemente se derrota a sí mismo, sucediendo siempre lo contrario de lo deseado. Las sugerencias de incapacidad para vencer la condición dominan la mente; Su subconsciencia está siempre controlada por la idea dominante. Su subconsciencia aceptará la más fuerte de las dos proposiciones contradictorias. La manera de hacerlo con el mínimo esfuerzo es la mejor.

Si dice, “Tengo ganas de una sanación, pero no la puedo conseguir;” “Lo intento tanto;” “Me obligo a rezar;” “Uso toda la

fuerza de voluntad que tengo”. Debe darse cuenta de que su error está en su esfuerzo. Nunca trate de *obligar* la mente subconsciente a aceptar su idea ejerciendo la fuerza de voluntad. Tales intentos están condenados al fracaso, y a conseguir lo contrario de lo que pidió.

Lo siguiente es una experiencia más bien común. Los estudiantes, al estar en exámenes y leerlos cuidadosamente, encuentran que todo su conocimiento repentinamente los ha abandonado. Sus mentes se convierten en vacíos abrumadores, y son incapaces de recordar un concepto relevante. Mientras más aprietan sus dientes e invocan fuerzas de voluntad, más lejos parecen escaparse las respuestas. Pero, cuándo ya han dejado la sala del examen y la presión mental baja de intensidad, las respuestas que buscaban fluyen tentadoramente de vuelta a sus mentes. Tratar de forzarse a sí mismos a recordar cuál fue la causa de su fracaso. Éste es un ejemplo de la ley del esfuerzo puesto al revés por la cual consigue lo contrario de lo que pidió u oró.

### **El conflicto entre el deseo y la imaginación debe ser reconciliado**

#### ***Usar fuerza mental es preconcebir que hay oposición.***

Cuando su mente está concentrada en la manera de vencer un problema, ya no está preocupada en el obstáculo. Mateo 18:19 dice, *que si dos de vosotros se pusieren de acuerdo en la tierra acerca de cualquiera cosa que pidieren, les será hecho por mi Padre que está en los cielos.* ¿Quiénes son éstos dos? Esto quiere decir el acuerdo o la unión armoniosa entre su consciencia y su subconsciencia sobre cualquier idea, deseo, o imagen mental. Cuando ya no haya nada de controversia en ninguna parte de su mente, su oración será respondida. Los dos que están de acuerdo también pueden ser representados como usted y su deseo, su pensamiento y su sentimiento, su idea y su emoción, su deseo y su imaginación.

Evite todo conflicto entre sus deseos y la imaginación entrando en un estado somnoliento, adormecido el cual lleva todo esfuerzo a un mínimo. La mente consciente está bastante sumergida

al estar en un estado de somnolencia. El mejor tiempo para impregnar su subconsciencia es al dormir. La razón de esto es que el grado más alto de afloramiento de la subconsciencia ocurre antes de dormir y poco después de que nos despertamos. En este estado los pensamientos e imágenes negativas, que tienden a neutralizar su deseo y también a impedir aceptación de su mente subconsciente ya no están presentes. Cuando usted imagina la realidad del cumplimiento del deseo y siente la emoción de la realización, su subconsciencia causa la realización de su deseo.

Un montón de gente soluciona todos sus dilemas y problemas por la representación de su imaginación controlada, dirigida, y disciplinada, sabiendo que lo que sea que se imaginen y sientan como cierto *se hará y deberá* ocurrir.

Lo siguiente claramente ilustrará cómo venció una jovencita el conflicto entre su deseo y su imaginación. Ella deseaba una solución armoniosa a su problema legal, pero sus imágenes mentales estaban todo el tiempo en el fracaso, el daño, la bancarrota, y la pobreza. Era una acción legal complicada y había un atraso tras otro sin solución a la vista.

En mi sugerencia, ella se metió en un estado somnoliento, adormecido cada noche antes de dormir, y comenzó a imaginar el final feliz, sintiéndolo lo mejor que podía. Ella sabía que la imagen en su mente tenía que estar de acuerdo con el deseo de su corazón. Antes de dormir ella comenzó a teatralizar tan vívidamente como le era posible a su abogado teniendo un argumento animado con ella referente al resultado. Ella le hacía preguntas, y él le contestaría apropiadamente. Él le decía a ella una y otra vez, “Ha habido una solución perfecta, armoniosa. El caso ha sido arreglado extrajudicialmente.” Durante el día cuando los pensamientos de miedo entraban en su mente, ella echaba a andar su película mental con gestos, voz, y equipo de sonido. Fácilmente podía imaginar el sonido de su voz, su sonrisa, y sus ademanes. Ella corría este cuadro mental de esta manera muchas veces; Se convirtió en un patrón subjetivo, una pista normal de la serie. Al cabo de algunas semanas

su abogado la llamó y confirmó objetivamente lo que ella había estado suponiendo y sintiendo como cierto subjetivamente.

Esto es realmente lo que el Salmista quiso decir cuando escribió, *Sean gratos los dichos de mi boca [sus pensamientos, imágenes mentales, buenos] y la meditación de mi corazón [sus sentimientos, carácter, emociones] delante de ti, Oh Jehová [la ley de la mente subconsciente], roca mía, y redentor mío. [El poder y sabiduría de su mente subconsciente lo puede redimir de enfermedad, esclavitud y miseria] Salmos 19:14.*

### **Ideas que vale la pena recordar**

1. La coerción mental o demasiado esfuerzo demuestra ansiedad y miedo, lo cual bloquea su respuesta. Relájese.
2. Cuando su mente está relajada y usted acepta una idea, su subconsciencia va a trabajar para llevar a cabo la idea.
3. Piense y planifique independientemente de métodos tradicionales. Sepa que hay siempre una respuesta y una solución para cada problema.
4. No se preocupe excesivamente con el golpeteo de su corazón, con la respiración de sus pulmones, o las funciones de cualquier parte de su anatomía. Recuéstese pesadamente en su subconsciencia y proclame frecuentemente que la Divina acción correcta ocurre.
5. El sentimiento de salud produce salud; El sentimiento de riqueza produce riqueza. ¿Cómo se siente?
6. La imaginación es su facultad más poderosa. Imagine lo que es precioso y de buen reporte. Usted es lo que se imagina ser de sí mismo.
7. Evite el conflicto entre su consciencia y subconsciencia en un estado de somnolencia. Imagine el cumplimiento de su deseo una y otra vez antes de dormir. Duerma en paz y despiértese en alegría.

# 9

## **Cómo Usar el Poder de su Subconsciencia para la Abundancia**

Si está teniendo contratiempos financieros, si está tratando de hacer equilibrios para vivir, quiere decir que no ha convencido a su mente subconsciente de que siempre tendrá lo suficiente y de sobra. Conoce hombres y mujeres que trabajan unas pocas horas a la semana y hacen sumas fabulosas de dinero. No se esfuerzan ni trabajan como esclavo. No crea la historia de que la única forma de hacerse rico es por el sudor de su frente y el trabajo duro. No es así; El modo de vivir sin ningún esfuerzo es mejor. Haga las cosas que le gusta hacer, y hágalas por la alegría y la emoción de hacerlas.

Conozco a un ejecutivo en Los Angeles que recibe un sueldo de \$75,000 anual. El año pasado se fue en un crucero de nueve meses conociendo el mundo y sus bellezas. Me dijo que había logrado convencer a su mente subconsciente de que él era digno de todo ese montón de dinero. Me contó que muchos de los hombres en su organización que consiguen más o menos cien dólares a la semana, sabían más del negocio que él, y que podrían manejarlo mejor, pero que ellos no tenían ambición, ni ideas creativas, y no estaban interesados en las maravillas de su mente subconsciente.

### **La riqueza es de la mente**

La riqueza es simplemente una convicción subconsciente de parte del individuo. No se convertirá en un millonario diciendo,

“soy millonario, soy millonario.” Usted crecerá dentro de una conciencia de riqueza construyendo en su mentalidad la idea de la riqueza y abundancia.

### **Sus recursos invisibles de mantenimiento**

El problema con la mayoría de la gente es que no tienen recursos invisibles de mantenimiento. Cuando el negocio se debilita, cae la bolsa, o pierden sus inversiones, parecen desprotegidos. La razón por tal inseguridad es que no saben cómo conectarse con la mente subconsciente. Están poco familiarizados con la bodega inagotable de adentro.

Un hombre con una mente de carácter de pobreza se encuentra en condiciones extremadamente pobres. Otro hombre con una mente llena con ideas de riqueza está rodeado con todo lo que requiere. Nunca se pretendió que ese hombre debiera tener una vida de indigencia. Usted puede tener riqueza, todas las cosas que necesita, y lo suficiente en abundancia. Sus palabras tienen el poder de limpiar su mente de ideas equivocadas e implantar ideas correctas en su lugar.

### **El método ideal para construir una conciencia de riqueza**

Quizás al leer este capítulo está diciendo, “necesito riqueza y éxito.” Esto es lo que hace: Repítase por más o menos cinco minutos a usted mismo tres o cuatro veces al día, “Riqueza — éxito.” Estas palabras tienen un poder tremendo. Representan el poder interior de la mente subconsciente. Ancle su mente en este poder sustancial dentro de usted; Entonces las condiciones y las circunstancias correspondientes a su naturaleza y cualidad serán manifestadas en su vida. No diga, “estoy rico,” haga hincapié en los poderes reales dentro de usted. No hay conflicto en la mente cuando usted dice, “Riqueza.” Además, el sentimiento de riqueza fluirá dentro de usted a medida que hace hincapié en la idea de la riqueza.

El sentimiento de riqueza produce riqueza; Recuerde esto en todo momento. Su mente subconsciente es como un banco, una

clase de entidad financiera universal. Ella magnifica lo que sea que usted le deposita o imprime en ella ya sea su idea de riqueza o de pobreza. Escoja riqueza.

### **Por qué sus afirmaciones para la riqueza fracasan**

He hablado con muchas personas durante los últimos treinta y cinco años cuya queja usual es, “he dicho por semanas y meses, 'estoy rico, soy próspero,' y nada ha ocurrido.” Descubrí que cuando decían, “soy próspero, estoy rico,” sentían dentro que se estaban mintiendo.

Uno me dijo, “he afirmado que soy próspero hasta que me cansé. Las cosas ahora están peor. Sabía cuándo hice la declaración que no era obviamente cierta.” Sus declaraciones eran denegadas por la mente consciente, y el mismo opuesto de lo que él exteriormente afirmó y reclamó fue puesto de manifiesto.

Su afirmación funciona mejor cuando es específica y cuándo no produce una discusión o conflicto mental; Por lo tanto las declaraciones hechas por este hombre empeoraban los asuntos porque le sugerían su escasez. Su subconsciencia acepta lo que usted en realidad siente ser cierto, no sólo palabras o afirmaciones inactivas. La *idea dominante* o creencia es siempre aceptada por la mente subconsciente.

### **Cómo evitar el conflicto mental**

Lo siguiente es la manera ideal de vencer este conflicto para aquellos que tienen esta dificultad. Haga esta afirmación práctica frecuentemente, en particular antes de dormir: “De día y por la noche estoy teniendo éxito en todos mis intereses.” Esta afirmación no despertará ninguna discusión porque no contradice la impresión de su mente subconsciente de escasez financiera.

Le sugerí a un hombre de negocios cuyas ventas y finanzas estaban muy bajas y estaba enormemente preocupado, que se sentara en su oficina, se aquietara, y repitiera esta afirmación una y otra vez: “Mis ventas están mejorando cada día.” Esta declaración

involucró la cooperación de la mente consciente y subconsciente; Los resultados siguieron.

### **No firme cheques en blanco**

Firma cheques en blanco cuando hace tales afirmaciones como, “no hay suficiente circulando.” “Hay escasez.” “Perderé la casa a causa de la hipoteca,” etc. Si está lleno de miedo del futuro, también está escribiendo un cheque en blanco y atrayendo las condiciones negativas a usted. Su mente subconsciente toma su miedo y su afirmación negativa como su petición y procede a traer por sus propio medios obstáculos, tardanzas, escasez, y limitación en su vida.

### **Su subconsciencia le da interés compuesto**

Para ella ese sentimiento de riqueza, más riqueza agregará; Para ella ese sentimiento de escasez, más escasez agregará. Su subconsciencia multiplica y magnifica lo que sea que usted se deposita en ella. Cada mañana mientras despierta deposite pensamientos de prosperidad, éxito, riqueza, y paz. Déle mucho pensamiento a estos conceptos. Ocupe su mente con ellos lo más a menudo posible. Estos pensamientos constructivos encontrarán su forma como depósitos en su mente subconsciente, y pondrán de manifiesto la abundancia y la prosperidad.

### **Por qué no ocurrió nada**

Ya lo puedo oír diciendo, “Oh, yo hice eso y no pasó nada.” Usted no consiguió resultados porque se dio el gusto de tener pensamientos de miedo quizá diez minutos después y neutralizó el bien que había afirmado. Cuando pone una semilla en el suelo, no la desentierre. Usted la deja coger raíz y crecer. Suponga, por ejemplo, que va a decir, “no podré hacer ese pago.” Antes de que llegue más allá, “no podré” detenga la frase y haga hincapié en una afirmación constructiva, como, “de día y noche tengo éxito en todas mis cosas.”

### **La fuente verdadera de la riqueza**

Su mente subconsciente nunca anda escasa de ideas. Hay dentro de ella un número infinito de ideas listas para fluir en su mente consciente y aparecer como dinero en efectivo en su libreta en incontables formas. Este proceso continuará funcionando en su mente ya sea que la bolsa suba o baje, ya sea que la libra esterlina o el dólar caigan en valor. Su riqueza no depende nunca verdaderamente de bonos, valores en cartera, o dinero en el banco; Éstos realmente son sólo símbolos, necesarios y útiles por supuesto, pero sólo símbolos. El punto que deseo enfatizar es que si usted convence a su mente subconsciente de que la riqueza es suya, y de que siempre está circulando en su vida, siempre e inevitablemente la tendrá, a pesar de la forma que tome.

### **Tratando de hacer equilibrios para vivir y la causa verdadera**

Hay personas que alegan que están todo el tiempo tratando de hacer equilibrios para vivir. Parecen tener una gran lucha por pagar sus deudas. ¿Ha escuchado sus conversaciones? En muchos casos sus conversaciones corren por esta vena. Constantemente condenan a aquellos que han tenido éxito en la vida y que han levantado sus cabezas por encima del vulgo. Quizá dicen, “Oye, ese tipo tiene un negocio sucio; es cruel; es un criminal.” Éste es el por qué de que ellos tengan carencias; condenan la cosa que desean y quieren. La razón por la que hablan críticamente de sus socios más exitosos es porque están envidiosos y codiciosos de la prosperidad de otros. La manera más rápida para producir que la abundancia tome alas y se vaya lejos es criticar y condenar a otros que tienen más riqueza que usted.

### **Una causa de tropiezo común hacia la riqueza**

Hay una emoción, que es la causa de la escasez de riqueza en las vidas de muchos. La mayoría aprende esto en la forma más difícil. Es la envidia. ¿Por ejemplo, si ve a un competidor depositando sumas grandes de dinero en el banco, y usted tiene sólo una cantidad escasa para depositar, le hace sentir envidia? ¿La forma

para vencer esta emoción es decirse a si mismo, “No es eso maravilloso! Me regocijo en la prosperidad de ese hombre. Le deseo a él mayores y mayores riquezas.” Recrear pensamientos envidiosos es devastador porque lo sitúa en una posición muy negativa; Por lo tanto, la riqueza fluye *desde* usted en lugar de *hacia* usted. Si alguna vez se ha sentido molesto o irritado por la prosperidad o fortuna de otro, afirme inmediatamente que verdaderamente le desea a él mayor riqueza en cada forma posible. Esto neutralizará los pensamientos negativos en su mente y causará que una medida siempre mayor de riqueza fluya hacia usted por la ley de su mente subconsciente.

### **Borrando un gran bloqueo psicológico para la riqueza**

Si usted está preocupado y crítico por alguien que usted alega que gana dinero deshonestamente, deje de preocuparse por él. Usted sabe que persona está usando la ley de la mente negativamente; La ley de la mente se ocupa de él. Cuídese de no criticarlo por las razones previamente indicadas. Recuerde: El bloque u obstáculo hacia la riqueza está en su mente. Ahora puede destruir ese bloqueo psicológico. Esto puede hacerlo creándose buenos términos mentales con todo el mundo.

### **Duerma y hágase rico**

A medida que usted se va a dormir en la noche, practique la siguiente técnica. Repita la palabra, “Riqueza,” con tranquilidad, fácilmente, y con gran sentimiento. Haga esto una y otra vez, algo así como una canción de cuna. Aquíétese a sí mismo para dormir con la única palabra, “Riqueza.” Le debería asombrar el resultado. La riqueza debería fluir hacia usted en avalanchas de abundancia. Éste es otro ejemplo del poder mágico de su mente subconsciente.

### **Sírvase a si mismo con los poderes de su mente**

1. Decida ser rico en la forma fácil, con la ayuda infalible de su mente subconsciente.

2. Tratar de acumular riqueza por el sudor de su frente y el trabajo duro es una forma para convertirse en el hombre más rico del cementerio. No tiene que luchar o trabajar como esclavo.
3. La riqueza es una convicción subconsciente. Construya dentro de su mentalidad la idea de la riqueza.
4. El problema con la mayoría de la gente es que no tienen recursos invisibles de mantenimiento.
5. Repita la palabra, “Riqueza,” a sí mismo lentamente y con tranquilidad por unos cinco minutos antes de dormir y su subconsciencia hará que la riqueza ocurra en su experiencia.
6. El sentimiento de riqueza produce riqueza. Recuerde esto en todo momento.
7. Su mente consciente y subconsciente deben estar de acuerdo. Su subconsciencia acepta lo que usted en realidad siente ser verdadero. La idea dominante siempre es aceptada por su mente subconsciente. La idea dominante debería ser *riqueza*, no *pobreza*.
8. Usted puede vencer cualquier conflicto mental referente a la abundancia afirmando frecuentemente, “De día y de noche prospero en todos mis intereses.”
9. Aumente sus ventas repitiendo esta afirmación una y otra vez, “Mis ventas mejoran cada día; Estoy prosperando, progresando, y haciéndome más rico todos los días.”
10. Deje de escribir cheques en blanco, como, “no hay bastante que alcance para todos,” o “hay escasez,” etc. Tales declaraciones magnifican y multiplican su pérdida.
11. Deposite pensamientos de prosperidad, riqueza, y éxito en su mente subconsciente, y ésta le dará interés compuesto.
12. Lo que afirma conscientemente, no debe contradecirlo mentalmente momentos más tarde. Esto cancelará el bien que ha afirmado.
13. Su fuente verdadera de riqueza se constituye de las ideas en su mente. Puede tener una idea que vale millones de dólares. Su subconsciencia le dará la idea que usted busca.
14. La envidia y los celos son las causas de tropiezo hacia el flujo de la riqueza. Regocíjese en la prosperidad de otros.

15. El bloque hacia riqueza está en su mente. Destruya ese bloque ahora creándose buenos términos mentales con todo el mundo.

# 10

## **Su Derecho a Ser Rico**

Es su derecho ser rico. Usted está aquí para llevar una vida abundante y estar contento, radiante, y libre. Usted, por consiguiente, debería tener todo el dinero que requiere para llevar una vida completa, feliz, y próspera.

Está aquí para crecer, expandirse, y desarrollarse espiritual, mental, y materialmente. Usted tiene el derecho inalienable de desarrollarse completamente y expresarse en todas sus formas. Debería estar rodeado de belleza y lujo.

¿Por qué está satisfecho de sólo lo suficiente para vivir cuando puede disfrutar de las riquezas de su mente subconsciente? En este capítulo puede aprender a hacerse amigo del dinero, y siempre debería tener un exceso. Su deseo de ser rico es un deseo por una más completa, más feliz y más maravillosa vida. Es un deseo cósmico. No sólo es bueno, sino que muy bueno.

### **El dinero es un símbolo**

El dinero es un símbolo de intercambio. Eso le quiere decir que no es sólo la libertad de la escasez, sino que también es belleza, lujo, abundancia, y refinamiento. El dinero es meramente un símbolo de la vitalidad económica de la nación. Cuando su sangre circula libremente en su cuerpo, usted tiene buena salud. Cuando el dinero circula libremente en su vida, usted tiene económicamente buena salud. Cuando las personas comienzan a amontonar dinero, a guardarlo en cajas de estaño, y llenarse de miedo, hay enfermedad

económica. El dinero ha tomado muchas formas como medio de pago a través de los siglos, tales como, la sal, abalorios, y dijes de clases diversas. En tiempos antiguos la riqueza de un hombre era determinada por el número de ovejas y bueyes que él tuviese. Ahora usamos dinero, y otros efectos comerciales, ya que es bastante más conveniente para girar un cheque que llevar de acá para allá ovejas para pagar cuentas.

### **Cómo caminar por la carretera real hacia las riquezas**

El conocimiento de los poderes de su mente subconsciente es el vehículo para la carretera real hacia las riquezas de todas las clases —espirituales, mentales, o financieras. El estudiante de las leyes de la mente cree y sabe definitivamente que a pesar de las situaciones económicas, la fluctuación de la bolsa de valores, la recesión económica, las huelgas, la guerra, otras condiciones u otras circunstancias, él siempre estará abundantemente abastecido, independiente de la forma que tome el dinero. La razón para esto es que él le ha comunicado la idea de la riqueza a su mente subconsciente, y que ella lo mantiene suministrado dondequiera que él pueda estar. Él ha convencido por sí mismo a su mente de que el dinero siempre fluye libremente en su vida y que siempre hay un maravilloso excedente. Si hubiera un colapso financiero de gobierno mañana y todos los activos presentes del hombre pasaran a no tener valor, como los marcos alemanes lo hicieron después de la Primera Guerra Mundial, él todavía atraería riqueza y sería suministrado, a pesar de la forma que tomara la nueva moneda circulante.

### **Por qué usted no tiene más dinero**

A medida que lee este capítulo, probablemente está diciendo, “merezco un sueldo más alto del que recibo.” Creo que la mayoría de la gente es recompensada inadecuadamente. Una de las causas de que muchas personas no tengan más dinero es que silenciosa o abiertamente están condenándolo. Se refieren al dinero como “dinero sucio” o “el amor al dinero es la raíz de todo mal.”

Otra razón de que no prosperan es que tienen un sentimiento subconsciente furtivo de hay algo de virtud en la pobreza. Este patrón subconsciente puede ser debido al aprendizaje precoz de la infancia, la superstición, o podría basarse en una interpretación falsa de las Sagradas Escrituras.

### **El dinero y una vida equilibrada**

Una vez un hombre me dijo, “Estoy en bancarrota. No me gusta el dinero. Es la raíz de todo mal.” Estas afirmaciones representan una mente neurótica confundida. El amor al dinero con la exclusión de todo lo demás causará que usted se ponga torcido y desequilibrado. Usted está aquí para usar su poder o su autoridad sabiamente. Algunos hombres desean poder otros desean dinero. Si pone su corazón en el dinero exclusivamente y dice, “el Dinero es *todo* lo que quiero; Voy a darle toda mi atención a amasar dinero; Nada más importa,” puede conseguir dinero y puede lograr una fortuna, pero se ha olvidado de que está aquí para llevar una vida equilibrada. Además debe satisfacer el apetito por la tranquilidad de espíritu, la armonía, el amor, la alegría, y la salud perfecta.

Haciendo del dinero su meta exclusiva, simplemente escogió mal. Pensó que eso era todo lo que quería, pero encontró después de todos sus esfuerzos que no era sólo dinero lo que necesitaba. También deseó una expresión verdadera de sus talentos ocultos, un lugar verdadero en la vida, belleza, y la alegría de contribuir al bienestar y al éxito de otros. Aprendiendo las leyes de su mente subconsciente, usted podría tener un millón de dólares o muchos millones, si quisiera, y todavía tendría tranquilidad de espíritu, armonía, salud perfecta, y expresión perfecta.

### **La pobreza es una enfermedad mental**

No hay virtud en la pobreza; Es una enfermedad como cualquier otra enfermedad mental. Si estuviese físicamente enfermo, pensaría que hay algo mal con usted. Buscaría ayuda y haría algo al respecto a la condición ahora mismo. Asimismo, si no tiene dinero

continuamente circulando en su vida, hay algo radicalmente mal con usted.

El deseo del principio de vida en usted es hacia el crecimiento, la expansión, y la vida más abundante. Usted no está aquí para vivir en un cuchitril, vestirse con ropa mala, y pasar hambre. Usted debería ser feliz, próspero, y exitoso.

### **Por qué nunca debe criticar el dinero**

Limpie su mente de todas las creencias anormales y supersticiosas acerca del dinero. Nunca considere el dinero como malo o sucio. Si lo hace, causará que el dinero tome alas y vuele lejos de usted. Recuerde que usted pierde lo que condena. No puede atraer lo que critica.

### **Haciéndose de la actitud correcta hacia el dinero**

Aquí hay una técnica simple que usted puede usar para multiplicar dinero en su experiencia. Use las siguientes declaraciones varias veces al día, “Me gusta el dinero, me gusta mucho, lo uso sabiamente, constructivamente, y juiciosamente. El dinero continuamente circula en mi vida. Lo suelto con alegría, y me regresa multiplicado de manera maravillosa. Es bueno y muy bueno. El dinero fluye hacia mí en avalanchas de abundancia. Lo uso para el bien solamente, y estoy agradecido por mi bien y por las riquezas de mi mente.”

### **Cómo ve el dinero el pensador científico**

Suponga, por ejemplo, que encontró oro, plata, plomo, cobre, o hierro en el suelo. ¿Declararía que estas son cosas malas? Todo mal viene de la comprensión oscura del hombre, de su ignorancia, de su interpretación falsa de la vida, y de su uso indebido de su mente subconsciente. El uranio, el plomo, o algún otro metal pudieron haber sido utilizado como un medio de pago. Usamos facturas del papel, cheques, monedas, plata y con seguridad no son malas. Los físicos y químicos saben hoy que la única diferencia entre un metal y otro es el número y la tasa de actividad

de los electrones girando alrededor de un núcleo central. Ahora pueden cambiar un metal a otro a través de un bombardeo de átomos en un acelerador de partículas de alta potencia. El oro bajo ciertas condiciones se convierte en mercurio. Creo que nuestros científicos modernos dentro de poco podrán hacer oro, plata, y otros metales sintéticamente en el laboratorio químico. El costo puede ser prohibitivo ahora, pero puede hacerse. No puedo imaginar a alguna persona inteligente viendo algo malo en los electrones, neutrones, protones, e isótopos.

El trozo de papel en su bolsillo está compuesto de átomos y moléculas con sus electrones y protones organizados de modo diferente. Su número y tasa de movimiento son diferentes. Esa es la única manera de que el papel difiera de la plata en su bolsillo.

### **Cómo atraer el dinero que necesita**

Muchos años atrás conocí un jovencito en Australia que aspiraba a médico y cirujano, pero no tenía dinero. Le expliqué cómo una semilla depositada en el terreno atrae para sí misma todo lo necesario para su desarrollo, y que todo lo que él tenía que hacer era aprender de la semilla y depositar la idea requerida en su mente subconsciente. En su trabajo este joven brillante acostumbraba limpiar oficinas de doctores, lavar ventanas, y hacer reparaciones curiosas. Él me dijo que todas las noches, a medida que se iba a dormir, solía describir en su imaginación un título médico en una pared con su nombre escrito con letras grandes y remarcadas. Él acostumbraba limpiar y sacar brillo a los diplomas enmarcados en el edificio médico donde él trabajaba. No era difícil para él grabar la imagen de un diploma en su mente y desarrollarla ahí. Los resultados definitivos siguieron mientras él perseveraba en su imagen mental todas las noches por aproximadamente cuatro meses.

La segunda parte de esta historia fue muy interesante. Uno de los doctores se prendó de este jovencito y después de entrenarlo en el arte de esterilizar instrumentos, dando inyecciones hipodérmicas, y otro trabajo surtido de primeros auxilios, le dio un empleo como asistente técnico en su oficina. El doctor más adelante

lo envió a Escuela de Medicina por su gasto. Hoy, este joven es un Doctor en Medicina prominente en Montreal, Canadá. Él descubrió la ley de atracción usando su mente subconsciente en la forma correcta. Él manejó un vieja ley, que dice, “Habiendo Visto el fin, haz heredado el medio para la realización del fin.” El *fin* en este caso fue convertirse en un Doctor en Medicina.

Este joven pudo imaginar, ver, y sentir la realidad de ser un doctor. Él vivió con esa idea, la sostuvo, la energizó, y la amó hasta que a través de su imaginación penetró en las capas de su mente subconsciente y se convirtió en una convicción, por consiguiente atrayéndole todo necesario para el cumplimiento de su sueño.

### **Por qué ciertos hombres no consiguen un aumento en sueldo**

Si está trabajando en una organización grande y piensa en silencio y resiente el hecho de que es mal retribuido, de que no es apreciado, y que merece más dinero y mayor reconocimiento, de forma subconsciente está cortando sus relaciones con esa organización. Usted pone en movimiento una ley, y el director general o el gerente le dirá, “tenemos que dejarlo ir.” Realmente, usted se despidió a si mismo. El gerente fue simplemente el instrumento a través del cual su propia condición mental negativa fue confirmada. Fue un ejemplo de la ley de acción y la reacción. La acción fue su pensamiento, y la reacción fue la respuesta de su mente subconsciente.

### **Obstáculos e impedimentos sobre el sendero hacia las riquezas**

Estoy seguro usted ha oído a hombres decir, “Ese tipo tiene un negocio sucio.” “Él es un estafador.” “Él gana plata deshonestamente.” “Él es un farsante.” “Lo conocí cuándo no tenía nada.” “Es un criminal, un ladrón, y un timador.”

