

CAMBIA TU VIDA  
EN 30 DÍAS

CON LA

LEY DE LA  
ATRACCIÓN

Olivia Reyes Mendoza



Todas las claves  
para poner en práctica

*el Secreto*

más buscado  
en la vida cotidiana

coronaborealis



CAMBIA TU VIDA  
EN 30 DÍAS CON LA  
LEY DE LA ATRACCIÓN

Olivia Reyes Mendoza

CAMBIA TU VIDA  
EN 30 DÍAS CON LA  
LEY DE LA ATRACCIÓN



Ediciones Corona Borealis

Cambia tu vida en 30 días con la Ley de la Atracción

© 2008, Olivia Reyes Mendoza

© 2008, Ediciones Corona Borealis

Diseño editorial: Olga Canals y Carlos Gutiérrez

Los caracteres Fell de la tipografía de cubiertas han sido reproducidos digitalmente por Iginio Marini ([www.iginomarini.com](http://www.iginomarini.com))

Imprime: GSP Impresores

Primera edición: noviembre de 2008

Depósito Legal: M-xxxxx-2008

ISBN: 978-84-95645-86-9

Todos los derechos reservados. No está permitida la reimpresión de parte alguna de este libro, ni tampoco su reproducción, ni utilización, en cualquier forma o por cualquier medio, bien sea electrónico, mecánico, químico o de otro tipo, tanto conocido como los que puedan inventarse, incluyendo el fotocopiado o grabación, ni se permite su almacenamiento en un sistema de información y recuperación, sin el permiso anticipado y por escrito del editor.

Ediciones Corona Borealis

Apartado de correos 234

Arroyo de la Miel

29631 MÁLAGA

[www.coronaborealis.es](http://www.coronaborealis.es)

Distribuye: <http://www.coronaborealis.es/librerias.php> (enlace librería)

Teléfono pedidos: 952 57 75 68

*Dedico este libro a mi padre,  
Antonio Reyes Morales, que ya no vive físicamente y a quien amo  
profundamente*

## AGRADECIMIENTOS

En primer lugar quisiera dar las gracias a las personas que han hecho posible mi sueño: mis clientes de Internet, que han estado siguiendo este trabajo durante años y que han sido ejemplo de éxito al aplicar estos principios. Estoy segura de que sin ellos no habría tenido la suficiente motivación para seguir adelante enseñando esta Ley de la Atracción y sus principios. Al ayudarlos a ellos realmente me ayudé a mí misma todo el camino.

También doy las gracias a mis padres, por ser el portal a través del cual llegué a este mundo, y mi inmensa gratitud a las fuerzas de la naturaleza que se presentaron en mi camino como problemas o enemigos. He llegado hasta donde estoy gracias a esos problemas que me hicieron mejor persona y gracias a esos enemigos que me forzaron a aprender y también a perdonar y a hacer lo que se requiere en cada caso. Jamás habría avanzado tanto sin estos maestros.

Quiero dar las gracias a mi hermano, que fue de gran ayuda durante el tiempo que estuve escribiendo este libro, y también por la ayuda que me da en casa.

Doy las gracias a mi novio por el gran apoyo que me proporcionó cuando estuve escribiendo este libro; me hizo comer, desayunar, cenar, creyó en mí todo el tiempo y pasó varios días diciéndome lo orgulloso que se sentía de mí. Realmente no sé qué habría hecho sin su apoyo.

A mis mascotas Vini y Lenny, que siempre están a mi lado haciéndome compañía y que llenan mi vida de alegría y luz.

A Ernesto Guerra, que fue una pieza fundamental del trabajo que ahora hago en Internet. Creo que sin su ayuda tampoco habría logrado llegar a tanta gente.

A Luisa Alba, de Corona Borealis, por ser parte de mi sueño, por creer en mi trabajo y por su apoyo.

Doy gracias a todos los maestros que han cambiado mi vida. Son tantos que no podría mencionarlos a todos, pero Abraham-Hicks se llevan la corona. Les estaré agradecida eternamente por haberme cambiado la vida, por llenarme de felicidad, éxito y amor. Mi inmensa gratitud y los demás sentimientos que no puedo expresar con palabras.

