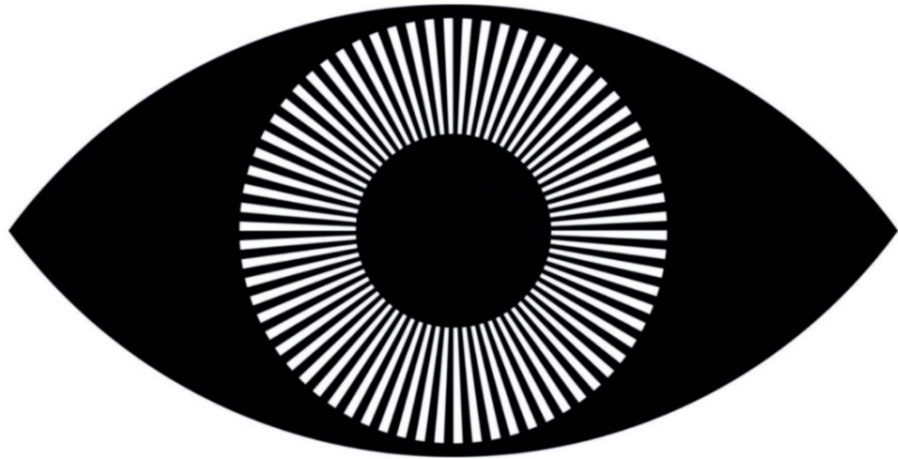


LAURA GASULLA

# CONSTRUYE Y DISFRUTA



Guía práctica para pasar de la ilusión a la  
materialización



**Construye y Disfruta**  
Laura Gasulla

Ensayo



No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea este electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito de la autora. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Art. 270 y siguientes del Código Penal).

Diseño de la Cubierta: Candela Decadente 2023  
eloraculodelcorazon@gmail.com

## **Construye y Disfruta**

A mi reducido círculo de grandes y poderosas mujeres que me permiten ser sin límites, con libertad y en toda mi expresión.

Laura Gasulla



Prólogo

***Se buscan personas protagonistas para un viaje transformador. Sin salario fijo, en sector en auge, con días de luz y oscuridad. Escasas posibilidades de regresar al lugar de donde partiste. Libertad financiera, honores y reconocimiento en caso de éxito.***

*Ernest Henry Shackleton  
Explorador Polar  
Kilkea, Irlanda, 15-2-1874 - Georgia del Sur, 5-1-1922*

## **Nota de la autora.**

Desde hace algún tiempo al empezar el año nuevo, elijo que dos palabras me acompañarán convirtiéndolas en mi mantra anual.

Este año 2023 las palabras elegidas son CONSTRUYE Y DISFRUTA.

Construir para crear proyectos, experiencias, vivencias y relaciones con el fin de alimentar mi alma.

Disfrutar de la alegría, satisfacción, felicidad y bienestar de recorrer el camino superando los obstáculos que se presenten.

Entre el 8-11-2022 y el 8-04-2023 decidí embarcarme en esta aventura transformadora de realidad y confeccioné este ensayo.

En este proceso creativo, me he tomado la libertad de analizar, profundizar y crear nuevos conceptos de la ley de la atracción con el objetivo de materializar con efectividad y celeridad mis sueños y los de los lectores.

Espero que todos vuestros sueños se hagan realidad.

Recuerda siempre que el mayor miedo es un indicador que esconde el mayor don, así que si quieres exprimir la vida no te queda otra que atravesarlos.

Otras aventuras de la misma autora

[Sietevidasporelmundo.com](http://Sietevidasporelmundo.com)

[Canteraenergetica.com](http://Canteraenergetica.com)

[Metaodisea.com](http://Metaodisea.com)



## Introducción

Llevo utilizando el collage visualizador para materializar mis deseos, desde mayo de 2009.

Lo recuerdo perfectamente porque varios meses antes, un tifón emocional se cebaba sobre mi.

En las áreas más importantes de mi vida, el nivel de satisfacción en una escala del 0 al 10 era de -10.

Recuerdo que después de estirar y estirar el acordeón, es decir de postergar la decisión de tomar acción, por fin salté al vacío.

La intención era dar un giro de 180 grados a mi vida.

En ese instante no tenía ni idea como hacerlo. pero si la determinación para lograrlo.

