

EL PODER DE LA

GRATITUD

CristalesCuanticos.com

Acerca de la Autora



Hola

Mi nombre en luz es Aliska.

Soy una enamorada de la vida, y cada día que pasa comprendo más el poder de la gratitud y cómo esta energía afecta todo en mi vida.

Cuando eres agradecido, no solo con aquello obvio para ti, sino agradecido con todo en tu vida, incluso con los “obstáculos que se pueden presentar”, abres la puerta a una nueva forma de vivir.

Cuando agradeces, te sintonizas con la energía vibración de la gratitud y esto hace que tu cuerpo se sienta mejor y que tu vida cobre un nuevo sentido mucho más hermoso y feliz.

Te invito a leer este libro con un corazón expandido, permitiéndote adentrarte en una nueva forma de ver y percibir tu vida.

Con Amor... Aliska

CristalesCuanticos.com

Introducción

“El Poder de la Gratitude” es una obra inspirada en La Ley de la Gratitude.

Cuando agradecemos, nuestros pensamientos y sentimientos se alinean con el poder del universo para atraer a nuestras vidas todo aquello que deseamos. Pensamientos y sentimientos son las herramientas de las que dispones para ser el arquitecto de tu propia vida.

Toda situación, positiva o negativa, ha sido atraída a ti por la forma en que manejas tus patrones mentales. Lamentablemente, la mayoría de las personas desconocen aún esta información.

Cuando comprendemos que el Universo tiene para nosotros recursos ilimitados, cuando comprendemos que la carencia se encuentra sólo en nuestra mente, cuando comprendemos que debemos dejarnos fluir con el universo, cuando comprendemos que el universo –Nuestro Creador– nos ha dado todas las herramientas para ser felices y llevar una vida plena de amor y tranquilidad, sólo entonces estaremos alineados con la Ley de la Gratitude y seremos un imán para atraer a nuestras vidas todo aquello que nos hace felices.

Te invito para que disfrutes “El Poder de la Gratitude”.

Feliz lectura!!!

El Poder de la GRATITUD

Todo aquello que vives, que experimentas –sea bueno o malo– no llega a tu vida por casualidad. Vivimos en un mundo regido por leyes universales. Es el conocimiento de esas leyes el que te permitirá entender y disfrutar de todo lo maravilloso que el universo tiene para ti. Es sólo cuestión que lo tomes. Pero... la eterna pregunta es ¿Cómo?

Hoy vamos a analizar una de esas leyes universales, una ley que seguramente has utilizado millones de veces a lo largo de tu vida, pero quizás desconocías que era una ley universal. Es la Ley de la Gratitude.

Pero antes de hablar de esta ley universal, me gustaría que analizáramos brevemente qué sucede con la naturaleza, quien también es regida por las leyes del universo.

Observemos una planta. Supongamos que una persona a quien quieres mucho te regala una bella planta. ¿Qué haces con ella? Solo tienes dos opciones: la primera, centras tu atención en ella y te encargas felizmente de cuidarla, regarla, estar pendiente de ella para que crezca fuerte y hermosa; y la segunda, por el contrario, no centras tu atención en ella y la descuidas permitiendo que se marchite.

Lo mismo sucede con nuestras vidas. Cuando centramos nuestra atención en algo, inevitablemente crece. Pero cuidado, aquello en lo que centres tu atención puede que no sea algo bueno para tu vida. Es por este motivo que debes cuidar tus pensamientos.

¿Mis pensamientos?

Sí, tus pensamientos son creadores!!!

Es a través de tus pensamientos que creas tu realidad. ¿Estás feliz con la vida que llevas? Lamentablemente, la mayoría de las personas que habitan este mundo no están felices con su vida. Sufren de enfermedades, falta de dinero, decepciones en el amor, en fin... millones de razones son las que existen en todo el planeta.

Si este es tu caso, y aún no lo sabes, tu manera de pensar está directamente relacionada con todas estas experiencias que tienes día a día.

Pero hoy ni abordaremos este tema.

Hoy nos centraremos en la Ley de la Gratitude.

