

Michael Losier, 'coach', trabaja con la ley de la atracción

"Atraigo a mi vida todo aquello a lo que presto atención"

IMA SANCHÍS - 13/02/2008

Tengo 46 años. Nací y vivo en Canadá. He estudiado Administración y Dirección de Empresa. Trabajé como coach para el gobierno canadiense de 1990 a 1999. Soltero. Liberal. Mi creencia espiritual es que todo surge a través de nuestros pensamientos

¿Lo que está en tu conciencia crece en tu experiencia?

... O lo que es lo mismo: atraigo a mi vida todo aquello a lo que le presto atención, le dedico energía o en lo que me concentro, sea positivo o negativo.

Vaya, que lo que das, recibes.

Dependiendo del signo de la vibración que emitamos recibiremos más de lo mismo, sí. Las vibraciones surgen a través de nuestros pensamientos y nuestras palabras.

¿Qué debemos saber?

La atracción no es necesariamente deliberada. El simple hecho de cómo se observan las cosas ya emite una vibración.

¿Por ejemplo?

Abrir la cartera y observar que no hay dinero emite una vibración de carencia o miedo. Es decir, que si te gusta lo que observas, celébralo, pues con tu celebración conseguirás que el efecto revierta de nuevo en ti. Y si no te gusta, minimízalo.

Mejor poner la atención en lo positivo.

Sí, pero tendemos a hablar de lo que no nos gusta ("no quiero llegar tarde, no te preocupes, no te alteres"); de esta manera centramos nuestra atención en las cosas que no queremos y emitimos una vibración negativa. Cada vez que utilice dichas expresiones, pregúntese: "Si eso es lo que no quiero, entonces, ¿qué es lo que quiero?".

Entiendo.

Debemos reajustar nuestras palabras, ya que estas crean pensamientos que a su vez crean sentimientos positivos o negativos. Las emociones positivas deben constituir la influencia dominante en

nuestra mente.

Cuando quieres algo y no lo consigues, creas frustración.

La frustración deriva de la duda, uno tiene un deseo y espera que le suceda. Hay que tener presente lo que se desea, prestarle atención, y eliminar la duda de la ecuación. Si por ejemplo desea tener una buena relación de pareja, analice qué se dice a usted misma: "Es muy difícil, no la tengo porque trabajo demasiado...".

¿Y?

Todo eso son creencias limitantes que a veces somos incapaces de percibir. Para saber si emitimos vibraciones negativas o positivas, basta con fijarse en los resultados que estamos obteniendo en esa área de nuestra vida, porque son el reflejo de nuestra vibración.

Un pez que se muerde la cola.

Rompa el círculo, identifique lo que le hace sentir bien e insista en ello; pero repetir su deseo, utilizar afirmaciones, no es garantía de nada.

¿Entonces?

Una afirmación es una declaración verbalizada en presente y utilizada para aseverar un deseo, por ejemplo: "Tengo un cuerpo feliz y estilizado". Cada vez que diga esa afirmación, reaccionará en función de lo que le hagan sentir sus palabras, y la ley de la atracción responderá a lo que siente.

Es decir, que una afirmación positiva puede tener una vibración negativa.

Así es. Hay que reformular las afirmaciones para que te hagan sentir bien; entonces, mejor decir "estoy en proceso de tener un cuerpo feliz" si eso es más veraz para usted.

Reconozca que la vida es más compleja y que a veces nuestros deseos, por bien formulados que estén...

Ahí está el mayor problema de la ley de la atracción, en el permitirse el deseo. No basta con que tu deseo sea intenso, sólo se manifestará cuando desaparezca tu resistencia. La fuente más común de la duda son las creencias limitadas, es decir, un pensamiento negativo que te asalta una y otra vez, y a veces de forma inconsciente.

Hay que identificar esas creencias limitantes.

Sí, y le daré una pista: normalmente están después de la palabra porque: "No puedo porque...". Bien, pues empiece preguntándose si hay, en el presente, alguien que haga lo que usted quiere hacer o tenga lo que usted quiere tener. Por ejemplo: "Me gustaría abrir mi propio negocio pero no puedo porque a partir de los 60 años es complicado". Pregúntese: "¿Cuánta gente lo ha hecho?"...

Hay millones de flamantes propietarios sexagenarios de negocios.

Efectivamente, así que celebre la evidencia de la prueba y vuelva a celebrarlo cuando tenga alguna evidencia de que la ley de la atracción funciona. El reconocimiento y la gratitud nos ayudan a intensificar nuestras vibraciones positivas. Es importante abonar el terreno de nuestros días.

Deme algún truco.

Planifique mentalmente lo que va a hacer durante el día y hágalo positivamente; de esta manera se convertirá en un emisor deliberado y consciente de sus vibraciones. Y, por favor, enséñeselo a sus hijos, que se den cuenta de que decir lo que quieren en lugar de lo que no quieren les hace sentir mejor. Mediante el juego, enséñeles a sustituir el "no hagas, no seas y no..." por la pregunta secreta: "Entonces, ¿qué es lo que quiero?".

¿Las malas vibraciones se contagian?

La distancia existente entre tu vibración y la de otra persona (pareja, hijo o jefe) es igual a la cantidad de resistencia, es decir, negatividad, que sientes ante ella.

A veces caen chuzos de punta...

Después de esperar varias horas a que saliera mi avión, he llegado sin el equipaje. No es tan importante lo que sucede como nuestra respuesta a ello. A todos nos pasan cosas que no nos gustan: lo importante es no prestarles atención durante mucho tiempo.

miércoles, 13 de febrero de 2008



[La Contra | página nº 68](#)

Más Noticias de

[La Contra](#)

Serendipia

Creció en una comunidad obrera de New Brunswick. Estudió Programación Neurolingüística (PNL) y se formó como empowerment coach cuando esa disciplina estaba en pañales. Acabó de coach para el gobierno canadiense. En 1995 se topó con la ley de la atracción y decidió dedicarle todas sus neuronas. Acaba de publicar en España La ley de la atracción (Planeta). Además de conferencias y de ser un asiduo en radios y televisiones (participa en un programa radiofónico de Oprah Winfrey), inventó TeleClass Internacional: imparte lecciones prácticas mediante sistemas puente de teleconferencia. A través de este método ha estado en contacto con 15.000 personas al año.