Fue entonces cuando apareció el primer maestro. Era holandés su nombre Mikah de Waart. Con él me inicié en el arte de crear y materializar aquello que más deseaba.

Durante un fin de semana nos congregamos en un aula, individuos desconocidos con la mismas dosis de curiosidad como de expectación.

Mikah nos habló del libro del secreto y del documental que promulga la ley de atracción.

En esa masterclass sobre la filosofía que encierra esta teoría, hicimos ejercicios prácticos y empezamos a crear nuestro propio collage de deseos.

Tres meses después gracias a la visualización y a las causalidades logré cambiar de trabajo, de casa y lo mejor encontré mi alma gemela.

Gracias a ello, me empecé a interesar por todo aquello que pudiera sumar a esta fantástica ley.

El libro gordo de Petete de esta teoría lo encontré en el Kybalión y con el experimento de la doble rendija la parte más empírica de mi, se vió sobradamente satisfecha.

La credibilidad definitiva fue consecuencia de la experimentación y la verificación por mi misma.

¿Me acompañas en este fantástico viaje?

“Cierra los ojos, respira de forma pausada y profunda tres veces.

Visualiza aquello que deseas desde el corazón,  
inyecta toda tu EMOCIÓN y lanza esa visión al universo.

A continuación déjalo ir y sigue con tu vida.

Nunca te preguntes el cómo.

Aprovecha TODAS las oportunidades que te da la vida aunque estas sean insignificantes, porque son el camino hacia la materialización de tu realidad soñada.

Pon atención a las “casualidades”, para verlas tendrás que mantener tu mente la mayor parte del tiempo en el PRESENTE, no en el pasado ni en el futuro.”

La teoría es necesaria, pero la acción es la que nos da resultados.

Este manual que estás a punto de empezar es un ensayo dirigido plenamente a la acción, a los resultados.

Cada individuo es creador de su propia realidad. De ahí la frase lo que crees creas.

Tu mundo o circunstancias externas son un reflejo de tus creencias más inconscientes.

Lo que te pasa fuera es un espejo de lo que pasa dentro, tus creencias son la clave.

No funciona de manera consciente opera en el inconsciente, por lo que hay que hackear esta parte más profunda, con el fin de transmutar las creencias limitantes.

El Dreamboard o Collage Visualizador es un facilitador para entrar en la frecuencia de vibración con lo que deseas. Si eres capaz de mantener tu mente en el momento presente y estar atento, recibirás sorpresivamente casualidades que te llevarán a materializar estos deseos.

La práctica de cómo materializar los sueños es simple pero no es fácil.

He decidido hacer este ensayo para ayudarme a mi misma y a quien lo lea a profundizar en los deseos asociados al propósito y misión.

Con el objetivo de disfrutar al máximo la experiencia de vida.

## **Antecedentes**

Tengo un collage visualizador en la pared de mi habitación, al lado de mi cama, lo hice el año pasado.

En él hay imágenes de experiencias que ya no deseo con suficiente intensidad e imágenes de experiencias cumplidas.

La cartulina está detenida en el tiempo, cogiendo polvo y esperando que le meta mano.

Hace unos meses decidí tomar acción, había llegado el momento de cambiar el decorado de la pared.

La primera pregunta después de descolgar el antiguo collage fue y ahora qué.

Pensé y pensé y no se me ocurría nada suficientemente intenso.

Es curioso que tengamos siempre más presente aquello que no queremos.

Hoy por hoy en un nivel de satisfacción de vida entre el 1 y el 10 estoy en el 8,5.

Me siento feliz y agradecida por ello.

Mi trabajo es mi pasión, conozco personas increíbles que me asombran y me fascinan en la misma proporción. Me alimento de sus historias y ellas enriquecen mi espíritu.

Vivo en la casa de mis sueños delante del mar. Tiene las medidas perfectas, menos por el pequeño armario que mi mujer me ha dejado.

En el amor, te pedí en mi primer collage, confeccionado en mayo del 2009.

Te deseaba tanto que nuestro feeling se materializó tres meses después.

El 14 de junio de 2009.

Te deseaba antes de encontrarte y 14 años después te sigo queriendo como cuando no te conocía de manera infinita y más allá.

