

21 Días para Transformar tu Mentalidad sobre el Dinero

Idáliz Escalante

Master NLP Neurocoach

Master Neurocoach. Mentora. Autora del libro *El Secreto para la Manifestación de tus Sueños*. Moderadora radial. Creadora del curso *Money Mastermind* y del programa *Círculo de Poder*. Fundadora de la red internacional de empresarias *Mujer Empresaria de Hoy*

EMPOWERING YOU
FOR SUCCESS



21 Días para Transformar tu Mentalidad sobre el Dinero

THE MONEY MENTALITY 21 DAY CHALLENGE

Te invito a dar el todo por ti y hacer este reto de reprogramar tus pensamientos en relación al dinero para conectar con la frecuencia de la abundancia y manifestar tus sueños, por medio de la conexión diaria con tu visión. A crear el hábito de enfocar tu energía en lo que visualizas y deseas para tu futuro. A mantener esa energía positiva emanando de ti, para tu vida personal y profesional.

Los cambios aquí los trabajaremos en cuatro etapas: pensamientos, emociones, palabras y acción.

¡Éxito!

Etapa 1: Pensamientos

¿Qué es el 21 Day Money Mentality Challenge?

Como emprendedora he vencido muchos retos y vivido una transformación increíble de ama de casa, tímida y sin rumbo, a líder empresaria, conferenciante y Coach. Sé por experiencia que el poder de tus pensamientos puede llevarte lejos como también puede destruirte. Un cambio de mentalidad hizo posible esa transformación para mí. Ahora, como Programadora Neurolingüista, no solo puedo validar mi proceso, sino que tengo herramientas para repetirlo de ser necesario y sobre todo poder ayudar a otros.

El propósito de este challenge es reprogramar nuestros pensamientos en relación al dinero para conectar con la frecuencia de la abundancia y manifestar nuestros sueños, por medio de la conexión diaria con nuestra visión. Crear el hábito de enfocar nuestra energía en lo que visualizamos. Mantener esa energía positiva emanando de cada una en su vida personal y también con el grupo.

Partimos de la premisa de que:

- Somos responsables de nuestros resultados y tenemos el poder de cambiarlos.
 - Traemos pensamientos y creencias del pasado que nos limitan.
 - Con la práctica, enfoque y repetición podemos crear una nueva mentalidad que apoye nuestra visión.
 - Si es posible para otros, es posible para mí.
 - Tengo el poder de elegir y crear una nueva realidad con mis pensamientos, palabras y acciones.
- ✓ Completaremos 21 días de afirmaciones y ejercicios poderosos para reprogramar nuestra mentalidad en relación al dinero y la prosperidad. Te recomiendo ver y descargar también el libro "21 Pilares para 21 Días" con ejercicios que complementan estas lecciones para que tengas más herramientas. Si los haces, tu transformación será real y duradera.

Pasos para completar el challenge:

1. Cada una en su hogar va a conectar diariamente con su visión de la abundancia, la libertad económica y el flujo de dinero que desea para sí misma. La participación activa diaria nos mantiene motivadas, enfocadas y nos permite influir positivamente en otros también.
2. Para conectar con tu visión de abundancia, puedes usar un *Vision Board*, crear afirmaciones, leer o escuchar material que apoye tu visión. El *Vision Board* lo creas con imágenes que representen la realidad económica que deseas y declaraciones poderosas. Utiliza tu creatividad y colócalo donde puedas verlo diariamente.
3. Enfocarte en una a tres de tus afirmaciones y declararlas a diario, para que tu mente subconsciente pueda grabar la información hasta convertirse en una creencia poderosa.

Ejemplos de afirmaciones:

- Soy abundante y plena.
- Soy próspera y feliz.
- Todo lo que necesito ya está dentro de mí.
- ¡Gracias por que tengo libertad para hacer lo que amo!
- Todo lo que toco prospera.

Para que ocurra un cambio en tu vida primero debes hacer cambios en tus internos.

En mi libro "El Secreto para la Manifestación de tus Sueños", cuento cómo logré manifestar mi espacio de oficina, luego varios años de utilizar algún rinconcito prestado en diversas partes de mi casa. Los primeros dos pasos fueron cruciales, y son simples.

1. Dejé de quejarme del espacio que tenía.
2. Dejé de repetir "no tengo oficina" y comencé a decir que Si la tengo, aun cuando hasta ese momento no la había materializado. (los demás pasos están en el libro, El Secreto para la Manifestación de tus Sueños)

Estos mismos pasos los podemos aplicar a cualquier otra cosa que deseamos materializar. Los cambios debemos hacerlos en nuestros: Pensamientos, Emociones, Palabras y Acción.

La queja, la percepción de necesidad o escasez y el dejarnos contaminar por la "mala vibra" de quienes nos rodean, son "bloqueos" para materializar nuestra visión. Simplemente, NO PODEMOS MANIFESTAR LO QUE QUEREMOS MIENTRAS NOS QUEJAMOS DE LO QUE TENEMOS.

En el libro, revelo 4 claves para manifestar naturalmente y sin dolores innecesarios. Es como dar a luz, hay posiciones y técnicas que si las conocemos, podemos tener un parto más relajado y permitir que el proceso sea uno natural (¿tarde para saber eso? Sí, yo también estoy tarde para eso!) Pero no es tarde para saber cómo manifestar abundancia, prosperidad, felicidad y éxito de una manera más natural, sin dar vueltas y vueltas en el mismo lugar y sin obtener resultados.