# INTRODUCCIÓN

Nuestro cuerpo es un conjunto de energía vibrando a velocidades muy altas, tan altas que parece sólido, aunque no lo es. De hecho, somos cualquier cosa menos sólidos, ya que estamos compuestos de partículas, moléculas, átomos, neutrones, protones, etc., y si tocamos nuestro cuerpo, da la impresión de ser sólido, porque la energía que lo compone está vibrando a velocidades increíblemente altas y eso hace el efecto de solidez.

Todo lo que tenemos a nuestro alrededor que aparenta ser sólido es únicamente energía vibrando a velocidades muy altas. El espacio vacío que parece estar a nuestro alrededor también está lleno de energía y para nada está vacío. Por ejemplo, ponte las manos frente a la cara y prueba a soplar; sentirás el aire que genera el movimiento de tus manos. Lo que estás haciendo es aumentar la velocidad de la energía que se encuentra en ese aparente vacío frente a ti, y al aumentar la velocidad de esa energía te da la impresión de que es un poco más tangible.

Ahora inhala profundamente, sintiendo la energía que has introducido en tu cuerpo, siente cómo llega hacia tus pulmones. El espacio aparentemente vacío no lo está, se encuentra lleno de energía, sólo que ésta es invisible porque vibra a una velocidad muy diferente.

Nuestro Universo está hecho de energía y es un mecanismo muy sofisticado que tiene sus propios sistemas. Entre estos sistemas se encuentran la luz, el fuego, la energía eléctrica, las ondas sonoras, las microondas, la fuerza de la gravedad, los rayos X, los rayos ultravioleta y los rayos alfa y gama, entre otros más. Estos sistemas o energías invisibles se encuentran aquí para su utilización, preferentemente a nuestro favor, aunque también se pueden usar de



manera contraria y perjudicarnos con esta falta de conocimiento o de uso adecuado. La fuerza de la gravedad, por ejemplo, es algo con lo que convivimos diariamente, y nos puede hacer daño si no la conocemos y no somos conscientes de que al saltar de un edificio o de un avión caeremos al suelo directamente y de manera irremediable.

Como estas leyes o fuerzas universales que nos rigen no tienen poder de discernimiento y solamente se limitan a operar como sistemas automáticos, respondiendo constantemente a la manera en que los utilizamos, ya sea para cocinar o quemarnos, alumbrarnos o electrocutarnos, etc., en nuestras manos recae la responsabilidad de reconocerlas y utilizarlas de manera consciente.

Si las usamos responsablemente, estas fuerzas pueden convertirse en nuestro mejor amigo, o por el contrario ser nuestro peor enemigo; la decisión es nuestra.

En este libro hablaremos de uno de estos sistemas del Universo que se llama *magnetismo* o *Ley de la Atracción* y que también rige la energía, es decir, a nosotros y a nuestro entorno.

La Ley de la Atracción interviene grandiosamente en la vida del hombre y rige sus resultados en el área económica, romántica, laboral, familiar, de salud, etc., Por este motivo, creo que es muy importante conocer y utilizar correctamente esta fuerza. Además, dado que las técnicas de superación personal no dan resultados satisfactorios al cien por cien, pienso que la Ley de la Atracción y su uso consciente son la clave para tener una vida exitosa.

Si de todas formas esta fuerza va a regir tu vida y tus resultados, te será de mucha utilidad saber cómo opera este sistema y comenzar desde hoy a utilizarlo a tu favor para atraer más aquellas cosas, situaciones y personas que deseas y menos aquellas cosas, situaciones y personas que no deseas.

