

# 10 SECRETOS PARA CONSEGUIR EL ÉXITO Y LA PAZ INTERIOR

10 Secretos para Conseguir el éxito y la Paz interior. Del Dr: Wayne Dyer.  
Resumen por el Dr: Carlos Arturo Allen Sisniega.

El Primer Secreto.

ABRA SU MENTE A TODO Y  
NO SE APEGUE A NADA

Usted vino a este mundo como un diminuto bebé capaz de un número infinito de posibilidades. Es muy posible que usted no haya tenido prácticamente la más mínima oportunidad de estar en desacuerdo con los aspectos culturales y sociales que le fueron impuestos en su vida. La noción de ajustarse anuló la posibilidad de tener una mente abierta a nuevas ideas. No podemos seguir viviendo con esa mentalidad cerrada de antaño. Le animo a que abra su mente a todas las posibilidades, que resista cualquier esfuerzo por encasillarse, y que rehusé que el pesimismo entre en su conciencia. Me parece que tener una mente abierta a todo y no apegada a nada, es como uno de esos principios básicos, que usted puede adoptar para contribuir a la paz individual y Mundial.

Una mente abierta le permite explorar, crear y crecer.

Una mente cerrada sella con cerrojo dichas interpretaciones creativas. Una mente abierta a todo quiere decir, una mente pacífica que irradie amor, que practique el perdón, que sea generosa, que respete toda la vida y, lo más importante, que se visualice como un ser capaz de hacer cualquier cosa que pueda concebir su mente y en su corazón; no importa su edad, o condición.

Al liberarse de los apegos tiene que cambiar la manera en que se ve a sí mismo. Si se identifica primordialmente con su cuerpo y con sus posesiones, su ego es la fuerza dominante en su vida. Si ha logrado domar lo suficiente a su ego invocará a su espíritu para que sea la fuerza que lo guíe en su vida. Si está apegado a tener la razón o a la necesidad absoluta de algo para estar en paz o en sentirse exitoso, llevará una vida de lucha constante, sin lograr alcanzar sus metas y a vivir amargado.

EL SEGUNDO SECRETO  
NO MUERA SIN HABER  
EXPRESADO SU MÚSICA

## QUE LLEVA DENTRO.

Hay una fuerza vital Universal que todo lo apoya y lo orchestra. Así, todo funciona en perfecta armonía. Usted es una de esas partes en movimiento constante. Usted vino a este mundo en el cuerpo que habita, justo en el tiempo preciso y su cuerpo se ira con la precisión. Usted es una pieza esencial de este complejo sistema y está aquí, con este sistema inteligente que no tiene comienzo ni final, en el cual todas las galaxias se mueven en armonía. Por tanto, piense que debe estar aquí por una razón. El latido constante de su corazón, de dentro hacia fuera, de afuera hacia adentro, es un símbolo de su conexión infinita con el latido siempre presente de Dios o de la Inteligencia Universal.

El miedo es lo único que evitara que toque la música que escucha y que siga el ritmo de ese tambor tan peculiar que lleva en su interior.

El fracaso es una Ilusión.

Nadie falla nunca nada. Todo lo que uno hace produce un resultado. Si esta tratando de aprender a agarrar la pelota de football americano y alguien se la lanza y usted la deja caer, no ha fracasado. Tan solo produjo un resultado que se ha efectuado.

## EL TERCER SECRETO

### NO SE PUEDE DAR LO QUE NO SE TIENE.

Piense en las personas que responden con amor, cuando reciben energía negativa. No hay muchas personas que respondan con amor a esa situación.

Los que logran hacerlo, es porque están llenos de amor para dar. Saben que es imposible dar lo que no se tiene, y ellos han llegado lo más lejos posible para adquirir lo que desean atraer y ofrecer. Si desea dar y recibir amor y alegría, entonces recuerde que no puede dar lo que no tiene, pero si puede cambiar su vida, cambiando lo que tiene en su interior, siempre y cuando este dispuesto a llegar tan lejos como sea necesario.

Todo lo que siente y experimenta es el resultado de lo que se llama energías atractoras. Esto significa que atrae lo que envía al mundo. Por consiguiente, lo que atrae es lo que tiene para entregarles a los demás.

La baja energía se atrae a si misma.