Una persona rica me llamó la atención por no tener dinero

A "falta" de dinero aprendí a ingeniármelas sin él. ¡Logré hacer tantas cosas sin sacar un peso del bolsillo!; Sin embargo no me daba cuenta de lo próspera que era. Un día una persona de mucho dinero me llamó la atención por estar planificando un evento "sin dinero" para hacerlo. Me dijo que así no era como se hacían las cosas. Que estaba siendo irresponsable. Que necesitaba capital para pagar esto, aquello y lo otro. Por un momento al escucharla, olvidé todo lo que había hecho ya y le di la razón. "Qué estúpida soy" pensé "por creer que puedo hacer esto si no tengo ni un peso".

Lloré y lloré desconsoladamente. ¡Me sentí miserable, avergonzada y con mucho coraje por "no tener". Ese día "casualmente" recibí varias llamadas. Era como si Dios hubiera puesto en alerta a todas mis amigas para dejarles saber que yo las necesitaba. Una por una me atendieron, me dieron palabras de aliento y me apoyaron.

¡La última llamada del día fue como recibir una patada de bendición en el trasero! Mi amiga me hizo consciente de todo lo que yo había hecho por años, sin dinero, y con mucho éxito; de todos los recursos que tengo a mi disposición, y de lo bendecida que era porque con solo compartir una idea había siempre un ejército dispuesto a servir e involucrarse de alguna manera. La llamada terminó, no sin que antes ella me dijera "Idáliz, aquí la rica eres tú. Tú puedes dar cátedra de lo que es una mujer verdaderamente próspera. Porque sin tener dinero, has logrado hacer lo que otros con dinero no han podido y siempre sales airosa".

Wow! Esa experiencia cambió mi vida para siempre. Aprendí lo que es PROSPERIDAD y ABUNDANCIA desde el SER y desde la CONEXIÓN con tu propósito y con Dios, la fuente de todo. Es cierto, yo no tenía dinero, pero tenía CONFIANZA en el Dios que guía mis pasos y caminé en OBEDIENCIA hacia donde me Él me dirigía.

- ✓ **Lección:** El dinero es solo una de tantas herramientas para obtener lo que deseamos. Lo importante es que estés en el camino correcto, que te

muevan las razones correctas y que no olvides jamás que YA ERES PRÒSPERA!

Conéctate con la fuente de todo, enfócate en lo que deseas materializar y permite que te llegue de maneras inimaginables.

- ✓ **Ejercicio** ¡Transforma tu *Visión Board*! Sé que ya tienes tu *visión board* para atraer dinero y prosperidad, pero ahora le vas a añadir fotos, imágenes o texto de las cosas que ya has logrado, con o sin dinero. Esos logros que te hacen sentir verdaderamente próspera y abundante, que te hacen pensar en la abundancia de la cual disfrutas o has disfrutado antes. Sea que lo adquiriste con tu propio esfuerzo, lo ganaste o te lo regalaron, no importa la manera. Recuerda que el dinero es solo un vehículo de tantos.



Cuando oras por lluvia debes estar dispuesta a lidiar con el lodo

Hoy les comparto algo que es muy importante tener en cuenta cuando estamos creando. Si no lo tomamos en cuenta nos podemos desanimar. Pero cuando lo tenemos presente, puede ocurrir todo lo contrario y al enfrentarlo nos servirá de confirmación de que estamos en el camino correcto y solo hay que resistir un poco para pasar al otro lado del puente.

¿Qué ocurre cuando estamos en proceso de reprogramar nuestra mente para el éxito o para vivir en prosperidad?

Amigas, para hacer cambios es necesaria la destrucción de lo viejo para luego construir lo nuevo. Nuestros patrones mentales llevan tiempo instalados en nuestra mente, y hemos funcionado en automático desde esos patrones por mucho tiempo. Cuando decidimos hacer el cambio e instalar nuevos patrones mentales que sean congruentes con lo que deseamos manifestar, conlleva que pasemos por el proceso de limpieza primero. ¿Y, qué es lo que pasa cuando vamos a hacer una limpieza profunda para atraer lo nuevo? ¡Exacto, primero se hace reguero! Hay que romper, quitar, sacar, botar, derribar...para luego construir, acomodar, pintar y manifestar el diseño que queremos.

En el proceso de botar, sacar y derribar a veces nos detenemos a pensar "Oh Dios, ¡quién me mandó a meterme en este lío! Lo pude haber dejado como estaba, pero no...yo tan sabia, me da con hacer cambios y ahora estoy hasta el cuello en este caos que he creado!" Sigh.... Es el momento de la prueba: ¿continúo sacando lo que no sirve para poder instalar lo nuevo, o me quito?

Para entender esto mejor pensemos en la limpieza pre navidad que hacemos en el hogar, pensemos en cuando decidimos ponernos en forma, o pensemos en cuando estamos pariendo! En cada uno de esos ejemplos, siempre hay un punto en que nos preguntamos "¿porqué car*jos me metí en esto?! Pues les digo que la buena noticia es que siempre podemos elegir. Si sigues o no es tu decisión. La mala noticia: que si

eliges dejar todo quietecito para no tener que lidiar con el caos del cambio, ¡jamás lograrás hacer el cambio! Regresarás a lo mismo, con todo e insatisfacción y conformismo.

La recompensa se alcanza cuando en ese momento de la duda, nos detenemos un momento, revisamos nuestras razones para querer el cambio, retomamos nuestra pasión, reconectamos con nuestro poder y el poder de Dios en nosotros, y decimos "Resistiré, un poco más de sacar y botar porque el resultado vale todo mi esfuerzo". Las declaraciones no fallan, la reprogramación es real y posible, tu poder interno para crear tu realidad es real y está activo. Lo único que puede fallar es que en ese momento crucial, en esa encrucijada, elijas regresar a tu zona de lo conocido, triste y cabizbaja por creer que no podías llegar.