Si analiza al hombre que habla así, descubrirá que usualmente está en necesidad o sufriendo de alguna indisposición

financiera o física. Quizá sus antiguos amigos de la universidad subieron por la escalera del éxito y lo superaron. Ahora él está amargado y envidioso de sus progresos. En muchos casos ésta es la causa de su ruina. Pensar negativamente de estos compañeros y condenar su abundancia produce que la abundancia y la prosperidad por la que él pide desaparezcan y se vayan lejos. Él condena la cosa que está pidiendo para él.

Él está pidiendo en dos formas. Por una parte dice, “la Riqueza fluye hacia mí ahora,” e inmediatamente después, en silencio o audiblemente, dice, “Resiento la abundancia de ese tipo.” Siempre hágase un motivo especial para regocijarse de la riqueza de otra persona.

### **Proteja sus inversiones actuales**

Si está buscando sabiduría referente a las inversiones, o si está preocupado por sus acciones o bonos, recogidamente afirme, “La inteligencia Infinita gobierna y vela por todas mis transacciones financieras, y cualquier cosa que haga tendrá éxito.” Haga esto frecuentemente y se encontrará con que sus inversiones serán sabias; Además, será protegido de pérdida, mientras será impulsado a vender sus cédulas de inversión o los valores en cartera antes de que cualquier pérdida se acumule ante usted.

### **Usted no puede conseguir algo por nada**

En tiendas grandes la gerencia emplea detectives para impedirles a las personas que roben. Ellos atrapan un número de personas todos los días tratando de conseguir algo por nada. Todas esas personas están viviendo en una atmósfera mental de escasez y limitación y están robando de ellos mismos paz, armonía, fe, honradez, integridad, benevolencia, y confianza. Además, atraen para ellos mismos toda clase de pérdida, como toda clase de pérdida de carácter, prestigio, posición social, y tranquilidad de espíritu. Estas personas carecen de fe en la fuente de abastecimiento y la comprensión de cómo funcionan sus mentes. Si mentalmente acudieran a los poderes de su mente subconsciente y afirmaran que

son guiados hacia su expresión verdadera, encontrarían empleo y suministro constante. Entonces por honradez, integridad, y perseverancia, se convertirían en un financiamiento para ellos mismos y para la sociedad grandemente.

### **Su constante suministro de dinero**

Reconocer los poderes de su mente subconsciente y el poder creativo de su pensamiento o su imagen mental es la forma para la opulencia, la libertad, y el constante suministro. Acepte la vida abundante en su mente. Su expectación y aceptación mental de la abundancia tienen sus propias matemáticas y su mecánica de expresión. A medida que usted entra en el estado anímico de la opulencia, todas las cosas necesarias para la vida abundante llegarán a ocurrir. Permita que ésta sea su afirmación diaria; Escríbala en su corazón, “Soy uno con las riquezas infinitas de mi mente subconsciente. Es mi derecho ser rico, feliz, y exitoso. El dinero fluye hacia mí libremente, abundantemente, e interminablemente. Tengo por siempre conciencia de mi valor verdadero. Doy de mis talentos libremente, y estoy asombrosamente bendito financieramente. ¡Es maravilloso!”

### **Avance así hacia las riquezas**

1. Sea lo suficientemente atrevido para afirmar que es su derecho ser rico y su mente más profunda honrará su aseveración.
2. No desee que sólo la cantidad justa circule en su mundo. Desee todo el dinero que necesite para hacer todas las cosas que quiera hacer y cuando quiera hacerlas. Familiarícese con las riquezas de su mente subconsciente.
3. Cuando el dinero circula libremente en su vida, usted está económicamente saludable. Mire el dinero como una corriente y siempre tendrá un montón de él. La marea y flujo de la marea es constante. Cuando la marea está fuera, tenga absolutamente la seguridad de que regresará.

4. Conociendo las leyes de su mente subconsciente, siempre será suministrado a pesar de la forma que tome el dinero.
5. Una razón por la que muchas personas solamente hacen equilibrios para vivir y nunca tienen bastante dinero es que condenan el dinero. Lo que condena toma alas y se va lejos.
6. No haga un dios del dinero. Es sólo un símbolo. Recuerde que las riquezas verdaderas están en su mente. Usted es aquí para llevar una vida equilibrada —esto incluye adquirir todo el dinero que necesita.
7. No le haga del dinero su meta exclusiva. Afirme la abundancia, la felicidad, la paz, la expresión verdadera, y el amor, y personalmente irradie amor y buena fe para todos. Entonces su mente subconsciente le dará interés compuesto en todos estos campos de expresión.
8. No hay virtud en la pobreza. Es una enfermedad de la mente, y debería sanarse a si mismo de esta afección o conflicto mental de inmediato.
9. Usted no está aquí para vivir en un cuchitril, para vestirse con ropa mala, o para pasar hambre. Usted está aquí para llevar una vida más abundante.
10. Nunca use los términos “dinero sucio” o “aborrezco el dinero.” Usted pierde lo que critica. No hay nada bueno o malo, sino que el pensar de eso lo hace así.
11. Repita frecuentemente, “me gusta el dinero. Lo uso sabiamente, constructivamente, y juiciosamente. Lo suelto con alegría, y me regresa multiplicado.”
12. El dinero no es más malo que el cobre, plomo, estaño, o hierro que puede encontrar dentro de la tierra. Todo mal se debe a la ignorancia y el mal uso de los poderes de la mente.
13. Imaginar el resultado final en su mente produce que su subconsciencia responda y ejecute su imagen mental.
14. Deje de intentar conseguir algo por nada. No hay algo que sea gratis. Debe dar para recibir. Le debe dar atención mental a sus metas, sus ideales, y sus proyectos, y su mente más profunda lo

apoyará. La clave para la riqueza es aplicación de las leyes de la mente subconsciente impregnándola con la idea de la riqueza.

# 11

## **Su Mente Subconsciente como un Socio en el éxito**

Éxito quiere decir vida exitosa. Una larga temporada de paz, alegría, y felicidad en este plano puede ser llamada éxito. La experiencia eterna de estas cualidades es la vida eterna de la que habló Jesús. Las cosas verdaderas de la vida, como la paz, la armonía, la integridad, la seguridad, y la felicidad son intangibles. Proviene del Yo Profundo del hombre. Meditar sobre estas cualidades construye estos tesoros del cielo en nuestra subconsciencia. *Haceos tesoros en el cielo, donde ni la polilla ni el orín corrompen, y donde ladrones no minan ni hurtan. Mateo 6:20.*

### **Los tres pasos hacia el éxito**

Argumentemos los tres pasos hacia el éxito:

*El primer paso* para el éxito es encontrar la cosa que le gusta hacer, luego hacerla. El éxito está en amar su trabajo. Aunque, si un hombre es un psiquiatra, no es adecuado para él que obtenga un diploma y lo coloque en la pared; Él debe mantenerse actualizado, debe asistir a convenciones, y debe seguir estudiando la mente y sus funcionamientos. El psiquiatra exitoso visita clínicas y lee los últimos artículos científicos. En otras palabras, él está informado de los métodos más avanzados para aliviar el sufrimiento humano. El psiquiatra exitoso o doctor debe tomar seriamente el interés de sus pacientes. ¿Alguien puede decir, “Cómo puedo poner en funcionamiento el primer paso? No sé lo que debería hacer.” En tal caso, pida la orientación como a continuación se indica: “La

inteligencia infinita de mi mente subconsciente me revela mi lugar verdadero en la vida.” Repita esta oración recogidamente, positivamente, y con cariño para su mente más profunda. A medida que persevera en la fe y la confianza, la respuesta vendrá a usted como un sentimiento, una corazonada, o una tendencia en una cierta dirección. Vendrá a usted claramente y en paz, y como un conocimiento silencioso interior.

*El segundo paso* para el éxito es especializarse en alguna rama de trabajo particular y saber más acerca de eso que ningún otro. Por ejemplo, si un joven escoge la química como su profesión, él debería concentrarse en una de las muchas ramas en este campo. Él le debería dar todo su tiempo y su atención a su especialidad escogida. Él debería volverse lo suficientemente entusiasta para tratar de saber todo lo que hay disponible en su campo; Si es posible, él debería saber más que ningún otro. El joven debería volverse apasionadamente interesado en su trabajo y debería querer servir al mundo.

*Él que es lo máximo en medio de usted, déjelo convertirse en su sirviente.* Hay un gran contraste en esta disposición de ánimo en contraste a la del hombre que sólo quiere hacer una vida o simplemente “salir adelante.” “Salir adelante” no es éxito verdadero. El motivo del hombre debe ser más grande, más noble, y más altruista. Él debe servir a otros, por consiguiente debe hacer el bien sin mirar a quien.

*El tercer paso* que es el más importante. Debe estar seguro que la cosa que quiere hacer no refluye para su éxito solamente. Su deseo no debe ser egoísta; Debe beneficiar a la humanidad. El camino de un circuito completo debe formarse. En otras palabras, su idea debe ir hacia adelante con el fin de bendecir o servirle al mundo. Entonces eso regresará a usted, y si es para beneficio propio exclusivamente, el círculo o circuito completo no se forma, y puede experimentar un corto circuito en su vida que puede constituirse de limitación o enfermedad.

## **La medición del éxito verdadero**

Algunas personas pueden decir, “Pero Mr. James se ganó una fortuna en vender valores fraudulentos de aceite.” Un hombre puede aparentar tener éxito durante algún tiempo, pero el dinero que consiguió por el fraude usualmente toma alas y se vuela. Cuando le robamos a otro, robamos desde nuestros egos, porque estamos en un estado de ánimo de escasez y limitación, que se puede manifestar en nuestro cuerpo, vida doméstica, y negocios. Lo que pensamos y sentimos, creamos. Creamos lo que creemos. Si bien un hombre pudo haber acumulado una fortuna fraudulentamente, él no es exitoso. No hay éxito sin tranquilidad de espíritu. ¿Qué bien está la riqueza acumulada del hombre si éste no puede dormir por las noches, está enfermo, o tiene una preocupación exagerada de culpabilidad?

Conocí a un hombre en Londres que me contó sobre sus proezas. Él había sido un carterista profesional y había amontonado una cantidad de dinero grande. Él tenía una casa de verano en Francia y vivía en un estilo real en Inglaterra. Su historia era que él estaba en constante temor de ser arrestado por Scotland Yard. Él tenía muchos trastornos interiores, lo cual se debía indudablemente a su constante miedo y su complejo de culpabilidad arraigado profundamente. Él sabía que había actuado mal. Este sentimiento de culpabilidad profundo le atrajo toda clase de problemas. Más tarde, voluntariamente se entregó a la policía y tuvo una condena privativa de libertad. Después de su excarcelación, él buscó consejo psicológico y espiritual y llegó a ser convertido. Él fue a trabajar y se convirtió en un ciudadano honesto, cumplidor de la ley. Él encontró lo que le gustaba hacer y fue feliz.

Un hombre de éxito ama su trabajo y se expresa completamente. El éxito está dependiente de un ideal superior que la mera acumulación de riquezas. El hombre de éxito es el hombre que posee gran comprensión psicológica y espiritual. Muchos de los grandes empresarios industriales hoy dependen del uso correcto de sus mentes subconscientes para su éxito.

Había un artículo publicado algunos años atrás de Flagler, un magnate de petróleo. Él reconoció que el secreto de su

éxito era su habilidad para ver un proyecto en su terminación. Por ejemplo, en su caso, él cerraba sus ojos, imaginaba una industria petrolera grande, veía trenes funcionando en las pistas, oía los silbidos y veía el humo. Habiendo visto y sentido el cumplimiento de su oración, su mente subconsciente hacia ocurrir su realización. Si imagina un objetivo claramente, usted será provisto de las necesidades, en formas que no conoce, a través del poder maravilloso de su mente subconsciente.

En considerar los tres pasos hacia el éxito usted nunca debe olvidar el poder fundamental de las fuerzas creativas de su mente subconsciente. Ésta es la energía detrás de todos los pasos en cualquier plan de éxito. Su pensamiento es creativo. El pensamiento combinado con sentimiento se convierte en una creencia o fe subjetiva, y *acorde a su fe le sea hecho*. Mateo 9:29.

El conocimiento de una fuerza poderosa en usted, el cual es capaz de realizar todos sus deseos, le da confianza y un sentido de paz. No importa cómo es su esfera de actividad, debería aprender las leyes de su mente subconsciente. Cuándo sabe cómo aplicar los poderes de su mente, y cuándo se expresa completamente y da de sus talentos a otros, está en el camino seguro hacia el éxito verdadero. Si se concentra en el negocio de Dios, o cualquier parte de él, Dios, por Su misma naturaleza, es para usted, ¿Así es que quién puede ir en contra de usted? Con esta comprensión no hay poder en el cielo o en la tierra que pueda retenerle el éxito.

### **Cómo realizó su sueño**

Un actor de cine me dijo que él tenía muy poca educación, pero tenía un sueño desde niño que era convertirse en un actor exitoso de cine. El campo segando heno, llevando vacas, o incluso ordeñándolas dijo, “a cada instante me imaginaba viendo mi nombre en luces grandes en un teatro gigante. Llevé adelante esto por años hasta que finalmente me escapé de casa. ¡Conseguí trabajos extras en áreas de grabaciones de películas, y el día finalmente llegó cuando vi mi nombre en luces grandes, grandes como las que me

imaginaba cuando era niño!” Luego agregó, “Sé que el poder de la *imaginación sostenida* trae éxito.”

### **Su farmacia de ensueño se hizo real**

Treinta años atrás conocí a un joven farmacéutico que recibía cuarenta dólares a la semana más la comisión de venta. “Después de veinticinco años,” él me dijo, “conseguiré una pensión de jubilación y me retiraré.”

Yo le dije a este joven, “¿Por qué no tienes tu propia tienda? Deja ese lugar. ¡Agranda tus expectativas! Ten una hermosa visión de futuro para tus hijos. Tal vez tu hijo quiera ser doctor; Quizá tu hija quiera ser una gran instrumentista.”

¡Su respuesta fue que no tenía dinero! Él comenzó a despertar al hecho de que cualquier cosa que el pudiera concebir como verdadero, él podría darle concepción.

El primer paso hacia su meta fue su despertar a los poderes de su mente subconsciente, lo cual brevemente expliqué en detalle para su beneficio. Su segundo paso fue su realización de que si él pudiera lograr comunicarle una idea a su mente subconsciente, ésta en alguna forma la haría ocurrir.

Comenzó a imaginarse que él estaba en su propia tienda. Él mentalmente arreglaba las botellas, entregaba recetas, y se imaginó a varios empleados en la tienda atendiendo a los clientes. También visualizó un estado de cuenta bancaria grande. Mentalmente él trabajó en esa tienda imaginaria. Como un buen actor él vivió el papel. *Actúe como sí soy, y lo seré.* Este farmacéutico se puso entero a sí mismo cálidamente en el actuar, vivir, moverse, y comportarse en la suposición de que él poseía la tienda.

La segunda parte fue interesante. Él se dio de baja de su puesto de trabajo. Encontró un empleo nuevo en una cadena de farmacias grande, se convirtió en el administrador, y más tarde, en gerente del departamento. Ahorró bastante dinero en cuatro años para proveer el pago de entrada de su propia farmacia. Él la llamó su “Farmacia de Ensueño” [*Dream Pharmacy*].

Él dijo, “Fue exactamente la tienda que vi en mi imaginación.” Se convirtió en un éxito reconocido en su campo favorito, y fue feliz haciendo lo que le gustaba hacer.

### **Usando la mente subconsciente en el negocio**

Algunos años atrás di una conferencia a un grupo de hombres de negocios sobre los poderes de la imaginación y la mente subconsciente. En esta conferencia señalé el modo en que Goethe usó su imaginación sabiamente cuando enfrentó dificultades y apuros.

Sus biógrafos señalan que él acostumbraba pasar muchas horas quedamente manteniendo conversaciones imaginarias. Es bien sabido que su costumbre era imaginar a uno de sus amigos ante él en una silla respondiéndole en la forma que él quería. Dicho de otro modo, si él estaba preocupado sobre algunos problemas, imaginaba a su amigo darle la respuesta correcta o apropiada, acompañada con los gestos usuales y las características tonales de la voz, y hacía la escena imaginaria entera tan real y tan viva como le era posible.

Uno de los hombres presentes en esta conferencia era un joven corredor de bolsa y procedió a adoptar la técnica de Goethe. Él comenzó a tener conversaciones mentales, imaginarias con un banquero multimillonario amigo de él que usó para ayudarlo en su juicio sabio, sólido y logrado sobre su compra de las acciones correctas. Él solía dramatizar esta conversación imaginaria hasta que él psicológicamente la hubo fijado como una forma de creencia en su mente.

La conversación interior e imaginación controlada de este agente ciertamente estaba de acuerdo con su meta, la cual era hacer inversiones bien aconsejadas para sus clientes. Su propósito principal en la vida fue ganar dinero para sus clientes y verlos prosperar financieramente por su consejo sabio. Él todavía está usando su mente subconsciente en su negocio, y es un éxito deslumbrante en su rama de trabajo.

### **Niño de dieciséis años convierte su fracaso en éxito**

Un muchacho de secundaria que atendía me dijo, “Estoy teniendo calificaciones muy malas. Mi memoria está fallando. No recuerdo la materia.” Descubrí que lo único malo que tenía este niño era su actitud, que era de indiferencia y resentimiento hacia algunos de sus maestros y compañeros de curso. Le enseñé cómo usar su mente subconsciente, y cómo tener éxito en sus estudios.

Comenzó a afirmar ciertas verdades varias veces al día en particular en la noche antes de dormir, y también en la mañana después de despertarse. Éstos son los mejores momentos para impregnar la mente subconsciente.

Él afirmó así: “Me doy cuenta de que mi mente subconsciente es una bodega de memoria. Retiene todo lo que leo y escucho de mis maestros. Tengo una memoria perfecta, y la inteligencia infinita en mi mente subconsciente constantemente me revela todo lo que necesito para saber en absoluto para mis exámenes, ya sea escrito u oral. Irradio amor y buena fe para todos mis maestros y mis compañeros de curso. Sinceramente les deseo éxito y todas las cosas buenas.”

Este joven ahora disfruta la mayor libertad que jamás había conocido. Ahora sólo recibe buenas calificaciones. Constantemente se imagina a los maestros y su madre felicitándolo por su éxito en sus estudios.

### **Cómo hacerse exitoso en la compra y venta**

En la compra y venta, recuerde que su mente consciente es el arranque y su mente subconsciente es el motor. Debe echar a andar el motor para permitirle realizar su trabajo. Su mente consciente es la dínamo que excita el poder de su mente subconsciente.

El primer paso en comunicar su deseo clarificado, idea, o imagen a la mente más profunda es relajarse, inmovilizar su atención, silenciarse, y estar quieto. Esta disposición de ánimo quieta, relajada, y tranquila impide que asuntos extraños e ideas falsas interfieran con la absorción mental de su ideal. Además, en la

disposición de ánimo quieta, pasiva, y receptiva, el esfuerzo se reduce a un mínimo.

El segundo paso es comenzar a imaginarse la realidad de eso que desea. Por ejemplo, puede tener el deseo de comprar una casa, y en su estado de ánimo relajado afirme así: “La inteligencia infinita de mi mente subconsciente es infinitamente sabia. Me revela ahora la casa ideal, que es céntrica, idónea, está en un ambiente precioso, tiene todos mis requisitos, y está proporcionada con mi ingreso. Yo ahora traspaso esta petición a mi mente subconsciente, y sé que ella responde según la naturaleza de mi petición. Suelto esta petición con confianza y fe absoluta del mismo modo que un agricultor deposita una semilla en el suelo, confiando implícitamente en las leyes de crecimiento.”

La respuesta a su oración puede venir a través de la publicidad de un papel, a través un amigo, o puede ser guiado directamente hacia una casa particular, que es exactamente la que busca. Hay muchas formas por las cuales su oración puede ser contestada. El conocimiento principal, en el cual puede colocar su confianza, es que la respuesta siempre viene, siempre y cuando usted confíe en el funcionamiento de su mente más profunda.

Usted puede tener el deseo de vender una casa, un terreno, o cualquier clase de propiedad. En el asesoramiento privado con agentes inmobiliarios les he contado sobre la forma en que vendí mi casa en Orlando Avenue en Los Angeles. Muchos de ellos han aplicado la técnica que usé con resultados notables y rápidos. Coloqué un letrero que decía, “se vende por dueño” en el huerto delante de mi casa. Al otro día me dije a mí mismo mientras me iba a dormir, “¿Suponiendo que vendiste tu casa, qué harías después?”

Contesté mi propia pregunta y dije, “Sacaría ese letrero y lo tiraría al garaje.” ¡En mi imaginación agarré el letrero, lo saqué de la tierra, lo puse sobre mi hombro, fui al garaje, lo tiré en el piso, y le dije bromeando al letrero, “¡Ya no te necesito!” Sentí la satisfacción interior de eso completamente, llevando a efecto que estaba lista.

Al día siguiente un hombre me dio un depósito de \$1,000 y me dijo, “Saque ese letrero. Estudiaremos la entrega en depósito ahora.”

Inmediatamente saqué el letrero y lo lleve al garaje. La acción exterior se conformó con la interior. Ahí nada es nuevo acerca de esto. *Como es adentro, es afuera*, la intención según la imagen impresa en su mente subconsciente, fue puesta en la pantalla objetiva de su vida. El exterior refleja el interior. La acción externa viene detrás de la acción interna.

Aquí hay otro método muy popular usado para vender casas, terrenos, o cualquier clase de propiedad. Afirme lentamente, quedamente, y con gran sentimiento así: “La inteligencia infinita atrae hacia mí al comprador de esta casa quién la quiere y quién prosperará en ella. Este comprador es enviado a mí por la inteligencia creativa de mi mente subconsciente, la cual no comete errores. Este comprador puede mirar muchas otras casas, pero la mía es la única que quiere y comprará, porque él es guiado por la inteligencia infinita dentro de él. Sé que el comprador está en lo correcto, el tiempo es correcto, y el precio es correcto. Todo acerca de eso es correcto. Las corrientes más profundas de mi mente subconsciente están ahora en operación juntándonos en orden divino. Sé que es así.”

Recuerde siempre que, lo que usted está buscando también está buscándolo a usted, y cada vez que quiere vender una casa o una propiedad de cualquier clase, siempre hay alguien que quiere lo que usted tiene para ofrecer. Usando los poderes de su mente subconsciente correctamente, usted libera su mente de todo sentido de competencia y ansiedad en la compra y venta.

### **Cómo tuvo éxito ella consiguiendo lo que quería**

Hay una señorita que regularmente llega a mis conferencias y clases. Ella tenía que cambiar de bus tres veces; le tomaba una hora y media llegar cada vez a las conferencias. En una conferencia que expliqué cómo un joven que necesitaba un coche en su trabajo recibió uno.

Ella volvió a casa y experimentó como le expliqué en mi conferencia. Aquí está su carta en parte, narrando su aplicación de mi método, y publicada con su permiso:

*“Querido Dr. Murphy:*

*Así es cómo recibí un Cadillac —quería uno para ir a las conferencias de manera regular. En mi imaginación examiné a fondo el proceso idéntico que experimentaría si estuviera realmente conduciendo ese auto. Fui a la tienda, y un vendedor me sacaba a dar una vuelta en uno. También lo conducía yo algunas cuerdas. Afirmé que el Cadillac era mío una y otra vez.*

*Mantuve la imagen mental de entrar en el auto, conducirlo, sentir el tapizado, etc., consistentemente por más de dos semanas. La semana pasada fui a sus conferencias en un Cadillac. Mi tío en Inglewood falleció, y me dejó su Cadillac y su hacienda entera.”*

### **Una técnica de éxito empleada por muchos ejecutivos sobresalientes y hombres de negocios**

Hay muchos hombres de negocios prominentes que quedamente usan el término abstracto, “éxito,” una y otra vez a menudo al día hasta que alcanzan una convicción de que el *éxito* es suyo. Saben que la *idea de éxito* contiene todos los elementos esenciales del éxito. Asimismo, usted ahora puede comenzar a repetir la palabra, “éxito,” para a sí mismo con fe y convicción. Su mente subconsciente la aceptará como cierto de usted, y usted estará bajo una compulsión subconsciente por tener éxito.

Usted se ve obligado a expresar sus creencias subjetivas, sus impresiones, y sus convicciones. ¿Qué significa el éxito para usted? Usted quiere, indudablemente, tener éxito en su vida doméstica y en su relación con otros. Usted tiene el deseo de ser sobresaliente en su profesión o trabajo elegido. Tiene el deseo de tener una casa bella, y todo el dinero que requiere para vivir bien y alegremente. Quiere tener éxito en su vida de oración y en su contacto con los poderes de su mente subconsciente.

Usted es un hombre de negocios también porque está en el negocio de vivir. Conviértase en un hombre de negocios exitoso imaginándose a sí mismo haciendo lo que anhela hacer, y poseyendo las cosas que desea poseer. Vuélvase imaginativo; Mentalmente sea parte en la realidad del estado exitoso. Haga una costumbre de eso. Váyase a dormir sintiéndose exitoso todas las noches, y perfectamente complacido, y con el tiempo tendrá éxito en implantar la idea de éxito en su mente subconsciente. ¡Creo en que usted nació para tener éxito, y las maravillas ocurrirán a medida que usted ore!

### **Consejos útiles**

1. Éxito quiere decir vida exitosa. Cuando usted está tranquilo, feliz, jovial, y haciendo lo que le gusta hacer, usted tiene éxito.
2. Encuentre lo que le gusta hacer, y entonces hágalo. Si no conoce su expresión verdadera, pida orientación, y la *indicación* vendrá.
3. Especialícese en su campo particular y trate de saber más de eso que ningún otro.
4. Un hombre de éxito no es egoísta. Su deseo principal en la vida es servir a la humanidad.
5. No hay éxito verdadero sin tranquilidad de espíritu.
6. Un hombre de éxito posee gran comprensión psicológica y espiritual.
7. Si imagina un objetivo claramente, será provisto de los menesteres a través del poder milagroso de su mente subconsciente.
8. Su pensamiento combinado con sentimiento se convierte en una creencia subjetiva, y *acorde a su creencia le será hecho*.
9. El poder de la imaginación sostenida motiva los poderes milagrosos de su mente subconsciente.
10. Si busca un ascenso en su trabajo, imagine a su patrón, supervisor, o a algún ser querido felicitándolo por su ascenso. Haga el cuadro vívido y real. Escuche la voz, vea los gestos, y sienta la realidad de todo eso. Persista haciendo esto a menudo, y mediante la

ocupación frecuente de su mente, usted experimentará la alegría de la oración respondida.

11. Su mente subconsciente es una bodega de memoria. Para una memoria perfecta, afirme frecuentemente: “La inteligencia infinita de mi mente subconsciente me revela todo lo que necesito saber en todo momento, en todas partes.”
12. Si tiene el deseo de vender una casa o una propiedad de cualquier clase, afirme lento, quedamente, y con gran sentimiento así: “La inteligencia infinita me atrae al comprador para esta casa o esta propiedad, que la quiere, y que prosperará en ella.” Sostenga esta conciencia, y las corrientes más profundas de su mente subconsciente la realizarán.
13. La idea de éxito contiene todos los elementos del éxito. Repita la palabra, “éxito,” para usted mismo frecuentemente con fe y convicción, y estará bajo una compulsión subconsciente para tener éxito.

# 12

## **Los Científicos Usan la Mente Subconsciente**

Muchos científicos se dan cuenta de la importancia verdadera de la mente subconsciente. Edison, Marconi, Kettering, Poincarè, Einstein, y muchos otros han usado la mente subconsciente. Ella les ha dado la comprensión y el “saber cómo hacer” [*know-how*] todos sus grandes logros en la industria y la ciencia moderna. La investigación se ha resaltado que la habilidad para poner en práctica el poder subconsciente ha determinado el éxito de todo gran científico e investigadores.

Un ejemplo de cómo un químico famoso, Friedrich Von Stradonitz, usó su mente subconsciente para solucionar su problema: Él había estado trabajando laboriosamente por mucho tiempo tratando de reconfigurar seis átomos de carbono y seis de hidrógeno de la fórmula de la bencina, y estaba confundido día y noche e incapaz de solucionar el asunto. Cansado y exhausto, él traspasó la petición completamente a su mente subconsciente. Dentro de poco tiempo después, mientras estaba a punto de abordar un autobús londinense, su subconsciencia presentó a su mente consciente un destello repentino de una serpiente mordiendo su propia cola y cambiando de dirección algo así como un remolino. Desde su mente subconsciente, emergió la respuesta que buscó por tanto tiempo sobre la reordenación circular de los átomos que es conocida como el anillo de bencina.

### **Cómo un científico distinguido realizó sus inventos**

Nikola Tesla fue un científico eléctrico brillante que puso de manifiesto las innovaciones más asombrosas. Cuando una idea para un invento nuevo entraba en su mente, él la edificaba en su imaginación, en la seguridad de que su mente subconsciente la reconstruiría y le revelaría a su mente consciente todas las partes necesarias para su fabricación en la forma concreta. A través de contemplar quedamente cada mejora posible, él dedicaba poco tiempo a corregir las defectuosidades, y lograba darle a los técnicos el producto perfecto de su mente.

Él decía, “Invariablemente, mi aparato funciona como imaginé que debería. En veinte años no ha habido una sola excepción.”

### **De qué modo un famoso naturalista solucionó su problema**

El profesor Agassiz, un naturalista americano distinguido, descubrió las actividades infatigables de su mente subconsciente mientras él dormía. Su viuda en la biografía de su marido famoso ha reportado lo siguiente.