Algunos pensamientos de baja energía son la ira, el odio, la vergüenza, la culpa y el miedo. No solo lo debilitan, sino que además atraen más de lo mismo. Al cambiar sus pensamientos internos hacia las frecuencias más

elevadas de amor, armonía, bondad, paz y alegría, atraerá más de lo mismo y podrá ofrecer esas energías elevadas. Estas frecuencias más elevadas y más rápidas lo empoderarán; anulan y disipan automáticamente las bajas energías, de la misma forma que la presencia de la luz hace desaparecer la oscuridad.

Al sentir más amor por si mismo, atrae más energía elevada y rápida y comienza el cambio en su interior. Comenzara a recibir esta energía de regreso y por último, será capaz de enviar pensamientos de amor y alegría a todo y a todos en su Mundo. Encuentre el propósito de su vida. Estoy seguro que ese propósito es el Servicio a los demás.

#### EL CUARTO SECRETO.

#### ACOJA EL SILENCIO

Quizás una de las mayores recompensas de la meditación y de la Oración, es el sentimiento de pertenencia que nos proporciona. Hill. W.

Estos sonidos creados por el hombre y que no forman parte de la naturaleza, invaden sus sentidos y obstaculizan el silencio. Para muchas personas, el silencio, es una pesadilla y quedarse solas y en silencio es Tortura Pura.

Blas Pascal el famoso Científico decía " Todas las Miserias del Hombre se derivan de no ser capaz de sentarse solo y en silencio en una habitación."

En este espacio de silencio, encontrara la Paz que ansia en su vida cotidiana.

Nunca conocerá esa Paz si no permite que haya un espacio entre sus pensamientos. Se dice que una persona promedio tiene diario 60,000 pensamientos separados, con tantos pensamientos, no hay casi espacios. Si puede reducir ese número a la mitad, se le abrirá un mundo entero de posibilidades. Porque cuando emerge en el silencio y se integra a él, se reconecta con su fuente y conoce la sensación de paz que algunos llaman Dios. "Cesad y reconoced que yo soy Dios" citan los Salmos en el Antiguo Testamento. Las palabras claves son Cesad y Reconoced.

Dios es amigo del silencio

Es en realidad el espacio entre las notas lo que hace que se disfrute tanto la música. Sin los espacios lo único que obtendríamos será una nota continua y discordante.

Todo ha sido creado en silencio.

La segunda palabra de la cita del Antiguo Testamento es Reconoced, lo cual se refiere a hacer su propio contacto conciente con Dios. Reconoced a Dios es desvanecer las dudas y volverse independiente de las definiciones y descripciones que tengan de Dios.

Use para meditar el Padre Nuestro.

Primero concéntrese en la palabra Padre y luego en la palabra Nuestro.

Intente entrar en el espacio entre las dos palabras Padre Nuestro. Luego haga lo propio con Que y Estas y En y Los y Cielos; deslícese por unos segundos en el espacios entre las palabras y sienta la Paz y la Gloria en ese Espacio.

Cuando esta en Paz, irradia una clase de energía diferente, que cuando esta estresado o deprimido. Mientras más pacifico se vuelva más fácil puede desviar las energías negativas de aquellos a quienes confronta.

Se ha descubierto que cuando se medita en silencio, no solo se calma, sino además tiene un efecto calmante en la familia y personas que lo rodean.

## EL QUINTO SECRETO.

### RENUNCIE A SU HISTORIA PERSONAL.

Todos nos aferramos a dolores, abscesos y fallas pasadas, como una especie de tarjeta personal que anuncia su condición de "POBRE DE MI "Soy muy desdichado.

¡Su pasado se Acabo, al aferrarse a él!, no solo se asegura que se quedara inmovilizado hoy, sino que además impide su propia sanación.

Al referirse al sufrimiento del pasado y usarlo como una de las razones para no lograr progresar en su vida. Muchas personas se refieren a su pasado como a un tiempo glorioso que no volverá (sobre todo las personas mayores que no pueden adaptarse al mundo moderno) y esa es la razón por la cual no pueden ser felices, ni sentirse realizados hoy día. Esos momentos duros, accidentes, episodios difíciles, períodos de escasez, enfermedad, abusos, sueños destrozados, todo sucedió, porque así estaba dispuesto. Sucedieron, para que pudiese asumir que tenían que suceder y que a este nivel es imposible evitar que hubiera sucedido. Acójales desde esa perspectiva, con ayuda si lo necesita y luego entiéndalos, acéptelos, hónreles y finalmente retírelos y/ o transfórmelos a propia manera (Clasifíquelos por temas, escríbalos y méталos a una nueva carpeta).

