

*Desea,  
celebra, recibe*

**Abraza lo que eres y comparte**

*¿Cuántas personas transitan  
una vida entera esperando  
un “golpe de suerte” que nunca llega?*

*¿A cuántos hemos visto girando en un círculo  
de permanente insatisfacción y frustración,  
envidiando la buena fortuna de otros,  
buscando siempre una lámpara maravillosa  
que mágicamente les llene de felicidad,  
salud o abundancia?*

Si te sientes atrapada en dinámicas de insatisfacción es probable que recibas mensajes contradictorios, que solo aumentan tu frustración. Mensajes que en lugar de serenarte, te llenan de ansiedad.

Algunos te dirán que si tus deseos no se cumplen es porque no te has esforzado lo suficiente o porque no lo has deseado con la necesaria intensidad. Ese tipo de respuestas parten de una lógica simplista, que llevan en sí el germen de la insatisfacción. Se trata de una lógica de la ambición que echa sus raíces en nuestros más profundos temores.

*Cuando solo ansiamos algo, nos conectamos con el miedo a no tenerlo nunca.  
Nos conectamos con la carencia y atraemos la carencia.*

Quizás no hemos entendido lo que durante siglos nos han dicho las voces más sabias. Incluso en historias como la de Aladino, que siempre se cita al hablar de estos temas, encontramos que el protagonista solo obtiene la felicidad y la prosperidad después de un proceso de crecimiento y evolución personal, y no por el azaroso hecho de haber topado con una lámpara maravillosa.

Si constantemente te dices: “¿Por qué no recibo lo que deseo?”, quizás no te estás haciendo la pregunta correcta... que seguro es más de una:

*¿Por qué deseo esto?*

*¿Para qué lo deseo?*

*¿Soy yo realmente quien lo desea?*

*¿Qué alimenta mis deseos: el miedo  
o la confianza?*

# 1 *Tus intenciones son extraordinarias.*

La intención, conocida u oculta, determina el resultado de nuestros deseos. Tus intenciones, de un modo casi irrefutable, nacen de quien realmente eres.

Muchos de nuestros más grandes deseos, por ejemplo, se relacionan con el amor. ¿Qué decimos realmente al decir “te amo”? Esas dos simples palabras pueden contener intenciones completamente distintas. Podemos pronunciarlas desde el miedo a la pérdida o desde la convicción de que no merecemos ser correspondidos, o podemos decir las desde la plenitud, desde la celebración, sin ansias de control ni miedo a la soledad.

¿Y si hablamos de la prosperidad material? Hay quien desea posesiones o dinero con la intención de aliviar su inseguridad o con la creencia de no ser valioso por sí mismo. Otros, en cambio, pueden desear algo similar, pero no a partir de tales sensaciones de carencia, sino con la intención de crear posibilidades, de desplegar talentos, no sólo para sí, sino también para otros.

En ambos casos, eventualmente, el deseo puede ser satisfecho, pero el resultado será distinto. El primero difícilmente escapará de su círculo de insatisfacción, y su deseo cumplido será desplazado por otro nuevo, igualmente asentado en sus miedos. El segundo, obtendrá el bienestar propio de una experiencia de generosidad para consigo y quienes le rodean.

## *(Cambia el guion)*

La intención siempre prevalece, pero no siempre es fácil conocerla y reconocerla. Con frecuencia, incluso, nuestra verdadera intención es exactamente contraria a lo que expresan nuestros deseos.

Si tu mente lleva años construyéndote como un personaje que no es capaz ni merecedor de las mejores cosas de la vida, será muy difícil alinear tus intenciones con tus deseos de bienestar.

Nos corresponde entonces la gran tarea: escribir un nuevo guion y un nuevo personaje que ya no pronuncie frases como:

*«no puedo», «no me corresponde» o «es demasiado para mí».*

## 2 *Tu pensamiento es energía.*

Solemos creer que el pensamiento es palabra o imagen, y olvidamos así lo verdaderamente importante: nuestros pensamientos son ante todo energía. Y energía, como sabemos, no es más que capacidad para mover, transformar, crear...

***Cada pensamiento es ya una realidad, para bien o para mal. Tú tienes el poder de elegir uno a uno tus pensamientos y de rechazar los miedos que conspiran contra tu bienestar.***

Todo lo que vemos en el mundo material fue alguna vez pensamiento. La intención lo precedió y una decisión fue su primer impulso. Por esa misma razón, al contemplar un pensamiento, seamos capaces de ver en él la primera e imprescindible etapa de su transformación en un hecho tangible. Se trata de aceptar que ese pensamiento, de una forma que quizás no alcanzas a comprender, ya es una realidad.