“Él había estado por dos semanas esforzándose por descifrar la impresión algo oscura de un pez fósil en la losa en la que estaba preservada. Cansado y confuso, puso su trabajo a un lado, y trató de desecharlo de su mente. Poco después, él se despertó una noche convencido de que mientras dormía había visto a su pez con todas las características perdidas perfectamente restauradas. Pero cuando él trató de sostenerlo y hacer rápido la imagen se le escapó. A pesar de todo, él fue temprano a los Jardin Des Plantes, pensando que al mirar nuevamente la impresión debería ver algo, que lo pondría en el camino de su visión. En vano – la evidencia borrosa estaba tan negra como siempre. La siguiente noche vio al pez otra vez, pero sin un resultado más satisfactorio. Cuando despertó desapareció de su memoria igual que antes. Esperando que la misma experiencia ocurriera otra vez, en la tercera noche puso lápiz y papel al lado de su cama antes de ir a dormir.”

“Como consecuencia, hacia la mañana el pez reapareció en su sueño, confusamente al principio, pero al menos con tal claridad que él no tuvo ninguna duda en lo que se refiere a sus caracteres zoológicos. Todavía medio soñando, en perfecta oscuridad, trazó estos aspectos en la hoja de papel del lado de su cama. En la mañana estaba sorprendido de ver en los aspectos de su boceto nocturno, lo que él pensaba que era imposible que el fósil mismo revelara. Se apresuró hacia los Jardín Des Plantes, y, con su dibujo como guía, tuvo éxito en cincelar la superficie de la piedra bajo la cual las partes del pez demostraban estar escondidas. Cuando totalmente expuso lo que correspondía con su sueño y su dibujo, tuvo éxito en clasificarlo con facilidad.”

### **Un médico sobresaliente solucionó el problema de la diabetes**

Unos años atrás recibí un recorte de una revista describiendo el origen del descubrimiento de la insulina. Ésta es la esencia del artículo como la recuerdo.

Aproximadamente cuarenta años atrás o más, el Dr. Frederick Banting, un brillante médico y cirujano canadiense, concentraba su atención en los estragos de la diabetes. En aquel entonces la ciencia médica no brindaba un método efectivo para detener la enfermedad. El Dr. Banting pasó mucho tiempo experimentando y estudiando la literatura internacional sobre el tema. Una noche estaba exhausto y se quedó dormido. Mientras dormía, su mente subconsciente le daba instrucciones de extraer el residuo del ducto pancreático degradado de los perros. Éste fue el origen de la insulina que ha ayudado a millones de personas.

Usted notará que el Dr. Banting con conocimiento había hecho hincapié en el problema por algún tiempo buscando una solución, una salida, y su subconsciencia respondió como corresponde.

No se desprende de esto que usted siempre recibirá una respuesta de la noche a la mañana. La respuesta puede no venir durante algún tiempo. No se desaliente. Continúe traspasando el

problema todas las noches hacia la mente subconsciente antes de dormir, como si nunca lo hubiera hecho antes.

Una de las razones de la demora puede ser que usted lo considera como un *problema principal*. Usted puede creer que tardará mucho tiempo en solucionarlo. Su mente subconsciente es eterna y sin límites. Váyase a dormir creyendo que tiene la respuesta ahora. No asuma la respuesta en el futuro. Tenga una fe permanente en el resultado. Convéznase ahora a medida que lee este libro que hay una respuesta y una solución perfecta para usted.

### **Cómo un famoso científico y un físico escaparon de un campo de concentración ruso**

El Dr. Lothar von Blenk Schmidt, un miembro de Rocket Society y un excelente ingeniero electrónico de investigación, da el siguiente resumen abreviado del modo en que él usó su mente subconsciente para liberarse de una muerte segura por mano de los guardias brutales en un campamento para prisioneros de una mina de carbón rusa. Él indica lo siguiente:

“Fui un prisionero de guerra en una mina de carbón en Rusia, y vi a hombres muriendo alrededor de mí en esa prisión. Fuimos observados por guardias brutales, oficiales arrogantes, y comisarios bruscos, que piensan rápido. Después de un chequeo médico corto, una cuota de carbón fue asignada a cada persona. Mi cuota fue de trescientas libras al día. En caso de que cualquier hombre no llenara su cuota, su ración pequeña de comida le era cortada, y en poco tiempo se iba al cementerio. “

“Comencé a concentrarme en mi escape. Sabía que mi mente subconsciente en cierta forma encontraría la manera. Mi casa en Alemania quedó en ruinas, mi familia exterminada; Todos mis amigos y asociados de antes fueron muertos ya sea en la guerra o en campos de concentración. “

“Le dije a mi mente subconsciente, 'quiero ir a Los Angeles, y tú encontrarás el camino.' Había visto fotos de Los Angeles y recordé algunas de las avenidas muy bien así como algunos de los edificios.” “Cada día y noche me imaginaba

que caminaba por Wilshire Boulevard con una chica americana que conocí en Berlín antes de la guerra (ella ahora es mi esposa). En mi imaginación visitábamos tiendas, andábamos en buses, y comíamos en restaurantes. Todas las noches hice un lugar especial para conducir mi auto americano imaginario de arriba abajo por los bulevares de Los Angeles. Hice todo esto vívido y real. Estos cuadros en mi mente eran tan reales y tan naturales para mí como lo eran los árboles de afuera del campamento de prisioneros.”

“Cada mañana el guardia principal contaba a los prisioneros como fueron reclutados. Él llamaba a salir 'uno, dos, tres,' etc., Y cuando diecisiete eran llamados a salir, el cual era mi número en la secuencia, me movía a un lado. Mientras tanto, el guardia se veía obligado a salir por un minuto más o menos, y en su regreso él empezaba por error en el siguiente hombre como número diecisiete. Cuando la tripulación volvía por la noche, el número de hombres era el mismo, y yo no hacía falta, y el descubrimiento iría para largo.

“Salí andando del campamento sin ser detectado y seguí caminando por veinticuatro horas, descansando en una ciudad desierta al día siguiente. Era capaz de vivir pescando y cazando. Encontré trenes de carbón dirigiéndose a Polonia y viajé en ellos por la noche, hasta que finalmente llegué a Polonia. Con la ayuda de amigos, logré llegar por medio de astucia a Lucerne, Suiza.”

“Una tarde en el Palace Hotel, Lucerne, hablé con un hombre y su esposa de los Estados Unidos de América. Este hombre me preguntó si me interesaría en ser un invitado en su casa en Santa Monica, California. Acepté, y cuando llegué a Los Angeles, me encontré con que su chofer me condujo por Wilshire Boulevard y muchos otros bulevares, que había imaginado, tan vívidamente en los largos meses en las minas rusas. Reconocí los edificios, que había visto en mi mente tantas veces. Realmente me pareció como si hubiera estado en Los Angeles antes. Había alcanzado mi meta.”

“Nunca dejaré de maravillarme de las maravillas de la mente subconsciente. Verdaderamente, tiene medios que no conocemos.”

## **Cómo reconstruyen los arqueólogos y palanteólogos las escenas antiguas**

Estos científicos saben que su mente subconsciente tiene una memoria de todo lo que alguna vez ha acontecido. A medida que estudian los fósiles y ruinas antiguas, a través de su percepción imaginativa, su mente subconsciente les da ayuda en reconstruir las escenas antiguas. El pasado muerto se hace vivo e inteligible una vez más. Mirando estos templos antiguos y estudiando la alfarería, estatuaria, herramientas, y utensilios de casa de estas épocas remotas, los científicos nos cuentan sobre una edad que no tenía idioma. La comunicación fue hecha por gruñidos, gemidos, y símbolos.

La concentración aguda y la imaginación disciplinada del científico despiertan los poderes latentes de su mente subconsciente permitiéndole vestir los templos antiguos con techos, y rodearlos con huertos, albercas, y fuentes. Los restos fósiles son reestructurados con ojos, tendones, y músculos, y nuevamente caminan y hablan. El pasado se convierte en el presente vivo, y encontramos que en la mente no hay tiempo ni espacio. A través de la imaginación disciplinada, controlada, y dirigida, usted puede ser un compañero de los mayores pensadores científicos inspirados de todos los tiempos.

## **Cómo recibir orientación desde su subconsciencia**

Cuando usted tiene lo que llama “una decisión difícil” que hacer, o cuando usted no logra ver la solución a su problema, comience de inmediato a pensar constructivamente en eso. Si está asustado y preocupado, realmente no está pensando. El pensar verdadero es libre de miedo.

Aquí hay una técnica simple que puede usar para recibir orientación sobre cualquier tema: Aquiete su mente y pacifique su cuerpo. Pídale al cuerpo que se relaje; Tiene que obedecerle. No tiene voluntad, iniciativa, ni inteligencia auto-consciente. Su cuerpo es un disco emocional, que graba sus creencias y sus impresiones.

Movilice su atención; Canalice su pensamiento a la solución a su problema. Trate de resolverlo con su mente consciente. Piense qué tan alegre estaría de la solución perfecta. Sienta el sentimiento que tendría si la respuesta perfecta fuera suya ahora. Deje a su mente jugar con este estado de ánimo en una forma relajada; Luego quédese dormido. Cuando se despierte, y no tenga la respuesta, ocúpese de alguna otra cosa. Probablemente, cuando esté preocupado con otra cosa, la respuesta llegará a su mente tal como una tostada sale de repente del tostador.

En recibir orientación desde la mente subconsciente, lo sencillo es lo mejor. Éste es un ejemplo: Una vez perdí un anillo valioso, que era una reliquia de la familia. Lo busqué por todas partes y no lo pude encontrar. En la noche le hablé a la subconsciencia en la misma forma que hablaría con alguien. Le dije antes de dormirme, “Tú sabes todas las cosas; Tú Sabes dónde está ese anillo, y ahora me revelas donde está.”

En la mañana me desperté repentinamente con las palabras “¡Pregúntale a Robert!” sonando en mi oreja.

Pensé que era muy extraño que le fuera a preguntar a Robert, un chico de nueve años más o menos; sin embargo, seguí la voz interior de la intuición. Robert dijo, “Oh, sí, lo encontré en el patio mientras jugaba con mis amigos. Lo puse en el escritorio en mi cuarto. No pensé que valiera mucho, por eso es que no dije nada.” La mente subconsciente siempre le responderá si usted confía en ella.

### **Su subconsciencia le reveló la ubicación del testamento de su padre**

Un joven que presencia mis conferencias tuvo esta experiencia. Su padre murió y aparentemente no dejó testamento. Sin embargo, la hermana de este hombre le dijo que su padre le había confiado a ella que un testamento había sido ejecutado, el cual era justo para todos. Cada intento por encontrar el testamento falló.

Antes de dormir él le habló a su mente más profunda así: “Yo ahora traspaso esta petición sobre la mente subconsciente. Que

sabe precisamente dónde está ese testamento, y me lo revela.” Luego él concentró su petición hasta una palabra, “Respuesta,” repitiéndola una y otra vez como una canción de cuna. Él se calmó a sí mismo para dormir con la palabra, “Respuesta.”

La siguiente mañana este joven tuvo una corazonada avasallante de ir a cierto banco en Los Angeles donde encontró una bóveda de seguridad inscrita al nombre de su padre, el contenido del cual solucionó todos sus problemas.

Su pensamiento, a medida que va a dormir, despierta la latencia poderosa, que está dentro de usted. Por ejemplo, supongamos que usted se está cuestionando si vender su casa, comprar ciertas acciones, separar una asociación, mudarse a Nueva York o permanecer en Los Angeles, disolver el contrato presente o tomar uno nuevo. Haga esto: Siéntese silenciosamente en su sillón o en el escritorio de su oficina. Recuerde que hay una ley universal de acción y reacción. La acción es su pensamiento. La reacción es la respuesta de su mente subconsciente. La mente subconsciente es reactiva y reflexiva; Ésta es su naturaleza. Ella repercute, recompensa, y compensa. Es la ley de correspondencia. Responde correspondiendo. A medida que contempla la acción correcta, automáticamente experimentará una reacción o una respuesta en usted mismo, la que representa la orientación o la respuesta de su mente subconsciente.

En buscar la orientación, sencillamente piense en silencio en la acción correcta, lo que quiere decir que use la inteligencia infinita residente en su mente subconsciente hasta el punto donde ella comienza a usarlo a usted. De ahí en adelante, que su forma de proceder es dirigida y controlada por la sabiduría subjetiva dentro de usted, la cual es todopoderosa y todo lo sabe. Su decisión será la correcta. Sólo será la acción correcta porque usted está bajo una compulsión [*compulsion*] subjetiva para hacer lo correcto. Uso la palabra *compulsión* porque la ley de la subconsciencia es compulsión.

### **El secreto de la orientación**

El secreto de la orientación o la acción correcta es mentalmente dedicarse a la respuesta correcta, hasta que encuentre su respuesta en usted. La respuesta es un sentimiento, una conciencia interior, y una corazonada abrumadora por la cual sabe que lo sabe. Usted ha usado el poder hasta el punto donde él comienza a usarlo a usted. Usted posiblemente no puede fallar o hacer un mal paso al operar bajo la sabiduría subjetiva dentro de usted. Usted encontrará que todas sus formas son de agrado y todos sus caminos son de paz.

### **Puntos de interés a recordar**

1. Recuerde que la mente subconsciente ha determinado el éxito y los logros maravillosos de todos los grandes trabajadores científicos.
2. Proporcionándole su devoción y atención consciente a la solución de un problema desconcertante, su mente subconsciente cosechará toda la información necesaria y le mostrará eso verdaderamente a la mente consciente.
3. Si se pregunta por la respuesta a un problema, trate de resolverla objetivamente. Hágase de toda la información que pueda de investigación y también de otros. Si ninguna respuesta viene, traspásela a su mente subconsciente antes de dormir, y la respuesta siempre vendrá. Ella nunca falla.
4. No siempre se logra la respuesta de la noche a la mañana. Continúe traspasando su petición a su subconsciencia hasta que las auroras y las sombras desaparezcan.
5. Usted retrasa la respuesta pensando que demorará mucho o que es un problema mayor. Su subconsciencia no tiene problemas ella simplemente conoce la respuesta.
6. Crea que tiene la respuesta ahora. Sienta la alegría de la respuesta y la forma en que usted se sentiría si tuviera la respuesta perfecta. Su subconsciencia responderá a su sentimiento.
7. Cualquier imagen mental, respaldada por la fe y la perseverancia, vendrá a atravesar el poder milagroso de su

subconsciencia. Confíe en ella, crea en su poder, y las maravillas ocurrirán a medida que usted reza.

8. Su subconsciencia es la bodega de la memoria, y dentro de su subconsciencia están grabadas todas sus experiencias desde su infancia.
9. Los científicos meditando sobre pergaminos antiguos, templos, fósiles, etc., Son capaces de reconstruir escenas del pasado y hacerlas vivas hoy. Su mente subconsciente viene a su ayuda.
10. Traspase su petición por una solución hacia su subconsciencia antes de dormir. Confíe en ella y crea en ella, y la respuesta vendrá. Ella sabe todo y ve todo, pero no debe dudar o cuestionar sus poderes.
11. La acción es su pensamiento, y la reacción es la respuesta de su mente subconsciente. Si sus pensamientos son sabios, sus acciones y sus decisiones serán sabias.
12. La orientación viene como un sentimiento, una conciencia interior, una corazonada abrumadora por la cual usted sabe que lo sabe. Es una sensación interior de contacto. Sígala.

# 13

## **Su Subconsciencia y las Maravillas del Sueño**

Usted pasa alrededor de ocho de cada veinticuatro horas, o una tercera parte de su vida entera, en el sueño. Ésta es una ley inexorable de la vida. Esto también se aplica a los reinos animales y vegetales. El sueño es una ley divina, y muchas respuestas a nuestros problemas vienen a nosotros cuando estamos profundamente dormidos en la cama. Muchas personas han apoyado la teoría de que usted se cansa durante el día, se va a dormir para descansar el cuerpo, y que un proceso reparador ocurre mientras usted duerme. Nada descansa en el sueño. Su corazón, sus pulmones, y todos sus órganos vitales funcionan mientras usted está dormido. Si usted come antes de dormir, la comida es digerida y asimilada; También, su piel secreta sudor, y sus uñas y su pelo continúan creciendo.

Su mente subconsciente nunca descansa ni duerme. Está siempre activa, controlando todos sus impulsos vitales. El proceso de sanación ocurre más rápidamente mientras usted está dormido ya que no hay interferencia de parte de su mente consciente. Respuestas asombrosas son dadas a usted mientras está dormido.

### **Por qué dormimos**

El Dr. John Bigelow, una autoridad famosa de la investigación sobre el sueño, demostró que en la noche mientras duerme usted recibe impresiones que demuestran que los nervios de los ojos, orejas, nariz, y las papilas gustativas están funcionando

durante el sueño, y también que los nervios de su cerebro están considerablemente activos. Él dice que la razón principal de que dormimos es porque “La parte más noble del alma está unida por la abstracción a nuestra naturaleza más alta y se convierte en un actor en la sabiduría y la clarividencia de los dioses.”

Dr. John Bigelow, *The Mystery Of Sleep* (Nueva York And Londres: Harper Brothers, 1903).

El Dr. Bigelow indica también, “Los resultados de mis estudios no sólo han fortalecido mis convicciones de que la supuesta exención de afanes convencionales y actividades no eran el propósito final del sueño, sino que también han puesto más evidentes a mi parecer la convicción de que ninguna parte de la vida de un hombre merece ser considerada más indispensable para su desarrollo simétrico, perfecto y espiritual que el momento en que él es separado desde el mundo fenomenal en el sueño.”

### **La oración, una forma de sueño**

Su mente consciente se involucra con las irritaciones, luchas, y enfrentamientos del día, y es muy necesario retirarse periódicamente de la constancia del sentido y el mundo objetivo, y comunicarse silenciosamente con la sabiduría interior de su mente subconsciente. Afirmando orientación, fuerza, y mayor inteligencia en todas las fases de su vida, usted podrá sobreponer a todas las dificultades y solucionar sus problemas diarios.

Este retiro normal de la evidencia del sentido, el ruido y la confusión de la vida diaria son también una forma de sueño, i.e., usted se duerme al mundo de los sentidos y despierta a la sabiduría y el poder de su mente subconsciente.

### **Los efectos asombrosos de la privación del sueño**

La falta de sueño puede causar que usted se ponga irritable, caprichoso, y desanimado. El Dr. George Stevenson de la Asociación Nacional para la Salud Mental dice, “Creo en forma segura de que puede decirse que todos los seres humanos necesitan un mínimo de sueño de seis horas para estar sano. La mayoría de la

gente necesita más. Esos que piensan que pueden llevarse bien con menos se engañan a sí mismos.”

Los médicos estudiosos investigan procesos y privación del sueño, indicando que el insomnio severo ha antecedido una falla psicótica en algunas instancias. Recuerde, usted se recarga espiritualmente durante el sueño, y el sueño adecuado es esencial para producir alegría y vitalidad en la vida.

### **Usted necesita más sueño**

Robert O'Brien, en un artículo, “Tal Vez Necesitas Más Sueño,” en un tema del *The Reader's Digest*, reporta el siguiente experimento sobre el sueño:

“Por los últimos tres años los experimentos han estado progresando en el Instituto Militar Walter Reed de Investigación en Washington, D.C. Individuos —más de cien militares y civiles voluntarios— han sido mantenidos despiertos por cuatro días. Miles de pruebas han medido los efectos sobre su comportamiento y personalidad. Los resultados de estas pruebas les han dado a los científicos asombrosamente las comprensiones nuevas en los misterios del sueño.

Ellos ahora saben que el cerebro cansado aparentemente desea de manera ardiente el sueño tan ávidamente que sacrificará cualquier cosa para obtenerlo. Después de sólo algunas horas de pérdida de sueño, fugaces siestas denominadas *lapsos*, o *micro-sueños*, ocurrieron en una proporción de tres a cuatro por hora. Como en el sueño real, los párpados se encorvaban, el latido disminuía. Cada lapso duró apenas una fracción de segundo. Algunas veces los lapsos fueron períodos de inexpresividad; Algunas veces se llenaron de imágenes, vestigios de sueños. A medida que las horas de pérdida de sueño se acumulaban, los lapsos ocurrieron más a menudo y duraron más tiempo, quizá dos o tres segundos. Aun si los individuos hubieran estado piloteando un avión en una tormenta, igual no hubieran podido resistirse a los micro-sueños por esos pocos segundos de gran valor. Y eso le puede

ocurrir a usted, como muchos que se han quedado dormidos conduciendo pueden brindar testimonio de eso.

“Otro efecto sorprendente de la privación de sueño fue su ataque en la percepción y memoria humana. Muchos individuos despojados de sueño fueron incapaces de retener información larga lo suficiente como para relacionarla con la tarea que debían realizar. Estaban completamente aturdidos en situaciones que requerían sostener varios factores en mente y decidir sobre ellos, como un piloto lo debe hacer cuando diestramente integra la dirección del viento, la velocidad en el aire, la altitud, y la ruta de planeo para hacer un aterrizaje seguro.”

### **El sueño trae consejo**

Una señorita en Los Angeles que escucha mis charlas matutinas de radio me dijo que le habían propuesto una posición lucrativa en la ciudad de Nueva York por el doble de su sueldo actual. Ella se preguntaba si debía aceptar o no y rezó antes de dormir de esta manera: “La inteligencia creativa de mi mente subconsciente conoce lo mejor para mí. Su tendencia siempre es de proteger a la vida, y me revela la decisión correcta, la cual bendice a todos los que están involucrados. Doy gracias por que la respuesta que vendrá a mí.” Ella repitió esta simple oración una y otra vez como una canción de cuna antes de dormir, y en la mañana ella tuvo un sentimiento persistente de que no debería aceptar la oferta.

Ella no aceptó la oferta y los subsiguientes acontecimientos verificaron su sentido interior de sabiduría, porque la compañía se declaró en quiebra en pocos meses después de la oferta de trabajo que le habían hecho a ella.

La mente consciente puede estar en lo correcto en los hechos objetivamente conocidos, pero la facultad intuitiva de su mente subconsciente vio el fracaso de la preocupación en cuestión, y la impulsó consecuentemente.

### **Salvado de cierto desastre**

Ejemplificaré cómo la sabiduría de su mente subconsciente le puede dar instrucciones precisas y proteger a sus familiares a su petición por la acción correcta a medida que se duerme.

Muchos años atrás, antes la Segunda Guerra Mundial, se me propuso una asignación muy lucrativa en el este, y rezamos por la orientación y la decisión correcta así: “La inteligencia infinita dentro de mí sabe todas las cosas, y la decisión correcta me es revelada en orden divino. Reconoceré la respuesta cuando venga.”

Repetí esta oración simple una y otra vez como una canción de cuna antes de dormir, y en un sueño vino la realización vívida de las cosas a ocurrir tres años de ahí. ¡Un viejo amigo apareció en el sueño y dijo, “Lee estos titulares —no vayas!” Los titulares del periódico, que aparecían en el sueño, guardaban relación con la guerra y el ataque en Pearl Harbor.

Ocasionalmente, el escritor sueña literalmente. El sueño antes mencionado fue indudablemente una dramatización de la mente subconsciente que proyectó una persona a quién confiaba y respetaba. Para algunos una advertencia puede venir en forma de una madre que aparece en un sueño. Ella le dice a la persona que no vaya aquí o allá, y la razón para la advertencia. Su mente subconsciente es infinitamente sabia. Sabe todas las cosas. Frecuentemente le hablará sólo en una voz que su mente consciente inmediatamente aceptará como cierto. Algunas veces su subconsciencia le advertirá en una voz que suena como la de su madre o de algún ser querido que puede prevenirlo de que se detenga en la calle, y se de cuenta de que, si hubiera dado otro paso, un objeto que cae de una ventana le podría haber golpeado en la cabeza.

Mi mente subconsciente es *una* con la subconsciencia universal, y sabía que los japoneses planeaban una guerra, y también sabía cuándo comenzaría esa guerra.

El Dr. Rin, gerente del Departamento de Psicología en Duke University, ha juntado una cantidad inmensa de pruebas demostrando que muchas personas por todo el mundo ven

acontecimientos antes de que ocurran, y en muchos casos son, por consiguiente, capaces de evitar el evento trágico que fue previsto vívidamente en un sueño.

El sueño que había visto claramente en los titulares en *The New York Times* fue aproximadamente tres años antes de la tragedia de Pearl Harbor. Como resultado de este sueño, inmediatamente cancelé el viaje porque sentí una compulsión subconsciente por hacer eso. Tres años más tarde la Segunda Guerra Mundial demostró la verdad de la voz interior de la intuición.

### **Su futuro está en su mente subconsciente**

Recuerde que el futuro, el resultado de su pensar habitual, ya está en su mente excepto cuándo usted lo cambia a través de la oración. El futuro de un país, asimismo, está en la subconsciencia colectiva de la gente de esa nación. No hay nada extraño en el sueño que tuve donde vi los titulares de los diarios de Nueva York mucho antes de que la guerra comenzara. La guerra ya había ocurrido en la mente, y todos los planes de ataque ya habían sido grabados en ese gran instrumento de grabación, la mente subconsciente o el colectivo inconsciente de la mente universal. Los acontecimientos del mañana ya están en su mente subconsciente, así también están los de la siguiente semana y siguientes meses, y pueden ser vistos por uno buen médium o una persona clarividente.

Ningún desastre o tragedia le puede ocurrir si usted decide orar. Nada está preestablecido o predestinado. Su actitud mental, esto es, la forma en que piensa, siente, y cree determina su destino. Usted puede, a través de la oración científica, que está explicado en un capítulo previo, formar, modelar, y crear su futuro. *Lo que fuere que un hombre siembre, eso también cosechará.*

### **Un sueño corto le produjo \$15,000**

Uno de mis estudiantes me envió por correo un recorte de periódico de tres o cuatro años atrás acerca de un hombre llamado Ray Hammerstrom, un trabajador de la fábrica de acero de

Pittsburgh manejada por Jones and Laughlin Steel Corporation. Él recibió \$15,000 por su sueño.

Según el artículo, los ingenieros no podían arreglar el interruptor defectuoso de un molino de barras recién instalado que controlaba la entrega de barras rectas a los depósitos de enfriamiento. Los ingenieros trabajaron en el interruptor más o menos once o doce veces en vano.

Hammerstrom pensó bastante acerca del problema y trató de resolver un diseño nuevo, el cual podría funcionar. Nada funcionó. Una tarde se acostó para una siesta, y antes de dormir comenzó a pensar en la respuesta al problema del interruptor. Él tuvo un sueño en el cual un diseño perfecto para el interruptor fue descrito. Cuando él se despertó, bosquejó su diseño nuevo según el esbozo de su sueño.

Esta siesta corta visionaria le dio a Hammerstrom un cheque por \$15,000; El premio más grande que la empresa alguna vez le había dado a un empleado por una idea nueva.

### **Cómo solucionó un profesor famoso su problema en el sueño**

El Dr. H. V. Helprecht, Profesor de Asiria en la Universidad de Pensilvania, escribió así: “Una tarde de sábado... Me había estado aburriendo, en el vano intento por descifrar dos pequeños fragmentos de ágata que se suponía que formaban parte de los anillos de unos babilónicos.”

“Allá por la medianoche, rendido y exhausto, fui a la cama y tuve el siguiente sueño asombroso: Un alto y delgado sacerdote de Nippur, de unos cuarenta años, me condujo a la cámara del tesoro del templo... Un habitáculo pequeño, de cielo raso bajo y sin ventanas, en el que yacían pequeñas cantidades de ágata y lapislázuli dispersas en el suelo. Aquí él me habló: 'Los dos fragmentos que ustedes ha publicado separadamente en las páginas 22 y 26 tienen un sitio en conjunto, no son anillos... Los primeros dos anillos sirvieron de pendientes para la estatua del dios; Los dos fragmentos (que tiene)... Son pedazos de ellos. Si los junta tendrá

confirmación de mis palabras.’...Me desperté de inmediato... Examiné los fragmentos... Y para mi asombro descubrí que el sueño era verídico. El problema fue entonces solucionado.”

Esto demuestra claramente la manifestación creativa de su mente subconsciente, la cual sabía la respuesta a todos sus problemas.

### **Cómo trabajó la subconsciencia para un escritor famoso mientras él dormía**

Robert Louis Stevenson en uno de sus libros, *A Través de las Llanuras [Across the Plains]*, le dedica un capítulo entero a los sueños. Él era un soñador vívido y tenía el constante hábito de darle instrucciones específicas a su subconsciencia todas las noches antes de dormir. Él le pedía a su subconsciencia que desarrollara historias para él mientras dormía. Por ejemplo, si los fondos de Stevenson estaba de baja, su instrucción para su subconsciencia sería algo así: “Dame una buena novela emocionante que sea comercial y beneficiosa.” Su subconsciencia respondía magníficamente.

Stevenson dice, “Estas guías [*la inteligencia y poderes de su subconsciencia*] me pueden contar una historia por partes, como una serie, y dejarme a mí, su supuesto creador, todo el tiempo en total ignorancia de cómo va a terminar.” Y agregó: “Esa parte de mi trabajo que está hecha cuando me levanto [mientras él estaba consciente y despierto] y que de ninguna manera es necesariamente la mía, sirve para demostrar que las *guías* intervienen en eso aun así.”