# Índice

AGRADECIMIENTOS

INTRODUCCIÓN

CÓMO OPERA LA LEY DE LA ATRACCIÓN

OBSERVA LAS SITUACIONES CONTRASTANTES SÓLO BREVEMENTE

LA ATRACCIÓN ES UNA CIENCIA

EL PUNTO DE PODER ES EL AHORA

MIS SENTIMIENTOS SON EL INDICADOR DE MI VIBRACIÓN

LA TABLA DE LAS VIBRACIONES

LA CAJA DE HERRAMIENTAS

PROSPERIDAD, ABUNDANCIA Y ATRAER EL DINERO CON LA LEY DE LA ATRACCIÓN

CÓMO ALINEARSE CON UN ESTADO DE SALUD Y BIENESTAR MEDIANTE EL USO CONSCIENTE DE LA LEY DE LA ATRACCIÓN

CÓMO ATRAER RELACIONES IDEALES Y DE PAREJA CON EL USO CONSCIENTE DE LA LEY DE LA ATRACCIÓN

CALENDARIO DE ACTIVIDADES PARA 30 DÍAS

NOTAS

# CÓMO OPERA LA LEY DE LA ATRACCIÓN

ATRAIGO A MI VIDA CUALQUIER COSA EN LA QUE PONGO MI ATENCIÓN Y ENFOQUE, YA SEA ALGO POSITIVO O NEGATIVO.

El concepto básico de la Ley de la Atracción es que todo atrae a su igual, es decir, energías positivas atraen energías positivas y energías negativas atraen energías negativas.

La Ley de la Atracción es totalmente impersonal y no hace preguntas, no le importa si alguien necesita más dinero o quiere encontrar a su pareja ideal, un trabajo mejor pagado o saldar sus deudas, lo único que distingue son las vibraciones de las personas y se encarga de enviarnos más de aquello que estamos emitiendo, sin importarle si deseamos lo contrario.

Partiendo de esta base, podemos decir que para usarla correctamente es necesario vigilar nuestra vibración, ya que si nuestra mente está enfocada en cosas negativas no vamos a obtener lo que deseamos, aunque le dediquemos muchos esfuerzos.

El magnetismo rige todas las áreas de nuestra vida y uno de los ejemplos más significativos de su influencia se encuentra en el área de las relaciones humanas. Es impresionante comprobar cómo nos atraemos con gente de nuestras mismas vibraciones.

Un ejemplo clarísimo de esto es el caso de las mujeres que sufren o han sufrido maltratos en sus relaciones, ya sean físicos o emocionales. En muchas ocasiones, la mujer deja a su pareja porque la maltrata, pero vuelve a encontrarse en la misma situación poco tiempo después con otra persona diferente. Esto es debido a que sus vibraciones de temor o rencor (su enfoque) reflejan que la persona está pidiendo más de lo mismo, aunque no sea así. Y ésta no se da cuenta de que es ella misma quien, con sus vibraciones, está atrayendo esta clase de resultados en su vida sentimental.

Desafortunadamente, al no ser conscientes del importante papel que juega la Ley de la Atracción en nuestras relaciones, solemos pensar que todo el mundo es igual. Si tuvimos una pareja que nos engañó y seguimos atados al patrón vibratorio de este tipo de relación, seguiremos atrayendo a parejas que nos engañen, y entonces terminaremos por decir que todos los hombres son iguales o todas las mujeres son iguales, y nos daremos por vencidos en el amor sin imaginar que sólo se necesita un cambio de vibraciones para atraer a nuestra pareja ideal.

Hay mucha gente que vive sola porque, después de encontrarse con muchas personas que no la aman, la maltratan o la engañan, se ha cansado de buscar el verdadero amor. Y esto no debería ser así, porque eliminando de nuestro subconsciente los patrones relativos a este tipo de situaciones negativas (sanando el interior) dejaremos de atraerlas, y podremos encontrar lo que queremos.

La Ley de la Atracción no sólo es culpable de nuestras atracciones de pareja, sino también de nuestras circunstancias económicas, pues se encarga de hacer a los ricos más ricos y a los pobres más pobres.



*... porque al que tiene, se le dará más, pero al que no tiene, aún lo que se imagina tener le será quitado.*

LUCAS 8:18

Esta cita de la Biblia nos dice que a los ricos se les dará más, pero que a los pobres se les quitará hasta lo poco que tienen o creen tener. Tomando en cuenta cómo opera la Ley de la Atracción, creo que tiene mucha lógica. Encaja con la realidad de nuestro mundo, donde a los pobres les suceden más catástrofes como inundaciones y huracanes que destruyen sus hogares y cada año vemos en las noticias que la gente de escasos recursos es siempre la más afectada por los fenómenos climáticos.