Es irónico ese hábito de divagar con su mente hacia lugares y a otros momentos, No malgaste el momento Presente y el ahora que es lo único que tiene. Solo podrá llegar a conocer verdaderamente a Dios, cuando renuncie al pasado y al futuro en su mente y se sumerja por completo en el ahora, porque ahí es donde siempre esta Díos. Usted es un ser amado, conectado siempre a su fuente, y por tanto conectado al poder ilimitado de los bienamados.

## EL SEXTO SECRETO

### NO SE PUEDE RESOLVER UN PROBLEMA CON LA MISMA MENTALIDAD QUE LO CREO

Todos los problemas tienen una solución espiritual. Usted no tiene un problema, tan sólo cree tenerlo.

El Génesis de la Biblia dice " Al principio vio que todo lo que había creado era bueno" Si usted interpreta esas palabras literalmente, queda bastante claro que es imposible que existan los problemas y que el mal no existe. En el mundo del espíritu, o en el mundo de Dios, los problemas sencillamente no existen, ni son reales. Cuando su conexión espiritual es débil usted se aleja del mundo del espíritu y los problemas provienen de su creencia en la separación y su cuerpo se enferma, influenciado por los pensamientos de su ego. Nuestras sociedades son creadas por nuestros pensamientos colectivos. Estos asumen la misma separación o enfermedad, y luego obtenemos lo que llamamos problemas sociales. Todos estos así llamados problemas, representan una diferencia espiritual que puede ser remediada con soluciones espirituales. Si cambia su manera de pensar, su problema se resolverá. Hay una solución espiritual para cada problema.

Si Dios está en todas partes, no hay un sitio en donde Dios no esté, por tanto Dios está con usted a toda hora.

Donde hay Odio, sea yo amor. "la luz disuelve la oscuridad. El amor siempre anula el odio. El espíritu siempre cancela los problemas. Los problemas existen como creencias del ego de su mente, el cuál es incapaz de conceptualizar la conciencia de su mente espiritual al igual que la oscuridad no tiene concepto de Luz.

Sus pensamientos son prácticamente la fuente de todo lo que sucede en su vida. Cada relación que tiene es algo que lleva consigo. Si su relación es mala, es porque piensa que lo es.

La única manera de experimentar a otra persona es por medio de sus pensamientos.

Entréguele las enfermedades a Dios y ejercite su cuerpo con regularidad, aliméntese bien, tome grandes cantidades de agua pura y descansa a plenitud para permitir que funcionen como un envase en donde el espíritu fluya libremente.

Escale en la conciencia humana desde lo más bajo hacia lo más elevado. Conviértase en un ser místico, tan solo cambiando sus pensamientos de un ser

que experimenta y crea problemas, a uno que los resuelve.

## EL SÉPTIMO SECRETO.

### NO HAY JUSTIFICACIÓN PARA EL RESENTIMIENTO.

“ Tengo el derecho a sentirme molesto por la forma en que he sido tratado” “

Tengo derecho a estar enojado, herido, deprimido, triste y resentido”

Aprender a evitar este tipo de razonamientos, es uno de los máximos secretos del Doctor Dyer para tener una vida de paz interna y éxito y felicidad. En cualquier momento en que se siente lleno de resentimiento esta entregando el control de su vida emocional a los demás, para que lo manipulen.

Es necesario considerar hacia quien es el resentimiento, antes de poder tomar la decisión de si es útil o no para usted. El resentimiento le ofrece una excusa para regresar a sus viejos hábitos.

Si es responsable, aunque sea en minúscula parte (quizás desconocida) de esa migraña que lo acosa, o de ese sentimiento de depresión, entonces puede trabajar para quitárselo y descubrir cuál es el mensaje que tiene para usted. Si, por otro lado, algo o alguien, es el responsable en su mente, entonces por supuesto tiene que esperar a que ellos cambien. Para que usted se sienta mejor. Y es muy poco probable que eso ocurra hay un proverbio chino que dice” Si vas a perseguir venganza, empieza por cavar dos tumbas”. Sus resentimientos lo destruirán, le provocaran cáncer de Mama, de próstata, etc.

“Lo que tu `piensas de mi, no es asunto mió “.