### **Duerma en paz y despiértese en alegría**

Para los que sufren de insomnio, descubrirán que la siguiente oración es muy efectiva. Repítalo con pausa, quedamente, y con cariño antes de dormir:

“Los dedos de mis pies están relajados, mis tobillos están relajados, mis músculos abdominales están relajados, mi corazón y mis pulmones están relajados, mis manos y brazos están relajados, mi cuello está relajado, mi cerebro está relajado, mi cara está

relajada, mis ojos están relajados, mi mente completa y cuerpo están relajados. Completa y libremente perdono a todo el mundo, y sinceramente les deseo a ellos la armonía, salud, paz, y todas las bendiciones de mí. Estoy en paz; Estoy equilibrado, sereno, y calmado. Descanso en seguridad y en paz. Una gran quietud me llena, y una gran calma aquieta mi ser completo a medida que me doy cuenta de la Presencia Divina dentro de mí. Sé que la realización de la vida y el amor me sanan. Me envuelvo a mí mismo en el manto de amor y me quedo dormido lleno de buena voluntad por todos. A lo largo de la noche la paz queda conmigo, y en la mañana me llenaré de vida y *amor*. Un círculo de amor es atraído alrededor de mí. *“No temeré al mal, porque Él está conmigo. Duermo en paz, me despierto en alegría, y en Él vivo, me muevo, y tengo mi ser.”*

### **Resumen de ayudas de las maravillas del sueño**

1. Si se preocupa por que no se despertará a tiempo, sugiérale a su mente subconsciente antes de dormir el tiempo exacto en que desea levantarse, y ella lo despertará. No necesita reloj. Haga lo mismo con todos los problemas. No hay nada demasiado difícil para su subconsciencia.
2. Su subconsciencia nunca duerme. Está siempre en el trabajo. Controla todas sus funciones vitales. Perdónese a usted mismo y todos los otros antes de que se vaya a dormir, y la sanación ocurrirá mucho más rápido.
3. La orientación le es dada mientras usted duerme, a veces en un sueño. Las corrientes de sanación también son desatadas, y en la mañana usted se siente refrescado y rejuvenecido.
4. Estando preocupado por las irritaciones y luchas del día, aún así gire su mente y piense en la sabiduría y la inteligencia que está en su mente subconsciente, la cual está lista para responderle. Esto le dará paz, fuerza, y confianza.

5. El sueño es esencial para la tranquilidad del espíritu y la salud de cuerpo. La falta de sueño puede causar irritación, depresión, y desórdenes mentales. Usted necesita ocho horas de sueño.
6. Los estudiosos de investigación médica señalan que el insomnio antecede a las crisis nerviosas esquizofrénicas.
7. Usted está espiritualmente recargado durante el sueño. El sueño adecuado es esencial para la alegría y la vitalidad en la vida.
8. Su cerebro cansado desea ardientemente el sueño tan ávidamente que sacrificará cualquier cosa para obtenerlo. Muchos que se han quedado dormidos al volante pueden dar testimonio de esto.
9. Muchas personas despojadas de sueño tienen memorias escasas y carecen de la coordinación correcta. Se vuelven aturridos mentalmente, confundidos, y desorientados.
10. El sueño trae consejo. Antes de dormir, afirme que la inteligencia infinita de su mente subconsciente está guiando y dirigiéndolo. Entonces, espere la *pista, la cual* viene, posiblemente al despertarse.
11. Confíe en su subconsciencia completamente. Sepa que su tendencia siempre es proteger a la vida. Ocasionalmente, su subconsciencia le responde en un sueño muy vívido y una visión por la noche. Usted puede ser prevenido en un sueño del mismo modo que el autor de este libro lo fue.
12. Su futuro está en su mente ahora, basado en sus creencias y pensar habitual. Afirmar que la inteligencia infinita lo conduce y lo guía y que todo lo bueno es suyo, y su futuro será maravilloso. Crea en eso y acéptelo. Espere lo mejor, e invariablemente lo mejor vendrá a usted.
13. Si escribe una novela, obra teatral, o libro, o está trabajando en un invento, hablele a su mente subconsciente en la noche y afirme atrevidamente que su sabiduría, inteligencia, y poder lo está guiando, dirigiendo, y revelándole la obra ideal, novela, libro, o revelándole la solución perfecta sea de lo que sea. Maravillas ocurrirán a medida que ore de esta manera.

# 14

## **Su Mente Subconsciente y los Problemas Maritales**

La ignorancia de las funciones y poderes de la mente es la causa de todo problema marital. Cada uno usando la ley de la mente correctamente puede solucionar el roce entre marido y mujer. Rezando juntos permanecen juntos. La contemplación de ideales divinos, el estudio de las leyes de la vida, el acuerdo mutuo en un propósito común y el plan, y goce de la libertad personal producen ese matrimonio armonioso, esa dicha de estar casados, ese sentido de unidad donde los dos se convierten en uno.

El mejor tiempo para evitar el divorcio es antes del matrimonio. No está mal intentar salir de una situación ciento por ciento mala. Pero, ¿Por qué meterse en una situación mala en primer lugar? ¿No sería mejor atender la causa verdadera de los problemas matrimoniales, en otras palabras, realmente llegar a la raíz del asunto?

Al igual que con todos los demás problemas de hombres y mujeres, los problemas de divorcio, separación, anulación, y litigio interminable son derechamente fáciles de encontrar careciendo de conocimiento del funcionamiento y la interrelación de la mente consciente y subconsciente.

### **El significado del matrimonio**

El matrimonio para ser verdadero primero debe estar en una base espiritual. Debe ser del corazón, y el corazón es el cáliz del amor. La honradez, la sinceridad, la bondad, y la integridad también

son formas de amor. Cada cónyuge debería ser perfectamente honesto y sincero con el otro. No es un matrimonio verdadero cuando un hombre se casa con una mujer por su dinero, posición social, o por subir su ego, porque esto indica una falta de sinceridad, honradez, y amor verdadero. Tal matrimonio es una farsa, una apariencia, y un acto fingido.

Cuando una mujer dice, “Estoy cansada de trabajar; quiero casarme porque quiero seguridad,” su premisa es falsa. Ella no está usando las leyes de la mente correctamente. Su seguridad depende de su conocimiento de la interacción de la mente consciente y subconsciente, y de su aplicación.

Por ejemplo, una mujer nunca carecerá de riqueza o salud si aplica las técnicas esbozadas en los capítulos respectivos de este libro. Su riqueza puede venir a ella independiente de su marido, padre, o cualquier otro. Una mujer no está bajo la dependencia de su marido para salud, paz, alegría, inspiración, orientación, amor, riqueza, seguridad, felicidad, o cualquier cosa en el mundo. Su seguridad y su tranquilidad de espíritu vienen de su conocimiento de los poderes interiores dentro de ella y del constante uso de las leyes de su mente en una manera constructiva.

### **Cómo atraer el esposo ideal**

Usted tiene ahora conocimiento de la forma en que su mente subconsciente trabaja. Usted sabe que cualquier cosa que grabe en ella tendrá como experiencia en su mundo. Comience ahora a grabar su mente subconsciente con las cualidades y características que desea en un hombre.

Lo siguiente es una técnica excelente: Siéntese en la noche en su sillón, cierre sus ojos, suéltese, relaje el cuerpo, póngase bien tranquila, pasiva, y receptiva. Hable con su mente subconsciente y dígame a ella, “Ahora estoy atrayendo a un hombre dentro de mi experiencia que es honesto, sincero, leal, fiel, tranquilo, feliz, y exitoso. Estas cualidades, que yo admiro, se están introduciendo en mi mente subconsciente ahora. A medida que le

doy mucho pensamiento a estas características, pasan a formar parte de mí y son encarnadas inconscientemente.

Sé hay una irresistible ley de atracción y atraigo para mí un hombre según mi creencia subconsciente. Atraigo eso que siento ser verdadero en mi mente subconsciente.

Sé que puedo aportar a su paz y felicidad. Él ama mis ideales, y yo amo sus ideales. Él no quiere cambiarme; Ni yo quiero cambiarlo a él. Hay amor mutuo, libertad, y respeto.”

Practique este proceso de impregnar su mente subconsciente. Entonces, tendrá la alegría de atraer hacia usted un hombre que posee las cualidades y características en las que mentalmente pensó mucho. Su inteligencia subconsciente abrirá un camino, por cuyo medio ambos de ustedes se encontrarán, según el flujo irresistible e inmutable de su mente subconsciente. Tenga un deseo entusiasta de dar lo mejor que está en usted de amor, lealtad, y cooperación. Sea receptivo a este regalo de amor, el cual le ha dado su mente subconsciente.

### **Cómo atraer la mujer ideal**

Afirmo así: “Yo ahora atraigo a la mujer correcta que está en completo acuerdo conmigo. Ésta es una unión espiritual porque es amor divino funcionando a través de la personalidad de alguien con quien me pongo en armonía perfectamente. Sé que le puedo dar a esta mujer amor, luz, paz, y alegría. Siento y creo que puedo hacer la vida de esta mujer llena, completa, y maravillosa.

“Ahora decreto que ella posee las siguientes cualidades y atributos: Ella es espiritual, leal, fiel, y auténtica. Ella es armoniosa, tranquila, y feliz. Somos irresistiblemente atraídos por cada quien. Sólo eso que pertenece al amor, verdad, y belleza pueden entrar en mi experiencia. Acepto a mi compañera ideal ahora.”

A medida que usted piensa en silencio y con interés en las cualidades y atributos, que admira en la compañera que busca, construirá el equivalente mental en su mentalidad. Entonces, las corrientes más profundas de su mente subconsciente los juntarán a ambos en orden divino.

### **No necesita un tercer error**

Recientemente una docente me dijo, “He tenido a tres maridos y los tres han sido pasivos, sumisos, y dependientes de mí para tomar todas las decisiones y dirigir todo. ¿Por qué atraigo ese tipo de hombres?”

Le pregunté si había sabido que su segundo marido era del tipo afeminado, y ella contestó, “Claro que no. Si lo hubiera sabido, no me habría casado con él.” Aparentemente no había aprendido nada del primer error. El problema estaba con su carácter de personalidad. Ella era muy ahombrada, dominadora, e inconscientemente quería a alguien que fuera sumiso y pasivo a fin de que ella pudiera jugar el papel dominante. Todo esto fue motivación inconsciente, y su cuadro subconsciente le atrajo a ella lo que ella subjetivamente quería. Ella tuvo que aprender a *romper el patrón adoptando el proceso correcto de oración.*

### **Cómo rompió ella el patrón negativo**

La mujer de arriba aprendió una verdad simple. Cuando usted cree que puede tener al tipo de hombre que idealiza, le es hecho, como usted cree. Lo siguiente es la oración específica que ella usó para romper el viejo patrón subconsciente y atraer hacia ella al compañero ideal: “Construyo en mi mentalidad el tipo de hombre que profundamente deseo. El hombre que atraigo para marido es fuerte, poderoso, cariñoso, muy masculino, exitoso, honesto, leal, y creyente. Él encuentra amor y felicidad conmigo. Me gusta seguir donde él lidera.

Sé que él me quiere, y yo lo quiero. Soy honesta, sincera, cariñosa, y amable. Tengo regalos maravillosos para ofrecerle. Esos son la buena fe, un corazón jovial, y un cuerpo sano. Él me ofrece lo mismo. Es mutuo. Doy y recibo. La inteligencia divina sabe dónde está este hombre, y la sabiduría más profunda de mi mente subconsciente ahora nos junta en su propia manera, y nos reconocemos el uno al otro inmediatamente. Suelto esta petición a

mi mente subconsciente, que sabe cómo realizar mi petición. Doy gracias por la respuesta perfecta.”

Ella rezó en la manera de arriba noche y mañana, afirmando estas verdades y sabiendo que a través de la actividad común de la mente ella alcanzaría el equivalente mental de eso que ella buscaba.

### **La respuesta a su oración**

Varios meses pasaron. Ella tuvo muchas citas y compromisos sociales, ninguno de los cuales era agradable para ella. Cuando ella estaba a punto de cuestionar, renunciar, dudar, y vacilar, se recordó a sí misma que la inteligencia infinita lo haría ocurrir por su propia manera y que no hay nada de qué preocuparse. Su decreto final en sus procedimientos de divorcio le fue concedido lo cual le trajo a ella un gran sentido de liberación y libertad mental.

En poco tiempo más tarde ella acudió al trabajo como recepcionista en un consultorio. Ella me dijo que en el minuto en que vio al médico, ella supo que él era el hombre que por el cual había estado rezando. Aparentemente él también lo supo, porque se le declaró la primera semana en la que ella había estado en la oficina, y su matrimonio fue idealmente feliz. Este médico no era del tipo pasivo o sumiso, sino que era todo un hombre, ex-jugador de fútbol, atleta excepcional, y un hombre profundamente espiritual aunque estaba completamente desprovisto de cualquier asociamiento sectario o religioso.

Ella consiguió lo que pidió porque lo reclamó mentalmente hasta que llegó al extremo de la saciedad. En otras palabras, mental y emotivamente se unificó con su idea, y pasó a formar parte de ella de la misma forma que una manzana pasa a ser parte de su corriente de sangre.

### **¿Debería divorciarme?**

El divorcio es un problema individual. No puede ser generalizado. En algunos casos, claro está, nunca debería haber habido un matrimonio. En algunos casos, el divorcio no es la

solución, no más así que el matrimonio sea la solución para un hombre solitario. El divorcio puede servir para una persona y puede perjudicar a otra. Una esposa divorciada puede ser mucho más sincera y noble que muchas de sus hermanas casadas que quizá viven una mentira.

Por ejemplo, una vez hablé con una mujer cuyo marido era un narcómano, ex-convicto, golpeador, y poco proveedor. A ella se le había dicho que estaba mal que se divorciara. Le expliqué que el matrimonio es del corazón. Si los dos corazones se combinan armoniosamente, cariñosamente, y sinceramente, ese es el matrimonio ideal. La acción pura del corazón es amor.

Después de esta explicación ella supo qué hacer. Ella supo en su corazón que no hay ley divina que obligue a ser golpeada, intimidada, y pisoteada porque alguien les dijo, “los declaro marido y mujer.”

Si usted está en la duda en lo que se refiere a qué hacer, pida orientación, sabiendo que siempre hay una respuesta, y la recibirá. Siga la *pista* que viene a usted en el silencio de su alma. Ella le habla en la paz.

### **Arrastrado por la corriente del divorcio**

Recientemente una joven pareja, casados por sólo algunos meses, buscaba un divorcio. Descubrí que el joven tenía un miedo constante de que su esposa lo dejara. Él esperaba el rechazo, y creía que ella le sería infiel. Estos pensamientos hechizaron su mente, y se convirtieron en una obsesión con él. Su actitud mental fue de separación y sospecha. Ella se sintió apática hacia él; ese fue su propio sentimiento o atmósfera de pérdida y separación corriendo a través de ellos. Esto causó una condición o acción de conformidad con el patrón mental detrás de ella. Hay una ley de acción y reacción, o causa y efecto. El pensamiento es la acción, y la respuesta de la mente subconsciente es la reacción.

Su esposa se fue de la casa y le pidió el divorcio, lo cual es lo que él temía y creía que ella haría.

### **El divorcio comienza en la mente**

El divorcio sucede primero en la mente; Los actos jurídicos subsiguen. Estos dos jóvenes estaban llenos de resentimiento, miedo, sospecha, e ira. Estas actitudes flaquean, agotan, y debilitan el ser completo. Ellas aprendieron que el odio divide y que el amor une. Comenzaron a caer en la cuenta de lo que habían estado haciendo con sus mentes. Ninguno uno de ellos sabía la ley de acción mental, ni que estaban usando indebidamente sus mentes y causando caos y su sufrimiento. Estas dos personas se volvieron a juntar por mi recomendación y experimentaron con la terapia de oración.

Comenzaron a irradiar amor, paz, y buena fe el uno para el otro. Cada uno practicó irradiar armonía, salud, paz, y amor para el otro, y se alternaron en la lectura de Salmos todas las noches. Su matrimonio se pone más bello cada día.

### **La esposa molestosa**

Muchísimas veces la razón por la que la esposa molesta es porque ella no logra obtener atención. Frecuentemente, es un deseo de amor y afecto. Déle atención a su esposa, y demuéstrole su aprecio. Elogie y eleve todos sus muchos puntos buenos. También hay el tipo de mujer molestosa que quiere hacer que el hombre se amolde a su prototipo particular. Este se concentra en la forma más rápida del mundo para deshacerse de un hombre.

La esposa y el marido deben desistir estar siempre considerando los errores o defectos insignificantes en cada otro. Permítase a cada uno dar atención y alabanza por las cualidades constructivas y maravillosas en el otro.

### **El marido amenazante**

Si un hombre comienza a darle mucho pensamiento, se pone morboso en contra de su esposa por cosas que ella dijo o hizo, psicológicamente está hablando, cometiendo adulterio. Uno de los significados de adulterio es la idolatría, i.e., Prestando atención o unirse mentalmente con eso que es negativo y destructivo. Cuando

un hombre en silencio tiene resentimientos hacia su esposa y está lleno de hostilidad hacia ella, él es infiel. Él no le es fiel a sus votos matrimoniales, que es amar, valorar, y honrarla todos los días de su vida.

El hombre que está ensimismado pensando, amargado, y resentido puede tragarse sus comentarios agudos, reducir su cólera, y puede hacer todo lo posible para ser atento, amable, y cortés. Él hábilmente puede evadir las diferencias. A través de la alabanza y el empeño mental, él puede deshacerse de la antipatía. Luego, él podrá llevarse mejor, no sólo con su esposa, sino que también con sus asociados comerciales. Adopte al estado armonioso, y con el tiempo encontrará paz y armonía.

### **El gran error**

Un gran error es discutir sus dificultades o problemas matrimoniales con los vecinos y los familiares. Suponga, por ejemplo, una esposa le dice a su vecino, “John nunca me da más dinero. Él trata a mi madre detestablemente, bebe en exceso, y a cada instante es abusivo y ofensivo.”

Ahora, esta esposa degrada y empequeñece a su marido ante los ojos de todos los vecinos y familiares. Él ya no aparece como el marido ideal para ellos. Nunca discuta sus problemas matrimoniales con nadie excepto con un consejero ejercitado. ¿Qué produce que muchas personas piensen negativamente de su matrimonio? Por otra parte, a medida que usted intercambia opiniones y piensa obsesivamente en estos defectos de su marido, realmente está creando estas condiciones dentro de usted mismo. ¿Quién está pensando y sintiendo eso? ¡Usted! Como usted piensa y siente, así es usted.

Los familiares usualmente le darán el consejo equivocado. Están usualmente predispuestos y prejuiciados porque no es dado en una forma impersonal. Cualquier consejo que usted recibe que viole la regla de oro, la cual es una ley cósmica, no es bueno ni atinado.

Está bien recordar que ninguno de los dos seres humanos nunca vivió bajo el mismo techo sin oposiciones de carácter, períodos de daños y tensión. Nunca exhiba el lado infeliz de su matrimonio a sus amigos. Mantenga en privado sus discusiones. Absténgase de la crítica y la condenación de su compañero.

### **No trate de cambiar a su esposa**

Un marido no debe tratar de convertir a su esposa en una segunda edición de sí mismo. El intento insensible por cambiarla de muchas formas es ajeno a su naturaleza. Estos intentos son siempre irracionales, y muchas veces dan como resultado la disolución del matrimonio. Estos intentos por cambiar la esencia de ella destruyen su orgullo y su autoestima, y despiertan un espíritu de contrariedad y resentimiento que resulta ser fatal para el lazo del matrimonio.

Los arreglos son necesarios, claro está, pero si mira bien en su propia mente, y estudia su carácter y comportamiento, encontrará tantos defectos, que se mantendrá ocupado en el resto de su yo. Si dice, “la convertiré en lo que quiero,” anda buscando pena y el tribunal de divorcio. Está pidiendo sufrimiento. Tendrá que aprender en la forma más difícil que no hay nadie a quien pueda cambiar excepto a usted mismo.

### **Recen en compañía del otro y permanezcan juntos a través de los pasos en la oración**

*El primer paso:* Nunca arrastre de un día a otro las irritaciones acumuladas que provienen de disgustos pequeños. Asegúrese de perdonarse cada quien por cualquier mordacidad antes de irse a dormir. El momento en que se despierte en la mañana, afirme que la inteligencia infinita lo está orientando en todos sus medios. Emita pensamientos amorosos de paz, armonía, y amor a su cónyuge, y a todos los miembros de la familia, y al mundo entero.

*El segundo paso:* Dé las gracias por la comida en el desayuno. Dé gracias por la comida maravillosa, por su abundancia, y por todas sus bendiciones. Asegúrese de que ninguno de los problemas, preocupaciones, o discusiones entrarán en la

conversación de la mesa; lo mismo es aplicable en la hora de la cena. Dígale a su esposa o marido, “aprecio todo lo que haces, e irradío amor y buena fe para ti, todo el día.”

*El tercer paso:* La pareja debería alternar en rezar cada noche. No lleve a su cónyuge como garantizado. Demuestre su aprecio y su amor. Piense en el aprecio y la buena fe, en vez de la condenación, la crítica, y la queja continua. La forma de construir un hogar tranquilo y un matrimonio feliz es usar una base del amor, la belleza, la armonía, el respeto mutuo, la fe en Dios, y en todas las cosas buenas. Lea los Salmos 23, 27 y 91, el capítulo 11 de hebreos, el capítulo 13 de los corintios I, y otros grandes textos de la Biblia antes de irse a dormir. A medida que practica estas verdades, su matrimonio se pondrá cada vez más dichoso a través de los años.

### **Reexamine sus acciones**

1. La ignorancia de las leyes mentales y espirituales es la causa de toda infelicidad matrimonial. Rezando científicamente juntos, permanecen juntos.
2. El mejor tiempo para impedir el divorcio es antes del matrimonio. Si aprende a rezar en la forma correcta, atraerá al compañero correcto para usted.
3. El matrimonio es la unión de una pareja que es unida por el amor. Sus corazones palpitan como uno, y se mueven hacia adelante, hacia arriba, y Dios los protege.
4. El matrimonio no deja de herencia la felicidad. Las personas encuentran la felicidad haciendo hincapié en las verdades eternas de Dios y los valores espirituales de la vida. Entonces, la pareja puede contribuir a la felicidad de cada quien y la alegría.
5. Usted atrae al compañero correcto haciendo hincapié en las cualidades y características que admira en una mujer u hombre, y entonces su mente subconsciente los reunirá en orden divino.
6. Usted debe construir en su mentalidad el equivalente mental de lo que quiere en un cónyuge. Si quiere atraer un socio honesto,

sincero, y cariñoso en la vida, usted debe ser honesto, sincero, y amoroso usted mismo.

7. Usted no tiene que repetir errores en el matrimonio. Cuando en realidad cree que puede tener el tipo hombre o mujer que usted idealiza, le es hecho, según su creencia. Creer es aceptar algo como cierto. Acepte a su compañero ideal ahora mentalmente.
8. No se pregunte cómo, por qué, o donde encontrará al compañero por el que está rezando. Confíe implícitamente en la sabiduría de su mente subconsciente. Tiene el “conocimiento,” y usted no tiene que darle de su ayuda.
9. Usted está mentalmente divorciado cuando se permite malhumores, rencores, malos sentimientos, y hostilidad hacia su cónyuge. Usted mentalmente mora con error en la cama de su mente. Apéguese a sus votos matrimoniales, “prometo quererla, amarla, y honrarla todos los días de mi vida.”
10. Cese de proyectar patrones de miedo hacia su cónyuge. Proyecte amor, paz, armonía, y buena fe, y su matrimonio crecerá más bello y más maravilloso a través de los años.
11. Irradie amor, paz, y la buena fe el uno para el otro. Estas vibraciones son adquiridas por la mente subconsciente ocasionando confianza mutua, afecto, y respeto.
12. Una esposa molestosa usualmente busca atención y aprecio. Ella desea amor y afecto. Elogie y exáltele sus muchos buenos puntos. Demuéstrele que la ama y la aprecia.
13. Un hombre que ama su esposa no hace nada poco cariñoso o cruel de palabra, manera, o acción. El amor es lo que amor es.
14. En problemas matrimoniales, siempre busque asesoría experta. No iría a un carpintero para sacarse un diente; Ni debería discutir sus problemas de matrimonio con familiares ni amigos. Debería ir a una persona preparada para el consejo.
15. Nunca trate de cambiar a su esposa o marido. Estos intentos son siempre tontos y tienden a destruir el orgullo y la autoestima del otro. Además, despierta un espíritu de resentimiento que resulta ser fatal para el lazo del matrimonio. Deje de intentar de hacer al otro una segunda edición de usted mismo.

16. Recen juntos y se quedarán juntos. La oración científica soluciona todos los problemas. Mentalmente describa a su esposa como ella debe ser, jovial, feliz, saludable, y bella. Vea a su marido, como él debe ser, fuerte, poderoso, cariñoso, armonioso, y amable. Mantenga esta imagen mental, y experimentará un matrimonio celestial, que es de armonía y paz.

# 15

## **Su Mente Subconsciente y su Felicidad**

William James, el padre de la psicología americana, dijo que el máximo descubrimiento del siglo diecinueve no estaba en el área de la ciencia física. El máximo descubrimiento fue el poder de la subconsciencia tocado por la fe. En cada ser humano está ese depósito ilimitado de poder, el cual puede vencer cualquier problema en el mundo.

La felicidad verdadera y duradera entrará en su vida el día en que tenga claridad de la realización de que usted puede vencer cualquier debilidad —el día en que se dé cuenta de que su subconsciencia puede solucionar sus problemas, sanar su cuerpo, y hacerlo prosperar más allá de sus sueños más profundos.

Pudo haberse sentido muy feliz cuando nació su hijo, cuándo se casó, cuándo se graduó de la universidad, o cuando ganó una gran victoria o un premio. Pudo haber estado muy alegre cuando se comprometió con la chica más preciosa o el hombre más bien parecido. Podría seguir y enumerar incontables experiencias, que lo hayan podido hacer feliz. Sin embargo, no importa cuán maravillosas sean estas experiencias, no dan la verdadera felicidad permanente —son transitorias.

El Libro de los Proverbios da la respuesta: *Quienquiera que confíe en el Señor, feliz es.* Cuando confía en el Señor (el poder y la sabiduría de su mente subconsciente) para encaminar, guiar, gobernar, y dirigir todas sus formas, usted se volverá equilibrado, sereno, y relajado. A medida que irradia amor, paz, y buena fe para

todos, realmente fortalece una superestructura de felicidad para todos los días de su vida.

### **Usted debe escoger felicidad**

La felicidad es una disposición de ánimo. Hay una frase en la Biblia que dice, *Escoja en este mismo día a quién servirá.* Usted tiene la libertad de escoger felicidad. Esto puede parecer extraordinariamente simple, y lo es. Quizá esto es por qué las personas se tropiezan con el camino hacia la felicidad; No ven la simplicidad de la llave a la felicidad. Las grandes cosas de la vida son simples, dinámicas, y creativas. Producen bienestar y felicidad.

San Pablo le revela cómo puede pensar en una vida de felicidad y poder dinámico en estas palabras: *Por lo demás, hermanos, todo lo que es verdadero, todo lo honesto, todo lo justo, todo lo puro, todo lo amable, todo lo que es de buen nombre; si hay virtud alguna, si algo digno de alabanza, en esto pensad. Filipenses 4:8.*

### **Cómo escoger felicidad**

Comience ahora a escoger felicidad. Así es cómo se hace: Cuando abra sus ojos en la mañana, dígame, “El Orden Divino se encarga de mi vida hoy y todos los días. Todas las cosas trabajan hombro a hombro para mi bien hoy. Éste es un día nuevo y maravilloso para mí. Nunca habrá otro día como este. Soy guiado divinamente durante todo el día, y cualquier cosa que haga prosperará. El amor divino me rodea, me cubre, y me envuelve, y voy hacia adelante en paz. Cada vez que mi atención se desvíe del rumbo de eso que es bueno y constructivo, inmediatamente la traeré de regreso a la contemplación de eso que es precioso y de buen informe. Soy un imán espiritual y mental atrayendo hacia mí mismo todas las cosas, que me bendicen y prosperan. Voy a ser un éxito maravilloso en todas mis tareas hoy. Voy definitivamente a ser feliz durante todo el día.”

Empiece cada día de esta manera; Entonces escogerá felicidad, y será una persona jovial y radiante.

### **Él tuvo por hábito ser feliz**

Unos años atrás, me quedé por casi una semana en la casa de un agricultor en Connemarra en la costa del oeste de Irlanda. Él parecía estar todo el tiempo cantando, silbando y rebosaba de humor. Le pregunté el secreto de su felicidad, y su respuesta fue: “Es un hábito mío ser feliz. Cada mañana cuando me despierto y todas las noches antes de irme a dormir, bendigo a mi familia, los cultivos, el ganado, y le doy a Dios las gracias por la cosecha maravillosa.”

Este agricultor había tenido por costumbre esto por más de cuarenta años. Como ya sabe, los pensamientos repetidos habitualmente y sistemáticamente se sumergen en la mente subconsciente y se vuelven habituales. Él descubrió que la felicidad es un hábito.

### **Usted debe desear ser feliz**

Hay un punto muy importante de ser feliz. Sinceramente debe *desea* ser feliz. Hay personas que han estado deprimidas, abatidas, e infelices por mucho tiempo que se pusieron repentinamente felices por algunas noticias maravillosas, buenas, joviales, ellas realmente serían como la mujer que me dijo, “¡Está mal ser tan feliz!” ¡Han estado tan acostumbrados a los viejos patrones mentales que no se sienten a gusto estando felices! Anhelan el estado de antes, deprimido, triste.

Conocí a una mujer en Inglaterra que tuvo reumatismo por muchos años. Ella se daba golpecitos a sí misma en la rodilla y decía, “Mi reumatismo está mal hoy. No puedo salir. Mi reumatismo me mantiene desdichada.”

Esta querida señora se edad conseguía mucha atención de su hijo, hija, y los vecinos. Ella realmente quería su reumatismo. Ella disfrutaba su “sufrimiento” como ella lo llamaba. Esta mujer realmente no quería ser feliz.

Le recomendé un procedimiento curativo a ella. Apunté algunos versículos bíblicos y le dije que al darle atención a estas

verdades, su actitud mental indudablemente cambiaría y daría como resultado su fe y confianza en estar recuperada a la salud. Ella no se interesó. Parece ser un punto mental característico e insano en muchas personas, por el cual parecen disfrutar estando sufriendo y tristes.

### **¿Por qué escoge la infelicidad?**

Las muchas personas escogen infelicidad recreando estas ideas: “Hoy es un mal día; Todo va a salir mal.” “No voy a tener éxito.” “Todo el mundo está en contra de mí.” “El negocio está malo, y va a empeorarse.” “Soy impuntual.” “Nunca descanso.” “Él puede, pero yo no puedo.” Si tiene esta disposición de ánimo como primera cosa en la mañana, atraerá todas estas experiencias hacia usted, y será muy infeliz.