Prácticamente, se nos da más de lo que tenemos (aquello en lo que nos enfocamos) y la gente que tiene un sentido de privación está muy enfocada en su sentimiento de no tener, así que el resultado es que sigue viviendo en las mismas circunstancias. A pesar de todos los esfuerzos que se hagan por ayudar a las personas marginadas, siempre existen situaciones que las siguen manteniendo en el mismo estado, ya que la energía es mucho más poderosa que la acción.

En mi caso personal, he visto reflejada esta verdad de que la energía es muchísimo más poderosa que la acción, ya que mis resultados económicos fueron durante mucho tiempo los mismos. Daba igual que tuviera dos trabajos y que asistiera a la escuela nocturna para seguir preparándome, siempre me faltaba dinero, se presentaba algún imprevisto o un familiar a quien ayudar y el dinero que ganaba en mis dos empleos se me iba de las manos como agua.

Mi necesidad económica a la edad de diecinueve años era tan apremiante que me veía obligada a tener dos trabajos a la vez, uno de ellos de lunes a viernes, como auxiliar contable, y el otro los fines de semana, en tiendas de autoservicio. Y a pesar de trabajar tantas horas, nunca tenía dinero, porque estaba demasiado enfocada en no tenerlo. Mi mente —es decir, mi *energía mental*, que es más poderosa que la acción física— estaba totalmente enfocada en un sentido de carencia.

Ahora me doy cuenta de que mi situación económica era un resultado directo de mis pensamientos negativos, que me mantenían emitiendo unas vibraciones de carencia que el Universo me devolvía como si fueran regalos enviándome más y más y más y más. Pero en aquel tiempo esa situación me parecía una injusticia; no podía entender por qué otras personas se relajaban mucho y tenían más dinero. Yo había aprendido que quien trabaja más es quien triunfa, y que tenía que trabajar muy duro si quería salir adelante.

Realmente trabajaba muchísimo y nunca me daba ni un pequeño lujo, como un perfume, una pulserita de oro o una ida al cine. Y cuanto más trabajaba, menos me rendía el dinero. Como consecuencia de ello, fueron creciendo mis emociones negativas, mi indignación y

mi dolor, y esto me hundía más porque no apartaba nunca mi mente de los problemas económicos y al ver que trabajando no los resolvía me sentía todavía más impotente (la impotencia es una de las vibraciones más bajas que existen en el Universo).

Durante aquel tiempo, me fijé también en muchas cosas que no entendía. Observaba con coraje a la gente perezosa que ganaba grandes cantidades de dinero por llegar tarde al trabajo, dar órdenes a sus subordinados, subir los pies al escritorio y tomarse una siesta de dos horas. La mayoría de esa gente, que a mi me parecía que tenía mucha suerte, realmente estaba utilizando la Ley de la Atracción a su favor sin saberlo, pues estaba despreocupada y confiaba en que sus problemas se iban a resolver solos, y efectivamente sus problemas siempre desaparecían de un día para otro o llegaba alguien a ayudarlos a resolver cualquier situación contraria.

Por otro lado, observé que cuanto más se preocupa uno por solucionar un problema, menos lo resuelve.

Después de mucho tiempo y muchos libros, logré entender cómo funcionan las leyes universales. Principalmente entendí el efecto de la Ley de la Atracción y logré usarla a mi favor exitosamente. Ahora sólo trabajo en lo que amo hacer, tengo plena libertad creativa y gano mucho más de lo que ganaba antes. Pero lo que es mejor es que cada día mis ingresos aumentan más y gano dinero por Internet mientras duermo o descanso.

Es una gran diferencia, ¿verdad?

En aquella época de mi vida en la que trabajé hasta desgastarme, me encontraba en un estado emocional muy negativo y siempre llevaba encima rencores, negatividad, enojos, molestias, creencias negativas... Así que físicamente estaba haciendo todo lo posible para tener prosperidad, pero por otra parte estaba contradiciéndome al pensar que el dinero era difícil de ganar y que había que trabajar duro para poder conseguirlo. Ésa era mi realidad, una realidad que yo misma estaba creando. Sin ser consciente de ello, estaba ejerciendo mi poder



de atracción hacia todo lo que era negativo, porque mi mente jamás dejaba de trabajar negativamente.