Al tomar una decisión desde nuestra alma, ponemos en movimiento la energía del pensamiento. Se crea así un nuevo espacio creativo dentro de nosotros. Esa misma energía remueve todo lo que no se corresponde con lo decidido.

*Eres lo que piensas y serás lo que decides pensar.*

*Decide en ti quien eres, y lo que quieres.*

Cierra los ojos y enfócate en tu respiración. Focalízate, sin ansiedad ni temor, en un deseo o propósito donde sientas que puedes alinear tu pensamiento y tu decisión. Usa tu imaginación para darle impulso. Imagina las condiciones necesarias para que se realice. Transita mentalmente el espacio donde eso ocurre. Pon atención a los detalles, incluyendo colores y texturas.

Identifica y observa con igual detalle a las personas que están allí presentes, incluyéndote a ti mismo. Mantente enfocado en eso que imaginas por el tiempo que puedas. Las distracciones aparecerán, pero retoma de nuevo los detalles. Toma conciencia de las emociones y sensaciones físicas que experimentas. En ese momento, prepárate para abrir los ojos y seguir con tus actividades del día. Poco a poco, regresa la atención a la respiración y regresa a tu cotidianeidad.

Fija esta vivencia y evócala en cualquier momento: al caminar, antes de descansar por la noche o al comenzar el día. Disfruta el recuerdo.

La decisión implica el compromiso de sostener tu atención en lo que tu corazón ha elegido. Ese momento que dedicaste a instalar el pensamiento y tomar tu decisión debe ser sagrado, y merece la misma dedicación que le daríamos a un bebé que acaba de nacer.

## 3 *Tu gratitud es solo el comienzo.*

¿Cuántas veces damos las gracias a lo largo del día? Muchas, probablemente, y casi siempre de forma automática, como parte de una fórmula de cortesía. Sea grande o pequeño el favor recibido, el gesto de agradecimiento siempre es posterior a la acción. Así funcionan las cosas en el plano físico... pero algo muy distinto ocurre en nuestro mundo espiritual.

Agradecer también puede y debe ser un principio, es decir, el punto de partida para lo que queremos crear. Pero, no confundamos el agradecimiento con las palabras que lo expresan. Se trata ante todo de un estado del espíritu.

Al agradecer se alinean nuestras mejores emociones, como la alegría, la satisfacción o la confianza, con nuestros pensamientos, esos que nos dan una idea clara de lo que estamos agradeciendo.

El agradecimiento alivia nuestras inseguridades y quita fuerzas a las ilusiones que nacen de los miedos, para dejarnos ver más allá. Agradecer incluso lo desfavorable, nos permite confiar en que más adelante encontraremos mejores circunstancias.

Agradecer por lo que aún no vemos, despeja las dudas y nos permite sentir lo que aún no podemos tocar, pero que está en camino.

Sustituyamos la crítica por la gratitud. Demos gracias por cada experiencia, dolorosa o placentera, que nos ha permitido acceder a una conciencia mayor, más compasiva y generosa.

## *Lo que agradeces te mueve.*

Una primera y sencilla tarea es convertir cada una de esas “gracias” que pronunciamos automáticamente en un acto menos inconsciente. ¿Acaso no es un regalo de la vida el que existan personas, incluso desconocidas, que nos brindan su amabilidad o su apoyo en el día a día?

Luego, te propongo crear el hábito de agradecer cada noche lo sucedido en el día y lo que el día siguiente te traerá.

Cuando te asalte un pensamiento asociado a una sensación de carencia o frustración, confróntalo con tu agradecimiento por aquello que ya tienes, en particular por esas cosas tan valiosas que por costumbre damos por sentadas.

Fomenta en ti la alegría y el agradecimiento por aquello que otros reciben. Sentirlo es una gran prueba de que tu espíritu está en paz y receptivo para lo que la vida te tiene destinado.

El agradecimiento es un poderoso imán: mientras más agradeces, más tienes.

Expresando gratitud por todo lo que tienes, creas una fuerza capaz de multiplicar aquello por lo que estás agradecido.

Además, cuando agradecemos, despertamos en nosotros emociones que atraen lo que estamos pidiendo.

*Celebra tu gratitud.*

Cuando te focalices en lo que quieres, agradece anticipadamente.

Si no puedes hacerlo con autenticidad, entonces agradece por lo que tienes, pero despierta el agradecimiento en ti y la energía fluirá.

Para nada debemos cruzarnos de brazos y esperar a que todo ocurra.

Es preciso hacer nuestra parte, que es preparar nuestra mente y nuestras emociones.