Comience a llegar a entender que el mundo que vive es determinado mayormente por lo que ocurre en su mente. Marco Aurelio, el gran filósofo y sabio romano, dijo, “la vida de un hombre es lo que sus pensamientos hacen de ella.” Emerson, el primer filósofo de América, dijo, “Un hombre es lo que piensa durante todo el día.” Los pensamientos que habitualmente recrea en su mente tienen la tendencia de hacerse reales a sí mismos en condiciones físicas.

Asegúrese de no permitirse pensamientos negativos, pesimistas, crueles o deprimentes. Recuérdele frecuentemente a su mente que usted no puede experimentar nada que no esté en su mentalidad.

### **Si tuviera un millón de dólares, sería feliz**

He visitado a muchos hombres en instituciones mentales que fueron millonarios, pero insistieron en que eran indigentes y desvalidos. Fueron aprisionados por las tendencias psicóticas, paranoicas, y maníaco-depresivas. La riqueza dentro y fuera de sí mismo no lo hará feliz. Por otra parte, no es un obstáculo para la felicidad. Hoy, hay muchas personas tratando de comprar felicidad a través de la compra de radios, televisores, autos, una casa en el

campo, un yate privado, y una piscina, pero la felicidad no puede ser comprada u obtenida de esa manera.

El reino de la felicidad está en su pensamiento y sentimiento. Un montón de gente tiene la idea de que se requiere de algo artificial para producir la felicidad. Algunos dicen, “Si fuera elegido alcalde, presidente de la organización, ascendido a gerente general de la corporación, sería feliz.”

La verdad es que la felicidad es un estado mental y espiritual. Ninguna de estas posiciones mencionadas obligatoriamente dejará felicidad. Su fuerza, su alegría, y su felicidad consisten en encontrar la ley del orden divino y la acción correcta alojada en su mente subconsciente y aplicar estos principios en todas las facetas de su vida.

### **Él encontró que la felicidad es la cosecha de una mente calmada**

Dando una conferencia en San Francisco unos años atrás, entrevisté a un hombre que estaba muy triste y abatido por como iba su negocio. Él era el gerente general. Su corazón se llenó de resentimiento hacia el vicepresidente y el presidente de la organización. Él afirmó que se opusieron a él. Por esta contienda interna, el negocio se deterioraba; Él no recibía dividendos o bonos de acciones.

Así es cómo solucionó su problema comercial: Lo primero en la mañana afirmó en silencio así, “Todos los que trabajan en nuestra corporación son honestos, sinceros, cooperativos, fiables, y están llenos de buena fe para todos. Son eslabones mentales y espirituales en la cadena del crecimiento, bienestar, y prosperidad de esta corporación. Irradio amor, paz, y buena voluntad en mis pensamientos, palabras, y acciones para mis dos socios y para todos los de la compañía. El presidente y vicepresidente de nuestra compañía están dirigidos divinamente en todos sus proyectos. La inteligencia infinita de mi mente subconsciente hace todas las decisiones a través de mí. Hay sólo la acción correcta en todas nuestras transacciones comerciales y en nuestra relación con cada

otro. Envío a los mensajeros de paz, amor, y buena fe ante mí a la oficina. La paz y la armonía dominan en las mentes y corazones de todos los de la compañía incluyéndonos. Ahora voy hacia adelante en un día nuevo, lleno de fe, aplomo, y confianza.”

Este ejecutivo comercial repitió la meditación de arriba lentamente tres veces en la mañana, sintiendo la verdad de lo que él afirmaba. Cuando los pensamientos espantosos o fieros entraban en su mente durante el día, él se decía a sí mismo, “la Paz, la armonía, y el equilibrio gobiernan mi mente en todo momento.”

A medida que él continuó disciplinando su mente de esta manera, todos los pensamientos dañinos dejaron de venir, y la paz entró en su mente. Él segó la cosecha.

Subsiguientemente, él me escribió para contarme del resultado al final de casi dos semanas de reordenar su mente, el presidente y el vicepresidente lo llamaron a la oficina, alabaron sus operaciones y sus nuevas ideas constructivas, y le comentaron qué tan afortunados eran en tenerlo como gerente general. Él estaba muy alegre de descubrir que el hombre encuentra la felicidad dentro de sí mismo.

### **El bloque o tronco cortado no está realmente ahí**

Leí un artículo del periódico unos años atrás, que contaba acerca de un caballo que se había asustado cuando llegó un tronco cortado en el camino. Subsiguientemente, cada vez que el caballo llegaba a ese mismo tronco cortado, se asustaba. El agricultor excavó el tronco, lo quemó, y niveló el viejo camino. A pesar de todo, desde hace veinticinco años, cada vez que el caballo pasaba por el lugar donde estaba el tronco cortado, se asustaba. El caballo se asustaba en la memoria de un tronco cortado.

No hay obstrucción hacia su felicidad salvo en su vida de pensamiento e imágenes mentales. ¿Es el miedo o la preocupación lo que está reprimiéndolo? El miedo es un pensamiento en su mente. Usted lo puede sacar ahora mismo suplantándolo con fe en el éxito, triunfo, y victoria sobre todos los problemas.

Conocí a un hombre que fracasó en el negocio. Él me dijo, “cometí errores. He aprendido bastante. Voy de regreso al negocio, y seré un éxito tremendo.” Él se encaró con ese tronco cortado en su mente. Él no lloriqueó ni se lamentó, sino que deshizo el tronco cortado del fracaso, y a través de creer en que sus poderes interiores lo van a apoyar descartó todos los pensamientos de miedo y decaimientos viejos. Crea en usted mismo, y tendrá éxito y será feliz.

### **Las personas más felices**

El hombre más feliz es quien constantemente pone de manifiesto y practica lo mejor en él. La felicidad y la virtud se complementan la una a la otra. El mejor no es sólo el más feliz, sino que también el más feliz es usualmente el mejor en el arte de vivir la vida exitosamente. Dios es lo máximo y mejor en usted. Exprese más amor, luz, verdad, y belleza de Dios, y se convertirá en una de las personas más felices en el mundo hoy.

Epicto, el filósofo estoico griego, dijo, “hay un camino hacia la tranquilidad de la mente y la felicidad; permítalas, siempre esté listo a recibirlas, cuando se levante temprano por la mañana, y por todo el día, y cuando se vaya por la noche a dormir, no considere como cosas externas las vuestras, sino que consígnelas todas a Dios.”

### **Resumen de pasos hacia la felicidad**

1. William James dijo que el máximo descubrimiento del siglo 19 fue el poder de la mente subconsciente tocado por la fe.
2. Hay un poder tremendo dentro de usted. La felicidad vendrá a usted cuando adquiera una confianza sublime en este poder. Entonces, hará sus sueños realidad.
3. Usted puede levantarse victorioso sobre cualquier derrota y lograr los deseos más preciosos de su corazón a través del poder maravilloso de su mente subconsciente. Éste es el significado de

*Cualquiera que confía en el Señor [las leyes espirituales de la mente subconsciente], feliz es.*

4. Usted debe escoger felicidad. La felicidad es un hábito. Es un buen hábito tratar a menudo de descifrar: *hermanos, todo lo que es verdadero, todo lo honesto, todo lo justo, todo lo puro, todo lo amable, todo lo que es de buen nombre; si hay virtud alguna, si algo digno de alabanza, en esto pensad. Filipenses 4:8.*
5. Cuando abra sus ojos en la mañana, dígame a si mismo, hoy escojo la felicidad. Hoy escojo el éxito. Hoy escojo la acción correcta. Escojo el amor y la buena fe para todos hoy. Escojo paz hoy. Vierta vida, amor, e interés en esta afirmación, y ha escogido a la felicidad.
6. Dé gracias por todas sus bendiciones varias veces al día. Además, rece por la paz, la felicidad, y la prosperidad de todos los miembros de su familia, sus socios, y todas las personas en todas partes.
7. Francamente debe querer ser feliz. Nada es logrado sin deseo. El deseo es un anhelo con alas de imaginación y fe. Imagine el cumplimiento de su deseo, y sienta su realidad, y ocurrirá. La felicidad viene en la oración respondida.
8. Por hacer hincapié constantemente en pensamientos de miedo, preocupación, cólera, odio, y fracaso, usted se volverá muy deprimido e infeliz. Recuerde, su vida es lo que sus pensamientos hacen de ella.
9. Usted no puede comprar la felicidad ni con todo el dinero del mundo. Algunos millonarios son muy felices, algunos muy infelices. Muchas personas con muy pocos bienes terrenos son muy felices, y algunas muy infelices. Algunas personas casadas son felices, y algunas muy infelices. Algunas personas solas son felices, y algunas muy infelices. El reino de la felicidad está en su pensamiento y en su sentimiento.
10. La felicidad es la cosecha de una mente calmada. Ancle sus pensamientos en la paz, el equilibrio, la certidumbre, y la guía divina, y su mente será productora de felicidad.

11. No hay un obstáculo hacia su felicidad. Las cosas externas no son los causantes; éstos son efectos, no causas. Siga la pista del único principio creativo dentro de usted. Su pensamiento es causa, y una causa nueva produce un efecto nuevo. Escoja felicidad.
12. El hombre más feliz es quien pone de manifiesto lo máximo y mejor en él. Dios es lo máximo y mejor en él, pues el reino de Dios está dentro.

# 16

## **Su Mente Subconsciente y las Relaciones Humanas Armoniosas**

Estudiando este libro, aprende que su mente subconsciente es una máquina grabadora, que fielmente reproduce lo que sea que grabe en ella. Ésta es una de las razones para la aplicación de la Regla Dorada en las relaciones humanas.

Mateo 7:12 dice, *todas las cosas que queráis que los hombres hagan con vosotros, así también haced vosotros con ellos.* Esta cita tiene significados exteriores e interiores. Es interesante su significado interior del punto de vista de su mente subconsciente, el cual es: Como piensa que esos hombres debieran *pensar* de usted, piense de ellos así mismo usted. Como piensa que esos hombres debieran *sentir* de usted, sienta también de ellos asimismo. Como querría que hombres *actúen* hacia usted, actúe usted hacia ellos asimismo.

Por ejemplo, usted puede ser educado y cortés con alguien en su oficina, pero cuando le da la espalda, usted se pone muy crítico y resentido hacia él en su mente. Tales pensamientos negativos son altamente destructivos para usted. Es como tomar veneno. Usted realmente toma venenos mentales, que lo despojan de vitalidad, entusiasmo, fuerza, guía, y buena fe. Estos pensamientos negativos y emociones se sumergen en su subconsciencia, y causan toda clase de dificultades y males en su vida.

### **La llave maestra para las relaciones felices con otros**

*No juzguéis, para que no seáis juzgados. Porque con el juicio con que juzgáis, seréis juzgados, y con la medida con que medís, os será medido. Mateo 7:1-2.*

Un estudio de estos versículos y la aplicación de las verdades interiores aquí contenidas representan la clave verdadera para las relaciones armoniosas. Juzgar es pensar, llegar a una conclusión o veredicto mental en su mente. El pensamiento que usted tiene acerca de la otra persona es su idea, porque usted está pensando eso. Sus pensamientos son creativos, por consiguiente, usted en realidad crea en su experiencia lo que piensa y siente acerca de la otra persona. Es también cierto que la sugestión que le da a otro, se la da a si mismo porque su mente es el vehículo creativo.

Éste es el por qué dice, *Porque con el juicio con que juzgáis, seréis juzgados.* Cuando usted conoce esta ley y la forma en que su mente subconsciente trabaja, usted tiene la precaución de pensar, sentir, y actuar correctamente hacia el otro. Estos versos le enseñan acerca de la emancipación de hombre y le revelan la solución a sus problemas individuales.

### **Y con la medida con que medís, os será medido**

El bien que hace a otros se le devuelve a usted como la medida; Y el mal que hace se le devuelve por la ley de su propia mente. Si un hombre hace trampa y engaña otro, él realmente está haciendo trampa y engañándose a si mismo. Su sentimiento de culpabilidad y su humor de pérdida inevitablemente atraerán la pérdida para él de alguna forma, en algún tiempo. Su subconsciencia graba su acto mental y reacciona según la motivación o intención mental.

Su mente subconsciente es impersonal e invariable, no considera personas ni respeta instituciones o afiliaciones religiosas de cualquier clase. Tampoco es compasiva ni vengativa. La forma en que usted piensa, siente, y actúa hacia otros se le devuelve a fin de cuentas en usted mismo.

### **Los titulares del diario lo enfermaban**

Comience ahora a observarse a usted mismo. Observe sus reacciones a las personas, condiciones, y circunstancias. ¿Cómo responde a los acontecimientos y las noticias del día? No importa si todas las demás personas estaban equivocadas y usted era el único que estaba en lo correcto. Si las noticias lo perturban, es su mal porque sus emociones negativas lo despojan de la paz y la armonía.

Una mujer me escribió acerca de su marido, diciendo que él entra en una furia cuando lee lo que escriben ciertos columnistas en el periódico. Ella agregó que esta constante reacción de cólera y furia suprimida le ha traído úlceras sangrantes, y su médico le recomendó un re-acondicionamiento emocional.

Invité a este hombre a verme y le expliqué la forma de sus funciones de la mente indicándole qué tan emocionalmente inmaduro era enojarse cuando los otros escriben artículos con los cuales él no está de acuerdo o discrepa.

Él comenzó a darse cuenta de que debería darle al periodista la libertad de expresarse si bien disentía con él política, religiosamente, o en cualquier otra forma. De la misma manera, el periodista le daría libertad para escribir una carta al periódico discrepando con sus declaraciones publicadas. Él se dio cuenta de que podría discrepar sin ser desagradable. Él se despertó a la simple verdad de que nunca lo que una persona dice o hace lo afecta, es su reacción hacia lo que dijo o hizo lo que importa.

Esta explicación fue la cura para este hombre, y se dio cuenta de que con un poco de práctica podría llegar a dominar sus ataques de cólera matutinos. Su esposa me dijo, más tarde, que él se reía de sí mismo y también de lo que los columnistas dicen. Ya no tienen el poder de perturbarlo, molestarlo, y enojarlo. Sus úlceras han desaparecido debido a su serenidad y equilibrio emocional.

### **Odio a las mujeres, pero me encantan los hombres**

Una secretaria particular estaba muy amargada hacia algunas de las chicas de su oficina porque chismeaban de ella, y como dijo, haciendo circular mentiras crueles de ella. Ella admitió que no le caían bien las mujeres. Ella dijo, “odio a las mujeres, pero

me encantan los hombres.” Descubrí también que les hablaba a las chicas que estaban bajo ella en la oficina en un tono muy arrogante, tirano, e irritable de voz. Ella indicó que se daban el placer en dificultarle las cosas a ella. Hubo una cierta fastuosidad en su forma de hablar, y pude ver dónde ella afectaba su tono de voz para algunas personas desagradablemente.

¿Si la toda la gente en la oficina o taller la molestan, no hay una posibilidad de que la vibración, la molestia, y el revuelo pueda ser debido a algún patrón subconsciente o proyección mental de usted? Se sabe que un perro reaccionará ferozmente si usted odia o teme a los perros. Los animales se meten en la cabeza sus vibraciones subconscientes y reaccionan consecuentemente. Muchos seres humanos indisciplinados son tan sensitivos como los perros, gatos, y otros animales.

Le sugerí un proceso de oración a esta secretaria que odiaba a las mujeres, explicándole que cuando comenzara a identificarse con valores espirituales y comenzara a afirmar las verdades de la vida, su voz, sus manierismos, y su odio hacia las mujeres desaparecerían por completo. Ella estaba sorprendida de saber que la emoción de odio se muestra en el discurso de una persona, acciones, en sus escrituras, y en todas las fases de su vida. Ella se dejó de reaccionar en la manera típica, rencorosa, y enojada. Estableció un patrón de oración, que practicó regular, sistemática, y concienzudamente en la oficina.

La oración fue así: “Pienso, hablo, y actúo con cariño, con tranquilidad, y pacíficamente. Yo ahora irradío amor, paz, tolerancia, y bondad para todas las chicas que me criticaron y chismearon acerca de mí. Anclo mis pensamientos en la paz, la armonía, y la buena fe para todas. Cada vez que estoy a punto de reaccionar negativamente, me digo firmemente, “voy a pensar, hablar, y actuar del punto de vista de la ley de armonía, salud, y paz dentro de mí misma. La inteligencia creativa me guía, me controla, y me orienta en todos mis caminos.”

La práctica de esta oración transformó su vida, y se encontró con que toda crítica, y toda molestia cesó. Las chicas se

convirtieron en compañeras de trabajo y amigas a lo largo del viaje de la vida. Ella descubrió que *No hay nadie a quien cambiar excepto a uno mismo.*

### **Su discurso interior estancó su ascenso**

Un día un vendedor me visitó y describió sus dificultades trabajando con el administrador de ventas de su organización. Él había estado con la compañía diez años y no había recibido ascenso o reconocimiento de ninguna clase. Él me mostró sus cifras de ventas, las cuales eran mayores en forma proporcional que los otros hombres en el territorio. Él dijo que el gerente de ventas no lo quería, que lo trataba injustamente, y que en las convenciones el gerente era rudo con él, y que a veces ridiculizaba sus sugerencias.

Explicué que indudablemente la causa estaba muy dentro de él mismo, y que su concepto y creencia acerca de su superior daba testimonio de la reacción de este hombre. *Y con la medida con que medís, os será medido.* Su concepto o medida mental acerca del gerente de ventas era que él era malo e irritable. Él estaba lleno de amargura y hostilidad hacia el ejecutivo. En su forma de trabajar él transmitía una fuerte conversación con él mismo llena de crítica, argumentos mentales, recriminaciones, e informes de su gerente de ventas.

Lo que él daba mentalmente, inevitablemente tuvo que recibirlo. Este vendedor se dio cuenta de que su discurso interior era altamente destructivo porque la intensidad y la fuerza de sus emociones y pensamientos silenciosos, y personalmente la condenación mental transmitida y la denigración del gerente de ventas entraron en su mente subconsciente. Esto ocasionó la respuesta negativa de su jefe así como también a crear muchas otras afecciones personales, físicas, y emocionales.

Él comenzó a rezar frecuentemente como sigue: “Soy el único pensador en mi universo. Soy responsable de lo que pienso de mi jefe. Mi gerente de ventas no es responsable por la forma en que pienso de él. Me rehúso a darle poder a ninguna persona, lugar, o cosa para molestarme o perturbarme. Le deseo salud, éxito,

tranquilidad de espíritu, y felicidad a mi jefe. Sinceramente le deseo bien, y sé que él está divinamente guiado en todos sus caminos.”

Él repitió esta oración en voz alta lentamente, con tranquilidad, y con gran sentimiento, en la seguridad de que su mente es como un huerto, y que lo que sea que él plante en ese huerto crecerá como semillas creciendo después de su misma clase.

También le enseñé a practicar imaginería mental antes de dormir de esta manera: Él se imaginó que su gerente de ventas lo felicitaba por su trabajo excelente, por su empeño y su entusiasmo, y por la respuesta maravillosa de los clientes. Él sintió la realidad de todo esto, sintió su apretón de manos, oyó el tono de su voz, y lo vio sonreír. Él hizo una película mental real, dramatizándola en la medida de su habilidad. La próxima noche que transmitió esta película mental, en la seguridad de que su mente subconsciente era la placa receptiva en la cual su imaginería consciente sería grabada.

Gradualmente por un proceso que puede ser llamado ósmosis mental y espiritual, la impresión fue hecha en su mente subconsciente, y la expresión automáticamente apareció. El gerente de ventas más tarde lo llamó a San Francisco, lo felicitó, y le dio una asignación nueva como Gerente de Ventas de Distribución sobre cien hombres con un aumento grande de sueldo. Él cambió su concepto y la estimación de su jefe, y éste respondió consecuentemente.

### **Haciéndose emotivamente adulto**

Lo que otra persona dice o hace realmente no lo puede molestar o irritar excepto si usted permite que lo perturbe. La única forma en que él lo puede molestar es a través de su pensamiento. Por ejemplo, si usted se enoja, tiene que experimentar cuatro etapas en su mente: Usted comienza a pensar en lo que él dijo. Decide enojarse y generar una emoción de furia. Luego, usted decide actuar. Posiblemente, contesta insolentemente y reacciona del mismo modo. Ve que el pensamiento, emoción, reacción, y acción ocurren todos en su mente.

Cuando se hace emotivamente adulto, no responde negativamente a la crítica y al resentimiento de otros. Hacer eso querría decir que usted ha bajado hasta ese estado de vibración mental baja y se hace uno con la atmósfera negativa del otro. Identifíquese a usted mismo con su meta en la vida, y no le permita a ninguna persona, lugar, o cosa que lo desvíen de su sentido interior de paz, tranquilidad, y salud radiante.

### **El significado del amor en las relaciones humanas armoniosas**

Sigmund Freud, el fundador austriaco del psicoanálisis, dijo que a menos que la personalidad tiene amor, se enferma y muere. El amor incluye la comprensión, la buena fe, y el respeto por la divinidad en la otra persona. Mientras más amor y más buena fe emana y exuda, más le regresará.

Si usted punza el yo de otro semejante y hiere su estimación de a sí mismo, no puede ganar su buena fe. Reconozca que cada hombre quiere ser amado y apreciado, y sentirse importante en el mundo. Caiga en la cuenta de que el otro hombre tiene conciencia de su valor verdadero, y que, como usted, él siente la dignidad de ser una expresión del Principio de la Vida Una dándole aliento a todos los hombres. A medida que usted hace esto conscientemente y a sabiendas, usted fortalece a la otra persona, y él le devuelve su amor y buena fe.

### **Él odiaba a los espectadores**

Un actor me dijo que la audiencia lo abucheó y le silbó en su primera aparición en el escenario. Él agregó que la obra estaba mal escrita y que indudablemente él no interpretó un buen rol. Él me admitió abiertamente que meses después odiaba a los espectadores. Él los llamó babosos, tontos, estúpidos, ignorantes, simplones, etc. Él abandonó el escenario con repugnancia y se puso a trabajar en una farmacia por un año.

Un día un amigo lo invitó a oír una conferencia en Town Hall, New York City, sobre “Cómo Llevarnos Bien con Nosotros

Mismos.” Esta conferencia cambió su vida. Él se reincorporó al escenario y comenzó a orar sinceramente por el público y él mismo. Él irradió amor y buena fe todas las noches antes de presentarse en el escenario. Él tuvo por hábito afirmar que la paz de Dios llenaba los corazones de todos los presentes, y que todos los presentes fueran elevados e inspirados. Durante cada actuación él emitió vibraciones de amor hacia la audiencia. Hoy, él es un gran actor, y ama y mira con respeto a las personas. Su buena fe y su aprecio les son transmitidos a los otros y ellos lo sienten.

### **Tratando con personas difíciles**

Hay personas difíciles en el mundo que son malintencionadas y distorsionadas mentalmente. Están mal condicionadas. Muchos son delincuentes mentales, discutidores, poco cooperativos, irritables, cínicos, y amargados en la vida. Están enfermos psicológicamente. Las muchas personas han deformado y distorsionado sus mentes, probablemente se distorsionaron durante la infancia. Muchos tienen deformidades congénitas. Usted no condenaría a una persona que tiene tuberculosis, no debería condenar a una persona que está enferma mentalmente. Nadie, por ejemplo, odia o tiene resentimientos hacia un jorobado; Hay muchos jorobados mentales. Usted debería tenerles compasión y comprensión. *Comprender todo es perdonar todo.*

### **El sufrimiento ama la compañía**

La personalidad odiosa, frustrada, deformada, y malintencionada está desafinada con lo infinito. Él tiene resentimientos hacia esos que son tranquilos, felices, y joviales. Usualmente él critica, condena, y calumnia a esos que han sido muy buenos y amables con él. Su actitud es ésta: ¿Por qué deberían ser tan felices cuando él es tan miserable? Él quiere arrastrarlos hacia abajo a su nivel. El sufrimiento ama la compañía. Cuando usted entiende esto permanece inalterado, calmado, y sereno.

### **La práctica de la empatía en las relaciones humanas**

Una chica me visitó recientemente manifestando que odiaba a otra chica en su oficina. Ella me dio como su razón que la otra chica era más bonita, más feliz, y más adinerada que ella, y, además, estaba comprometida con el jefe de la compañía donde trabajaban. Un día después de que el matrimonio había ocurrido, la hija lisiada (por un matrimonio de antes) de la mujer que ella odiaba entró en la oficina. ¡La niña puso sus brazos en torno a su madre y dijo, “Mamita, mamita, amo a mi papito nuevo! ¡Mira lo que me dio!” Ella le mostró a su madre un maravilloso juguete nuevo.

Ella me dijo a mí, “Mi corazón se salía por esa niña, y supe qué tan feliz ella debe sentirse. Tuve una visión de qué tan feliz era esta mujer. De repente sentí amor por ella, y entré en la oficina y le deseé toda la felicidad en el mundo entero, y se lo quise decir.”

En círculos psicológicos hoy, esto es denominado empatía, lo que simplemente quiere decir la proyección imaginativa de su actitud mental en aquella persona desde otra. Ella proyectó su estado de ánimo mental o el sentimiento de su corazón en ese de la otra mujer, y comenzó a pensar y mirar hacia afuera a través del cerebro de la otra mujer. Ella en realidad estaba pensando y sintiendo como la otra mujer, y también como el niño, porque ella asimismo se había imaginado en la mente de la niña. Ella miraba hacia afuera desde esa posición ventajosa en la madre de la niña.

Si se siente tentado a herir o a tener mala opinión de otro, proyéctese mentalmente en la mente de Moisés y piense desde el punto de vista de los Diez Mandamientos. Si está inclinado a estar envidioso, celoso, o enojado, imagínese en la mente de Jesús y piense desde ese punto de vista, y sentirá la verdad del Amor de las palabras *Ama a tu prójimo*.

### **La pacificación nunca gana**

No permita a las personas aprovecharse de usted y ganar sus propósitos por rabietas, llantos, o los así llamados ataques al corazón. Estas personas son dictadoras que tratan de esclavizarlo y hacerlo cumplir sus órdenes. Sea firme pero amable, y niéguese a ceder. El apaciguamiento nunca gana. Rehúse a contribuir a la

delincuencia, egoísmo, y la avaricia de ellos. Recuerde, haga lo que es correcto. Usted está aquí para cumplir con su ideal y permanecer verdadero para las verdades eternas y los valores espirituales de la vida, que son eternos.

No le de a nadie en todo el mundo el poder para desviarlo de su meta, su meta en la vida, que es expresar sus talentos ocultos para el mundo, servir a la humanidad, y revelar más y más de la sabiduría de Dios, verdad, y belleza a todas las personas en el mundo. Siga siendo verdadero para su ideal. Sepa definitiva y absolutamente que lo que sea que contribuya a su paz, su felicidad, y su cumplimiento necesita forzosamente bendecir a todos los hombres que caminan por la tierra. La armonía de la parte es la armonía del todo, pues el todo está en la parte, y la parte está en el todo. Todo lo que le debe a otro, como dice Pablo, es amor, y el amor es el cumplimiento de la ley de la salud, la felicidad, y la tranquilidad del espíritu.

### **Consejos útiles sobre las relaciones humanas**

1. Su mente subconsciente es una máquina de grabación, que reproduce su pensar habitual. Piense lo bueno del otro, y realmente está pensando bien de si mismo.
2. Un pensamiento de odio o resentimiento es un veneno mental. No tenga mala opinión de otro, por que hacer eso es pensar mal de usted mismo. Usted es el único pensador en su universo, y sus pensamientos son creativos.
3. Su mente es un medio creativo; Por lo tanto, lo que piensa y siente de otro, lo está haciendo pasar en su experiencia. Éste es el significado psicológico de la Regla de Oro. Como queráis que los hombres piensen de vosotros, así también pensad vosotros de ellos.
4. Hacer trampa, robar, o engañar a otro trae escasez, pérdida, y limitación para usted mismo. Su mente subconsciente registra sus motivaciones interiores, sus pensamientos, y sus sentimientos. Este ser de una naturaleza negativa; Estragos, limitaciones, y problemas

vienen a usted en incontables formas. Realmente, lo que usted le hace a otro, se lo hace para usted mismo.

5. El bien que hace, la bondad ofrecida, el amor y la buena fe que envía, todos le regresarán multiplicados de muchas formas.
6. Usted es el único pensador en su mundo. Usted es responsable de la forma en que piensa del otro. Recuerde, la otra persona no es responsable de la forma en que piensa de él. Sus pensamientos son reproducidos. ¿Qué está pensando ahora de otro semejante?
7. Hágase emotivamente adulto y permítale a otras personas diferir de usted. Tienen un derecho completo de estar en desacuerdo con usted, y usted tiene la misma libertad de estar en desacuerdo con ellos. Puede discrepar sin ser desagradable.
8. Los animales se meten en la cabeza sus vibraciones de miedo y le contestan bruscamente. Si usted ame a los animales, nunca lo atacarán. Muchos seres humanos indisciplinados son tan sensitivos como los perros, gatos, y otros animales.
9. Su discurso interior, representando sus sentimientos y pensamientos silenciosos, es experimentado en las reacciones de otros hacia usted.
10. Desee para otro lo que desea para si mismo. Ésta es la clave para las relaciones humanas armoniosas.
11. Cambie su concepto y estimación de su patrón. Sienta y sepa que él practica la Regla de Oro y las Leyes del amor, y él responderá consecuentemente.
12. La otra persona no le puede molestar o irritar excepto si usted lo permite. Su pensamiento es creativo; Usted puede bendecir. Si alguien lo llama de alguna manera desagradable, usted tiene la libertad para decirle, “la paz de Dios llena tu alma.”
13. El amor es la respuesta para llevarse bien con otros. El amor es comprensión, buena fe, y respetar la divinidad del otro.
14. Usted no odiaría a un jorobado o a un lisiado. Usted tendría compasión. Tenga compasión y comprensión por los jorobados mentales que han estado condicionados negativamente. Entender todo es perdonar todo.