Como pudimos ver con nuestro ejemplo de la planta, todo aquello en lo que centramos nuestra atención, durante un prolongado tiempo, por medio de nuestros pensamientos y de nuestros sentimientos, aparece en nuestra vida.

Dado que el universo y nuestra mente subconsciente no distinguen entre pensamientos favorables o pensamientos desfavorables para nosotros, si centramos nuestra atención durante un determinado periodo de tiempo en algo, lo estamos atrayendo hacia nosotros. Sea esto bueno o malo para nosotros.

Pensamientos positivos son aquellos que nos brindan paz, alegría, felicidad, amor.

Pensamientos negativos son aquellos que nos provocan miedo, preocupación, tristeza.

En pocas palabras hemos analizado cómo funciona el universo. Sabemos que las leyes del universo son las que rigen nuestras vidas, nada sucede por casualidad. También sabemos que son nuestros pensamientos y nuestras emociones las que atraen hacia nosotros todo aquello que experimentamos, sea bueno o malo.

La gratitud es una energía positiva, una energía que tiene altas vibraciones positivas. Es por ello que la Ley de la Gratitude es tan efectiva. ¿Por qué? Sencillo.

Cuando te encuentras agradecido con alguien, ¿qué sientes? Seguramente tus sentimientos son muy bellos e irradian amor. Esa es la vibración que el universo comprende y nos envía más de lo mismo. Más momentos o cosas para sentirnos agradecidos, para reproducir ese sentimiento de gratitud.

Pero ...

¿Qué pasa si ese sentimiento de gratitud dura sólo unos momentos? Seguramente, el universo no llegará a interpretar que eso es lo que quieres vivir.

Ahora bien... ¿qué sucede si ese sentimiento de gratitud dura todo el día, toda la semana, todo el año...? Ten por seguro que el universo comprenderá la señal que le estás enviando y te responderá con más eventos y circunstancias para que te sientas agradecido.

Imagina por un momento que centras tu atención en todo aquello por lo que estás agradecido, tu familia, tu empleo, tu salud, tu casa, tu auto, tus piernas, tus ojos, en fin... millones y millones de cosas por las que puedes estar agradecido a lo largo de tu vida, y por qué no, a lo largo de tu día.

Si nuestra realidad es creada por nosotros día a día, minuto a minuto, entonces, agradece permanentemente, agradece por cada cosa maravillosa, por pequeña que sea, que se materialice en tu vida. Así, tendrás la certeza que cada vez tendrás más y más razones por las cuales agradecer.

Quizás te estés preguntando ¿Agradecer a quién? Esa respuesta sólo la tienes en tu corazón. Para muchos es agradecer a Dios, para otros agradecer al Universo, simplemente piensa cuando estás feliz ¿a quién agradeces? Esa es la respuesta.

Según Wes Hopper, el autor de “El asombroso poder de la gratitud”, existen cinco razones que suelen impedir a las personas ser agradecidas.

Razón # 1

Cuando Tienes Pensamientos De Escasez (Carencia)

Desde pequeños, solemos estar rodeados de pensamientos de escasez o carencia.

Nuestros maestros, nuestros seres más amados, inconscientemente han sido partícipes de esta situación.

Recuerdas haber escuchado frases como...

- * El dinero no alcanza.
- * No tengo suficiente.
- * No puedo comprarlo, es muy costoso.
- * Somos pobres pero felices.
- * Los ricos son unos ladrones.

La lista puede ser mucho más larga, pero creo que comprendes el tipo de pensamiento al que me refiero.

Te cuento que hace algunos años he descubierto que esto es una gran mentira. Hay suficiente para todos, sin tener por ello que quitarle nada a nadie.

Y esta afirmación que estoy haciendo tiene su fundamento científico. Como bien sabes, la ciencia ha descubierto que todo está hecho de la misma energía: las estrellas, las rocas, tu carro, tu cama, tu cuerpo y también el dinero.

Un reciente estudio científico del cosmos descubrió que para crear el universo, sólo se utilizó un 4% de la energía disponible.