Tu sí puedes, si es posible para otros lo es también para ti. Eres PODEROSA porque en ti están las respuestas y toda la capacidad que conlleva al triunfo. No lo dudes. La duda, la preocupación y la ansiedad bloquean el canal para recibir. Suéltalo, confía y cree. Vuelve a enfocarte, retoma tu misión y camina!

Ejercicio La reprogramación mental es solo el primero de los pasos para llegar a la prosperidad. Cada una de nosotras debe crear su propio "blue print" para llegar a la meta. En ti están los pasos, las respuestas y la sabiduría que se requiere de ti para alcanzarlo.

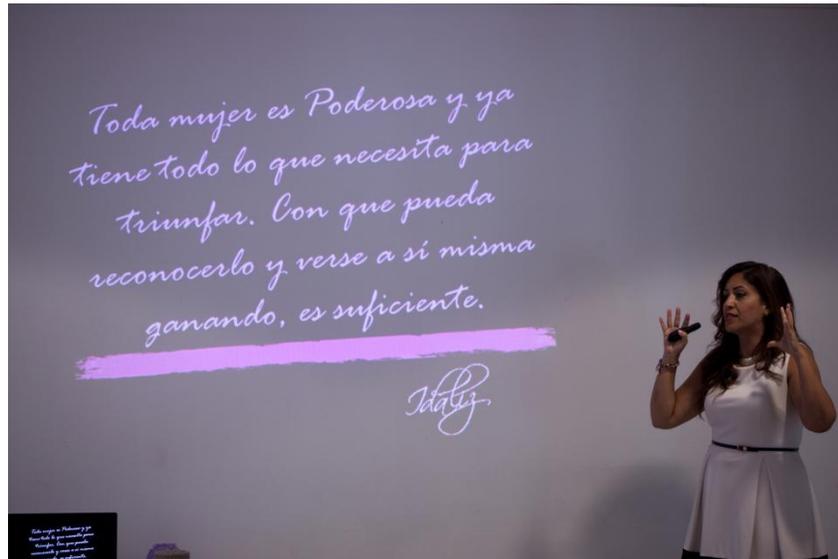
- ✓ Conecta contigo en meditación.
- ✓ Hazte preguntas y escucha lo que tu subconsciente te muestra. Es un diálogo contigo.

Recuerda que Dios no es algo que está allá arriba lejos de nosotros, está en ti! Cuando repitas tus declaraciones, "observa" los pensamientos ocultos que salen de tu subconsciente, y confróntalos con la verdad.

Por ejemplo, si dices Soy Próspera y el pensamiento que oculto es "Si claro, pero vives en la miseria", ese pensamiento está anclado en tu mente.

Confróntalo mostrándole la verdad de quién eres, no a partir de lo que tienes sino a partir de tu identidad real! Haz ese mismo proceso con cada uno de los

pensamientos ocultos en tu subconsciente. Tu mente te muestra la que debes cambiar, pero también te mostrará las herramientas de las cuales dispones para hacerlo.



El águila falla un 50% de las veces que se lanza tras su meta

El águila falla un 50% de las veces que se lanza tras su meta (atrapar la presa). Pero el águila no se rinde, no cambia su meta y mucho menos duda de quién es por fallar la mitad del tiempo. Algo importante: la presa que trata de capturar puede cambiar; si no atrapó una va por otra. Porque la meta no era atrapar esa presa en particular, sino comer. ¡Y eso no cambia!

Para nosotras manifestar lo que queremos, nuestro enfoque debe ser lo que REALMENTE queremos. El dinero es solo uno de tantos medios para conseguirlo. La meta es lo que pensamos que el dinero nos puede conseguir, sean cosas o sea la satisfacción de tener el poder de decidir.

« La energía es contagiosa. Si quieres volar con las águilas, usted tendrá que dejar de nadar con los patos » - T Harv. Eker

¿Qué es lo que REALMENTE quieres?

Para mí se resume en "libertad". Es lo que realmente deseo. Esa es la meta que no cambia. Si me enfoco en eso, el medio puede cambiar, eso se lo dejo al universo.

- ✓ **Decreto:** YO SOY una mujer libre: para cumplir mi propósito, para conseguir lo que quiero, para estar donde deseo estar, para tocar las vidas que vine a tocar, para decidir lo que voy a manifestar. Cuando estoy conectada con mi identidad y mi propósito, las puertas se abren para mí con solo dar el primer paso. Yo vuelo en las alturas como águila!
- ✓ **Ejercicio:** Redefinir tu meta o propósito según lo que REALMENTE QUIERES. Dejar los detalles del cómo sucederá y los medios para conseguirlo a Dios por medio del universo.

Mis creencias me atan o liberan

Ayer por alguna razón recordé algo que me pasaba de pequeña: Cuando quería algo o quería que ocurriera algo y estaba en mi pensamiento, algo me decía que no pensara en eso porque pasaría lo opuesto, entonces me daba miedo de atraer lo contrario e inmediatamente cancelaba el pensamiento de lo que quería. ¿Tienes recuerdos de creencias similares? No sé de dónde lo adopté. Quizás alguien instaló esa creencia en mi, o quizás tuve una experiencia fuerte donde aconteció lo opuesto a lo que yo estaba pensando. Pero recuerdo que esta confusión y conversación mental era algo normal y frecuente para mí.