Conviértase en una persona que rehúsa ofenderse por nadie, por nada o por ninguna circunstancia. No ofenderse es la manera de decir” Poseo el control de mis sentimientos y decido estar en paz, independientemente de que suceda. Cuando se ofende, esta juzgando. Esta pensando que estúpido, insensible, descortés, arrogante, inconsiderado, o tonto y entonces se molesta y se ofende por su conducta, lo que tal vez no se da cuenta, es que cuando juzga a alguien, no lo esta definiendo. Se define a si mismo como alguien que necesita juzgar a los demás.

Así como nadie puede definirlo con sus juicios, tampoco usted tiene privilegio de definir a los demás. Cuando deje de juzgar y se convierta tan solo en un observador, entenderá de que se trata la paz interior, que trata de dar a entender 10 secretos.

Sus resentimientos, sacan literalmente a Dios de su vida, mientras esta ocupado sintiéndose ofendido. No ofenderse, eliminara todas las variables de

“ Si tan solo te parecieras más a mí, entonces no tendría que sentirme molesto ahora mismo “ .

El amor y el perdón lo inspiran a trabajar por lo que usted desea, en vez de por lo que esta en contra. Los pensamientos de resentimiento, ira y odio representan energías bajas y debilitadoras que lo despojan de su poder, si logra soltarlas conocerá la paz. El perdón sirve. Para hacerle saber a los demás, que usted ya no desea estar en un Estado de hostilidad con esa persona y para liberarse de la energía auto - - derrotista del resentimiento. En una mordedura de serpiente, lo que mata no es la mordedura en si; es el veneno que circula por todo su cuerpo después.

EL OCTAVO SECRETO.

TRATESE COMO SI YA FUERA  
LO QUE DESEA SER.

Cuando se mueve hacia el espíritu recibe ins - piración.  
Es en este mundo de la inspiración, que será guiado al acceso de todo lo que desea tener en su vida.

La palabra inspirar se origina de las palabras en y espíritu. L inspiración involucra una mente que trasciende todas las limitaciones, pensamientos, rompen todas las ataduras y una conciencia que se expande hacia todas las direcciones. Esa es la manera de inspirarse. Piense en lo que desea ser o convertirse. En sus pensamientos comience a verse con el talento para realizar esas acciones y comience a actuar como lo que desea ser y hacer. De esta manera esta encarando su situación y tomando el mando de su propio destino, mientras cultiva su inspiración al mismo tiempo. Mientras más se vea a si mismo como lo que desea convertirse, más inspirado estará.

Visualice todo lo que desea; un coche, una casa, un titulo, un empleo, un viaje, conecte a los demás el amor por lo que siente al realizar su sueño.

En su vida con todos lo que le rodean, atrápelos haciendo bien las cosas, recuérdelos Tu puedes lograrlo, eres y tienes la inteligencia para hacerlo; motive sus fantasías y habilidades. Conectado siempre con Dios, usted es la fuerza divina que crea ese sincronismo en su vida diaria. Pronto se dará cuenta de que lo que piensa, se expande y por lo tanto, se vuelve más consciente y cuidadoso de lo que piensa. “TENGA CUIDADO CON LO QUE LE PIDE A DIOS, PORQUE SE LO PUEDE CONCEDER “ .

EL NOVENO SECRETO.

ATESORE SU DIVINIDAD.

Usted es una creación divina de Dios. Nunca puede separarse de lo que lo creó.

Si puede pensar en Dios como un océano, y usted en realidad como un recipiente, podría serle útil en momentos de duda o cuando se siente solo o perdido, recordar que es un recipiente de Dios. Cuando sumerja su vaso en el océano lo que obtiene es un vaso de Dios. No es tan grande o tan fuerte, pero sigue siendo Dios. Su ego no es más que una idea que usted carga a donde quiera que va. No existe un lugar en donde Dios no esté presente. Piense en Dios como en una presencia en vez de una persona. Cada vez que usted experimenta, miedo, auto rechazo, ansiedad, culpa su odio esta negando su divinidad y esta sucumbiendo a las influencias de ese ego insidioso que lo tiene convenientemente desconectado de Dios.