Y si llega a tu vida lo que no quieres, acéptalo como parte del proceso hacia la manifestación de lo que esperas.

*Vive tu intención.*

No es suficiente con saber lo que queremos, debemos hacerlo saber.

Es preciso comunicarlo, incluso cuando creemos que no es el lugar, que no es el momento o no es la persona. Siempre hay una manera de decirlo.

Pedir conlleva la voluntad, el convencimiento y la capacidad de recibir.

Se pide sin dudas, sin segundas intenciones, sin imponer límites. Se pide lo que en el fondo sabemos que ya nos pertenece por derecho.

El universo obra con precisión: aquello que así pides, te es dado.

*Comparte tu deseo.*

Solo dando con alegría, compartiendo lo que anhelamos,  
sin esperar retribución, alcanzamos la abundancia.

Esa es la magia de la generosidad y el servicio.

Al dar, al ofrecer, el mensaje que le enviamos a nuestra mente es que  
tenemos suficiente. Y esto generará más de lo mismo.

Abre tus manos para dejar ir un poco de lo tuyo. Activa tu generosidad.  
Nunca perderás si lo haces auténticamente.

*Entrégate a lo que buscas.*

## *Y recibe.*

Muchas veces el ego nos felicita por entregar una palabra, un cariño, dinero o atención. Recibir, en cambio, te obliga a exponerte a experiencias que el ego considera peligrosas.

Él las llamará deudas. Ese es su juego.

Lo que recibes con certeza, sin apego, sin culpa, con gratitud, es precisamente lo que puedes transformar a tu favor en el camino hacia el cumplimiento de tu intención.

Es posible que lo que no tengas, realmente no lo necesites. Estás vivo y has logrado sobrevivir sin eso. Puedes atraerlo, pero no te enojas por no haberlo logrado. Cuando te quejas por lo que no tienes, lo alejas más. La queja es una fuga de energía. Cada vez que llegue un pensamiento que te tiente a quejarte, respira y déjalo pasar.

En el camino entre tus intenciones, entre lo que pides y recibes con gratitud, espero que te sirva esta meditación.

*(Meditación)*



## *Bendecir es un regalo.*

Cuando bendecimos, trascendemos nuestro egoísmo.

Al bendecir pedimos y a la vez damos.

Cuando bendigo con el corazón, me permito una visión corregida de lo que veo: proyecto al pobre en la prosperidad, al enfermo en la salud, al triste en el amor.

Al igual que el agradecimiento, la bendición es uno de los actos de mayor impacto... tanto para el bendecido como para quien bendice.

El primer beneficio de la bendición siempre será para quien bendice.

## *Un nuevo lenguaje.*

Nos falta en el idioma una palabra que exprese la íntima unión que existe entre el dar y el recibir. Debería existir un verbo que refleje cómo esas dos acciones se hacen una sola cuando dejamos actuar al corazón.

Pocas cosas tienen tanto poder para devolvernos la alegría como el servicio.

Dar nos recuerda que tenemos suficiente, y al compartir generamos prosperidad. Solo dando con alegría, sin esperar retribución, alcanzamos la abundancia. Esa es la magia de la generosidad y el servicio.

Pero solo podemos dar de lo que tenemos. Si no hay alegría y paz en nuestro espíritu, no hay servicio verdadero.

Una palabra amorosa, una sonrisa, una ayuda oportuna a quien lo necesite...

¡Hay tanto que compartir sin esperar nada a cambio, ni siquiera el reconocimiento!

## *La generosidad es sencilla.*

No pocas veces confundimos el egoísmo con generosidad, pensando que a través de grandes obras o sacrificios nos hacemos un bien a nosotros y a los demás. Lo cierto es que ser generoso es mucho más simple y sencillo. Y tiene mucho más que ver con querernos a nosotros mismos al desprendernos de los miedos que postula nuestro ego.

### *1 Ofrece lo que puedas, cuando puedas.*

Al hablar de servicio no nos referimos necesariamente a grandes obras. Un detalle, como tu presencia, puede cambiar el mundo de alguien en un momento de dolor. Comienza por aquellos que tienes más cerca, en tu casa o en tu trabajo, o por aquel que en aparente casualidad se cruza en tu camino.

## 2 *Ofrece desde tu bienestar.*

Dar no es un sacrificio. Ofrece lo que quieras y lo que te resulte fácil dar. No des lo que te genere o asocie al dolor o al miedo. Si es así, es porque estás tratando de dar algo que no tienes.

Si, por ejemplo, has sido maltratado y aun tienes abierta una herida emocional, no puedes dar apoyo a personas que estén pasando por lo mismo. Solo aumentarías tu herida y las ajenas.