Ya les mencioné que lo que yo quiero REALMENTE en mi vida es LIBERTAD, ¿cierto? Pues aunque me refería a la libertad que produce el ser próspera, ahora me doy cuenta que gozo de una libertad mayor: la libertad que viene con el conocimiento de la verdad. Conocer la verdad, de que se nos ha dado poder sobre nuestra realidad y que mis pensamientos le dan forma a esa realidad, ha sido liberador! Ya no hay nadie dentro de mi cabecita diciéndome "no pienses eso que vas a atraer lo contrario". Ahora la creencia nueva instalada por misma es que puedo cambiar, atraer y manifestar lo que pienso, lo que imagino y lo que declaro con mi boca.

- ✓ **Decreto:** With my thoughts I design, with my words I command, with my actions I make it happen! No siempre fui empresaria, ni sabía lo que quería, ni conocía mi propósito, ni estaba preparada... Pero me proyecté cómo la mujer profesional que quería ser. Eso fue en el 2006-2007. No tenía idea de cuál sería mi "trabajo o emprendimiento". Solo conecté con la idea de cómo quería verme, vestirme, sentirme, presentarme y adopté ese estado, jugando literalmente a la "empresaria exitosa" hasta hacerlo realidad.
- ✓ **Ejercicio:** Ese mismo plan y "juego" si lo llevamos a otras áreas, podemos lograr trascender en cualquier área de nuestra vida.
Reflexiona:

- ¿Cómo imaginas tu realidad?
- ¿Cuáles creencias limitantes te lo impiden?
- ¿Cuáles creencias empoderantes puedes adoptar que apoyen tu visión?
- ¿Qué puedes hacer HOY mismo con los recursos que tienes AHORA para jugar a que "ya es"?
- ¿Puedes vestirme diferente?
- ¿Puedes caminar diferente?
- ¿Puedes hacer tarjetas de presentación que digan lo que quieres?
- ¿Puedes hacer algún nuevo contacto?
- ¿Puedes hacer espacio en tu hogar u oficina, en tu garaje, o en tu agenda para eso nuevo que viene?
- Ponte creativa...y no te preocupes por si sucederá o no, ¡solo hazlo!

**Ya completamos 21 días de afirmaciones poderosas para reprogramar nuestra mentalidad en relación al dinero y la prosperidad.
FELICIDADES!!!**

Ahora es que se pone bueno! Para manifestar abundancia o lo que deseemos en la vida, la reprogramación es solo el primer paso. También hay que agradecer y tomar acción. Estamos apenas entrando en la dimensión de la prosperidad que podemos experimentar, pero solo hemos tocado la superficie, ¡oh si! HAY MÀS, MUCHO MÀS!

Etapa 2: Emociones a través de la Gratitud

A penas hemos comenzado a entender cómo funciona este poder que llevamos dentro y vamos a conectar ahora mente, cuerpo y espíritu en el proceso en total congruencia. Por los próximos 21 días haremos un nuevo reto donde añadiremos la GRATITUD a esta ecuación.

Aunque ya lo hemos hecho en los días del reto, ahora la GRATITUD será nuestro enfoque. Gratitud es más que dar gracias. Es un sentimiento de plenitud y agradecimiento total, por lo que tenemos y por lo que no tenemos, por lo que somos y lo que no somos, por nuestro pasado, presente y futuro, por las personas en nuestra vida, así como son. El estado de gratitud es muy poderoso, ya lo hemos experimentado, y ahora lo haremos con pleno enfoque. ¡Si haces esto en grupo será mejor aun, porque la energía del grupo influye!

El sentido de gratitud activa nuestros sentidos para ver, escuchar, oler, palpar y sentir lo que pasaba desapercibido. El sentido de gratitud conecta el mundo natural con el espiritual, y abre nuestro corazón para dar y recibir un amor que no habíamos conocido. -Idáliz

AFIRMACIÓN + GRATITUD + ACCION = RESULTADO

Ejercicio: Ideas

- a) Puedes escribir tus afirmaciones de gratitud diariamente en una libreta.
- b) Expresar gratitud a alguien que nunca le has dicho gracias o no le has agradecido por algo en particular.
- c) Por qué no, expresar gratitud hacia ti misma de diversas maneras ¿Desde cuándo no lo haces?

d) Expresar gratitud al dinero, por ser excelente recurso que nos ha servido para tanto y siempre está ahí para nosotras.

¡Ponte creativa! ¿Qué otras ideas se te ocurren para expresar gratitud y activar la energía de la abundancia?



Hoy proyecto seguridad, pero no siempre fue así

NO siempre fui segura de mi misma, al contrario, siempre fui muy tímida e insegura. Me escondía y era experta inventando excusas para no enfrentar mis miedos. Llegar a conocerme, reconocer mi poder interno, y saber que puedo cambiar mi realidad si lo elijo, fue lo que inició mi proceso de empoderamiento. Hoy proyecto seguridad y me he atrevido a hacer cosas, a estar en lugares y enfrentar retos que jamás me hubiese atrevido antes. Cambiar mi percepción de MI lo cambio todo!

Reflexiona:

- ¿Qué piensas de ti?
- ¿Cómo te describes?
- ¿Cómo te visualizas?
- ¿De qué te crees tú capaz?
- ¿Reconoces el poder que tienes?
- ¿Eres consciente del poder que tienes en tu pensamientos y tus palabras, y todo lo que puedes "atar" y "desatar" con ellas?
- ¿Sabes TODO lo que puedes cambiar, conseguir y lograr cuando pides desde la certeza de quién eres?
- ¿REALMENTE LO SABES?