15. Gócese del éxito, el ascenso, y la dicha del otro. Al hacer eso, atrae la dicha hacia usted mismo.
16. Nunca ceda a las rabietas y escenas emocionales de otros. El apaciguamiento nunca gana. No sea una alfombra. Adhiérase a eso que es correcto. Apéguese a su ideal, sabiendo que el punto de vista mental, que le da paz, la felicidad, y la alegría, es correcto, bueno, y verdadero. Lo que lo bendice a usted, bendice a todos.
17. Todo lo que le debe a cualquier persona en el mundo es amor, y el amor es desearle a todo el mundo lo que usted se desea a si mismo —salud, felicidad, y toda las bendiciones de la vida.

# 17

## **Cómo Usar su Mente Subconsciente para el Perdón**

La vida no juega a favoritos. Dios es Vida, y este Principio de Vida fluye a través de usted este momento. Dios ama expresarse como armonía, paz, belleza, alegría, y abundancia a través de usted. Esto es llamado la voluntad de Dios o la tendencia de la vida.

Si pone resistencia en su mente hacia el flujo de la vida a través de usted, esta congestión emocional quedara enredada dentro de su mente subconsciente y causará toda clase de condiciones negativas. Dios no tiene nada que ver con las condiciones infelices o caóticas en el mundo. El pensar negativo y destructivo del hombre causa todas estas condiciones. Por consiguiente, es tonto culpar a Dios por su problema o enfermedad.

Muchas personas habitualmente le ponen resistencia mental al flujo de la vida acusando y reprochándole a Dios por el pecado, la enfermedad, y sufrimiento del género humano. Los otros le echan la culpa a Dios por sus dolores, sufrimientos, la pérdida de sus seres queridos, tragedias personales, y accidentes. Están enojados con Dios, y creen que él es responsable de su sufrimiento.

Dado que las personas recrean tales conceptos negativos de Dios, experimentarán las reacciones negativas automáticas de sus mentes subconscientes. Realmente, tales personas no saben que se están castigando a si mismos. Ellos deben ver la verdad, encontrar la liberación, y entregar toda condenación, todo resentimiento, y toda cólera en contra de alguien o cualquier poder fuera de ellos mismos.

De otra manera, no pueden seguir adelante en una actividad sana, feliz, o creativa. El minuto en que estas personas recreen un Dios de amor en sus mentes y corazones, y cuando crean que Dios es su Padre Cariñoso que vela por ellos, cuida de ellos, los guía, sostiene y fortalece, este concepto y esta creencia de Dios o del Principio de Vida será aceptado por su mente subconsciente, y se encontrarán benditos en incontables formas.

### **La vida siempre lo perdona**

La vida lo perdona cuando usted se corta su dedo. La inteligencia subconsciente dentro de usted comienza de inmediato a repararlo. Las células nuevas construyen puentes sobre el corte. Si ingiere algo de comida contaminada por error, la Vida lo perdona y causa que la regurgite para preservarlo a usted. Si quema su mano, el Principio de Vida reduce el edema y la congestión, y le da piel nueva, tejido fino, y células. La vida no tiene rencores contra usted, y siempre lo perdona. La vida le devuelve la salud, vitalidad, armonía, y paz, si coopera pensando hacia en armonía con la naturaleza. Las memorias negativas, dañinas, la amargura, y el mal pondrán en desorden e impedirán el flujo libre del Principio de Vida en usted.

### **Cómo desarraigó él ese sentimiento de culpa**

Conocí a un hombre que trabajaba todas las noches hasta alrededor de la una en punto en la mañana. Él no le prestaba atención ni a sus dos niños ni a su esposa. Él siempre estaba demasiado ocupado trabajando incesantemente. Él pensaba que las personas le deberían dar palmadas en la espalda porque él trabajaba tan arduamente y persistentemente después de la medianoche todas las noches. Él tenía una presión arterial de más de doscientos y estaba lleno de culpa. Inconscientemente, él procedía a castigarse a sí mismo por el trabajo arduo e ignoró por completo a sus hijos. Un hombre normal no hace eso. Él tiene interés en sus niños y en su desarrollo. Él no excluye a su esposa de su mundo.

Le expliqué por qué estaba trabajando tan arduamente, “hay algo alimentándose de usted interiormente, de otra manera, no actuaría así. Se castiga a si mismo, y tiene que aprender a perdonarse a si mismo.” Él tenía un cargo de conciencia profundo. Era hacia un hermano.

Le expliqué que Dios no lo castigaba, pero que él se estaba castigando a sí mismo. Por ejemplo, si usa indebidamente las leyes de la vida, sufrirá consecuentemente. Si pone su mano en un alambre pelado con corriente, se quemará. Las fuerzas de la naturaleza no son malas; Es su propio uso el que determina si tienen un efecto bueno o malo. La electricidad no es mala; Depende de cómo la usa usted, si para incendiar una estructura o para iluminar una casa. El único pecado es la ignorancia de la ley, y el único castigo es la reacción automática de mal manejo de la ley por el hombre.

Si usted usa indebidamente el principio de química, puede explotar la oficina o la fábrica. Si golpea su mano en una tabla, puede provocar que su mano sangre. La tabla no es para ese propósito. Su propósito puede ser apoyarse encima o apoyar sus pies.

Este hombre se dio cuenta de que Dios no condena ni castiga a nadie, y que todo su sufrimiento se debía a la reacción de su mente subconsciente hacia su pensar negativo y destructivo. Él había estafado a su hermano hace algún tiempo, y su hermano ahora había fallecido. A pesar de eso, él estaba lleno de remordimiento y culpa.

Yo le pregunté, “¿estafaría a su hermano ahora?”

Él dijo, “No.”

¿Sintió que estaba justificado en el momento?”

Su respuesta fue, “Sí.”

“¿Pero, usted no lo haría ahora?”

Él agregó, “No, estoy ayudándole a otros a saber cómo vivir.”

Agregué el siguiente comentario, “Usted tiene un mayor discernimiento y comprensión ahora. El perdón es perdonarse a si

mismo. El perdón es alinear sus pensamientos con la ley divina de la armonía. La auto-condenación es lo denominado infierno (la esclavitud y la restricción); El perdón es lo denominado cielo (la armonía y la paz).”

La carga de culpabilidad y auto-condenación fue levantada de su mente, y tuvo una sanación completa. El doctor examinó su presión sanguínea, y se había hecho normal. La explicación fue el remedio.

### **Un asesino aprendió a perdonarse a sí mismo**

Un hombre que asesinó a su hermano en Europa me visitó muchos años atrás. Él estaba aquejado de una gran angustia mental y tortura creyendo que Dios lo debía castigar. Él me explicó que su hermano había estado teniendo un romance con su esposa, y que él lo había baleado sin pensar. Esto había pasado más o menos quince años antes de su entrevista conmigo. Mientras tanto, este hombre se había casado con una chica norteamericana y había sido bendecido con tres niños preciosos. Él estaba en una posición donde ayudaba a muchas personas, y era un hombre transformado.

Mi explicación para él fue que física y psicológicamente él no era el mismo hombre que disparó contra su hermano, desde que los científicos nos informaron de que cada célula de nuestros cuerpos cambia cada once meses. Además, mental y espiritualmente él era un hombre nuevo. Él estaba ahora lleno de amor y buena fe para la humanidad. El hombre “viejo” que cometió el crimen hace quince años estaba mental y espiritualmente muerto. ¡Realmente, él estaba condenando a un hombre inocente!

Esta explicación tuvo un efecto profundo en él, y dijo que se sentía como si un gran peso de su mente se le hubiera sacado de encima. Él llegó a entender el significado de la siguiente verdad en la Biblia: *Venid luego, dice Jehová, y estemos a cuenta: si vuestros pecados fueren como la grana, como la nieve serán emblanquecidos; si fueren rojos como el carmesí, vendrán a ser como blanca lana. Isaías 1:18.*

### **La crítica no lo puede lastimar sin su consentimiento**

Una profesora me contó que uno de sus compañeros le había criticado un discurso que ella había dado, diciéndole que ella habló demasiado rápido, que se había tragado algunas palabras, que no podía escuchársele, que su dicción era escasa, y que su discurso no era efectivo. Esta maestra estaba furiosa y llena de resentimiento hacia su crítico.

Ella me admitió que las críticas eran justas. Su primera reacción fue propiamente infantil, y luego estuvo de acuerdo en que la carta fue realmente una bendición y un correctivo maravilloso. Ella procedió inmediatamente a complementar sus deficiencias en su discurso inscribiéndose en un curso en el arte de la oratoria en la Universidad de la Ciudad. Ella escribió y le dio al escritor de la nota las gracias por su interés, expresándole aprecio por sus conclusiones y fallos, lo que hizo posible que la profesora corrigiera el asunto de inmediato.

### **Cómo ser compasivo**

Suponga que ninguna de las cosas mencionadas en la carta hubieran sido ciertas de la maestra. Ella se habría dado cuenta de que su material de clase había alterado los prejuicios, supersticiones, o creencias sectarias estrechas del escritor de la nota, y que una persona psicológicamente enferma simplemente emanaba su resentimiento porque un furúnculo psicológico le había sido herido.

Entender este hecho es ser compasivo. El siguiente paso lógico sería rezar por la paz, armonía, y comprensión de la otra persona. No puede ser herido cuando usted sabe que usted es amo de sus pensamientos, reacciones, y emociones. Las emociones siguen a los pensamientos, y usted tiene la virtud de denegar todos los pensamientos, que lo puedan disturbar o molestar.

### **La dejó en el altar**

Años atrás visité una iglesia en la que realizarían una ceremonia de matrimonio. El joven no se presentó, y al cabo de unas

dos horas, la futura esposa derramó algunas lágrimas, y luego me dijo, “Oré por guía divina. Ésta podría ser la respuesta de que él nunca se apareciera.”

Esa fue su reacción —fe en Dios y en todo el bien de las cosas. No tuvo amargura en su corazón porque como ella dijo, “no debe haber sido la acción correcta porque mi oración era por la acción correcta para ambos.” Otra persona teniendo una experiencia similar habría entrado en una rabieta, hubiera tenido un ataque emocional, requerido de tratamiento con calmantes, y quizá necesitado de hospitalización.

Entre en sintonía con la inteligencia infinita dentro de sus profundidades subconscientes, confiando en la respuesta de la misma forma en que confiaba en su madre cuando ella lo sostenía en sus brazos. Así es cómo puede adquirir equilibrio y salud mental y emocional.

### **Está mal casarse. El sexo es malo y yo soy mala**

Hace ya bastante tiempo, hablé con una jovencita de veintidós años. A ella se le había enseñado que era un pecado bailar, jugar a las cartas, nadar, y salir a divertirse con hombres. Ella era amenazada por su madre, que le dijo que se quemaría eternamente en el fuego del infierno si osaba desobedecer su voluntad y sus enseñanzas religiosas. Esta chica llevaba puesto vestido negro y medias negras. No usaba colorete, lápiz labial, ni ninguna forma de maquillaje porque su madre le había dicho que estas cosas eran pecaminosas. Su madre le dijo que todos los hombres eran malos, y que el sexo era del diablo y que simplemente era depravación diabólica.

Esta jovencita tuvo que aprender a perdonarse a sí misma, porque estaba llena de culpa. Perdonar quiere decir ceder. Ella tuvo que ceder, abandonar todas estas creencias falsas por las verdades de la vida y por una estimación nueva de sí misma. Cuando salió a divertirse con jóvenes de la oficina donde ella trabajaba, tuvo un cargo de conciencia profundo y pensó que Dios la castigaría. Varios pretendientes se le declararon, pero ella me dijo,

“está mal casarse. El sexo es malo y yo soy mala.” Ésta era su conciencia o acondicionamiento antiguo hablando.

Ella vino a verme una vez semanalmente por más o menos diez semanas, y le enseñé los funcionamientos de la mente consciente y subconsciente como se plantean en este libro. Esta jovencita gradualmente se dio cuenta de que había sido completamente lavada del cerebro, hipnotizada, y que había estado condicionada por una madre ignorante, supersticiosa, llena de prejuicios, y frustrada. Ella se separó completamente de su familia y comenzó a vivir una vida maravillosa.

En mi sugerencia empezó a arreglarse y a cuidar de su cabello. Tomó clases de baile con un *hombre*, y también tomó clases de manejo. Aprendió a nadar, a jugar naipes, y tuvo muchas citas. Ella comenzó a amar a este hombre. Ella oró por un compañero maravilloso afirmando que el Espíritu Infinito le atraería un hombre que armonizaba con ella completamente. Con el tiempo esto llegó a pasar. Ella salió de mi oficina una tarde, había un hombre esperando a verme y casualmente lo hice pasar. Ahora están casados y ambos armonizan entre sí perfectamente.

### **El perdón es necesario para la sanación**

*Y cuando estéis orando, perdonad, si tenéis algo contra alguno, para que también vuestro Padre que está en los cielos os perdone a vosotros vuestras ofensas. San Marcos 11:25.*

El perdón de otros es esencial para la paz mental y la salud radiante. Usted debe perdonar a todo el mundo que alguna vez lo haya lastimado si quiere una felicidad y salud perfecta. Perdónese a sí mismo armonizando sus pensamientos con la ley y el orden divinos. Realmente no se puede perdonar a si mismo completamente hasta que haya perdonado a otros primero. Rehusar perdonarse a sí mismo es ni más ni menos que orgullo espiritual e ignorancia.

En el campo psicosomático de la medicina de hoy, constantemente estando haciendo énfasis en ese resentimiento, esa condenación de otros, remordimiento, y agresividad hay detrás de un montón de males desde la artritis hasta las enfermedades

cardiacas. Señalan que estas personas enfermas, fueron lastimadas, maltratadas, engañadas, o heridas, estaban llenas de resentimiento y odio hacia esos que los lastimaron. Esto provocó que sus heridas se inflamaran e infectaran en sus mentes subconscientes. Hay sólo un remedio. Tienen que dejar y desechar sus daños, y la única e incomparable manera segura es a través del perdón.

### **El perdón es amor en acción**

El ingrediente esencial en el arte del perdón es la voluntad para perdonar. Si usted sinceramente quiere perdonar al otro, ya tiene cincuenta y uno por ciento sobre el obstáculo. Me siento seguro de que usted sabe que perdonar al otro necesariamente no significa que le guste él o que quiera asociarse con él. Usted no puede verse obligado a que le agrade alguien, igual como un gobierno no puede legislar la buena fe, el amor, la paz, o la tolerancia. Es realmente imposible que le agrade alguna persona porque alguien en Washington emita un edicto para ese efecto. Sin embargo, podemos amar a las personas sin que nos gusten.

La Biblia dice, *Amarás a tu prójimo*. Esto, alguien puede hacerlo si realmente quiere hacerlo. Amor quiere decir que usted le desea al otro salud, felicidad, paz, alegría, y toda las bendiciones de la vida. Hay sólo un requisito previo, y ese es la sinceridad. Usted no está siendo magnánimo cuando perdona, realmente está siendo interesado, porque lo que desea para el otro, realmente lo desea para sí mismo. La razón es que usted lo está pensando y sintiendo. Como usted piensa y siente, así es usted. ¿Puede haber algo más simple que eso?

### **La técnica del perdón**

Lo siguiente es un método simple, que hace maravillas en su vida a medida que lo practique: Aquiete su mente, relájese, y olvídense de todo. Piense en Dios y Su amor para usted, y luego afirme, “Completamente y libremente perdono a (mencione el nombre del ofensor); Lo libero mentalmente y espiritualmente. Completamente perdono todo lo que está conectado con el asunto en

cuestión. Soy libre, y él/ella es libre. Es un sentimiento maravilloso. Es mi día de perdón general. Libero a cualquiera y a todo quien alguna vez me haya lastimado, y le deseo a cada uno y a todos, la salud, la felicidad, la paz, y todas las bendiciones de la vida. Hago esto libremente, alegremente, y cariñosamente, y cada vez que pienso en la persona o las personas que me lastiman, digo, 'Te he liberado, y todas las bendiciones de la vida son tuyas.' Soy libre y eres libre. ¡Es maravilloso!"

El gran secreto del perdón verdadero es que una vez que usted ha perdonado a la persona, es innecesario repetir la oración. Cada vez que la persona venga a su mente, o el daño específico venga a meterse en su mente, deséele el bien al ofensor, y dígale, "La Paz esté contigo." Haga esto siempre que el pensamiento entre en su mente. Se encontrará con que unos días más tarde el pensamiento de la persona o la experiencia retornarán cada vez menos, hasta que se desvanece en la nada.

### **La prueba de fuego para el perdón**

Hay una prueba de fuego para el oro. Hay también una prueba de fuego para el perdón. Si le contaron de algo maravilloso sobre alguien que le hizo hecho daño, lo ha defraudado, o estafado, y usted estaba extremadamente furioso de oír las buenas noticias de esta persona, las raíces del odio todavía estaban en su mente subconsciente, haciendo estragos en usted.

Supongamos que tuvo un absceso doloroso en su mandíbula hace un año, y me contó sobre eso. Casualmente le preguntaría si tiene algún dolor ahora. Automáticamente diría, "Claro que no, tengo una memoria de eso pero no dolor." Esa es la historia completa. Usted puede tener una memoria del incidente pero ningún escozor o daño más. Ésta es la prueba de fuego, y debe encontrarla psicológicamente y espiritualmente, de otra manera, usted simplemente se está engañando y no está practicando el verdadero arte del perdón.

### **Entender todo es perdonar todo**

Cuando el hombre entiende la ley creativa de su propia mente, deja de culpar a otras personas y condiciones por hacer o estropear su vida. Él sabe que sus pensamientos y sentimientos crean su destino. Además, él tiene conciencia de que las apariencias externas no son las causas y acondicionadores de su vida y sus experiencias. Pensar que los otros pueden estropear su felicidad y que usted es la pelota de un partido de fútbol con un destino crudo del que debe oponerse y luchar en contra, por una vida —todas estas y otras como estas formas de pensar son inaceptables cuando usted tiene por entendido que los pensamientos son cosas. La Biblia dice lo misma. *Porque cual es su pensamiento en su corazón, tal es él. Proverbios. 23:7.*

### **Resumen de sus ayudas para el perdón**

1. Dios, o la Vida no hace acepción de personas. La vida no juega a favoritos. La vida, o Dios, parece favorecerlo cuando usted se alinea a sí mismo con el principio de armonía, salud, alegría, y paz.
2. Dios, o la Vida, nunca envía afección, enfermedad, accidente, o sufrimiento. Traemos estas cosas sobre nosotros mismos por nuestra negativa manera de pensar destructiva basada en la ley de *como sembramos, así también cosecharemos.*
3. Su concepto de Dios es lo más importante en su vida. Si usted en realidad cree en un Dios de amor, su mente subconsciente responderá en las incontables bendiciones para usted. Crea en un Dios de amor.
4. La vida, o Dios mío, no tiene rencor contra usted. La vida nunca lo condena. La vida sana un corte severo en su mano. La vida lo perdona si quema su dedo. Reduce el edema y restaura la parte hacia la totalidad y la perfección.
5. Su complejo de culpabilidad es un concepto falso de Dios y de la Vida. Dios, o la Vida, no lo castiga ni lo juzga. Se hace esto a sí mismo por sus falsas creencias, pensar negativo, y auto-condenación.

6. Dios, o la Vida, no lo condena ni lo castiga. Las fuerzas de la naturaleza no son malas. El efecto de su uso depende de cómo usa el poder dentro de usted. Usted puede usar la electricidad para matar a alguien o para iluminar su casa. Puede usar agua para ahogar a un niño, o para saciar su sed. El bien y el mal regresan directamente al pensamiento y al propósito en la propia mente del hombre.
7. Dios, o la Vida, nunca castiga. El hombre se castiga a sí mismo por sus conceptos falsos de Dios, la Vida, y el Universo. Sus pensamientos son creativos, y él crea su sufrimiento.
8. Si otro lo critica, y estas fallas están dentro de usted, regocíjese, dé las gracias, y aprecie los comentarios. Esto le da la oportunidad de corregir la falla específica.
9. No puede ser herido por la crítica cuando sabe que usted es amo de sus pensamientos, reacciones, y emociones. Esto le da la oportunidad para rezar y bendecir al otro, por consiguiente bendecirse a sí mismo.
10. Cuando reza por la orientación y la acción correcta, acepte lo que viene. Percátense de que es bueno y muy bueno. Entonces no hay motivo para la auto-compasión, la crítica, o el odio.
11. No hay nada bueno o malo, sino que pensar lo hace así. No hay mal en el sexo, el deseo por comida, la riqueza, o por la expresión verdadera. Depende de cómo usa estos afanes, deseos, o estas aspiraciones. Su deseo por comida puede ser cumplido sin matar a alguien por una barra de pan.
12. El resentimiento, el odio, la enemistad, y la agresividad están detrás de un montón de afecciones. Perdónese a sí mismo y a todos los demás derramando amor, vida, alegría, y buena fe para todos esos que lo han lastimado. Continúe hasta que se encuentre con que su mente y usted están en paz con ellos.
13. Perdonar es dar *algo*. Dé amor, paz, alegría, sabiduría, y todas las bendiciones de la vida al otro, hasta que no esté ese escozor pendiente en su mente. Ésta es realmente la prueba de fuego del perdón.
14. Supongamos que tuvo un absceso en su mandíbula hace más o menos un año. Fue muy doloroso. Pregúntese si es doloroso ahora.

La respuesta es negativa. Asimismo, si alguien lo ha lastimado, le ha mentado y calumniado, y dijo toda clase de cosas malas de usted, ¿Es negativo su pensamiento de esa persona? ¿Está extremadamente furioso cuando él o ella entra en su mente? Si es así, las raíces del odio todavía están ahí, haciendo estragos en usted y su bien. La única forma es marchitar esos odios con amor deseándole a la persona todas las bendiciones de la vida, hasta que pueda encontrar a la persona en su mente, y sinceramente pueda reaccionar con una bendición de paz y buena fe. Éste es el significado de *perdonar hasta setenta veces siete*.

# 18

## **Cómo su Subconsciencia Remueve Bloqueos Sicológicos**

La solución yace dentro del problema. La respuesta está en cada pregunta. Si se le presenta una situación difícil y no puede ver su camino claro, el mejor procedimiento es asumir que la inteligencia infinita dentro de su mente subconsciente lo sabe todo y lo ve todo, tiene la respuesta, y se la revela a usted ahora. Su actitud mental nueva de que la inteligencia creativa está trayéndole una solución afortunada le permitirá encontrar la respuesta. Tenga la certeza de que tal disposición de ánimo traerá orden, paz, y sentido a todos sus cometidos.

### **Cómo destruir o construir un hábito**

Usted es una criatura de hábito. El hábito es la función de su mente subconsciente. Usted aprendió a nadar, a andar en bicicleta, a bailar, y a conducir un coche por hacer conscientemente estas cosas una y otra vez hasta que fijaron huellas en su mente subconsciente. Luego, la acción automática de hábito de su mente subconsciente asumió el control. Esto es a veces llamado hábito muy arraigado [*second nature*], el cual es una reacción de su mente subconsciente hacia su pensar y actuar.

Usted tiene la libertad de escoger un buen o un mal hábito. Si repite un pensamiento negativo o actúa por un período de tiempo de cierta forma, estará bajo la compulsión de un hábito. La ley de su subconsciencia es la compulsión.

### **Cómo él destruyó un mal hábito**

El Sr. Jones me dijo, “Una compulsión por beber se apodera de mí, y me quedo borracho por dos semanas de golpe. No puedo dejar este terrible hábito.”

Una y otra vez estas experiencias le habían ocurrido a este hombre infortunado. Él había agrandado el hábito de beber en exceso. Aunque él se había metido al vicio del licor por su propia iniciativa, él también comenzó a darse cuenta de que podría cambiar el hábito y establecer uno nuevo. Dijo que en corto tiempo a través de su fuerza de voluntad podría suprimir sus deseos temporalmente, sus esfuerzos continuados por suprimir los muchos deseos sólo empeoraron las cosas. Sus repetidos fracasos lo convencieron de que no tenía esperanza y estaba imposibilitado para controlar su deseo u obsesión. Esta idea de ser impotente operó como una sugestión poderosa a su mente subconsciente y agravó su debilidad, haciendo su vida una sucesión de fracasos.

Le enseñé a armonizar las funciones de la mente consciente y subconsciente. Cuando estos dos cooperan, la idea o el deseo implantado en la mente subconsciente es hecho realidad. Su mente de razonamiento estuvo de acuerdo que si el camino viejo del hábito o el sendero que lo había llevado al problema, él conscientemente podría formar un camino nuevo hacia la libertad, la sobriedad, y la tranquilidad del espíritu. Él sabía que su hábito destructivo era automático, pero desde que fue adquirido a través de su elección consciente, se dio cuenta de que si él había estado condicionado negativamente, también podría estar condicionado positivamente. Como resultado, se dejó de pensar en el hecho de que él estaba imposibilitado para vencer el hábito. Además, él supo claramente que no había obstáculo para su sanación fuera de su pensamiento. Por consiguiente, no había ocasión para el gran esfuerzo mental o coerción mental.

### **El poder de su imagen mental**

Este hombre adquirió una práctica de relajar su cuerpo y meterse en un estado relajado, adormecido y meditativo. Luego llenó su mente del cuadro del objetivo deseado, sabiendo que su mente subconsciente lo podría ocasionar de la manera más fácil. ¡Él imaginó a su hija felicitándolo en su libertad, y diciéndole, “Papito, es maravilloso de tenerte en casa!” Él había perdido a su familia por el alcohol. Él no tenía permiso de visitarlos, y su esposa no le hablaba.

Por lo regular, sistemáticamente, él solía sentarse y meditar en la manera en que esbozó. Cuando su atención deambulaba, él tenía por hábito inmediatamente recordar la imagen mental de su hija con su sonrisa y la escena de su casa animada por su alegre vocecita. Todo esto provocó un re-acondicionamiento de su mente. Fue un proceso gradual. Él lo mantuvo. Él perseveró en la seguridad de que tarde o temprano establecería un patrón nuevo de hábito en su mente subconsciente.

Le dije que podría comparar su mente consciente con una cámara, y que su mente subconsciente era la lámina sensitiva en la que registraba e imprimía la foto. Esto hizo una impresión profunda en él, y su meta completa fue firmemente imprimir el cuadro en su mente y desarrollarlo ahí. Las películas son reveladas en la oscuridad; Asimismo, las imágenes mentales son reveladas en el cuarto oscuro de la mente subconsciente.

### **La atención enfocada**

Para darse cuenta de que su mente consciente era simplemente una cámara, él no usó esfuerzo. No hubo lucha mental. Ajustó sus pensamientos con tranquilidad y canalizó su atención a la escena con anterioridad hasta que él gradualmente se identificó con el cuadro. Se sumergió en la atmósfera mental, repitiendo la película mental frecuentemente. No había duda de que una sanación vendría. Cuando tenía alguna tentación por beber, cambiaba su imaginación de cualquier sueño de borrachera al sentimiento de estar en casa con su familia. Él tuvo éxito porque seguramente esperó experimentar la descripción que desarrollaba en su mente. Hoy él es presidente de

una empresa de muchos millones de dólares y es radiantemente feliz.

### **Él dijo que una brujería lo perseguía**

El Sr. Block dijo que había estado haciendo un ingreso anual de \$20,000, pero que por los últimos tres meses todas las puertas parecían cerrársele. Él mencionó clientes que estaban a punto de firmar en la línea punteada, y luego de once horas terminaban el trato. Él agregó que quizá una brujería lo perseguía.

Discutiendo el asunto con el Sr. Block, descubrí que tres meses antes él se había puesto muy irritado, molesto, y resentido hacia un dentista que, después de que él le había ofrecido firmar un contrato, se había retirado a última hora. Él comenzó a vivir en el miedo inconsciente de que otros clientes harían lo mismo, por consiguiente estableció una historia de frustración, hostilidad, y obstáculos. Gradualmente fortaleció en su mente una creencia en la obstrucción y en las cancelaciones de último minuto hasta un círculo vicioso había sido establecido. *Lo que más he temido ha venido sobre mí.* El Sr. Block se dio cuenta de que el problema estaba en su mente, y de que era imprescindible cambiar su actitud mental.

La ejecución de su así llamada desgracia fue destruida de la siguiente manera: “Me doy cuenta de que soy uno con la inteligencia infinita de mi mente subconsciente que no conoce obstáculo, dificultad, ni retraso. Vivo en la expectación alegre de lo mejor. Mi mente más profunda responde a mis pensamientos. Sé que la actividad del poder infinito de mi subconsciencia no puede ser obstaculizada. La inteligencia infinita siempre termina exitosamente lo que sea que comienza. La sabiduría creativa funciona a través de mí cumpliendo a cabalidad todos mis planes y mis propósitos. Lo que sea que empiece, lo traigo a una conclusión exitosa. Mi meta en la vida es dar un servicio maravilloso, y todos esos que contacto son bendecidos por lo que tengo que ofrecerles. Todo mi trabajo llega a la fructificación completa en orden divino.”

Él repitió esta oración cada mañana antes de ir a visitar a sus clientes, y también rezó cada noche antes de dormir. En poco

tiempo él había establecido un patrón nuevo de hábito en su mente subconsciente, y estaba de regreso a su antiguo progreso del que estaba acostumbrado como vendedor exitoso.

