

¿CREES EN LA MAGIA?

“Los que no creen en la magia nunca la encontrarán.”

ROALD DAHL (1916–1990)

ESCRITOR

¿Recuerdas tu infancia cuando veías la vida con admiración y asombro? La vida era mágica y apasionante, y te emocionabas hasta con las cosas más pequeñas. Te fascinaba ver la escarcha sobre la hierba, una mariposa revoloteando en el aire, o cualquier hoja o piedra rara en el suelo.

Te llenabas de emoción cuando se te caía un diente, porque sabías que el Hada de los Dientes vendría esa noche, y ¡contabas los días que faltaban para las noches mágicas de Navidad y de Reyes! Aunque no tenías idea de cómo Papá Noel y los Reyes podían llegar a todos los niños del mundo en una noche, de algún modo siempre lo conseguían, y nunca te defraudó.

Los renos podían volar, había hadas en el jardín, las mascotas eran como personas, los juguetes tenían sus propias personalidades, los sueños se hacían realidad

y podías tocar las estrellas. Tu corazón rebosaba de felicidad, tu imaginación no conocía límites, y ¡tú creías que la vida era mágica!

Hay un sentimiento exquisito que muchos hemos experimentado de niños: que todo es bueno, que todos los días prometen más emoción y aventura, y que nada puede sabotear nuestra felicidad por la magia de todas las cosas. Pero de alguna manera, a medida que nos fuimos haciendo adultos, las responsabilidades, los problemas y las dificultades hicieron mella en nosotros, nos desilusionamos, y la magia en la que creíamos cuando éramos niños se debilitó y desapareció. Ésta es una de las razones por las que cuando somos adultos nos gusta tanto estar con los niños, para poder experimentar de nuevo ese sentimiento que una vez tuvimos, aunque sólo sea por un momento.

Estoy aquí para decirte que la magia en la que una vez creíste es verdadera, y que lo que es falso es la perspectiva desilusionada de la vida que tienen los adultos. La magia de la vida es *real*, y es tan real como lo eres tú. De hecho, la vida puede ser mucho más maravillosa de lo que jamás imaginaste de niño, y es mucho más imponente, formidable y emocionante que cualquier cosa que hayas visto antes. Cuando sepas qué has de hacer para producir la magia, vivirás la vida de tus sueños. Entonces, te preguntarás ¡cómo pudiste dejar de creer en la magia de la vida!

Puede que no veas renos volando, pero *verás* que lo que siempre has deseado se manifiesta ante tus ojos, y que te suceden las cosas con las que tantas veces has soñado.

Nunca sabrás exactamente cómo se ha confabulado todo para que tus sueños se hayan hecho realidad, porque la magia actúa en el reino de lo invisible, ¡y esa es la parte más emocionante!

¿Estás dispuesto a volver a experimentar la magia? ¿Estás dispuesto a sobrecogerte y asombrarte cada día como en tu infancia? ¡Prepárate para la magia!

Nuestra aventura empieza hace dos mil años, cuando el conocimiento que podía cambiar nuestra vida estaba oculto en un texto sagrado...



LA REVELACIÓN DE UN GRAN MISTERIO

El siguiente pasaje procede del Evangelio de San Mateo, en las Sagradas Escrituras, y a lo largo de los siglos muchos de los que lo han leído se han quedado perplejos, o confundidos o no lo han entendido.

“A quienquiera que tenga se le dará más, y tendrá en abundancia. A quienquiera que no tenga, incluso lo que tenga, le será arrebatado.”

Has de admitir que cuando has leído este pasaje te ha parecido injusto, puesto que parece que esté diciendo que los ricos serán más ricos y los pobres más pobres. Pero hay un acertijo que resolver en este pasaje, un misterio que desvelar, y cuando lo conozcas un nuevo mundo se abrirá ante ti.

La respuesta al misterio que durante siglos ha eludido a tantas personas es una palabra oculta: **gratitud**.

*“A quienquiera que tenga **gratitud** se le dará más, y tendrá en abundancia. A quienquiera que no tenga **gratitud**, incluso lo que tenga, le será arrebatado.”*

Por la revelación de una palabra oculta, un texto crítico se vuelve claro como el agua. Han transcurrido dos mil años desde que se escribieron esas palabras, pero hoy son tan ciertas como lo han sido siempre: si no te molestas en dar las gracias, nunca tendrás más, y lo que tienes lo perderás. Y la promesa de la magia que se producirá con la gratitud se expresa con estas palabras: *si eres agradecido recibirás más, ¡y tendrás en abundancia!*

En el Corán también se enfatiza la promesa de la gratitud:

“Y (recuerda) cuando Dios proclamó: ‘Si eres agradecido te daré más; pero si eres desagradecido, en verdad mi castigo será severo.’”