Mi proceso comenzó hace unos 15 años, y gracias a todo lo aprendido hoy puedo ayudar a otros en su transformación. Pero esto no acaba amigas, todavía sigo aprendiendo, descubriendo y sigo con el entusiasmo de aprender cada vez más de mi y de todo lo que puedo lograr. Me sigo retando para ver cuán lejos puedo llegar, y cuando me pongo "vaguita" y no me reto yo misma, el universo se encarga de traerme el reto! jajaja... ¡no falla! Aun tengo miedos! Claro que si, la diferencia es que antes el miedo me detenía, pero ¡AHORA YO SOY MAS PODEROSA QUE MIS MIEDOS! Literalmente le digo al miedo cuando se presenta: ¡Se que estas ahí, pero mira como lo hago!

Ejercicio: Toma una libreta y escribe acerca de ti en segunda persona (ejemplo yo escribo: Idáliz es....)

1. Escribe sobre lo que haces, lo que has logrado, lo que te gusta, con quien vives, cuáles son tus pasatiempos, describe lo que tienes, describe tus cualidades, lo que esperas de la vida y de ti misma. En fin, imagina que eres un personaje de una historia y alguien esta describiendo a ese personaje, pero eres tu quien lo redacta. Puedes incluir algunas cosas que aun no has hecho o logrado pero que tienes por meta, como si ya fuesen parte de tu realidad (por ejemplo, yo escribí que “Idáliz pasa la vida viajando para empoderar a otras mujeres” ... Aunque lo de viajar aun no es un hecho, es mi meta)
2. Cuando lo termines, léelo en voz alta. Puedes compartirlo acá en el grupo si deseas o enviármelo a mi email si lo quieres compartir conmigo en privado (idalizescalant@gmail.com).

Amplía tu visión, expande tu consciencia...no permitas que tu percepción te aíse o te limite a un rinconcito, cuando en realidad ERES PARTE DEL TODO, TODO ESTÀ A TU SERVICIO, TODO ES UNA EXTENSIÒN DE TI.

*Observa lo que tienes alrededor: recursos, lugares, personas, posibilidades.
Extiende tu mano y haz uso de lo que te rodea. ¡No seas escasa! - Idáliz*

Etapa 3: El Poder de tus Palabras

No, las palabras No se las lleva el viento. Son energía, vienen cargadas de emociones, se convierten en creencias, en comandos, sellan pactos, cancelan o confirman acuerdos, tienen un efecto directo en el cuerpo, en la mente y el espíritu! ¡Que tus palabras siempre edifiquen, transformen, construyan y sanen!

Observar nuestras palabras, aquellas que no elegimos de manera consciente pero que "salen" desde el subconsciente en automático, es el primer paso para poder transformar nuestra forma de hablar. No nos damos cuenta de lo limitante de nuestro pensamiento hasta que hacemos este ejercicio. Si podemos grabarnos, lo que verbalizamos diariamente revelaría mucho y sabríamos exactamente porque estamos donde estamos y no donde queremos estar.

Vamos a "OBSERVAR y ESCUCHAR" con detenimiento, nuestras palabras. Por favor, SIN JUZGAR, porque el propósito no es castigarnos, sino corregir el curso. Con amor se puede transformar el mundo, comenzando por nosotras mismas. Lo que verbalizamos refleja nuestros pensamientos ocultos, nuestras creencias y nuestra programación mental.

¿Estás cancelando tus sueños cuando abres la boca? Esta es una de las más grandes lecciones relacionadas con manifestar y la ley de atracción, pero también una de las más antiguas. La misma Biblia nos dice que en la "lengua esta la vida y la muerte" y que con ella "atamos y desatamos". Pero a mí me parece que todavía hoy día, con todo y lo que se habla del tema, aun no hemos entendido esta poderosa ley universal; ¡en la lengua literalmente hay vida o hay muerte! Las palabras están vivas.

Hay un refrán por ahí que escuchamos desde pequeños que es totalmente falso y que nosotras lo escuchamos y aceptamos como verdad: "las palabras se las lleva el viento". Nada más lejos de la verdad. La verdad es que las palabras "no vuelven atrás vacías". Vamos a analizarlo ahora.

Todo es energía. Tus pensamientos, tus emociones y también tus palabras son energía. Y como ya sabes, la energía atrae energía similar. Palabras de derrota solo

traen derrota. Lo que proferimos con nuestra boca es un sello de lo que pensamos y sentimos. O sea, con tus palabras confirmas o cancelas lo que estas pidiendo.

¿Recuerdas que en otra parte de la Biblia dice "de la abundancia del corazón habla la boca"? Pues a lo que se refiere es que lo que sale de tu boca es lo que realmente guardas y crees en tu corazón. Por eso, digamos que estas pidiendo abundancia, pero cuando hablas solo hablas escases, entonces en tu corazón no estás convencida de que seas abundante, sigues pensando escases y por tanto es lo único que puede salir de tu boca especialmente cuando lo haces inconscientemente.

Si respetamos el poder de las palabras como lo que son, un sello, entonces tendríamos más cuidado de solo proferir palabras de poder que confirmen y sellen aquellas cosas que deseamos y estamos tratando de atraer a nuestras vidas. Si por el contrario, con nuestras palabras contradecemos lo que pedimos y buscamos, entonces no nos moveremos de lugar y no alcanzaremos lo que deseamos. Y si no estamos consciente de este poder entonces ni siquiera sabremos porque no hemos logrado atraer nuestros deseos.