# ÍNDICE

1. Requisitos para conseguir tus sueños
2. Condiciones sine qua non
3. Collage Visualizador
  - 3.1 La elección del soporte
  - 3.2 Qué tener en cuenta en la elección de los deseos
  - 3.3 La pregunta que debes hacerte
  - 3.4 Discernir entre el ego y el amor
  - 3.5 Desear dinero
  - 3.6 Cómo elegir los deseos
4. Cambio de perspectiva. Las elecciones
5. El círculo de oro aplicado al Collage Visualizador
6. Correspondencia de nuestros deseos a la escala de vibración de David R. Hawkins
7. Correlación de mis deseos con los Chakras
8. Dónde colocar el Collage Visualizador
9. La emoción
10. Potenciadores de la emoción
11. Activación del Collage Visualizador
11. Desapego
13. El Collage Visualizador es un organismo vivo
14. Conclusiones

## 1. REQUISITOS PARA CONSEGUIR TUS SUEÑOS

Hay que tener siempre presente estos requisitos a la hora de confeccionar y visualizar tu Collage.

### - **Soñar en grande.**

Tanto si sueñas en pequeño como si sueñas en grande todo sigue la misma ley, la misma metodología. Da lo mismo si tu visualización es encontrar aparcamiento en la ciudad, como tener una casa delante del mar. Todo sigue el mismo patrón de creación.

La cuestión no es lo que deseas, la cuestión son tus creencias inconscientes acerca de ese deseo. Cuanto más grandes son los sueños más dudas e incredulidad tendrás de poderlos materializar, a no ser que tengas una clara firmeza que lo conseguirás y para ello tienes que modificar tus creencias inconscientes.

### - **Confianza y fe absoluta que lo conseguirás.**

Este punto para mi es el más complejo y está íntimamente relacionado con el anterior. La fe es creer en algo que todavía no existe en el plano material.

Si eres de los que ven para creer es muy probable que este manual no resuene contigo.

Para los que creen para ver, espero poder ayudar a hacer realidad de forma eficiente vuestros sueños.

### - **Sentimiento de merecimiento**

El no tener un sentimiento de merecimiento hacia aquello que deseas, te va a cerrar las puertas a lo que anhelas.

Repito, si no te sientes merecedora no funcionará. En los puntos siguientes te desvelaré cómo te puedes sentir merecedora de grandes deseos.

### - **Accionar**

Este punto se resume en la frase: “mueve el puto culo y ves a por lo que quieres”.

Si solo te limitas hacer el Collage Visualizador y no tomas acciones que te acerquen a esos deseos. No funcionará.

Ejemplo

Si quieres cambiar de casa, haz el collage con la imagen del hogar de tus sueños y paralelamente sal a buscarla, muévete, ve a inmobiliarias, da voces.

Demuestra al universo que la quieres de verdad y él hará lo difícil.

- **Cambio de creencias.**

Para lograr lo que deseas tienes que dejar de ser tu, e instaurar nuevas creencias sobre ti.

No es sencillo y a veces puede ser hasta doloroso. Ponte a trabajar, haz una gran lista con las creencias más profundas sobre ti y sobre aquello que deseas, en las áreas que quieras cambiar tu vida.

- A mi me gusta el dinero y no tengo un duro.
- Dime que sientes acerca de los multimillonarios?, ¿Qué emoción te despierta ver a una persona llegar a un semáforo rojo con un Lamborghini Venero Roadster o quizás algo menos exclusivo, cómo una persona portando un bolso de 5000 euros o quizás algo más familiar, como ver por la tele como unos padres se gastan un pastizal en la fiesta de cumpleaños de sus hijos. ¿Qué es lo que de verdad te hace sentir la abundancia que ves a tu alrededor?

Reformula en positivo aquellos pensamientos negativos que tienes sobre el dinero, intégralo en tu alma y tu subconsciente mientras meditas o respiras conscientemente. El universo no te va a otorgar ningún deseo si estos contienen creencias negativas o bajas vibraciones. Si no tienes dinero trabaja esa creencia, porque en lo más profundo hay emociones o creencias limitantes.

## **2.CONDICIONES SINE QUA NON**

- **IMAGINACIÓN**

Es el poder de crear en tu mente experiencias o escenas implicando tus cinco sentidos.

- **EMOCIÓN**

La emoción es la chispa que enciende el cohete con tu deseo hacia el universo. Sin emoción no hay vibración y sin vibración no hay materialización.

