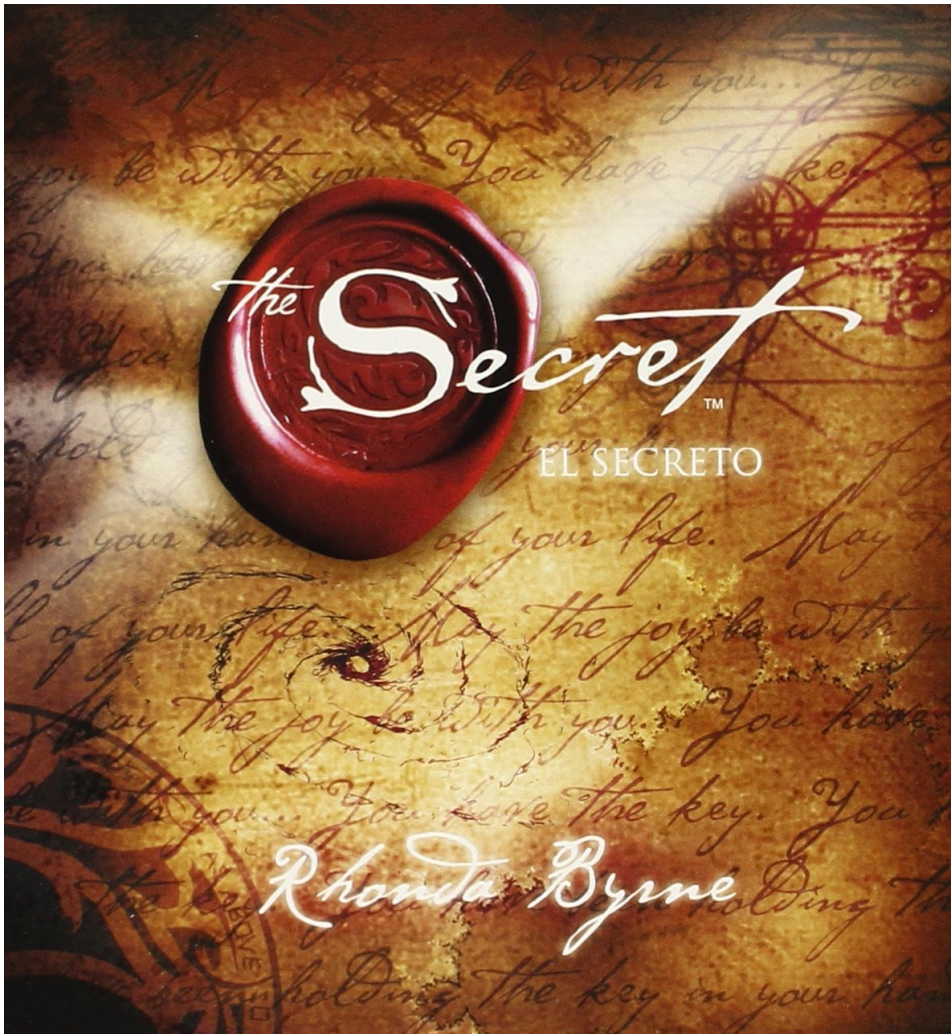


# El Secreto Resumen



El 'secreto' planteado en este libro se basa exclusivamente en la ley de atracción. Según ella, atraemos todo lo que pensamos y en lo que creemos, sin excepción.

“El Secreto” nos revela distintas experiencias sobre grandes cambios personales. Estos surgen cuando creemos que somos dueños de nuestro propio destino y que podemos alcanzar cualquier cosa (dinero, salud, amor), sólo con la ayuda de nuestra mente.

¿Alguna vez has parado para pensar cuánta influencia tienen tus palabras y [pensamientos](#) sobre los eventos que suceden en tu vida?

¿Has percibido, además, que eres tú quien decide tu camino?

Si aún no lo has hecho, ¡continúa leyendo este resumen y descubre “El Secreto”!

## ¿Quién debería leer “El Secreto”? ¿Y por qué?

Si eres una persona que conoce su potencial o quiere desarrollar sus habilidades, pero siempre encuentra un problema o una excusa perfecta para no hacerlo, “[El Secreto](#)” es el libro ideal para ti.

Su autora explica con claridad y de forma práctica el camino para romper nuestros límites autoimpuestos con ejemplos de la vida real.