### **¿Cuánto quiere lo que quiere?**

Un joven preguntó a Sócrates cómo podía él conseguir sabiduría. Sócrates le contestó, “Venga conmigo.” Llevó al muchacho a un río, empujó la cabeza del niño bajo el agua, la sujetó ahí hasta que el niño jadeaba por aire, luego se tranquilizó y soltó su cabeza. ¿Cuándo el niño se sosegó, él le preguntó, “¿Qué deseó más cuando estaba bajo el agua?” “Quería aire,” dijo el niño. Sócrates le dijo, “Cuándo quiera la sabiduría tanto como quería aire cuando estaba inmerso en el agua, la recibirá.” Asimismo, cuando en realidad tenga un deseo intenso por vencer cualquier obstáculo en su vida, y llegue a una decisión bien definida de que hay una salida, y que es el curso que desea seguir, entonces la victoria y el triunfo están asegurados.

Si realmente quiere tranquilidad de espíritu y calma interior, la conseguirá. A pesar de qué tan injustamente haya sido tratado, o qué tan injusto el jefe haya sido, o cuán sinvergüenza y ruin alguien haya resultado ser, todo esto le da lo mismo cuando usted se despierta a sus poderes mentales y espirituales. Usted sabe lo que quiere, y definitivamente se rehusará a dejar que los ladrones (pensamientos) de odio, cólera, hostilidad, y mal le quiten la paz, armonía, salud, y felicidad. Deje de molestarse por personas, condiciones, noticias, y acontecimientos identificando sus pensamientos inmediatamente con su meta en la vida. Su meta es la paz, la salud, la inspiración, la armonía, y la abundancia. Sienta un río de paz fluyendo a través de usted ahora. Su pensamiento es el poder inmaterial e invisible, y usted elige permitir que lo bendiga, lo inspire, y le dé paz.

### **Por qué él no pudo ser curado**

Éste es un historial clínico de un hombre casado con cuatro niños que mantener y ocultamente estaba viviendo con otra mujer durante sus viajes de negocios. Él estaba enfermo, nervioso,

irritable, e irascible, y no podía dormir sin drogas. La medicina del doctor dejó de hacer descender su presión alta de sobre los doscientos. Él tenía dolores en numerosos órganos de su cuerpo, que los doctores no podían diagnosticar ni aliviar. Para empeorar las cosas, él bebía con exceso.

La causa de todo esto era un profundo cargo de conciencia inconsciente. Él había quebrantado los votos matrimoniales, y esto lo afligía. El credo religioso en que él se había criado estaba profundamente alojado en su mente subconsciente, y él bebía en exceso para sanar la herida de su culpa. Algunos inválidos toman morfina y codeína para los dolores severos; Él tomaba alcohol para el dolor o la herida en su mente. Era la vieja historia de echarle leña al fuego.

### **La explicación y la cura**

Él escuchó la explicación de cómo funcionaba su mente. Él afrontó su problema, lo consideró, y abandonó su papel doble. Supo que su el vicio del licor era un intento inconsciente de escapar. La causa oculta alojada en su mente subconsciente tuvo que ser erradicada; Luego la sanación sucedió.

Él comenzó a grabar su mente subconsciente tres o cuatro veces al día usando la siguiente oración: “Mi mente está llena de paz, ecuanimidad, balance, y equilibrio. El infinito yace expandido en el reposo sonriente dentro de mí. No me da miedo nada en el pasado, el presente, o el futuro. La inteligencia infinita de mi mente subconsciente me conduce, me guía, y me dirige en todas las formas. Ahora afronto cada situación con fe, equilibrio, calma, y confianza. Ahora estoy completamente libre del hábito. Mi mente está llena de paz interior, libertad, y alegría. Me perdono a mí mismo; entonces soy perdonado. La paz, la sobriedad, y la confianza dominan en mi mente.”

Él repitió esta oración frecuentemente como mencioné; Siendo completamente consciente de lo que estaba haciendo y por qué lo hacía. Saber lo que estaba haciendo le dio la confianza y la fe necesaria. Le expliqué que a medida que él decía en voz alta estas

declaraciones, lentamente, cariñosamente, y de forma significativa, paulatinamente se sumergirían en su mente subconsciente. Como semillas, crecerían después de su clase. Estas verdades, en las que se concentró, las vio a través de sus ojos, sus oídos oyeron el sonido, y las vibraciones cicatrizantes de estas palabras llegaron a su mente subconsciente y borraron todos los patrones mentales negativos que causaban todo el problema. La luz desvanece la oscuridad. El pensamiento constructivo destruye el pensamiento negativo. Él se convirtió en un hombre transformado dentro de un mes.

### **Rehusándose a admitirlo**

Si usted es esclavo de la bebida o adicto a las drogas, admítalo. No evada el asunto. Muchas personas continúan siendo esclavas de la bebida porque se rehúsan a admitirlo. Su enfermedad es la inestabilidad, un miedo interior. Se rehúsa a afrontar vida, y de esta manera usted trata de liberarse de sus responsabilidades a través de la botella. Como un alcohólico usted no tiene libre albedrío, aunque usted piensa que lo tiene, e incluso puede alardear acerca de su fuerza de voluntad. Si usted es un borracho habitual y dice valientemente, “no tomaré más,” no tiene poder para hacer esta aseveración realidad, porque no sabe donde encontrar el poder. Vive en una prisión psicológica de su propia construcción, y está atado por sus creencias, opiniones, entrenamiento, e influencias ambientales. Como la mayoría de la gente, usted es una criatura de hábito. Usted está condicionado para reaccionar en la forma en que reacciona.

### **Construyendo la idea de libertad**

Usted puede construir la idea de libertad y tranquilidad de espíritu en su mentalidad para que llegue a sus profundidades subconscientes. Ésta, siendo todopoderosa, lo liberará de todo deseo de alcohol. Entonces, tendrá la comprensión nueva de cómo opera su mente, y verdaderamente podrá darle apoyo a su afirmación y poder probar la verdad por usted mismo.

### **Cincuenta y uno por ciento sanado**

Si tiene un deseo entusiasta de liberarse de cualquier hábito destructivo, tiene cincuenta y uno por ciento sanado ya. Cuando usted tiene un deseo grande de renunciar a un mal hábito que continuarlo, no le será muy difícil ganar la libertad completa.

No importa qué pensamiento ancle en su mente, ésta lo magnifica. Si compromete la mente en el concepto de libertad (libertad del hábito) y tranquilidad de espíritu, y si la mantiene enfocada en esta dirección nueva de atención, genera los sentimientos y emociones, que gradualmente le dan vida al concepto de libertad y paz. Cualquier idea que usted llene de emoción es aceptada por su subconsciencia y es realizada.

### **La ley de la sustitución**

Darse cuenta de algo bueno puede sacarlo de su sufrimiento. No ha sufrido en vano. Sin embargo, es estúpido seguir sufriendo.

Si continúa como un alcohólico, hará ocurrir un deterioro y descomposición física y mental. Darse cuenta del poder en su subconsciencia le da apoyo. Aun cuando pueda estar sobrecogido por la melancolía, debería comenzar a imaginar la alegría de la libertad que aguarda por usted. Ésta es la ley de la sustitución. Su imaginación lo llevó a la botella; Deje ahora que lo lleve a la libertad y la tranquilidad del espíritu. Sufrirá un poquito, pero es para un propósito constructivo. Aguantará eso como una madre en los dolores del parto, y asimismo, dará a luz un hijo de la mente. Su subconsciencia le dará nacimiento a la sobriedad.

### **La causa del alcoholismo**

La causa verdadera del alcoholismo es pensamiento negativo y destructivo; Por como un hombre piensa, así es él. El alcohólico tiene un sentido profundo de inferioridad, inadaptabilidad, derrota, y frustración, usualmente acompañada por una agresividad interior profunda. Él tiene incontables excusas en

cuanto a su razón para beber, pero la razón exclusiva está en su *pensamiento de la vida*.

### **Los tres pasos mágicos**

*El primer paso:* Aquíetese; Calme las vueltas de su mente. Entre en un estado somnoliento, adormecido. En este estado relajado, pacífico, receptivo, se está preparando para el segundo paso.

*El segundo paso:* Tome una frase corta, que fácilmente pueda ser grabada en su memoria, y que la pueda repetir una y otra vez como una canción de cuna. Use la frase, “La Sobriedad y la tranquilidad de espíritu son mías ahora, y doy gracias.” Para impedir que la mente deambule de un lado a otro, repítala en voz alta o trace su pronunciación con los labios y la lengua como si lo dijera mentalmente. Esto lo ayuda a entrar en la mente subconsciente. Haga esto por cinco minutos o más. Encontrará una respuesta emocional profunda.

*El tercer paso:* Poco antes de irse a dormir, practique lo que Johann Von Goethe, el autor alemán, acostumbra hacer. Imagínesse a un amigo, a un ser querido delante suyo. Sus ojos están cerrados, usted está relajado y en paz. ¡El ser querido o el amigo está subjetivamente presente, y le dice a usted, “Felicitaciones!” Usted ve la sonrisa; Usted oye la voz. Usted mentalmente le toca la mano; Es todo verdadero y vívido. La palabra *felicitaciones* da a entender la libertad completa. Escúchelo una y otra vez hasta que logre la reacción subconsciente, que lo satisface.

### **No deje de seguir**

Cuándo el miedo llama a la puerta de su mente, o cuando la preocupación, la ansiedad, y la duda se cruzan en su mente, contemple su visión, su finalidad. Piense en el poder infinito dentro de su mente subconsciente, que puede generar por su pensar e imaginación, y esto le dará confianza, poder, y coraje. Continúe, persevere, *hasta que el día termine, y las sombras se vayan lejos*.

## **Repaso de su poder de pensamiento**

1. La solución yace dentro del problema. La respuesta está en cada pregunta. La inteligencia infinita le responde a medida que usted acude a ella con fe y confianza.
2. El hábito es la función de su mente subconsciente. No hay mayor prueba del poder maravilloso de su subconsciencia que la fuerza y el hábito de dominio que contiene su vida. Usted es una criatura de hábito.
3. Usted forma patrones de hábito en su mente subconsciente repitiendo un pensamiento y comportamiento una y otra vez hasta que establece huellas en la mente subconsciente y se vuelve automático, tal como nadar, bailar, mecanografiar, caminar, conducir su auto, etc.
4. Usted tiene la libertad de elegir. Puede elegir un buen hábito o un mal hábito. La oración es un buen hábito.
5. Cualquier imagen mental, respaldada por fe, que contempla en su mente consciente, su mente subconsciente la hará ocurrir.
6. El único obstáculo para su éxito y su logro es su pensamiento o su imagen mental.
7. Cuando su atención deambula de un lado a otro, tráigala de regreso a la contemplación de su bien o su meta. Haga una costumbre de esto. Esto se llama disciplinar la mente.
8. Su mente consciente es la cámara, y su mente subconsciente es la placa sensitiva en la cual usted registra o graba la foto.
9. La única mala suerte que sigue a alguien es un pensamiento de miedo repetido una y otra vez en la mente. Rompa la mala suerte sabiendo que cualquier cosa que empiece la hará ocurrir en orden divino. Imagine el final feliz y sosténgalo con confianza.
10. Para formar un hábito nuevo, debe estar convencido de que le es deseable. Cuando su deseo por renunciar al mal hábito es mayor que su deseo por continuarlo, ya está el cincuenta y uno por ciento sanado.
11. Las declaraciones de otros no lo pueden lastimar salvo a través sus propios pensamientos y su participación mental. Identifíquese a

sí mismo con su meta, que es paz, armonía, y alegría. Usted es el único pensador en su universo.

12. El alcoholismo es un deseo inconsciente de escapar. La causa del alcoholismo es el pensamiento negativo y destructivo. La cura es pensar en libertad, sobriedad, y perfección, y sentir la emoción de la realización.
13. Muchas personas continúan siendo esclavas de la bebida porque se rehúsan admitirlo.
14. La ley de su mente subconsciente, que lo mantuvo en la esclavitud y que le puso freno a su libertad de acción, le dará la libertad y la felicidad. Eso depende de cómo la use.
15. Su imaginación lo llevó a la botella; Déjela llevarlo hacia la libertad porque imaginar es gratis.
16. La causa verdadera del alcoholismo es el pensamiento negativo y destructivo. *Como un hombre piensa en su corazón* [la mente subconsciente], *así es él.*
17. Cuando el miedo llame a la puerta de su mente, permita que la fe en Dios y todas las cosas buenas abran la puerta.

# 19

## **Cómo Usar su Mente Subconsciente para Remover el Miedo**

Uno de nuestros estudiantes me contó que había sido invitado a hablar en un banquete. Me dijo que estaba muerto de miedo al pensar en hablar ante unas mil personas. Él venció su miedo de esta manera: Varias noches se sentaba en un sillón por aproximadamente cinco minutos y se decía a sí mismo despacio, con tranquilidad, y positivamente, “Voy dominar este miedo. Lo estoy venciendo ahora. Hablo con aplomo y confianza. Estoy relajado y con soltura.” Él manejó una ley definitiva de la mente y venció su miedo.

La mente subconsciente está abierta a la sugestión y es controlada por la sugestión. Cuando usted aquieta su mente y se relaja, los pensamientos de su mente consciente se sumergen en las profundidades de su subconsciencia a través de un proceso parecido a la ósmosis, por medio del cual los fluidos separados por una membrana porosa se entremezclan. A medida que estas semillas positivas, o pensamientos, se sumergen en el área subconsciente, después crecen de su clase, y usted se vuelve equilibrado, sereno, y calmado.

### **El enemigo máximo del hombre**

Se dice que el miedo es el máximo enemigo del hombre. El miedo está detrás del fracaso, la enfermedad, y las malas relaciones humanas. A millones de personas les da miedo el pasado,

el futuro, la vejez, la locura, y la muerte. El miedo es un pensamiento en su mente, y usted teme de sus propios pensamientos.

Un niño puede ser paralizado con miedo cuando se le dice que hay está el *Coco* bajo su cama y que va a llevárselo. Cuando su padre le enciende la luz y le muestra que no hay ningún Coco, es liberado del miedo. El miedo en la mente del niño era tan real como si en realidad estuviera el Coco ahí. Él fue curado de un pensamiento falso en su mente. La cosa a la que él temía no existía. Asimismo, la mayor parte de sus miedos no tienen realidad. Son meramente una conglomeración de sombras siniestras y las sombras no tienen realidad.

### **Haga lo que teme hacer**

Ralph Waldo Emerson, filósofo y poeta, dijo, “Haga lo que teme hacer, y la muerte del miedo está asegurada.”

Hubo un tiempo cuando el escritor de este capítulo se llenó de un impronunciable miedo antes de salir frente a un auditorio. La forma en que lo vencí fue apareciéndome ante la audiencia, hacer lo que temía hacer, y la muerte del miedo fue segura.

Cuando afirma positivamente que va a dominar con maestría sus miedos, y llega a una decisión definitiva en su mente consciente, usted desata el poder de la subconsciencia, el cual fluye como respuesta a la naturaleza de su pensamiento.

### **Desterrando el miedo al público**

Una jovencita fue invitada a una audición. Había estado estando deseando la audiencia. Sin embargo, en tres ocasiones anteriores, había fallado miserablemente debido al miedo al público.

Ella poseía una voz muy buena, pero estaba segura de que cuándo llegara la hora de cantar, estaría sobrecogida por el miedo al público. La mente subconsciente toma sus miedos como una petición, procede a manifestarlos, y los introduce en su experiencia. En tres audiciones previas ella cantó notas equivocadas, y finalmente sufrió un colapso y derramó lágrimas. La causa, como

previamente esbocé, fue una autosugestión involuntaria, esto es, un pensamiento silencioso de miedo personalizado y lleno de emoción.

Ella se sobrepuso a eso por la siguiente técnica: Tres veces al día se aisló a sí misma en un cuarto. Se sentó cómodamente en un sillón, relajó su cuerpo, y cerró sus ojos. Aquietó su mente y cuerpo en la medida de su habilidad. La inercia física favorece la pasividad y vuelve la mente más receptiva a la sugestión. Ella canceló la sugestión de miedo por su opuesto, diciéndose a sí misma, “Canto bellamente. Estoy equilibrada, serena, confiada, y calmada.”

Ella repitió las palabras lentamente, en silencio, y con sentimiento de cinco a diez veces en cada sesión. Ella tuvo tres de esas “sesiones” todos los días y una inmediatamente antes de dormir en la noche. Al final de una la semana ella estuvo completamente equilibrada y confiada, y dio una audición definitivamente excepcional. Realice el procedimiento de arriba, y la muerte del miedo está segura.

### **El miedo al fracaso**

Ocasionalmente jóvenes de la universidad local me visitan, así como también maestros, quienes a menudo parecen padecer de amnesia sugestiva en los exámenes. La queja es siempre la misma: “Sé las respuestas después de que el examen ha terminado, pero no puedo recordar las respuestas durante el examen.”

La idea, que tienen todos, es la misma por la cual invariablemente damos atención concentrada. Me encuentro con que cada uno está obsesionado con la idea del fracaso. El miedo está detrás de la amnesia temporal, y es la causa de la experiencia entera.

Un joven estudiante de medicina era el más genial en su clase, pero olvidaba de respuestas a preguntas simples a la hora de exámenes escritos u orales. Le expliqué la razón por la que él había estado preocupándose y teniendo miedo varios días antes del examen. Estos pensamientos negativos se cargaron con miedo.

Los pensamientos envueltos en la emoción poderosa del miedo son hechos realidad en la mente subconsciente. Dicho de otro modo, este joven le pedía a su mente subconsciente que se ocupara de eso que él olvidaba, y eso es exactamente lo que hizo. En el día del examen él se encontraba afligido con lo que es llamado, en círculos psicológicos como amnesia sugestiva.

### **Cómo venció él su miedo**

Él aprendió que su mente subconsciente era la bodega de la memoria, y que tenía un registro perfecto de todo lo que él había oído y leído durante su entrenamiento médico. Además, aprendió que la mente subconsciente era receptiva y recíproca. La forma a estar *en armonía* con ella era estar relajado, tranquilo, y confiado. Cada noche y cada mañana él comenzaba a imaginar a su madre felicitándolo por su maravillosa marca. Él sujetaba una carta imaginaria de ella en su mano. A medida que comenzó a pensar en el resultado feliz, inspiró una respuesta correspondiente o recíproca o, una reacción en él. El poder infinitamente sabio y omnipotente de la subconsciencia asumió el control, dictó, y dirigió su mente consciente respectivamente. Él imaginó el final, por consiguiente deseando la manera para la realización del final. Después de este procedimiento, él no tuvo problemas para pasar los exámenes que venían. En otras palabras, la sabiduría subjetiva asumió el control, compeliéndolo a dar un informe excelente de sí mismo.

### **El miedo al agua, montañas, lugares cerrados, etc.**

Hay muchas personas que tienen miedo de meterse a un elevador, escalar montañas, o incluso nadar en el agua. Bien puede ser que el individuo tuvo experiencias desagradables en el agua en su adolescencia, como haber sido arrojado a la fuerza en el agua sin ser capaz de nadar. Él podría haber sido retenido violentamente en un elevador, que pudo haber dejado de funcionar correctamente, causando el miedo resultante a lugares cerrados.

Yo tuve una experiencia cuando tenía más o menos diez años. Accidentalmente me caí en una piscina y me hundí tres veces.

Todavía puedo recordar el agua oscura engullendo mi cabeza, y yo jadeando por aire hasta que otro niño me arrancó la última vez. Esta experiencia se sumergió en mi mente subconsciente, y por años temí al agua.

Un viejo psicólogo me dijo, “Vaya abajo de la piscina, mire el agua, y dígame en voz alta en tonos fuertes, ‘voy a dominarte. Te puedo dominar.’ Luego métase al agua, tome lecciones, y derrótela.” Esto hice, y dominé con maestría el agua. No permita que el agua lo domine a usted. Recuerde, usted es el amo del agua.

Cuando asumí una disposición de ánimo nueva, el poder omnipotente de la subconsciencia respondió, dándome la fuerza, la fe, y la confianza, y permitiéndome vencer mi miedo.

### **La técnica maestra para vencer cualquier miedo específico**

Lo siguiente es un proceso y una técnica para vencer el miedo, que yo enseñé desde el estrado. Funciona como por magia. ¡Pruébalo!

Suponga que le teme al agua, a una montaña, al público, a una audición, o que le teme a los lugares cerrados. Si le da miedo nadar, comience ahora a quedarse quieto por cinco o diez minutos tres o cuatro veces al día, e imagínese que está nadando. Realmente, usted nada en su mente. Es una experiencia subjetiva. Mentalmente se ha proyectado a sí mismo en el agua. Usted siente el frío del agua y el movimiento de sus brazos y piernas. Es todo verdadero, vívido, y una actividad alegre de la mente. No son vuelos de fantasía sin valor, pues usted sabe que lo que experimenta en su imaginación será desarrollado en su mente subconsciente. Entonces se verá forzada a expresar la imagen y la afinidad de la foto que grabó en su mente más profunda. Ésta es la ley de la subconsciencia.

Usted podría aplicar la misma técnica si le teme a las montañas o a los lugares de mucha altura. Imagine que escala la montaña, sienta la realidad de eso completamente, goce del paisaje, sabiendo que a medida que continúa haciendo esto mentalmente, lo hará físicamente con facilidad y comodidad.

### **Él bendijo el ascensor**

Conocí a un ejecutivo de una corporación grande que le aterraba subirse a un ascensor. Él subía cinco pisos a escalera para llegar a su oficina cada mañana. Él dijo que comenzó a bendecir el ascensor todas las noches y varias veces al día. Él finalmente venció su miedo. Así fue cómo él bendijo el ascensor: “El ascensor en nuestro edificio es una idea maravillosa. Salió de la mente universal. Es algo por lo que estar agradecido y es una bendición para todos nuestros empleados. Da un servicio maravilloso. Funciona en orden divino. Ando en él en paz y alegría. Guardo silencio ahora mientras las corrientes de la vida, amor, y comprensión fluyen a través de los patrones de mi pensamiento. En mi imaginación estoy ahora en el ascensor, y en él me voy hacia mi oficina. El ascensor está lleno de nuestros empleados. Hablo con ellos, y son amables, alegres, y libres. Es una experiencia maravillosa de libertad, fe, y confianza. Doy gracias.”

Continuó esta oración por más o menos diez días, y en el onceavo día, él entró en el elevador con otros miembros de la organización y se sintió completamente libre.

### **El miedo normal y anormal**

El hombre nace sólo con dos miedos, el miedo a caer y el miedo al ruido. Éstos son un sistema de alarma dado a usted por la naturaleza como un medio de instinto de conservación. El miedo normal es bueno. Usted logra oír un automóvil viniendo sobre la calle, y se echa a un lado para quedar con vida. El miedo momentáneo de ser atropellado es vencido por su acción. Todos los demás miedos fueron dados a usted por sus padres, familiares, maestros, y todos los que los influenciaron en sus primeros años.

### **El miedo anormal**

El miedo anormal tiene lugar cuando el hombre deja correr desenfrenada a su imaginación. Conocí a una mujer que fue invitada a ir de viaje alrededor del mundo en avión. Ella comenzó a

recortar de los periódicos todos los informes de catástrofes de avión. Ella se imaginó a sí misma descendiendo en el océano, ahogándose, etc. Esto es miedo anormal. Si ella hubiera persistido en esto, indudablemente habría atraído lo que más temía.

Otro ejemplo de miedo anormal es ese de un hombre de negocios en Nueva York, que era muy acaudalado y exitoso. Él tuvo su película mental privada de la que él era el director de escena. Él echaba a andar esta película mental de fracaso, bancarrota, estantes vacíos, y un estado de cuenta bancaria pésimo hasta que él se hundía en una profunda depresión. Él se rehusó a dejar esta imaginería morbosa y siguió recordándole a su esposa que “esto no puede durar, habrá una depresión económica, estoy seguro se que nos arruinaremos,” etc.

Su esposa me contó que él finalmente entró en bancarrota, y que todas las cosas que él imaginó y temió ocurrieron. Las cosas a las que él temía no existían, pero él las ocasionó por tener miedo, creer, y anticipar el desastre financiero constantemente. Job dijo, *el temor que me espantaba me ha venido, y me ha acontecido lo que yo temía. Job 3:25.*

Hay personas que temen a que algo terrible les ocurra a sus hijos, y que alguna catástrofe de temor les ocurrirá. Cuando leen acerca de una enfermedad epidémica o inusual, viven en el miedo de que se infectaran, y algunos imaginan que ya tienen la enfermedad. Todo esto es miedo anormal.

### **La respuesta hacia el miedo anormal**

Muévase mentalmente a lo contrario. Permanecer en el extremo de miedo es estancamiento y deterioro mental y físico. Cuando el miedo surge, ahí inmediatamente viene con él un deseo por algo contrario a lo que temió. Ponga su atención en la cosa deseada inmediatamente. Absórbase y fascínese en su deseo, en la seguridad de que lo subjetivo siempre le da una vuelta a lo objetivo. Esta actitud les dará confianza y elevará sus espíritus. El poder infinito de su mente subconsciente se mueve en su representación, y no puede fallar. Por consiguiente, la paz y la seguridad son tuyas.

### **Reconozca a sus miedos**

El presidente de una organización grande me contó que él cuando era vendedor solía caminar por la cuadra cinco o seis veces antes de visitar a un cliente. El gerente de ventas se le acercó y le dijo un día “No tenga miedo del Coco detrás de la puerta. No existe el Coco. Es una falsa creencia.”

El gerente le dijo que cada vez que él consideraba sus miedos él los quedaba mirando a la cara y se enfrentaba a ellos, mirándolos fijo a los ojos. Luego se desvanecían y se reducían a una insignificancia.

### **Él aterrizó en la selva**

Un capellán me contó sobre sus experiencias en la Segunda Guerra Mundial. Él tuvo que salir en paracaídas desde un avión dañado y aterrizar en la selva. Él dijo que tenía miedo, pero él sabía que había dos clases de miedo, normales y anormales, lo que previamente indicamos.

Él decidió hacer algo respecto al miedo inmediatamente y comenzó a hablarse a sí mismo diciéndose, “John, no puedes rendirte a tu miedo. Tu miedo es un deseo de seguridad y certidumbre, y una salida.”

Él comenzó a afirmar; “La inteligencia infinita que dirige los planetas en sus órbitas ahora me está dirigiendo y guiándome fuera de esta selva.”

Él continuó diciendo esto en voz alta para sí mismo por diez minutos o más. “Luego,” él agregó, “Algo comenzó a moverse dentro de mí. Una atmósfera de confianza comenzó a apoderarse de mí, y comencé a caminar. Unos días más tarde, milagrosamente salí de la selva, y fui recogido por un avión de rescate.”

Su actitud mental cambiada lo salvó. Su esperanza y su confianza en el poder y la sabiduría subjetiva dentro de él fueron la solución para su problema.

Él dijo, “Si me hubiera empezado a lamentar de mi destino y a permitirme mis miedos, habría sucumbido al monstruo del miedo, y probablemente habría muerto de miedo y hambre.”

### **Él se despidió a sí mismo**

El gerente general de una organización me dijo que por tres años el temió perder su cargo. Él siempre se imaginaba fracasado. La cosa a la que temía no existía, salvo como un morboso pensamiento ansioso en su propia mente. Su imaginación vívida dramatizó la pérdida de su trabajo hasta que se puso nervioso y neurótico. Finalmente él recibió órdenes de renunciar.

Realmente, él se despidió a sí mismo. Su constante imaginería negativa y sus sugerencias de miedo hacia su mente subconsciente causaron que ésta le respondiera y reaccionara consecuentemente. Daba lugar a que él hiciera errores y decisiones tontas, lo cual dio como resultado su fracaso como gerente general. Su despido nunca habría ocurrido, si él inmediatamente se hubiese movido hacia lo contrario en su mente.

### **Conspiraron contra él**

Durante una reciente gira mundial de conferencias, tuve una conversación de dos horas con un funcionario público destacado. Él tenía un sentido profundo de paz interior y serenidad. Él dijo que todas las injurias que recibe políticamente desde los periódicos y el partido de la oposición nunca lo molestan. Su práctica es quedarse quieto por quince minutos en la mañana y realizar que en el centro de él está un océano profundo de silencio de paz. Meditando de este modo, genera un poder tremendo, que vence toda clase de dificultades y toda clase de miedos.

Hace tiempo atrás, un colega lo llamó a la medianoche y le dijo un grupo de gente conspiraba contra él. Esto es lo que él dijo a su colega, “Me voy a dormir ahora en perfecta paz. Puede discutirlo conmigo mañana a las 10:00 de la mañana.”

Él me dijo, “Sé que ningún pensamiento negativo jamás puede manifestarse excepto si le doy emoción al pensamiento y lo

acepto mentalmente. Me rehúso a recrear su sugestión de miedo. Por consiguiente, ningún daño puede llegar a mí.”

¡Fíjese en qué calmado estuvo, qué ecuánime, qué tranquilo! Él no comenzó a ponerse nervioso, a desgarrar su pelo, o a retorcer sus manos. En su centro encontró el agua tranquila, una paz interior, y tuvo una gran calma.

### **Sálvele a sí mismo de todos sus miedos**

Use esta fórmula perfecta para expulsar al miedo. *Busqué al Señor, y él me oyó, y me libró de todos mis temores. Salmos 34:4.* El *Señor* [Lord] es una palabra antigua que quiere decir *ley* [Law]—el poder de su mente subconsciente.

Aprenda las maravillas de su subconsciencia, cómo opera y sus funciones. Domine con maestría las técnicas dadas en este capítulo. Póngalas en práctica ahora, ¡hoy! Su subconsciencia responderá, y usted estará en libertad de todos los miedos. *Busqué al Señor, y él me oyó, y me libró de todos mis temores.*

### **Dé un paso así hacia el derecho a vivir sin temor**

1. Haga lo que teme hacer, y la muerte de miedo está segura. Dígase a sí mismo y quiéralo, “Voy a dominar con maestría este miedo,” y lo hará.
2. El miedo es un pensamiento negativo en su mente. Suplántelo con un pensamiento constructivo. El miedo ha asesinado a millones. La confianza es más grande que el miedo. Nada es más poderoso que la fe en Dios y en el bien.
3. El miedo es el máximo enemigo del hombre. Está detrás del fracaso, la enfermedad, y las relaciones humanas malas. El amor expulsa al miedo. El amor es un suplemento emocional a las buenas cosas de la vida. Enamórese de la honradez, la integridad, la justicia, la buena fe, y el éxito. Viva en la expectación alegre de lo mejor, e invariablemente lo mejor vendrá a usted.