No importa cuál sea tu religión, ni si eres una persona religiosa o no, estas palabras de las Sagradas Escrituras y del Corán, son para ti y para que las apliques en tu vida. Están describiendo una ley fundamental de la ciencia y del Universo.

Es la Ley Universal

La gratitud actúa a través de una ley Universal que gobierna toda nuestra vida. Según la ley de la atracción, que rige toda la energía de nuestro Universo, desde la formación de un átomo hasta el movimiento de los planetas, «lo semejante atrae a lo semejante». Por la

ley de la atracción las células de todos los seres vivos se mantienen unidas, así como la sustancia de todos los objetos materiales. En tu vida, esta ley actúa a través de tus pensamientos y sentimientos, porque también son energía, y por lo tanto, atraes todo lo que piensas y sientes.

Si piensas: «No me gusta mi trabajo», «No tengo suficiente dinero», «No puedo encontrar a la pareja perfecta», «No me llega para pagar mis facturas», «Creo que me voy a poner enfermo», «Él o ella no me aprecia», «No me llevo bien con mis padres», «Tengo un hijo problemático», «Mi vida es un caos» o «Tengo problemas en mi matrimonio», entonces, atraerás más experiencias similares.

Pero si piensas en cosas por las que puedes estar agradecido, como «Me gusta mi trabajo», «Mi familia me apoya», «He disfrutado de mis mejores vacaciones», «Hoy me siento de maravilla», «He recibido la mayor devolución de impuestos de mi vida» o «He pasado un fin de semana de camping increíble con mi hijo», y sientes sinceramente gratitud, la ley de la atracción dice que atraerás más de *esas* cosas en tu vida. Funciona igual que cuando el metal es atraído por un imán; la gratitud es magnética, cuanta más gratitud sientes, más abundancia magnetizas. ¡Es la ley Universal!

Habrás oído cosas como: «Todo lo que haces, vuelve a ti», «Lo que siembras, cosechas» y «Lo que das, es lo que recibes». Bueno, todos estos refranes hacen referencia a la misma ley, y también describen un principio del Universo que descubrió el gran científico sir Isaac Newton.

Entre los descubrimientos científicos de Newton se encuentran las leyes fundamentales del movimiento del Universo, una de las cuales dice:

A toda acción le corresponde siempre una reacción igual y contraria.

Cuando aplicamos la idea de la gratitud a la ley de Newton es como decir: cada acción de *dar* gracias provoca siempre una reacción contraria de *recibir*. Y lo que recibirás será siempre la misma cantidad de gratitud que has dado. ¡Esto significa que la propia acción de la gratitud desencadena la reacción de recibir! Y cuanto más sincero y profundo sea tu agradecimiento (en otras palabras, cuanta *más* gratitud des) *más* recibirás.

El Hilo Conductor de la Gratitud

Desde hace miles y miles de años, hasta remontarnos a los albores de la humanidad, se ha predicado y practicado el poder de la gratitud, y desde entonces se ha ido transmitiendo a través de los siglos, extendiéndose por los continentes, impregnando una civilización y cultura tras otra. En todas las grandes religiones – el cristianismo, el islamismo, el judaísmo, el budismo, el sijismo y el hinduismo –, la gratitud tiene una importancia capital.

Mahoma dijo que la gratitud por la abundancia que recibimos es la mejor garantía de que la abundancia proseguirá.

Buda dijo que no tenemos razón alguna para ninguna otra cosa que no sea el agradecimiento y la felicidad.

Lao Tse dijo que si te alegras por cómo son las cosas, el mundo entero te pertenecerá.

Krishna dijo que él acepta con gozo todo lo que se le ofrezca.

El rey David habló de dar las gracias al mundo entero, por todo lo que existe entre los cielos y la Tierra.

Y Jesús decía *gracias* antes de realizar cada milagro.

Desde los aborígenes australianos hasta los masais y zulúes africanos, desde los nativos americanos navajo, shawnee y cheroqui, hasta los tahitianos, esquimales y maoríes, la práctica de la gratitud es el centro de la mayoría de las tradiciones indígenas.

“Cuando te levantes por la mañana, da las gracias por la luz matinal, por tu vida y por tu fuerza. Da gracias por tus alimentos y por la alegría de vivir. Si no ves razón para dar las gracias, el fallo está en ti.”