Ofrece tu servicio allí donde te sientas seguro, ¡pleno! Hazlo donde siembres y obtengas bienestar.

### 3 *Ofrece en libertad.*

Nos han enseñado a compartir o bien desde la culpa, desde la convicción de que somos malos y debemos redimirnos en el servicio, o bien desde el cálculo, con la intención oculta de ejercer control o generar dependencia, esperando, en fin, algo a cambio.

Debemos ofrecer en libertad, la nuestra y la del que recibe lo que ofrecemos.

Habrás momentos en que no podrás dar más, momentos en los que tu guía interior te dirá que es hora de parar porque ya no estás haciendo el bien.

Quizá la otra persona no está dispuesta o es incapaz de recibir lo que ofreces. Pero no limites tu compasión. Retírate ofreciendo una oración, un pensamiento positivo, tu mejor energía.

*Pero, sobre todo, comparte desde tu bienestar.*

Cuando estés acompañando a alguien inmerso en un drama determinado, observa cómo te sientes. Enfócate en mantener tu centro. Escucha y acompaña a la persona que está en necesidad con apertura y serenidad, pero evita involucrar tus emociones. Cuando sientas que tu cuerpo se cansa, hay algún tipo de malestar o comiences a sentir lo mismo que el otro siente, vuelve la atención a ti, respira y recuerda tu decisión de asistirlo, pero sin perderte.

Verás que así tu ayuda es más efectiva, y las personas que realmente quieren salir de su pozo te buscarán mientras que comenzarás a pasar inadvertido para quienes solo quieren alimentar su dolor.

*¿Y si llega una crisis?*

En los momentos más difíciles es crucial escapar del círculo de quejas y ansiedades en que nos sume nuestra mente. Es fundamental ver más allá de dificultades que pueden parecer insalvables, y apoyarnos en esa sabiduría del espíritu que va más allá de cualquier argumento y nos ofrece la confianza para seguir adelante y atraer la abundancia.

La crisis puede ser una fuente de conocimiento, en tanto nos ayude a comprender que la verdadera abundancia está determinada por el disfrute y la valoración de lo que tenemos.

*En todo caso,  
¿sabes lo que quieres?*

Identifica qué es lo que de verdad quieres, necesitas o buscas... y entonces pregúntate honestamente por qué y para qué lo quieres. ¿Serás capaz de recibirlo y convertirlo en una fuente de paz y alegría?

Cuando tu pedido esté depurado de toda energía negativa, surgirá un convencimiento contagioso y motivador: una energía capaz de convocar eso que equivocadamente llamamos suerte.

*¿Qué tanto comunicas tu deseo?*

Tener una meta bien definida, diseñada desde tu corazón, es un motivo de gozo que debemos compartir. Siempre habrá un momento oportuno para comunicarlo, para comentarlo entre amigos, en las redes sociales, en cualquier conversación casual... Y siempre, siempre, te sorprenderá la forma en que así surgen oportunidades que facilitan el éxito.

Y asimismo mantén aquello que quieres en el centro de tus momentos de silencio, de encuentro con tu espíritu. A él también le gusta celebrarlo y compartirlo.

Pedir en silencio hace que tu deseo resuene en el universo y que éste se encargue de organizar el plan para que se cumpla.

*¿Qué tan listo estás para recibir?*

*¡No siempre estamos listos  
para tener lo que buscamos!*

Puede que estemos rodeados de quienes tienen o nos pueden conducir hacia lo que buscamos, pero no lo podremos ver hasta no estar dispuestos a recibirlo.

Que tu actitud no sea la de alguien que sufre por no tener lo que busca, sino la de quien ya disfruta de lo que va a encontrar.

BEVIONE.TV

*Recibe,  
celebra, desea*

**Comparte tu abrazo**

Con estas reflexiones simplemente he querido invitarte a descubrir la importancia de gestionar adecuadamente nuestras aspiraciones, deseos y metas, teniendo siempre por norte la paz espiritual.

Que nadie pueda decirte, como afirmó **Oscar Wilde**:

*“Ten cuidado con lo que desees, porque podría hacerse realidad”.*

Por el contrario, que tu alma esté siempre lista para recibir y disfrutar lo que ya de antemano te pertenece.

The background is a solid teal color. It is decorated with numerous small white stars of varying sizes and shapes, scattered across the entire surface. At the bottom of the image, there is a network of thin, white, curved lines that intersect and form a web-like pattern. Small white dots are placed at various points along these lines, creating a sense of connectivity and movement.

BEVIONE.TV