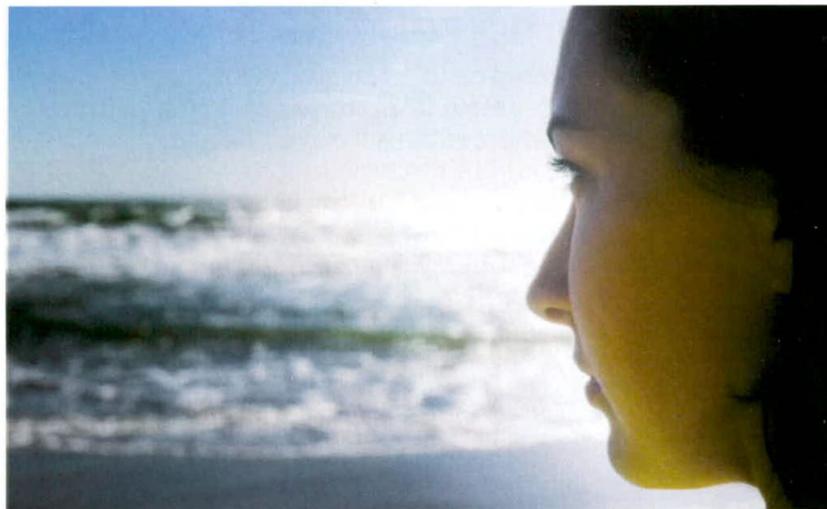


“Ahora disfruto cada momento”

Relato personal. Atraemos lo que demostramos y lo que expulsamos. Si estamos llenos de rencor, odio y agobios, atraeremos solo mala energía. Sé que hoy en día, y a medida que pasan los años, es más difícil evitar estos sentimientos que tantos problemas nos traen, pero si mirásemos la vida desde otra perspectiva y con otra actitud, nuestra vida sería diferente.

Tengo 23 años y quiero contar cómo era mi vida antes de darle un giro a mis pensamientos, y sobre todo, a mi vida. Todo empezó cuando iba a realizar un viaje de doce horas. Iba frustrada, no tenía ilusión por la vida, nada tenía sentido para mí... Pensaba incluso que si el avión se caía, sería un alivio, porque así dejaría de existir. Pensaba que estaba en un agujero profundo y negro, donde no había salida para mí. Estaba deprimida.

Me había dado un tiempo con mi novio y había dejado el trabajo. No era feliz, me sentía vacía. Desde pequeña crecí con pensamientos negativos y pensando que no era capaz de hacer nada, o que todo lo que hacía no era del todo bueno, o esperando siempre que llegaran más cosas o todo fuera perfecto. Tuve trastornos alimenticios... Podría contar mil anécdotas... El caso es que en aquel viaje, mi vecino de vuelo era un hombre de 40 años que empezó a hablarme muy normal, como haría cualquier persona que tuviera que compartir un viaje tan largo. Cuando habíamos cogido algo



de confianza, me dijo que él estaba muy feliz porque le iba bien todo y se sentía afortunado. Su sonrisa de oreja a oreja y la energía tan bonita que desprendía, hicieron que sintiera más curiosidad, y empecé a preguntarle cómo lo hacía, porque aunque yo muchas veces intentase ser positiva, no lo conseguía. Contestó: “Elisa, dime dónde estamos”. Y le contesté: “Estamos aquí”. Y me dijo: “Esa es la clave, estar siempre aquí y disfrutar del momento”.

Creo que fue un regalo del universo. Me empezó a dar consejos para meditar y poder tranquilizar mi mente, que tanta falta le hacía. Esa meditación forma parte de la transición que es necesario vivir para poder dar el cambio. Gracias a eso, empecé

a leer más, y como todo está conectado y nada pasa por casualidad, cuando volví de mi viaje fui a una tienda de revistas y allí pude adquirir **PSICOLOGÍA PRÁCTICA**, que recomendaba la lectura de *La vida en transición* (Urano), de Servet Hasan, un libro que definitivamente ha hecho de mi vida un verdadero cambio. Y todo gracias a mi bendita ley de la atracción. Porque cuando vas con el chip en verde, como yo lo he hecho desde el día del vuelo, puedes atraer los regalos del universo, y lo notas en todo: empiezas a coincidir con gente positiva, se te abren puertas a donde vayas, y lo más importante, eres capaz de ayudar a gente que lo necesite. Es importante tener una buena actitud y disfrutar del momento. **Elisa**