TECUMSEH (1768–1813)

LÍDER NATIVO AMERICANO SHAWNEE

La historia está llena de personajes famosos que han practicado la gratitud, cuyos logros les sitúan entre los seres humanos más grandes que han existido: Gandhi, la Madre Teresa, Martin Luther King Jr., el Dalai Lama, Leonardo Da Vinci, Platón, Shakespeare, Esopo, Blake, Emerson, Dickens, Proust, Descartes, Lincoln, Jung, Newton, Einstein y muchísimos más.

Los descubrimientos científicos de Albert Einstein cambiaron nuestra visión del Universo, y cuando se le

preguntaba por sus grandes logros, sólo hablaba de dar las gracias a los demás. ¡Una de las mentes más brillantes de todos los tiempos daba las gracias a otras personas más de cien veces al día por el trabajo que habían realizado!

¿Es de extrañar que a Albert Einstein le fueran revelados tantos misterios de la vida? ¿Es de extrañar que Albert Einstein realizara algunos de los descubrimientos científicos más grandes de la historia? Practicó la gratitud todos los días de su vida, y en compensación recibió muchas formas de abundancia.

Cuando a Isaac Newton le preguntaron cómo había realizado sus descubrimientos científicos, respondió que iba a hombros de gigantes. Isaac Newton, que recientemente ha sido declarado la persona que más ha contribuido a la ciencia y a la humanidad, también estaba *agradecido* a aquellos hombres y mujeres que le precedieron.

Los científicos, filósofos, inventores, descubridores y profetas que practicaron la gratitud maduraron sus frutos, y la mayoría eran conscientes de su poder inherente. Sin embargo, en la actualidad, el poder de la gratitud sigue siendo un gran desconocido para la mayoría de las personas, ¡porque para experimentar la magia de la gratitud en tu vida has de practicarla!

Mi Descubrimiento

Mi historia es un perfecto ejemplo de cómo es la vida cuando una persona desconoce la gratitud, y de lo que sucede cuando ésta pasa a formar parte de su vida.

Si hace seis años me hubieran preguntado si era una persona agradecida, hubiera respondido: «Sí, por supuesto que soy agradecida. Doy las gracias cuando me hacen un obsequio, cuando alguien me abre la puerta o cuando una persona hace algo por mí».

Pero lo cierto es que no era una persona agradecida. No sabía lo que significaba *realmente* ser agradecida, y decir de vez en cuando la palabra *gracias*, no me convertía en una persona agradecida.

Mi vida sin gratitud era todo un reto. Tenía deudas, que aumentaban un poco cada mes. Trabajaba mucho, pero mi economía no mejoraba nunca. Al intentar ponerme al día con mis deudas y con mis obligaciones cada vez más numerosas, vivía en un constante estado de estrés subyacente. Mis relaciones oscilaban como un péndulo desde lo aceptable hasta lo desastroso, porque parecía que nunca tenía suficiente tiempo para cada persona.

Aunque era lo que se consideraría una persona «sana», al final del día me sentía agotada, y siempre pillaba los resfriados o las enfermedades propias de cada estación. Gozaba de momentos de felicidad cuando estaba con mis amistades o me iba de vacaciones, pero luego, la realidad de tener que trabajar mucho para pagarme esos placeres me superaba.

No vivía. Sobrevivía —día a día, sueldo a sueldo y en cuanto resolvía un problema aparecían otros nuevos.

Hasta que un día sucedió algo que cambiaría mi vida por completo. Descubrí un secreto sobre la vida, y a raíz de mi descubrimiento, una de las cosas que empecé a hacer fue practicar la gratitud todos los días. La consecuencia fue que todo cambió en mi vida, y cuanto más practicaba la gratitud, más milagrosos eran los resultados. Mi vida se volvió verdaderamente mágica.

Por primera vez en mi vida no tenía deudas, y poco después disponía de todo el dinero que necesitaba para hacer lo que quisiera. Mis problemas de relaciones personales, trabajo y salud desaparecieron, y en vez de enfrentarme a los obstáculos de todos los días, mi vida se llenó de cosas buenas, una detrás de la otra. Mi salud y energía aumentaron de forma espectacular, y me sentía mejor que cuando tenía veinte años. Mis relaciones empezaron a ser mucho más significativas, y en tan sólo unos meses, disfruté de más buenos momentos con mi familia y amigos que los que había pasado en todos los años anteriores.

Pero lo más importante es que era más feliz de lo que jamás hubiera podido imaginar. Era absolutamente feliz, más feliz que nunca. La gratitud me cambió y toda mi vida cambió mágicamente.