## Acercas de Rhonda Byrne



Rh  
on  
da  
By  
rne  
es  
un  
a  
es  
cr  
it  
or  
a,  
gu  
io  
ni  
st  
a,

pr  
od  
uc  
to  
ra  
de  
te  
le  
vi  
si  
ón  
y  
co  
nf  
er  
en  
ci  
st  
a  
au  
st  
ra  
li  
an  
a.  
Na  
ci  
ó  
en  
Me  
lb  
ou  
rn  
e  
el  
12  
de

En una etapa turbulenta y problemática de su vida, descubrió el poder de un antiguo secreto.

Con los aprendizajes que tuvo durante ese proceso escribió un libro que incluso llegó a ser película. Estos tuvieron gran éxito, vendiendo cuatro millones de copias y casi dos millones de DVD respectivamente en menos de seis meses.

## **“El Secreto Resumen”**

### **El poder de atraer el bien**

En el mundo, existen dos tipos de personas. Aquellos que saben lo que quieren y aquellos que saben lo que no quieren.

Imagina al universo como una torre de transmisión gigante, y que tus pensamientos tienen una frecuencia que debe ser sintonizada con esa torre.

Una vez sintonizados, esos pensamientos son enviados hacia la torre y vuelven a ti en forma de eventos.

La ley de atracción es clara: atraes lo que piensas, sin importar si es positivo o negativo.

Si te quejas constantemente, la ley de atracción te dará más razones para quejarte.

Por eso debes enfocarte en implementar una nueva forma de pensar, una donde dejas atrás lo que no quieres y sólo imaginas aquello que deseas para ti.

# Controla tus pensamientos con tus sentimientos

Tus [sentimientos](#) son los principales factores que determinan tus pensamientos. Intenta preguntarte cómo te sientes para tener una mayor conciencia sobre ellos.

Si te sientes bien, es porque estás teniendo pensamientos positivos.

Tus pensamientos determinan tu frecuencia y tus sentimientos te muestran esa frecuencia en la que te encuentras inmerso.

Cuando te sientes mal y no haces nada para cambiarlo, es como si le estuvieras pidiendo al universo más circunstancias que empeoren tu situación.

## La importancia de preguntar y creer

El primer paso para atraer es preguntar, pedir. Dile al universo lo que quieres y reaccionará a tus pensamientos.

Pero es importante que no dudes. Si estás confundido, recibirás resultados confusos.

Pedir debería ser un hábito porque, cuanto más pidas, más recibirás.

Cuando tienes total seguridad de lo que quieres, ya has pedido.

Además, es fundamental que creas que tu pedido se cumplirá, de forma incondicional.

## Ejercita y sé agradecido

El profesor Neville Goddard, en 1954, creó un ejercicio primordial para la ley de atracción. Consiste en que, cada noche, antes de dormir, pienses sobre los eventos del día.

Si algo fue negativo, repítelo en tu mente de forma que te genere algo positivo.

Recrear los eventos en tu mente permitirá que limpies tu frecuencia de ese día de cara al día siguiente.

Por otro lado, al levantarte cada mañana y agradecer por lo que tienes, también lograrás sentirte diferente sobre tu situación y atraerás más cosas positivas.

Es imposible agregar nuevas cosas a tu vida si no aprecias las que ya tienes.

## **El Secreto y el dinero**

Para ganar dinero, debes enfocarte en la riqueza, porque es imposible lograrlo si sólo piensas que no tienes el dinero suficiente.

Enfócate en esto último y crearás circunstancias que te impedirán hacer dinero.

Imagina que ya tienes ese dinero, piensa en qué lo gastarías y cómo te sentirías.

Dar es una acción poderosa para atraer más riquezas en tu vida. Cuando sientas que no tienes suficiente, comienza a dar. Al compartir, la ley de atracción te dará más.



## El Secreto y el mundo

La Madre Teresa de Calcuta dijo: “nunca iré a una manifestación en contra de la guerra; si haces una a favor de la paz, puedes invitarme”.

Según Byrne, no puedes ayudar al mundo si te enfocas en lo negativo.

Cuando piensas en cosas que no te gustan, cambia el enfoque que tienes sobre ellas. Visualiza felicidad, paz y prosperidad.

Dedica tus pensamientos poderosos a aquello que deseas. Eres totalmente capaz de hacer esto sobre el mundo y emitir sentimientos positivos a pesar de todo lo que pase a tu alrededor.

Tú dominas tu vida, y el universo responde a tus deseos. Percibe tus pensamientos negativos, intenta atenuarlos y, si puedes, déjalos ir. Luego, ten pensamientos frescos sobre lo que quieres. Siéntelos y sé agradecido por todo lo que has logrado.

# **El universo es abundante**

Tu mente es el motor creativo de todas las cosas. Entonces, ¿cómo podría haber escasez? Sería imposible.

Nuestra habilidad para pensar no tiene límites. Cuando sabes esto, piensas desde una mente que es consciente de su naturaleza infinita.