Habla con poder y autoridad en todo momento. Piensa que cuando hablas estás asintiendo, firmando tu pacto con el universo. Tus palabras son escuchadas y las huestes celestiales se movilizan a ejecutar lo que tu ordenes. Se te ha dado esa autoridad para que cuando tu declares LAS COSAS SUCEDAN. No tomes ese poder en vano. Es uno de los poderes más grandes y más subestimados por el ser humano. No importa lo que esté pasando en tu vida en determinado momento, jamás dejes que tus palabras declaren derrota. Declara y confirma VICTORIA en todo momento, con la misma autoridad que tienes cuando las cosas van bien y pronto verás esa victoria materializarse en tu vida

Ejercicio: ¡Escucharnos!

1. Escucharnos y anotar lo que llame nuestra atención, en especial aquello que verbalizamos y no es congruente con lo que deseamos atraer.

2. Retar la creencia limitante: ¿de dónde viene ese pensamiento? ¿Lo tengo que aceptar, o puedo cambiarlo?
3. Hacer el ajuste necesario – ser consciente, elegir nueva creencia, verbalizar lo que deseas que sea tu realidad. Será una semana de retos, pero la transformación traerá libertad. Si necesitas ayuda, pídele a una persona cercana que te escuche y te revele lo que sale de ti. ¡Te sorprenderás!

Anécdota..

"¿Sabes por qué aun no has recibido lo que quieres? Porque lo que tengo para ti es MUCHO MÁS GRANDE de lo que me estás pidiendo." -palabra que recibí hace 15 años.

En ese tiempo aprendí por primera vez lo que significa SOLTAR. Yo tenía muchas peticiones, y ya había aprendido sobre el poder de la imaginación, de declarar y de creer por fe. Lo que aun no había entendido es que nuestra mente humana no puede ver el todo; que a veces nos obsesionamos con algo en particular e insistimos en que tiene que ser por ese medio, en esa fecha y de esa manera. Se nos olvida que somos parte de algo más grande.

Cuando recibí ese mensaje no estaba segura si se refería a algo en específico, así que LO SOLTÉ TODO. Literalmente declaré que soltaba lo que estaba pidiendo y me conectaba con Dios y su propósito y aceptaba lo que Él tuviese para mí. Se me hizo muy claro que el insistir en lo que yo creo que es para mí, crea un "estancamiento" y no llega ni una cosa ni la otra. A una semana luego de "soltar" estábamos firmando escrituras para nuestro terreno, y se concretaron varias cosas que estaban aguantadas. Desde ese entonces cada vez que siento que algo se aguanta y no fluye, recuerdo esa palabra y aplico ese principio. "Lo suelto... me abro, acepto y recibo lo que tú tienes para mí". ¿Hay algo que no está fluyendo? ¡Suéltalo, dale paso a cosas más grandes e inimaginables para ti!

Etapa 4: Acción

¿Estás lista para la ACCION?

De qué trata:

Sé que ya hemos tomado acción, todas de alguna manera u otra. Pero esta etapa final del Challenge se trata de ACCION intencionada para vivir en abundancia plena, compartiendo nuestra abundancia con otros y dando esos pasos que hasta el momento no hemos dado por miedo, por duda o por mentalidad de escases.

Piensa: ¿Cuál sería para ti, un paso de acción que te saca completamente de tu zona de comodidad en relación al dinero o la abundancia? ¿Qué acción tomarías siendo una persona próspera y abundante, que una persona con mentalidad de pobreza no tomaría? ¿Qué puedes dar a otros, a modo de compartir tu prosperidad y abundancia?

Acción es dar, hacer y también recibir: La abundancia del universo está en el dar y recibir por igual. La acción no siempre es DAR, también es RECIBIR. Tú sabes bien de cuál careces y cómo puedes hacer BALANCE.

Piensa: ¿Qué cosas no te has permitido recibir? ¿Cómo puedes abrirte a recibir más de las riquezas del universo? ¿Puedes recibir al menos un elogio, las gracias de alguien, una amonestación?

Ejemplo de cómo podemos tomar acción en estos 21 Días:

- Pagar o poner al día tus cuentas con agradecimiento.
- Dar dinero a alguien que lo necesita, sin sentir que pierdes algo.
- Expresar y compartir tu conocimiento.
- Recibir ayuda si es necesario sin sentirte menos o inútil.
- Regala un detalle cada día por los 21 días.

- Cada día soltar, dejar ir o botar algo que has estado reteniendo y ya yo te sirve.

Si no das no recibes. Muchas veces no hemos sido prosperadas porque estamos ocultando algo: ¡nuestros talentos! Tienes una misión en este mundo. La vida te ha ido preparando para eso y eso es lo que te toca dar. Si no das, te secas porque no fluye la energía. Debemos soltar para recibir, y en ocasiones lo que necesitamos soltar es precisamente nuestro regalo al mundo. ¿Estás reteniendo tus dones? ¿Cuándo vas a comenzar a compartirlos? ¿Tienes idea de cuántas personas quizás lo estén necesitando?

Tus dones, talentos, conocimiento NO SON PARA TI, son para darlos a otros con amor. Son una semilla para ser sembrada! Si los retienes obstruyes el paso de energía y no podrás cosechar su fruto. Comienza a dar más de ti y verás como el universo te responde.