- **PRESENCIA**

Estar en el momento presente la mayor parte del tiempo. Si tu mente está en el pasado o en el futuro, tu consciencia no podrá ni intuir ni ver oportunidades ni casualidades que materialicen tus sueños.

- **ACCIÓN**

La acción se resume en una frase: Mueve el puto culo, si de verdad sientes que te mereces el deseo sal de casa y ve a buscarlo.

Si te quedas en casa pensando mirando el Collage Visualizador no funcionará.

La acción es un requisito y a la vez una condición sine qua non.

## - **NO PREGUNTARSE EL CÓMO**

Nunca te preguntes cómo llegará lo que sueñas a tu vida. No elucubrar. Si lo haces estás jodido. Al preguntarse cómo se pone en duda la fe.

El cómo le pertenece al universo no a ti. Deja que la vida te sorprenda con causalidades, ahí es donde se crea la verdadera magia del Collage Visualizador.

En el momento que te planteas el cómo, dejas de estar en la frecuencia correcta de fe y confianza entrando en la vibración de duda. Por lo que no lo conseguirás.

Para hacer más comprensible este punto, me gusta explicar esta analogía.

Verdad que cuando te sientas en un restaurante y pides al camarero el menú no te levantas cada 5 min a la cocina a ver como va tu plato. Confías, te relajas y esperas mientras te imaginas lo deliciosa que va a estar la comida y finalmente cuanto menos te lo esperas el plato aparece en tu mesa. Pues esto es lo mismo.

## **3. COLLAGE VISUALIZADOR**

Collage Visualizador o Dreamboard.

Es el nombre que recibe lo que estás a punto de crear para materializar tus sueños.

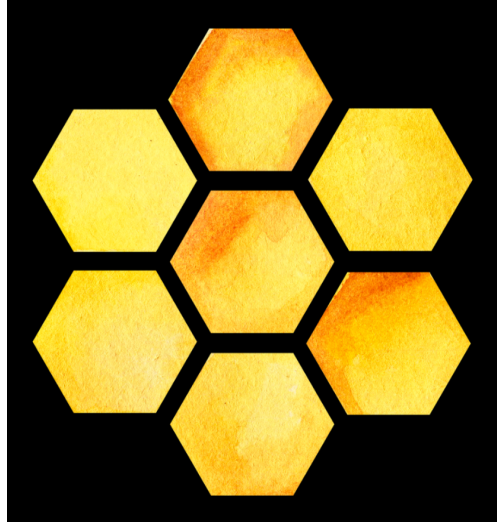
Hay que tener en cuenta una serie de puntos a tener en consideración antes de realizar el montaje.

### **3.1 ELECCIÓN DEL SOPORTE**

Para mi primer collage elegí una cartulina azul tipo DIN A3, la segunda fue verde y la tercera amarilla. Para la cuarta construí un panel ajedrezado de 68 casillas, la base era una gran baldosa naranja que tenía la pared de mi antiguo salón. Recorté papel adhesivo de color marrón en forma de cuadrados exactos y los coloqué formando un tablero de ajedrez.

El quinto y último es rojo y actualmente lo acabo de descolgar de la pared para dar paso a un nuevo experimento en la confección del soporte.

Para este sexto Collage visualizador he decidido utilizar una estructura de 7 hexágonos dispuestos en forma de flor.



La estructura importa.

Recuerdo que hace ya bastantes años, me pregunté por qué las abejas forman sus panales en estructuras hexagonales.

Me interesé sobre la geometría sagrada en especial la hexagonal.

El hexágono es una forma geométrica que permite aprovechar todo el espacio de la colmena, al contrario de otras formas como los círculos, que dejan espacios no aprovechables entre ellos.

Estructuralmente son más resistentes, eficientes y aislantes.

De ahí la importancia de las estructuras en las que cimentar tus sueños.

Nuestro panal en vez de almacenar polen y miel van a albergar nuestros sueños es por ello que un soporte geoméricamente de estas características va a proporcionar dichos beneficios.

Imitando a la naturaleza encontrarás la grandeza y la belleza.

**SI QUIERES SEGUIR LEYENDO ACCEDE A ESTE LINK**

<https://www.amazon.es/Construye-Disfruta-pr%C3%A1ctica-ilusi%C3%B3n-materializaci%C3%B3n-ebook/dp/B0C26H2WTX>