4. Contrarreste las sugerencias de miedo con lo contrario, como “Canto bellamente; Soy equilibrado, sereno, y calmado.” Eso pagará dividendos fabulosos.
5. El miedo está detrás de la amnesia a la hora del examen oral y escrito. Usted puede vencer esto afirmando frecuentemente, “Tengo una memoria perfecta para todo lo que necesito saber,” o puede imaginar a un amigo felicitándolo por su éxito deslumbrante en el examen. Persevere y ganará.
6. Si a usted le da miedo meterse al agua, nade. En su imaginación nade libremente, alegremente. Imagínese en el agua mentalmente. Sienta el frío y la emoción de cruzar nadando la piscina. Hágalo vívido. A medida que hace esto subjetivamente, se verá forzado a entrar en el agua y conquistarla. Ésta es la ley de su mente.
7. Si le teme a los lugares cerrados, como ascensores, salas de clases, etc., mentalmente ande en un ascensor bendiciendo todas sus partes y funciones. Se asombrará de cuán rápidamente el miedo será expulsado.
8. Usted nació con sólo dos miedos, el miedo a caer y el miedo del ruido. Todos sus otros miedos fueron adquiridos. Deshágase de ellos.
9. El miedo normal es bueno. El miedo anormal es muy malo y destructivo. Permitirse constantemente pensamientos de miedo da como resultado el miedo anormal, obsesiones, y complejos. Temer persistentemente a alguna cosa produce un sentido de pánico y terror.
10. Usted puede vencer el miedo anormal cuándo sabe que el poder de su mente subconsciente puede cambiar las condiciones y puede ocasionar los deseos más apreciados de su corazón. Déle su devoción y atención inmediata a su deseo que es el opuesto de su miedo. Éste es el amor que expulsa al miedo.
11. Si le da miedo el fracaso, déle atención al éxito. Si le da miedo la enfermedad, déle mucho pensamiento a su salud perfecta. Si le da miedo un accidente, déle mucho pensamiento a la guía y la

protección de Dios. Si le da miedo la muerte, déle mucho pensamiento a la Vida Eterna. Dios es Vida, y esa es su vida ahora.

12. La gran ley de la sustitución es la respuesta al miedo. Lo que sea que tema tiene su solución en la forma de su deseo. Si usted está enfermo, desea salud. Si usted está en la prisión del miedo, desea libertad. Anticipe el bien. Mentalmente concéntrese en el bien, y sepa que su mente subconsciente le responde siempre. Nunca falla.
13. Las cosas a las que usted teme realmente no existen salvo como pensamientos en su mente. Los pensamientos son creativos. Esto es el por qué Job dijo; *el temor que me espantaba me ha venido*. Piense bien y el bien sigue.
14. Considere sus miedos; póngalos a la luz de la razón. Aprenda a reírse de sus miedos. Esa es la mejor medicina.
15. Nada lo puede disturbar excepto su pensamiento. Las sugerencias, declaraciones, o amenazas de otras personas no tienen poder. El poder está dentro de usted, y cuando sus pensamientos son enfocados sobre eso que es bueno, entonces el poder de Dios está con sus pensamientos de bien. Hay sólo un Poder Creativo, y funciona como armonía. No hay divisiones de riñas en eso. Su fuente es el Amor. Esto es por qué el poder de Dios está con sus pensamientos de bien.

# 20

## **Cómo Permanecer Joven en Espíritu por Siempre**

Su mente subconsciente nunca envejece. Es eterna, siempre joven, e infinita. Es una parte de la mente universal de Dios, que nunca nació, ni nunca morirá.

La fatiga o la vejez no pueden ser predicadas sobre algún poder o cualidad espiritual. La paciencia, la bondad, la sinceridad, la humildad, la buena fe, la paz, la armonía, y el amor fraternal son atributos y cualidades, que nunca envejecen. Si usted continúa generando estas calidades aquí en este nivel de la vida, siempre permanecerá joven en espíritu.

Recuerdo haber leído un artículo en una de nuestras revistas unos años atrás, que relataba de un grupo de médicos eminentes en el De Courcy Clinic, en Cincinnati, Ohio, informando que los años de por sí no son responsables de causar desórdenes degenerativos. Estos mismos médicos afirmaron que es el miedo al tiempo, no el tiempo por sí solo, el que tiene un efecto dañino de envejecimiento en nuestras mentes y cuerpos, y que el miedo neurótico de los efectos de tiempo bien puede ser la causa del envejecimiento prematuro.

Durante muchos años de mi vida pública, he tenido la ocasión de estudiar las biografías de los hombres y mujeres famosas que han continuado sus actividades productivas en años más allá de la duración de una vida normal. Algunos de ellos lograron su grandeza en la vejez. Al mismo tiempo, ha sido mi privilegio encontrar y conocer a esos incontables individuos de ninguna

prominencia que, en su esfera inferior, han probado que la vejez por sí misma no destruye los poderes creativos de la mente y el cuerpo.

### **Él se había hecho viejo en su vida de pensamiento**

Unos cuantos años atrás visité a un viejo amigo en Londres, Inglaterra. Él ya pasaba los 80 años de edad, estaba muy enfermo, y obviamente se dejaba vencer por su avanzada edad. Nuestra conversación reveló su debilidad física, su sentido de frustración, y un deterioro general casi acercándose a la falta de vida. Su grito era que él era un cero a la izquierda y que nadie lo necesitaba. Con una expresión de desesperación él dejó traslucir su filosofía falsa, “Nacemos, crecemos, envejecemos, bueno para nada, y ese es el fin.”

Esta actitud mental de inutilidad y falta de valor era la razón principal a su enfermedad. Él miraba hacia delante sólo hacia la senilidad, y después de eso —nada. Con mayor razón, él se había envejecido en su vida de pensamiento, y su mente subconsciente hizo ocurrir toda la evidencia de su pensar habitual.

### **La edad es el amanecer de la sabiduría**

Desafortunadamente, muchas personas tienen la misma actitud de este infeliz hombre. Les da miedo lo que llaman “vejez”, el fin, y la extinción, lo que realmente quiere decir que les da miedo la vida. A pesar de eso, la vida parece no tener fin. La edad no es el vuelo de los años, sino que el amanecer de la sabiduría.

La sabiduría es una conciencia de los poderes espirituales tremendos en su mente subconsciente y el conocimiento de cómo aplicar estos poderes para llevar una vida plena y feliz. Saque de su cabeza de una vez por todas que los 65, 75, u 85 años de edad son sinónimo del fin para usted o alguna otra persona. Puede ser el comienzo de un glorioso, provechoso, activo, y más productivo patrón de vida, mejor que cualquiera que alguna vez haya experimentado. Crea en esto, espérela, y su subconsciencia lo hará ocurrir.

### **Déle la bienvenida al cambio**

La ancianidad no es un suceso trágico. Lo que llamamos proceso de envejecimiento es realmente de cambio. Debe ser aceptado alegre y gustosamente como cada fase de la vida humana es un paso adelante en el camino, que no tiene fin. El hombre tiene poderes, que sobrepasan a sus poderes corporales. Tiene sentidos, que trascienden a sus cinco sentidos físicos.

Los científicos hoy se encuentran con definitivas pruebas incuestionables de que algo conscientes en el hombre puede dejar cuerpo presente y viajar miles de millas para ver, oír, tocar, y hablarle a las personas si bien su cuerpo físico nunca deja de estar reclinado en el sofá.

La vida del hombre es espiritual y eterna. Él no necesita envejecer nunca ya que la Vida, o Dios, no pueden envejecer. La Biblia dice que Dios es Vida. La vida es auto-renovable, eterna, indestructible, y es la realidad de todos los hombres.

### **La evidencia para la sobrevivencia**

Las evidencias recogidas por las sociedades de investigación psíquicas de Gran Bretaña y América son apabullantes. Usted puede pasar a cualquier biblioteca metropolitana grande y conseguir libros sobre *Los Procedimientos de la Sociedad de Investigación Psíquica* [*The Proceedings of the Psychical Research Society*] basado en las conclusiones de científicos distinguidos sobre la supervivencia después de la así llamada muerte. Se encontrará con un informe sorprendente sobre los experimentos científicos que establecen la realidad de la vida después de la muerte en *La Causa Para la Sobrevivencia Psíquica* [*The Case for Psychic Survival*] por Hereward Carrington, Director del Instituto Psíquico Americano.

### **La vida es**

Una mujer le preguntó a Thomas Edison, el mago de la electricidad, “Señor Edison, ¿Qué es la electricidad?” Él le contestó, “Señora, la electricidad es. Úsela.”

Electricidad es un nombre que le damos a un poder invisible que íntegramente no comprendemos, pero aprendemos todo podemos del principio de la electricidad y sus usos. La usamos en incontables formas.

El científico no puede ver un electrón con sus ojos, pero lo acepta como un hecho científico, porque es la única conclusión válida, que coincide con su otra prueba experimental. No podemos ver a la vida. Sin embargo, sabemos que estamos vivos. La vida es, y estamos aquí para expresarla en toda su belleza y gloria.

### **La mente y el espíritu no envejecen**

La Biblia dice, *Y esta es la vida eterna: que te conozcan a tí, el único Dios verdadero. Juan 17:3.*

El hombre que piensa o cree que el ciclo terrenal de nacimiento, adolescencia, juventud, madurez, y vejez es todo lo que hay para la vida, ciertamente debe ser compadecido. Tal hombre no tiene ancla, ninguna esperanza, ninguna visión, y para él la vida no tiene significado.

Este tipo de creencia trae frustración, ausencia de progreso, cinismo, y un sentido de desesperación dando como resultado neurosis y aberraciones mentales de todas las clases. Si no puede jugar un juego acelerado de tenis, o nadar tan rápido como su hijo, o si su cuerpo ha aflojado el paso, o camina a paso lento, acuérdense de que la vida siempre se arroja a sí misma nuevamente. Lo que los hombres llaman muerte es sólo un viaje a una ciudad nueva en otra dimensión de la vida.

Les digo a los hombres y mujeres en mis conferencias que deberían aceptar lo que llamamos ancianidad con gracia. La edad tiene su propia gloria, belleza, y sabiduría, que pertenece a ella. La paz, el amor, la alegría, la belleza, la felicidad, la sabiduría, la buena fe, y la comprensión son cualidades, que nunca envejecen ni mueren.

Ralph Waldo Emerson, poeta y filósofo, dijo, “No contemos los años de un hombre hasta que él no tenga nada más que contar.”

Su carácter, la cualidad de su mente, su fe, y sus convicciones no están sujetos a decaer.

### **Usted es tan joven como piensa que es**

Doy conferencias públicas en Caxton Hall, Londres, Inglaterra, cada pocos años, y después de una de estas conferencias, un cirujano me dijo, “Tengo 84 años. Opero cada mañana, visito a los pacientes en las tardes, y escribo para publicaciones médicas, científicas y otras por la noche.”

Su actitud era que él era tan útil como él creía ser, y que él era tan joven como en sus pensamientos. Él me dijo, “Es cierto lo que me dijo, que el Hombre es tan fuerte como él piensa que es, y tan valioso como él piensa que es.”

Este cirujano no se había rendido a edad avanzada. Sabe que él es inmortal. Su comentario final hacia mí fue, “Si falleciera mañana, estaría operando personas en la siguiente dimensión, no con el escalpelo de un cirujano, sino que con cirugía mental y espiritual.”

### **Su canosidad es un valor**

Nunca no deje un trabajo y diga, “Me voy a jubilar; estoy viejo; estoy acabado.” Eso sería estancamiento, muerte, y estaría acabado. Algunos hombres son viejos a los 30, mientras que otros son jóvenes a los 80. La mente es el tejedor maestro, el arquitecto, el diseñador, y el escultor. George Bernard Shaw estuvo activo a los 90, y la calidad artística de su mente no había bajado en intensidad la función activa.

Conozco a hombres y mujeres que me dicen que algunos patrones casi les dan un portazo en sus caras cuando dicen que están sobre los 40. Esta actitud de parte de los patrones debe ser considerada fría, insensible, mala, y completamente inválida de compasión y comprensión. El énfasis total parece estar en la juventud, o sea que usted debe estar bajo los 35 años para recibir consideración. El razonamiento detrás de esto es absolutamente muy superficial. Si el patrón se detuviera y pensara, se daría cuenta de

que el hombre o la mujer no está vendiendo su edad o su pelo gris, más bien, él está dispuesto a dar de sus aptitudes, su experiencia, y su sabiduría acumuladas a través de los años de experiencia en el centro de compras de la vida.

### **La edad es un valor**

Su edad debería ser un valor bien definido para cualquier organización, por su práctica y aplicación hasta el final los años de los principios de la Regla de Oro, la ley de amor y la buena fe. Su pelo cano, si tiene algo, debiera respaldar mayor sabiduría, habilidad, y comprensión. Su madurez emocional y espiritual debería ser una bendición tremenda para cualquier organización.

Un hombre no debería recibir instrucciones de renunciar cuando tiene 65 años. Ese es el tiempo de la vida cuando él podría ser más útil manipulando problemas de personal, haciendo planes para el futuro, tomando decisiones, y guiando a otros en el área de las ideas creativas basadas en su experiencia y su comprensión sobre la naturaleza del negocio.

### **No seas infantil**

Un guionista de Hollywood me dijo que tenía que escribir guiones, que atendieran los deseos de mentes de doce años. Ésta es una situación trágica si las masas están esperando hacerse adultas emotiva y espiritualmente. Eso quiere decir que el énfasis es colocado en la juventud en rencor al hecho de que la juventud simboliza falta de experiencia, falta de discernimiento, y juicio apresurado.

### **Puedo ir al paso del mejor de ellos**

Ahora estoy pensando en un hombre de 65 años que está tratando frenéticamente de mantenerse joven. ¡Él nada con hombres jóvenes cada domingo, sigue largas caminatas, juega tenis, y presume de su destreza y poderes físicos, diciendo, “Mira, puedo ir al paso del mejor de ellos!”

Él debería recordar la gran verdad: *Porque cual es su pensamiento en su corazón, tal es él. Proverbios 23:7.* Las dietas, ejercicios, y deportes de todas las clases no mantendrán joven a este hombre. Es menester que él observe que envejece o continúa siendo joven según sus procesos de pensamiento. Su mente subconsciente está condicionada por sus pensamientos. Si sus pensamientos están constantemente en lo bello, lo noble, y lo bueno, usted permanecerá joven a pesar de los años cronológicos.

### **El miedo a la vejez**

*Job dijo, el temor que me espantaba me ha venido, y me ha acontecido lo que yo temía. Job 3:25.* Hay muchas personas que temen a la vejez y están inseguras acerca del futuro, porque dan por adelantado el deterioro mental y físico a medida que los años avanzan. Lo que piensan y sienten es lo que ocurre.

Usted se hace viejo cuando pierde el interés en la vida, cuando deja de soñar, de estar sediento de nuevas verdades, e ir en busca de nuevos mundos para conquistar. Cuando su mente esté abierta a las nuevas ideas, nuevos intereses, y cuando levante la cortina y deje entrar al sol y la inspiración de nuevas verdades de la vida y el universo, usted será joven y vital.

### **Usted Tiene mucho para dar**

Si tiene 65 o 95 años, caiga en la cuenta de que tiene mucho que dar. Puede ayudar a balancear, aconsejar, y dirigir a la generación más joven. Puede dar el beneficio de su conocimiento, su experiencia, y su sabiduría. Usted siempre puede mirar adelante puesto que en todo momento usted contempla dentro de la vida infinita. Se encontrará con que nunca puede dejar de descubrir las glorias y maravillas de la vida. Trate de aprender algo nuevo cada momento del día, y encontrará que su mente siempre será joven.

### **Ciento diez años de edad**

Unos años atrás al dar una conferencia en Bombay, India, fui presentado a un hombre que dijo tener 110 años de edad. Él tenía

la cara más bella que alguna vez he visto. Él parecía transfigurado por el brillo de una luz interior. Había una belleza excepcional en sus ojos indicando que se había envejecido en los años con felicidad y sin indicación de que su mente había atenuado su chispa.

### **El retiro, una aventura nueva**

Tenga la seguridad de que su mente nunca se retira. Debe ser como un paracaídas, que no es útil a menos que esté abierto. Esté abierto y receptivo a nuevas ideas. He visto hombres de 65 y 70 que se retiran. Parecían pudrirse, y en pocos meses fallecieron. Obviamente consideraron que la vida estaba en su fin.

El retiro puede ser una aventura nueva, un reto nuevo, un camino nuevo, el comienzo del cumplimiento de un largo sueño. Es inexpresablemente deprimente oír a un hombre decir, “¿Qué haré ahora que estoy jubilado?” En efecto está diciendo, “Estoy mental y físicamente muerto. Mi mente está en quiebra de ideas.”

Todo esto es una descripción falsa. La verdad real es que usted puede lograr más a los 90 de lo que logró a los 60, porque cada día usted crece en sabiduría y comprensión de la vida y el universo a través de sus nuevos estudios e intereses.

### **Él se graduó para un mejor trabajo**

Un ejecutivo, que vive cerca de mí se vio forzado a jubilar hace unos meses porque había pasado los 65. Él me dijo, “Considero mi jubilación como el ascenso de kindergarten al primer grado.” Él filosofó de esta manera: Él dijo que cuando dejó secundaria, subió por la escalera de mano dirigiéndose a la universidad. Él se percató de que éste era un paso adelante en su educación y comprensión de la vida en general. Asimismo, agregó, que ahora podría hacer cosas que siempre había querido hacer, y por consiguiente, su jubilación era todavía otro paso adelante en la escalera de la vida y la sabiduría.

Él llegó a la conclusión sabia que ya no iba a concentrarse más en ganarse la vida. Ahora iba a darle toda su atención a vivir la vida. Él es un fotógrafo amateur, y tomó cursos

adicionales sobre el tema. Él hizo un viaje alrededor del mundo y tomó fotos de lugares famosos. Ahora discursa ante grupos diversos, logias, y clubes, y está en demanda popular.

Hay incontables formas de interesarse por algo importante fuera de si mismo. Hágase entusiasta sobre nuevas ideas creativas, progrese espiritualmente, y continúe aprendiendo y creciendo. De esta manera usted continúa siendo joven en el corazón, porque esta hambriento y sediento de nuevas verdades, y su cuerpo reflejará su pensar en todo momento.

### **Usted debe ser un productor y no un prisionero de la sociedad**

Los periódicos toman conocimiento del hecho de que la población electoral de personas de edad en las elecciones de California aumenta a pasos agigantados. Esto quiere decir que sus voces se oirán en la legislatura del estado y también en los salones del Congreso. Creo que será promulgada una ley federal que le prohíba a los empleadores la discriminación contra hombres y mujeres por la edad.

Un hombre de 65 años puede estar más joven mental, física, y fisiológicamente que muchos hombres a los 30. Es estúpido y ridículo decirle a un hombre que no puede ser contratado porque está sobre los 40 años. Es como decirles que están listos para el montón de chatarra o el montón de trastos viejos.

¿Qué debe hacer un hombre de 40 o más? ¿Debe enterrar sus talentos y esconder su luz bajo la tierra? Los hombres, que están despojados e impedidos de trabajar por la edad deben ser mantenidos por las tesorerías del gobierno en los condados, estados, y estratos federales. Muchas organizaciones que rehúsan contratarlos y beneficiarse de su sabiduría y experiencia serán tasadas para sostenerlos. Ésta es una forma de autodestrucción financiera.

El hombre está aquí para disfrutar del fruto de su trabajo, y está aquí para ser un productor y no un prisionero de una sociedad, que lo obliga a la ociosidad.

El cuerpo del hombre baja su velocidad gradualmente a medida que él progresa a través de los años, pero su mente consciente puede ser mucho más integrada y activa, alerta, viva, y dinámica por la inspiración de su mente subconsciente. Su mente, en realidad, nunca envejece. Job dijo, *¿Quién me volviese como en los meses pasados, Como en los días en que Dios me guardaba, Cuando hacía resplandecer sobre mi cabeza su lámpara, A cuya luz yo caminaba en la oscuridad; Como fui en los días de mi juventud, Cuando el favor de Dios velaba sobre mi tienda. Job 29:2-4.*

### **El secreto de la juventud**

Para recapturar los días de su juventud, sienta el poder milagroso, sanador, auto-renovable de su mente subconsciente moviéndose a través de su ser entero. Sepa y sienta que está inspirado, animado, rejuvenecido, revitalizado, y recargado espiritualmente. Usted puede estar rebosante de entusiasmo y alegría, como en los días de su juventud, por la razón simple que usted siempre mental y emotivamente puede recapturar el estado jovial.

La luz, que brilla en su cabeza, es la inteligencia divina, y le revela todo lo que necesita saber; le permite afirmar la presencia de su bien, a pesar de las apariencias. Camina por la guía de su mente subconsciente, porque usted sabe que el amanecer aparece y las sombras desaparecen.

### **Tenga una visión**

En lugar de decir, “estoy viejo,” diga, “soy sabio a título de la Vida Divina.” No deje que la sociedad, los diarios, o las estadísticas levanten una imagen ante usted de la edad avanzada, que con los años se vuelve cada vez más débil, viene la decrepitud, la senilidad, y la inutilidad. Repruébelo, puesto que es una mentira. Rehúcese a ser hipnotizado por tal propaganda. Afirme la vida —no la muerte. Tenga una visión de si mismo como feliz, radiante, exitoso, sereno, y poderoso.

### **Su mente no envejece**

El Ex Presidente Herbert Hoover, ahora de 88 años, está muy activo y realiza un monumental trabajo. Lo entrevisté unos años atrás en su suite en el Waldorf-Astoria, New York City. Lo encontré saludable, feliz, vigoroso, y lleno de vida y entusiasmo. Él mantenía ocupadas a varias secretarias manipulando su correspondencia y él mismo estaba escribiendo libros de una índole política e histórica. Como todos los grandes hombres, lo encontré afable, simpático, amable, cariñoso, y sumamente comprensivo.

Su perspicacia mental y su sagacidad me dieron el estremecimiento de toda una vida. Es un hombre profundamente religioso, y está lleno de fe en Dios y en el triunfo de la verdad eterna de la vida. Él fue sometido a un bombardeo de crítica y condenación en los años de la gran depresión, pero aguantó estoicamente la tormenta y no envejeció en odio, resentimiento, hostilidad, y amargura. Al contrario, entró en el silencio de su alma, y comunicándose con La Presencia Divina dentro de él, encontró la paz, que es el poder en el corazón de Dios.

### **Su mente activa a los 99**

Mi papá aprendió el idioma francés a sus 65 años, y se convirtió en una autoridad a sus 70. Hizo un estudio de la lengua gaélica cuando estaba sobre sus 60, y se convirtió en un maestro reconocido y famoso del tema. Él le ayudó a mi hermana en una escuela de instrucción superior y continuó haciéndolo hasta que falleció a sus 99. Su mente estaba tan brillante a los 99 como lo estaba cuando tenía 20. Además, su estilo caligráfico y sus potestades de razonamiento habían mejorado con la edad. Verdaderamente, usted es tan viejo como se piensa y se siente.

### **Necesitamos a nuestras personas de edad avanzada**

Marcus Porcius Cato, el patriota romano, aprendió griego a los 80. La señora Ernestine Schumann Heink, la gran contralto alemana-americana, alcanzó el apogeo de su éxito musical después de que era abuela. Es maravilloso contemplar las realizaciones de

las estrellas de avanzada edad. El general Douglas Mac-Arthur, Harry S. Truman, el General Dwight David Eisenhower, y el financista americano Bernard Baruch son interesantes, activos, y contribuyen sus talentos y sabiduría al mundo.

El filósofo griego Sócrates, aprendió a tocar instrumentos musicales cuando tenía 80 años. Miguel Angel pintaba sus más grandes lienzos a los 80. A los 80, Cios Simonides ganó el premio a la poesía, Johann von Goethe terminó *Fausto*, y Leopold Von Ranke empezó su *Historia del mundo*, que terminó a los 92.

Alfred Tennyson escribió un poema magnífico, "*Cruzando la Barrera*" [*Crossing the Bar*], a los 83. Isaac Newton estaba trabajando duro cerca de los 85. En sus 88 John Wesley estaba dirigiendo, predicando, y guiando el Metodismo. Tenemos a varios hombres de 95 años que vienen a mis conferencias, y me dicen que están mejor de salud ahora de lo que estaban a sus 20 años.

Situemos a nuestras personas de edad en la altura y démosles toda oportunidad para manifestar las flores del Paraíso.

Si usted está jubilado, interésese en las leyes de la vida y las maravillas de su mente subconsciente. Haga algo que siempre ha querido hacer. Estudie temas nuevos, e investigue nuevas ideas.

Ore como a continuación se indica: *Como el ciervo brama por las corrientes de las aguas, Así clama por ti, oh Dios, el alma mía. Salmos 42:1.*

### **Los frutos de la vejez**

*Su carne será más tierna que la del niño, Volverá a los días de su juventud. Job 33:25.*

Vejez realmente quiere decir la contemplación de las verdades de Dios del punto de vista más alto. Caiga en cuenta de que está en un viaje interminable, una serie de pasos importantes en el océano incesante, incansable, interminable de la vida. Luego, con el Salmista que usted dirá, *Aun en la vejez fructificarán; Estarán vigorosos y verdes. Salmos 92:14.*

*Mas el fruto del Espíritu es amor, gozo, paz, paciencia, benignidad, bondad, fe, mansedumbre, templanza; contra tales cosas no hay ley. Gálatas 5:22-23.*

Usted es un hijo de la Vida Infinita, que no conoce fin, y es un hijo de la Eternidad.

### **Consejos útiles**

1. La paciencia, la bondad, el amor, la buena fe, la alegría, la felicidad, la sabiduría, y la comprensión son cualidades, que nunca envejecen. Cultívelas y expréselas, y permanezca joven en mente y cuerpo.
2. Algunas investigaciones médicas dicen que el miedo neurótico a los efectos del tiempo bien pueden ser la causa del envejecimiento prematuro.
3. La edad no es el vuelo de años; es el amanecer de la sabiduría en la mente del hombre.
4. Los años más productivos de su vida pueden ser desde los 65 a los 95.
5. Déle la bienvenida a los años que llegan. Eso quiere decir que usted avanza más adelante en el camino de la vida, que no tiene fin.
6. Dios es Vida, y esa es su vida ahora. La vida es auto-renovable, eterna, e indestructible, y es la realidad de todos los hombres. Usted vive por siempre, porque su vida es la vida de Dios.
7. La evidencia de supervivencia después de la muerte es apabullante. Estudie el *Proceedings of Psychical Research Society of Great Britain and America* en su biblioteca. Científicos excepcionales fundamentan su trabajo en la investigación científica sobre los 75 años.
8. Usted no puede ver su mente, pero usted sabe que tiene una mente. Usted no puede ver espíritu, pero usted sabe que el espíritu del juego, el espíritu del artista, el espíritu del músico, y el espíritu del orador es real. Asimismo, el espíritu de la bondad, la verdad, y la belleza moviéndose entre su mente y corazón son reales. Usted no puede ver la vida, pero usted sabe que está vivo.

9. La vejez puede ser llamada la contemplación de las verdades de Dios desde un punto de vista más alto. Las alegrías de la vejez son mayores que esas de la juventud. Su mente está ocupada en atletismo espiritual y mental. La naturaleza reduce la velocidad de su cuerpo de forma que usted pueda tener la ocasión de meditar sobre cosas sagradas.
10. No contemos los años de un hombre hasta que él no tenga nada más que contar. Su fe y sus convicciones no están propensas a decaer.
11. Usted es tan joven como usted piensa que es. Usted es tan fuerte como usted piensa que es. Usted es tan útil como usted piensa que es. Usted es tan joven como sus pensamientos.
12. Su pelo cano es un título. Usted no vende sus canas. Usted vende su talento, sus habilidades, y su sabiduría, que ha acumulado a través de los años.
13. Las dietas y los ejercicios no lo mantendrán joven. *Como un hombre piensa, así es él.*
14. El miedo a la vejez puede causar el deterioro físico y mental. *El temor que me espantaba me ha venido.*
15. Usted envejece cuando deja de soñar, y cuando pierde el interés en la vida. Envejece si usted es irritable, caprichoso, malhumorado, e irascible. Llene su mente con las verdades de Dios e irradie el brillo de Su amor —ésta es la juventud.
16. Mire hacia adelante, durante todo momento contemple dentro de la vida infinita.
17. Su jubilación es una aventura nueva. Tome estudios nuevos e intereses nuevos. Ahora puede hacer las cosas que siempre quiso hacer cuando estaba tan ocupado ganándose la vida. Déle su atención a vivir la vida.
18. Conviértase en un productor y no un prisionero de la sociedad. No esconda su luz bajo la tierra.
19. El secreto de la juventud es el amor, la alegría, la paz interior, y la risa. *En Él está la plenitud de la alegría. En Él no hay oscuridad en absoluto.*

20. Usted es necesario. Algunos de los grandes filósofos, artistas, científicos, escritores, y otros cumplieron con su máxima obra después de que tenían 80 años de edad.
21. Los frutos de la vejez son el amor, la alegría, la paz, la paciencia, la gentileza, la bondad, la fe, la humildad, y la templanza.
22. Usted es un hijo de la Vida Infinita, que no conoce fin. Usted es un hijo de la Eternidad. ¡Usted es maravilloso!

**Descubre la Herramienta más poderosa que desata TODO el Poder de tu mente subconsciente, para ser Libre de las limitaciones y la negatividad. Es posible ¡Créelo!**

**Prueba algo diferente y tendrás resultados *diferentes*.**

**Visita: <http://MetodoDeLiberacion.wordpress.com/>**