Cuando una persona se encuentra en un círculo vicioso de atracción, como era mi caso, sigue perpetuando las condiciones a las que se resiste u odia sin quererlo, y esto ocurre cuando:

- Está concentrada al cien por cien en sus problemas en lugar de enfocarse en lo que desea y emitir vibraciones positivas como gratitud, amor, felicidad, relajación, fe, confianza o pasión.
- Se resiste a una situación y piensa que es una víctima en lugar de ver la situación problemática como una oportunidad para decidir qué quiere y utilizar su energía mental para atraerlo.
- Físicamente hace todo lo posible por mejorar su situación, pero mental y sentimentalmente contradice sus esfuerzos, ya que sus conversaciones siempre son de quejas y dudas en lugar de fe, confianza y paz.
- No sabe que sus creencias están creando su realidad.

Todo lo que tenemos en la vida, ya sea bueno o malo, se encuentra con nosotros debido al poder de atracción que hemos ejercido sobre ese objeto o circunstancia. Por el contrario, las cosas que deseáramos tener y que no hemos podido lograr están lejos de nosotros porque no hemos sabido ejercer ningún tipo de atracción sobre ellas. Es así de sencillo, nuestro mundo funciona en base a la atracción.

Hay quienes dudan de esto y piensan que de verdad hay algo o alguien que tiene la culpa de que no estén viviendo sus más acariciados sueños; dan la culpa a la situación del país, la falta de empleos y de oportunidades o de salarios bien pagados, la guerra, los impuestos, el gobierno, la familia, etc. Pero si tú de verdad quieres ver un cambio en tu situación actual, sólo te pido que creas, que estés dispuesto a poner en práctica los ejercicios de este libro, que les des el privilegio de la duda a todos esos grandes hombres que nos dijeron cosas como:

«Todo comienza con la imaginación del hombre».

«Cualquier cosa que el hombre pueda imaginar, el Universo es capaz de dársela».

«Ten fe como un grano de mostaza y moverás montañas».

«Como el hombre piense en su corazón, así le será hecho».

# OBSERVA LAS SITUACIONES CONTRASTANTES SÓLO BREVEMENTE

LA LEY DE LA ATRACCIÓN NO OYE EL «NO QUIERO», MANIFIESTA LO QUE ESTÁS PENSANDO Y LO HARÁ UNA Y OTRA VEZ. ESTA LEY NO SABE DE «QUIEROS» Y «NO QUIEROS». CUANDO TE ENFOCAS EN ALGO, SEA LO QUE SEA, ESTÁS PROVOCANDO QUE SE MANIFIESTE.

LISA NICHOLS, DE *EL SECRETO*

La Ley de la Atracción multiplica nuestras vibraciones, ya sean positivas o negativas. Al fijar nuestra atención en un objeto, suceso o persona, nos unimos de inmediato a su vibración y comenzamos a atraer otros objetos, sucesos o personas que sean iguales.

Por ejemplo, al ver un accidente de tráfico y prestar nuestra atención al suceso nos unimos a la vibración de la desgracia o del dolor que hemos atestiguado, y al hacer esto enviamos una señal que nos atraerá cualquier tipo de desastre, tal vez no similar pero que se encuentre a nuestro alcance. O simplemente seguimos siendo testigos de este tipo de situaciones donde la gente tiene accidentes, muere o sufre.

Es importante observar las situaciones contrastantes sólo de manera breve para evitar que crezcan y se conviertan en algo más grande, pues la Ley de la Atracción es un mecanismo que no distingue entre positivo y negativo, sólo se limita a emparejar vibraciones con sus iguales. Con toda seguridad, aquello en lo que pongas tu atención seguirá creciendo en tu vida, y por lo tanto te conviene pasar tanto tiempo como puedas pensando en lo que quieres y pasar poco tiempo pensando en el pasado o en aquellas cosas que te hacen sentir mal.

En una ocasión encontré un perrito cuando salía del cine. Ese animalito era callejero y me dio muchísima lástima no poder llevarlo conmigo a casa, pues aunque era muy cariñoso y juguetón ya tenía dos perros en casa y no había suficiente espacio para otro más. Pero por alguna razón el perro me siguió desde lejos cuatro calles. Aunque

hice todo lo que pude para esconderme y despistarlo, el perro no se dio por vencido y fue detrás de mí hasta que llegué a casa, donde no tuve más remedio que dejarlo fuera.