#### EL DECIMO SECRETO.

#### LA SABIDURIA CONSISTE EN EVITAR TODOS LOS PENSAMIENTOS QUE NOS DEBILITAN.

Cada pensamiento que tenga, debe ser analizado en términos de si lo debilita o lo fortalece. Un pensamiento de fuerza requiere una contra fuerza, y una batalla que lo debilita, mientras que un pensamiento de poder lo fortalece, ya que no se invoca ninguna contra fuerza y consume su energía. Los pensamientos de poder, lo energizan, ya que ellos no le exigen nada. El pensamiento que hace que la mayoría de las personas se sientan más débiles es la Vergüenza, la cual produce humillación. La importancia de perdonarse a si mismo no puede jamás enfatizarse suficiente. Si lleva consigo pensamientos de vergüenza acerca de lo que ha hecho en el pasado, se está debilitando tanto física, como emocionalmente. De igual manera, si usa una técnica de crear vergüenza y humillación en cualquier persona que usted trate de reformar lo que va a lograr es crear una persona débil que nunca logras empoderarse, hasta que esos pensamientos de vergüenza y humillación sean eliminados.

La culpa y la apatía son los pensamientos más debilitantes. Producen emociones de reproche y desesperación. Vivir con culpabilidad es usar sus momentos presentes inmovilizando por lo ya sucedido. Liberar la culpa es como quitarse un peso de su espalda. La culpa se libera por medio del poderoso pensamiento de amor y del respeto propio. El pensamiento de apatía crea desesperación. Son los pensamientos que evitan que se involucre verdaderamente en su vida. La apatía se deriva de sentir lastima por si mismo y de la necesidad de ocuparse continuamente para evitar el aburrimiento.



Nunca puede sentirse apático o solitario, si de verdad se ama así mismo. El Miedo y la Ira que emplean la fuerza, la cual produce una contra fuerza y una atmósfera interna de tensión y debilidad. Cuando siente miedo, se aleja del amor. Recuerde "El amor perfecto destierra todos los miedos" Lo que usted teme, lo resiente y termina por odiarlo. Cada pensamiento que tiene, que lo mantiene en un estado de temor, lo aleja de su propósito y al mismo tiempo lo debilita. El temor lo inmoviliza. Entre a su miedo diciendo así:  
No se como lidiar con esto, pero se que estoy conectado a ti, la fuerza creativa milagrosa del Universo. Alejo mi ego de mi camino y te lo entrego a ti.

Quedara sorprendido con la rapidez con que la energía del amor anula y disuelve sus temores y lo empodera al mismo tiempo.

La ira, de igual modo, es reacción emocional a pensamientos que dicen "Quiero que el mundo sea como yo soy, no como es, por eso estoy enojado" La ira a menudo es justificada como normal, pero siempre lo debilita. No tiene que enojarse para corregir algo malo o para mejorar el mundo. Cuando se vuelve más pacifico , tan solo tiene paz para dar. Los momentos de frustración no provocan ira, tan solo le ayudan a estar más atentos, y luego le inspiran una solución. Cada pensamiento de ira lo alejan del amor y lo acercan a la violencia y a la venganza, las cuales son fuerzas que originan contra fuerza debilitando a todos los involucrados.

Todos estos pensamientos de vergüenza, apatía, culpa, miedo, e ira, son energías, ya que todo en nuestro universo es una frecuencia vibratoria. Todos aquellos que lo debilitan son frecuencias bajas y lentas y solo pueden disolverse atrayendo a su presencia las energías más elevadas y rápidas de espíritu.

Cuando sus pensamientos, son de culpar a los demás, se debilita. Pero cuando cambia al amor y a la confianza en los demás se fortalece. Sus pensamientos viene con una energía acompañante, así es que mejor que cambie hacia aquellos que lo empoderan. Su salud está determinada en gran parte por los pensamientos que tiene. Piense ardientemente que no tendrá gripe y su cuerpo reaccionara a sus pensamientos. Su mente le dice a u cuerpo que produzca las drogas necesarias para mantenerse saludable.

Los pensamientos que más lo empoderan con los de Paz, alegría, amor, aceptación y buena disposición. Estos pensamientos no crean una contra fuerza. Los pensamientos poderosos, alegres, amorosos, derivan de su voluntad de permitir que el mundo sea como es. Nadir tiene control sobre sus pensamientos sin su consentimiento. Usted crea y selecciona sus

pensamientos. Puede cambiarlos a su antojo y conocer la verdadera Sabiduría.  
¡ Es su decisión ¡

*posted by CARLOS ARTURO ALLEN SISNIEGA @ 10:36 AM 0*