✓ **Ejercicio:**

1. Reflexionar sobre los pasos que debes dar (necesitas dar más, aprender a recibir, o ambas?)
 2. Crear un plan de acción y proponerte dar/recibir algo cada día.
 3. “Observar” tus pensamientos y emociones. A esto le llamo monitoreo. Cuando tomamos acciones diferentes a las que estamos acostumbradas, surgen del subconsciente pensamientos y se activan emociones que no habíamos detectado. Si notas alguno que sientes debes atender, hazlo.
 4. Mantener en todo una actitud de agradecimiento y una mentalidad de que somos prósperas y abundantes, tenemos para dar, nada se pierde, estamos manteniendo el flujo de energía y todo está bien.
- ¿Qué otra acción de dar, hacer o recibir se te ocurre? Compártela en el grupo de facebook.

- ✓ **Decreto:** “Hoy declaro que yo soy una mujer de acción, y me rodeo de mujeres de acción”.

¿Cuán poderosa es una acción? Cuando tomas acción, especialmente aquellas que darán forma a tus sueños, estas moviendo la energía, tomando en serio tus planes, haciendo un acto de sincronización entre ti y el universo. Estas dejando saber que CREES en tus sueños y en lo que has pensado y declarado y estas comprometida contigo misma a ver su manifestación y tomando responsabilidad por la parte que te corresponde.

Si miras atrás, podrás reconocer que las cosas que has manifestado conllevaron una acción grande o pequeña de tu parte. Para cada una de las cosas que he logrado manifestar (materializar) no ha bastado con pensarlo, imaginarlo, desearlo y sentirlo...he dado al menos un paso en el mundo físico.

- Para el carro que quería visité varios dealers de auto.
- Para el terreno que quería fui a pasear por los lugares que me gustan, hablé con gente y les dije lo que buscaba.
- Para los viajes que quería, navegué el Internet y visité las páginas de estos lugares, vi fotos, hice planes para dejar espacio en mi agenda.
- Para expandir mi círculo de influencia y mis contactos a nivel internacional hice “friend requests” en Facebook, escribí notas y saludos, acepté invitaciones a colaborar.
- Para tomar mi curso de coaching aun antes de tener dinero, llené la hoja de solicitud al curso.
- Para crear mi primer libro, ¡simplemente comencé a escribir!
- Para convertirme en conferenciante, lo puse en mi perfil y me ofrecí.
- Para comenzar a generar dinero, le puse precio a mis servicios.
- ¡PARA TRANSFORMAR MI VIDA, CAMBIE LA RUTA DE MIS PASOS EN OTRA DIRECCION! Toma en serio tus sueños, da el paso que tengas que dar, confirma tu

compromiso contigo misma en cada pensamiento, cada palabra y tomando acción. You want it? ACT LIKE YOU MEAN IT!



Conclusión

No olvides quién eres y el poder que tiene tu energía sobre tu realidad.

El año 2013 tuvo un comienzo fuerte y doloroso para mí y para mi familia. Aunque desde finales del 2012 podía sentir que el 2013 estaría lleno de bendiciones, como si al fin recibiríamos el fruto de la cosecha de muchos años, los primeros tres meses del año fueron lo opuesto a lo que me esperaba. Fue confuso para mí, porque en mi corazón podía sentir que sería un año de victorias. Pero cuando todo comenzó a derrumbarse, dudé y me dejé arrastrar, por un tiempo.

En esa época había dado unos pasos importantes y estaba a punto de dar otros más importantes aun, unos pasos que conllevaban soltar ciertas cosas, enfrentarme a miedos y lanzarme. Ya lo había hecho antes con éxito, pero esta vez era distinto. Esta vez podía palpar el resultado gigantesco de ese paso que estaba por dar y creo que era precisamente lo que tanto me asustaba. Ahora entiendo porque en ocasiones por mucho que pedimos a Dios que nos muestre el camino, Él parece ignorarnos. Es que si pudiésemos verlo no nos lanzaríamos.

El miedo y la preocupación son energías muy fuertes. Te pueden paralizar, hacer que retornes atrás o crear toda una serie de efectos externos. En mi caso en esta ocasión, la manifestación de esa energía no tardó en mostrarse. La verdad es que si alguna vez había dudado de mi poder para manifestar con mi energía, ha sido sin duda en ese momento.

En cuestión de dos meses entre enero y febrero, todos en casa nos enfermamos con una gripe que parecía que jamás se iría de nuestros cuerpos. El negocio de mi esposo comenzó a sufrir su peor época en años. Debido a eso el tomó la decisión de salir de las cuentas mensuales, incluyendo mi carro. Nuestra hija comenzó a tener problemas en la escuela. Mi propio negocio no estaba generando un centavo y para colmo el mismo día que decidí “echar fuera” la enfermedad de mi cuerpo y retomar uno de mis más importantes proyectos, nuestro hijo mayor sufrió una caída y se fracturó un brazo. Debido a la fractura que sufrió mi hijo pasé con el varios días en el hospital,

prácticamente sin comunicación porque mi teléfono celular no recibía señal dentro del hospital. Ahí en el hospital, comienzo a analizar detenidamente lo que estaba pasando a mí alrededor, después de todo, ahí tenía tiempo de sobra y sabía que eso no era una casualidad. La primera pregunta que me hice fue si realmente esto estaba sucediendo a mí alrededor y yo soy una mera espectadora y víctima de las circunstancias, o si la situación era un reflejo de lo que estaba ocurriendo en mi interior.