¿Si un universo se crea con sólo 4%, crees que no hay energía suficiente para crear lo que tú quieres experimentar en tu vida? Personalmente, creo que sí.

Ha llegado el momento de cambiar tantas creencias limitantes con las que fuimos criados, y descubrir de una vez y por todas, cuán maravilloso es el Universo y todo lo que está ahí esperándonos, sólo esperando que decidamos tomarlo.

Convéncete. Nuestro Creador es abundancia y te dará todo lo que le pidas. No hay pedidos grandes o pequeños. Sólo debes conocer la manera exacta de comunicarte con él.

Para aprender a comunicarte con Nuestro Creador te recomiendo el Combo Ley Atracción donde aprenderás, paso a paso, cómo atraer a tu vida todo aquello que desees. Puedes adquirirlo en...

<http://volandojuntos.com/ley-atraccion-combo.html>

CristalesCuanticos.com

Razón # 2

Cuando Opones Resistencia

Cuando sabes que algo es de cierta manera, ¿qué sentido tiene oponer resistencia? No resistirse significa tomar la actitud mental de que sea lo que sea, es exactamente lo que está siendo en ese momento y, por tanto, no lucharemos contra ello, simplemente lo aceptaremos como parte de nuestra realidad.

No opongas resistencia, simplemente acepta la realidad tal como se te ha presentado.

Ahora bien, no resistirse no quiere decir, bajo ningún punto de vista, conformarse. Simplemente quiere decir, aceptar las cosas tal cual las estamos viviendo en este momento, analizarlas, evaluar qué no queremos de ellas y qué si queremos, y tomar acción para hacer los ajustes pertinentes.

Puedes tomar acción, sin oponer resistencia.

Supongamos que tienes un problema, tú tienes sólo tres caminos que puedes tomar cuando no te resistes:

PRIMERO

Si no puedes hacer nada, entonces aléjate del problema.

SEGUNDO

Si no puedes hacer nada, pero tampoco puedes alejarte del problema, entonces cambia tu percepción, mira el problema con otros ojos. No lo condenes, no te condenes. No te resistas. Simplemente aprende lo que más puedas de esa situación que estás viviendo. Saca la mayor ventaja de esa dificultad.

TERCERO

Si puedes hacer algo, entonces hazlo.

No hay satisfacción más grande que hacer las cosas por el solo hecho de hacerlas. Sin presiones de ningún tipo.

Muchas personas se creen indispensables, pero la realidad es que nadie lo es. Obviamente, existen personas cercanas a nosotros que suelen hacernos la vida más fácil con sus consejos, sus cuidados, su amor, su comprensión. Pero cuando esta persona, por alguna causa, que no necesariamente tiene que ser la muerte, ya no se encuentra a nuestro lado, la vida continúa. Nos reorganizamos, hacemos ajustes por aquí y por allá, y seguimos adelante.

Durante un sueño que tuve hace algunos meses, soñé con Jesús, nuestro hermano espiritual. En el sueño, Jesús me dio el más bello consejo que un hermano mayor nos puede dar. ¿Sabes cuál es ese consejo?

No te resistas. Sí, no te resistas.

Nunca he olvidado aquel sueño, ni tampoco la sensación de sentir a Jesús a mi lado, hablándome, aconsejándome, descubriendo el velo de mis ojos ante una de las más grandes verdades de este mundo.

Aceptar las cosas tal como suceden en este momento. No resistirse.

Cuando nos resistimos estamos fijando nuestra atención en aquello que no queremos.

¿Y sabes qué pasa cuando centramos nuestra atención en algo que no deseamos? Atraemos más de lo mismo. Atraemos a nuestras vidas más de aquello que no queremos vivir.

Parece tan sencillo el consejo, pero a la hora de llevarlo a cabo nuestra mente nos traiciona. Ella vuelve una y otra vez a pensar en nuestro problema, en esa situación que no deseamos estar viviendo. Es por ello que es fundamental que aprendas a aquietar tu mente, a controlar tus pensamientos. Muchos lo han logrado a través de la meditación o de la oración, pero ese no es el único camino. Tú debes encontrar el tuyo.