Después ya no supe qué pasó con él, pero cometí el error de seguir pensando con tristeza y lástima en el animal (en lugar de enviarle vibraciones positivas). Mi último pensamiento de ese día antes de dormir fue para él: pensaba en el frío de la calle, el hambre que tendría, los golpes que le darían... Al día siguiente comencé a ver perros lastimados o accidentados por todas partes, había un perro enfermo en la esquina de mi casa, otro en una avenida muy transitada, y en el transcurso del día me siguieron dos perros callejeros, algo que casi nunca me ocurre. Y por la tarde, para cerrar con broche de oro, recibí por correo electrónico una presentación hecha en Power Point con fotos de la vida en Cuba. Mostraba a gente muy pobre que vive en condiciones precarias, con las pocas provisiones que les proporciona el gobierno, pero el objetivo principal era mostrar a los perros, que se mueren de hambre en ese país. En la fotografía final se veía un perro esquelético rascando el pavimento para comer, aunque fuera tierra, y en ese instante dije: «¡Hasta aquí! Ya me cansé de estar atrayendo lo que “no deseo”, me doy cuenta de que yo misma he atraído lo que he visto hoy por estar pensando en lo que no quiero. Y ahora me enfocaré en lo que “sí deseo”, voy a usar la Ley de la Atracción a mi favor».

Entonces, cogí un lápiz y un papel y me dediqué durante cinco minutos a escribir lo que deseaba en base al dolor que me provocó ver un animalito abandonado en la calle.

Escribí cosas como: «Quiero que todos los perros del mundo tengan un hogar o al menos un lugar donde vivir. Quiero que la gente tenga más amor a los animales y se les dé un trato digno. Quiero que la gente cuide y ame a sus perros. Y que los tenga en buenas condiciones. Quiero que la situación mejore en Cuba y en todo el mundo. Y que la gente tenga comida en abundancia y que los perros también la tengan. Quiero ver perros felices paseando con sus dueños por la calle.

»De hecho, yo amo mucho a mis dos perros, los trato muy bien y viven felices; mi hermano tiene dos gatos y los quiere mucho, los cuida; mis vecinos también son personas que aman a sus animales. He visto muchas tiendas de mascotas que siempre están llenas de perritos que esperan para ser aseados y cuidados. Creo que es mucho mayor la cantidad de perros que viven bien que la de perros callejeros, todo es cuestión de enfocarme en lo que deseo. Hoy voy a darles un premio especial a mis mascotas cuando llegue a casa».

Después de hacer este sencillo ejercicio me sentí mejor y el resultado fue que dejé de atraer perros callejeros o heridos. Además, al día siguiente emitieron un documental en la televisión que hablaba de hoteles de lujo para mascotas de celebridades y gente millonaria. También mostraban la ropa carísima de diseño y las joyas especialmente pensadas para los animales.

A partir de ese día nunca me ha vuelto a seguir ningún perro mientras voy por la calle. No atraigo perros atropellados, simplemente no estoy en el momento ideal para encontrármelos, estoy magnetizada totalmente para atraer perros que son queridos por sus dueños. Y siempre me maravilla ver cómo hasta la tienda de mascotas más escondida —una que se encuentra debajo de una escalera que le tapa mucho la vista— tiene siempre un perro al que bañar y peinar. Me gusta mucho comprobar la cantidad de tiendas para mascotas que hay en la zona donde vivo, y se nota que son muy prósperas, pues cada día hay más.

Nuestros problemas empeoran cuando nos dedicamos a pensar en ellos. Desafortunadamente, informativos, periódicos, programas de televisión y revistas de política están centrados en hablar de lo mal que está el mundo porque es lo que «vende». Los medios de comunicación enfatizan los problemas y anulan las noticias positivas y, como consecuencia, la energía mental de la población está ocupada creando problemas mayores.

Para sanar nuestro mundo y conseguir que existan menos situaciones contrastantes (perros sin hogar, hambre en el mundo,