No sé ni porque me hice la pregunta pues ya sabía la respuesta. ¡Nada ocurre fuera de mí si no ocurre dentro de mi primero! Pero entonces, ¿a qué se debe el que me hiciera la pregunta? ¿Acaso había olvidado quien soy y el poder que tengo para manifestar? Al momento en que contesté mi pregunta me surgió otra, como de costumbre, ¿Qué hay en mi interior que pueda estar provocando todo esto tan feo fuera de mí? ¿A qué le tengo miedo?

Como suelo hacer para entender cada uno de mis procesos en la vida, tomé libreta y comencé a escribir. Repasé los sucesos importantes que podía recordar de los pasados meses, antes de comenzar a experimentar los aparentes problemas, primero para ver si podía detectar algún patrón, pero más importante, para detectar cuáles eran las emociones que estaban provocando el caos. Recordé y registré en mi libreta que en el mes de noviembre del 2012 había tomado la decisión de “soltar” lo que en ese entonces era mi negocio para incorporarlo como una organización sin fines de lucro.

Ese paso me había tomado años decidirlo, y aunque finalmente lo hice, reconozco que pudo haber provocado en mí cierto sentido de pérdida, o, si ese sentido ya estaba en mi subconsciente, entonces el nuevo acontecimiento pudo ser un detonante para reactivar el sentimiento que ya estaba guardado. Me percaté también que el proyecto que en ese momento trataba de iniciar era uno que me causaba mucha emoción, pues había esperado mucho tiempo para comenzar, pero a la vez me causaba miedo y ansiedad. De hecho era debido al miedo que había tardado tanto en comenzar. Continué registrando todo lo que se me ocurría que había sucedido antes de comenzar los problemas así como las emociones que provocaba cada uno de esos sucesos y noté que las emociones que predominaban eran las mismas que me producían los sucesos actuales: sentido de pérdida, preocupación, ansiedad y miedo. ¿Coincidencia?

Yo sabía que no era coincidencia, pero decidí ponerlo a prueba de todos modos. Para ponerlo a prueba primero que nada repasé en mi mente otros tiempos y momentos de mi vida en que ha surgido el mismo patrón: algo sucede o una decisión se toma que activa ciertas emociones que a su vez atraen situaciones que provocan más de esas emociones – positivas o negativas. Luego hice lo que ya había hecho antes también, comenzar a transformar mis emociones para influir en mi entorno de tal forma que todo comience a cambiar nuevamente. Pero más importante aún, me enfoqué en el momento PRESENTE y sus LECCIONES. Todo lo que ocurre no solo es un efecto de su causa, también tiene un propósito: es enseñarnos y convertirnos en mejores personas. Para extraer la lección de cualquier situación se debe vivir en el presente, estando ahí con todos tus sentidos, tu mente y tu corazón dispuestos a escuchar y aprender.

Según comencé a trabajar en mis emociones, soltando las que no me sirven y transformándolas por emociones positivas, todo comenzó a caer en su lugar. Después de mes y medio sin carro, mi propio vehículo regresa a mí, el negocio de mi esposo comenzó a prosperar, nuestra hija mejoró en la escuela, nuestro hijo mayor salió de la situación del brazo con éxito y mi negocio poco a poco comenzó a generar ingresos. Durante los dos meses difíciles, cuando me enfermé de la gripe que le dio a mi esposo y a mis hijos, estuve dos semanas enferma. Nunca había padecido de una enfermedad por tanto tiempo, y aunque me sentía realmente mal, algo en mí sabía que yo podía deshacerme de la enfermedad si quería, pero la estaba alargando para no enfrentarme a mis responsabilidades porque tenía miedo. Yo sabía que podía tomar control de mi cuerpo y sanar si quería. Pero estar enferma, aunque molesto y doloroso, me brindaba una “ganancia secundaria”, que era no tener que atender las responsabilidades que tenía y no comenzar a hacer lo que sabía que debía hacer.

Tuve que sacudirme yo misma y decir "¡YA BASTA! Hasta aquí llegó la enfermedad, me levanto y sigo caminando aunque tenga que arrastrarme". Con mi energía puedo hacer que las cosas se muevan, se paralicen, se enfermen o se sanen. Lo puedo hacer en mí y también en los que me rodean. Cuando yo decidí levantarme de mi lecho de

enfermedad y comenzar a moverme, otras cosas comenzaron a moverse también. ¡Era como si todo esperase y dependiera de mi para estar bien!

Ese es el lugar y responsabilidad de la mujer en el hogar. Cuando nosotras estamos bien, nuestra familia goza el beneficio. Es por esto que debemos ser conscientes de la energía que está en nosotras y que inevitablemente emana fuera de nosotras. Afecta todo lo que nos rodea lo queramos o no. El sentido de pérdida que percibí en el suceso del negocio lo pude manejar reconociendo que en realidad todo es energía y la energía no se pierde, se transforma. Lo que ahora parece una pérdida es en realidad una transformación de algo en otra cosa. Esa transformación es una bendición si la vemos como tal. De la única forma en que deja de ser una bendición, es que nos quedemos aferradas al sentido de pérdida. Tu energía emocional afecta tu entorno, tu negocio, tu salud y el bienestar de tu familia. Es tu poder manifestador, sé consciente de él y úsalo con cuidado y sabiduría.

De mi corazón al tuyo. Espero que mi lección te ayude a manifestar con sabiduría.



Master Neurocoach. Mentora. Autora del libro *El Secreto para la Manifestación de tus Sueños*. Moderadora radial. Creadora del curso *Money Mastermind* y del programa *Círculo de Poder*. Fundadora de la red internacional de empresarias *Mujer Empresaria de Hoy*.

www.idalizescalante.com

www.mujerempresariadehoy.com