Existe una ley universal, llamada la Ley de los Polos Opuestos o Ley de Polaridad. Esta ley nos dice que toda situación, todo evento, toda vivencia tiene dos lados, y ellos son opuestos e iguales.

¿Qué quiere decir opuestos e iguales?

Quiere decir que toda situación que vives tiene su parte positiva y su parte negativa. Debes volverte un experto en descubrir la parte positiva de cada situación negativa que vivas. Esto te ayudará a tener otra visión de la situación y de la vida misma.

Recuerdo que cuando mi niña tenía tres años jugando con el papá se golpeó uno de sus dientes. Salimos corriendo a urgencias, el diente estaba todo flojo y comenzaba a ponerse negro. Realmente pensé que se le caería.

Afortunadamente, el golpe no fue tan fuerte y la niña no perdió el diente, si bien aún lo tiene todo negro.

La parte positiva de esta historia, además que tuvo un final feliz: conservar su diente, fue que gracias a esta situación mi niña dejó de chuparse el dedo, lo cual le estaba comenzando a causar problemas con el paladar.

¿Cómo sucedió?

El odontólogo que la evaluó, al ver que el paladar de la niña se estaba deformando por chupar dedo, le dijo que no debía volver a chupárselo. La niña que desde bebé sólo se dormía si tenía su dedo gordo en la boca, nunca volvió a chupar dedo. Jamás. Ni siquiera cuando dormía.

Esta fue una gran lección. De una situación preocupante, se desencadenó otra que dio solución a un gran problema futuro.

Lo que quiero expresar con este ejemplo es que, todas las situaciones que vivimos tienen algo positivo que dejarnos: una enseñanza, una lección que aprender.

Depende de nosotros qué tan rápido aprendamos esa lección. Si nos demoramos, estaremos proyectando en nuestras vidas más de esas situaciones que odiamos. Hasta que aprendamos a pensar diferente. Hasta que aprendamos a dominar el poder que tenemos, a partir de nuestros pensamientos y sentimientos, en la creación de todas las experiencias que vivimos.

Recuerda:

La resistencia incrementa el sufrimiento y prolonga la experiencia. Cuando no oponemos resistencia, estamos acelerando el proceso y llegando más rápido a aquello que sí queremos experimentar en nuestras vidas.

Encuentra en cada situación negativa, aquello que encierra de positivo. Cuando lo encuentres, agradece por ello. Esto centra la energía en aquello que quieres y no en aquello que no quieres para ti.

Razón # 3

Cuando No Eres Feliz

Estar feliz es un estado del ser. Debes comprender que el único momento que tienes es el ahora, el presente.

Del pasado solo puedes obtener lecciones aprendidas y del futuro no puedes obtener nada porque aún no lo has creado. Pero entiéndeme bien, debes tener muy claro tus objetivos y metas para el futuro y entablar un plan de acción para alcanzarlos. Lo que no debes hacer es vivir en el futuro, pensando por ejemplo cuando tenga esto, haré aquello. Es muy diferente vivir en el futuro que vivir en el presente creando el futuro.

El presente es el único momento que debe ser importante en tu vida. ¿Por qué? Porque es el momento en que estás creando, junto con el universo, todo aquello que atraerás a tu vida. Por ello, es fundamental que te mantengas en el presente y no permitas que tu mente divague por el pasado, por el futuro, o por situaciones ajenas a ti.

Recuerda la Ley de los Polos Opuestos y encuentra siempre la cara positiva a todo lo que llegue a tu vida. Aférrate a esa energía positiva que sientes. Expándela sintiéndote feliz y agradecido por todas las bendiciones que el universo te envía. Si la situación que atraviesas es muy difícil o dolorosa, busca el lado positivo, búscalo y lo encontrarás. Cambia tu manera de ver. Toma distancia de la situación, mírala como un espectador, no puede hacerte daño. Obsérvala, analízala, obtén de ella todo lo positivo que puedas. Exprímela y disfruta de cada energía positiva que puedas encontrar. Da gracias por esas bendiciones.