El universo ofrece todo para todos a través de la ley de atracción. Tú eres el que elige lo que quiere experimentar. Todos somos capaces de explotar este stock ilimitado si nos adueñamos de nuestros pensamientos y sentimientos.

Además, recuerda siempre bendecir las cosas que te rodean. Esto absorberá toda la negatividad y, a cambio, recibirás amor.

## **Notas finales**

Atraer lo que quieres para tu vida es una tarea difícil, un verdadero desafío.

Y eso es lo que convierte el alcanzar nuestros objetivos en un trabajo arduo pero también muy placentero y reconfortante.

Es esencial que creas, que te imagines recibiendo lo que quieres, que pienses positivo. Que ayudes a los demás y seas agradecido, todos los días, por lo que tienes y por lo que recibirás.

Nunca olvides que el universo es vasto y abundante, que eres el único dueño de tu destino y que, cuanto más deseos positivos tengas para los demás, más cosas buenas tendrás en tu vida.



# Lecciones clave de “El Secreto”

1. Visualiza tu pedido siendo cumplido
2. Crea un tablero de atracción
3. No eres tu pasado

## Visualiza tu pedido siendo cumplido

Es vital que cuando pidas, te imagines en situaciones donde ese deseo fue cumplido. E, incluso, que no lo pienses como un deseo sino como un logro alcanzado.

Creando que ya es un hecho, las cosas avanzarán mucho más rápido.

Todo lo que debes hacer para recibir es sentirte bien. Así, entrarás en la frecuencia de recepción.

## Crea un tablero de atracción

Piensa en todo lo que quieres alcanzar. Busca fotos que representen esos objetivos y pégalas en una hoja grande.

Coloca el tablero en un lugar que frecuentes mucho durante el día. En tu cuarto para ver cuando te levantas, en tu trabajo, etc.

Dale una mirada todos los días e imagina cómo será tu vida cuando alcances esos deseos.

Luego de alcanzarlos y agradecer por haberlo logrado, puedes reemplazar las imágenes por otras.

## No eres tu pasado

Si miras hacia atrás y te enfocas en las dificultades del pasado, sólo estarás atrayendo más situaciones de conflicto hacia el presente. Renuncia a todo eso, sin importar lo que

sea.

Haz esto por ti. Si te sientes herido o acusado por algo en el pasado, sólo te estarás lastimando aún más.

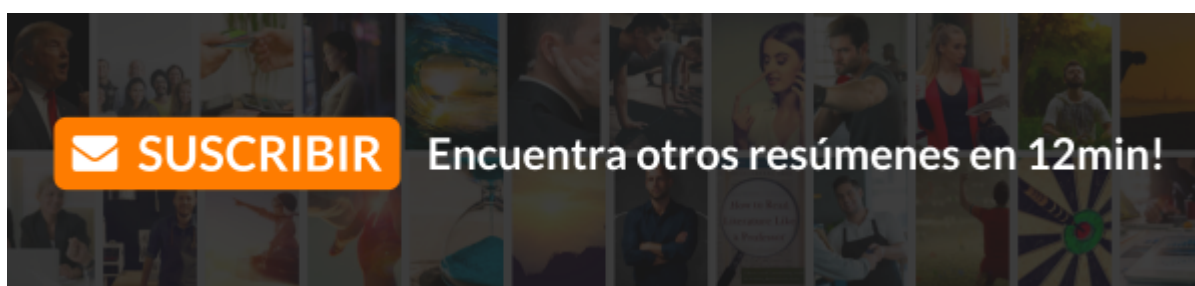
Cuando te concentras de forma consciente en lo que quieres, la ley de atracción responderá. Sólo tienes que dar el primer paso.

Cuando dices en voz alta “yo soy”, estás invocando la creación. Por eso es importante que pronuncies lo que desees. Por ejemplo: “yo soy el receptor de todo lo bueno”, “yo soy feliz”, “yo soy abundante”.

Puedes lograr lo que te propongas. Comienza a decirlo en voz alta y sé consciente de tu potencial.

¿Te gustó este resumen? Queremos invitarte a descargar nuestra aplicación gratuita [12min App](#), donde podrás encontrar más resúmenes y audiolibros increíbles.

## Frases de “El Secreto”



## Nuestro análisis crítico

El libro de Byrne fue un auténtico éxito y su contenido demuestra por qué: enseñanzas simples y directas para atraer cosas positivas a nuestra vida.

Quizás puede llegar a ser demasiado simple si ya has leído varias obras de autoayuda. Aunque creemos que, aún así, es una pieza recomendable.