Aférrate a la felicidad que sientes. Y visualiza en tu mente cómo te gustaría que fuera esa realidad. Imagínala cómo realmente te gustaría estar viviéndola. Búscale un final feliz.

Cada vez que tengas sentimientos negativos: dolor, rabia, odio, malestar... céntrate en lo positivo que encontraste mientras observabas esa situación desde fuera, como un simple observador a quien nada le puede afectar.

Como bien sabes en lo que enfocas tu atención, eso es lo que atraes a tu vida. Enfoca tu atención en aquello que te haga sentir feliz y así estarás enviando al universo las señales necesarias para recibir en tu vida más felicidad.

Despedida

Has llegado al final de “El Poder de la Gratitude”. Espero que ahora que conoces y comprendes cómo funciona la Ley de la Gratitude comiences a emplearla en tu vida.

Conocimiento y sabiduría no es lo mismo. Conocimiento es aquello que aprendemos, pero sabiduría es aquello que aprendemos y llevamos a la acción.

Es por ello que debes experimentar todo el conocimiento que recibes a diario. Debes experimentarlo por ti mismo, para que se convierta en sabiduría y nunca lo olvides.

Te agradezco infinitamente el tiempo que compartiste conmigo. Te agradezco haberme permitido compartir contigo la visión que tengo sobre una de las tantas leyes que rigen nuestra vida. Te agradezco por ser parte de mi vida.

Con Profundo Amor y Gritud

Aliska

Un Regalo para Ti

Mi trabajo se enfoca en apoyar el despertar de conciencia de la raza humana, apoyando la evolución de la vida a niveles de paz, amor, alegría, libertad, abundancia y bienestar.

Para apoyar esta misión de vida, deseo compartir contigo varios productos que son totalmente gratuitos y que puedes descargar desde mi sitio web. Solo debes hacer clic en el enlace y serás dirigido a mi sitio web.

[MEDITACIONES GRATIS](#)

[LIBROS DE REGALO](#)

Deseo de corazón que estos recursos gratis te apoyen en tu camino de vida. Siempre puedes avanzar a nuevos niveles mucho más elevados y resplandecientes de tu vida.

Te espero en Mis Redes Sociales

[Tiktok](#) — [Facebook](#) — [Instagram](#) — [Youtube](#)

CristalesCuanticos.com

Avanza Más Rápido

La vida se ha acelerado mucho, puedes darte cuenta con la velocidad que pasa cada día, o cada mes, incluso cada año.

Todo se está acelerando y esto se debe a una ola de ascensión acelerada por la que toda la raza humana está atravesando. Es tiempo de subirse a esta hermosa ola y avanzar más rápido hacia esa vida hermosa, plena y feliz que ya está disponible.

Comparto contigo mi trabajo para que puedas beneficiarte de todo el amor y la ilusión de compartir este viaje contigo.

[MEDITACIONES ENERGÉTICAS](#)

[LIBROS EN PDF](#)

[ENSEÑANZAS PARA LA VIDA](#)

[SESIONES A DISTANCIA](#)

Es el tiempo de disfrutar la vida, Bello y bendecido día para ti.

Te espero en Mis Redes Sociales

[Tiktok](#) — [Facebook](#) — [Instagram](#) — [Youtube](#)

CristalesCuanticos.com

**Tienes mi autorización para regalar
este libro a tus amigos y conocidos**

Derechos reservados

<https://cristalescuanticos.com>

Derechos reservados.

El uso de cualquier parte de esta publicación para ser reproducida, transmitida de cualquiera forma o por cualquier medio, electrónico, mecánico, grabado, fotocopiado u otro, o almacenado en un sistema de recuperación, sin la previa autorización del autor, es una violación de la ley de los derechos reservados.

Aviso Importante

La información suministrada en este libro es el reflejo de las ideas de su autora. Esta información es brindada a modo de ejemplo de lo que podría ser su vida. En ningún caso la autora se responsabiliza de los resultados que usted pueda obtener.

Para más información por correo electrónico escribir a

cristalescuanticos@gmail.com

[CristalesCuanticos.com](https://cristalescuanticos.com)