



CREA TU PROPIA ABUNDANCIA

EL MANUAL PARA ATRAER PROSPERIDAD
Y RIQUEZA, SUPERANDO LAS LIMITACIONES



ALMA MINGUEZ HERRERA

CREA TU PROPIA ABUNDANCIA

El manual para atraer riqueza y prosperidad,
superando las limitaciones

Alma Mínguez Herrera

Autor: Alma Carmen Mínguez Herrera

Fecha de publicación: 17 agosto 2020

Copyright © Alma Carmen Mínguez Herrera 2020

© 2020 Alma Carmen Mínguez Herrera. Todos los derechos reservados. Este material no puede ser reproducido, mostrado, modificado o distribuido sin el permiso previo, expreso y por escrito del titular de los derechos de autor.

Por Alma Carmen Mínguez Herrera

Para el beneficio de todos los seres

Para la expansión del espíritu

y la alegría del corazón.

Gracias, gracias, Gracias.

A Carmen, mi amada tía, que se ocupó de colmar mi vida de experiencias maravillosas, y de brindarme una visión abundante del mundo.

Introducción

Cuenta la leyenda que una carpa Koi consiguió remontar las cataratas de la Puerta del Dragón, tras un siglo de esforzados intentos. Ni siquiera los demonios que impedían su paso, fueron capaces de doblegar su determinación. Los dioses, al contemplar su hazaña, quisieron recompensarla transformándola en un espléndido dragón.

Hoy el pez Koi representa la abundancia, el éxito y la prosperidad. La hermosa carpa azul de la portada, es en sí misma un símbolo de esta abundancia, esta riqueza material y espiritual que todos buscamos cada día de nuestra vida.

Mi deseo con este libro es regalar a mis queridos y maravillosos lectores, las mejores herramientas para alcanzar la abundancia, la prosperidad y la riqueza en la vida. En sus páginas se encuentran escondidos sutiles secretos y técnicas capaces de dar un vuelco inesperado a las circunstancias, un giro de ciento ochenta grados hacia la bonanza tanto material como existencial. A veces, encontrar una sola noción que habíamos olvidado, es suficiente para reconducir nuestra experiencia completa.

Este libro posee una característica única con la que he querido acercarme más a ti, mi amado lector; las fábulas. Cada parte de la obra está precedida de un cuento, una enseñanza que tiene que ver directamente con el aspecto que se va a tratar en el capítulo. Con ellas, espero que la lectura te sea tan amena como fructífera, y que pueda llegar a tu corazón, directamente desde el mío.

A lo largo de toda la obra, que una vez más he escrito a modo de conversación contigo, utilizaré la palabra «lector», sin que ello represente idea alguna de género. Todo mi trabajo se basa en eliminar las barreras y muros que los seres humanos hemos ido creando artificialmente, por desconocimiento e inconsciencia. Me dirijo a todos mis lectores y lectoras, sean del género, etnia, orientación sexual, o cualquier otra clasificación que

pueda entenderse, como «mi querido y amado lector», desde lo profundo de mi corazón, y deseándole lo mejor en su vida.

Gracias por haber confiado en mí, regalándome el tiempo y la atención que leer esta obra requiere. Espero que lo que encuentres en su interior, colme de sobras tu dedicación, y pueda otorgarte toda la abundancia, la prosperidad y la riqueza que puedas desear.

CAPÍTULO I

Abundancia

—Entiende esto, mi vida —le dijo la anciana al niño.

La criatura, que acababa de llegar al mundo, balbuceaba levemente mientras movía sus pequeñas manos. La mujer sonreía como si todo el amor del mundo naciese de esa sonrisa.

«Has llegado a un lugar maravilloso, y se te ha colmado de los presentes más valiosos del universo. Tiempo, para experimentar la riqueza de esta vida que comienzas. Amor, que te colmará sin reservas durante toda tu existencia. Abundancia sin igual, que ya te rodea por todas partes. Energía, para que puedas moverte, descubrir, y recorrer la Tierra.

Aunque hoy todavía es muy pronto para que entiendas estas palabras, no te demorarás demasiado en poder hacerlas tuyas. No tardarás en crecer y evolucionar en tu propia experiencia.

Por esto, te lo digo ya, para que sea lo primero que escuches en tu vida. Para que, de alguna manera preciosa y cargada de misterio, puedas recordar este mensaje.

Hoy es un día maravilloso, mi vida, porque has llegado al mundo. Por favor, haz honor al inmenso regalo que se te ha dado, y compréndelo deprisa; debes convertir tu tiempo en alegría, y tu persona en abundancia. Que todos tus días llenen el mundo de amor, como éste en el que has nacido.»

Querido lector:

Eres una persona valiosa. Eso es lo primero que quiero que entiendas.

No es que seas valiosa para tu propia familia, o para tus amigos cercanos. No es que seas valiosa por el trabajo que desempeñas, o por el rol en la vida que has elegido. Tu valor no reside en lo que posees, lo que has aprendido, o en cómo te comportas.

Eres una persona valiosa para el universo entero.

Eres una persona valiosa para el mundo.

Eres una persona valiosa por lo que eres.

Eres un ser valioso.

Deseo que esto sea lo primero que aclares en tu mente, antes de seguir leyendo. Porque si no comprendes tu propio valor, será muy complicado que entiendas el valor de todo lo ajeno a ti.

Te encuentras aquí porque buscas crecer, y alcanzar la abundancia. La abundancia comienza en ti mismo, y termina en ti mismo. Este es el primer secreto sobre la abundancia que has de aprender.

La abundancia comienza en ti mismo, y acaba en ti mismo

¿Qué es abundancia?

Abundancia no es una simple palabra. Si buscas el término abundancia en cualquier diccionario, encontrarás que procede del latín *abundantia* y que se refiere a «una gran cantidad de algo». Sus sinónimos son la riqueza, el bienestar y la prosperidad.

Aunque efectivamente, se trata de una acepción, el concepto y significado de abundancia va mucho más allá. Su trascendencia es tal que,

si llegas a ser capaz de ahondar en su sentido último, es probable que no vuelvas a sentirte pobre, escaso o incapaz nunca más.

Todo lo que has aprendido acerca de la abundancia ha pasado y pasa por el filtro de la riqueza material. Esto es completamente natural, y para nada casual. Desde niño has sido programado para entender la abundancia, la riqueza, y la prosperidad en la vida, como una acumulación de bienes materiales de ensueño. Objetos de posesión que te diferencian de tus semejantes y que te proporcionan, en teoría, el tan ansiado bienestar.

¿Es esto cierto para ti? Sin duda es cierto para todos. Hemos nacido en el gigante mastodóntico del sistema económico moderno; un sistema que ha conseguido traer más comodidades a nuestras vidas de las que ningún ser humano, a lo largo de la historia, ha disfrutado.

Posees más comodidades que cualquier rey del pasado

Piénsalo y hagamos un ejercicio. Echa una hojeada rápida a tu casa. Por humilde que creas que es, posees bienes y comodidades que los reyes del pasado, aun en sus tronos chapados en oro, y con toda su abnegada servidumbre, hubieran envidiado y deseado. ¿No lo crees? Pues mira a tu alrededor con más detenimiento. Si tienes hambre, no tienes más que acercarte a tu nevera, un aparato que mantiene tus alimentos perfectamente refrigerados y frescos aun si pasan días en su interior. Puedes echar mano de un plato delicioso que preparaste hace un mes y que te espera en el congelador como si nada. Lo tomas y lo descongelas en dos minutos, en tu microondas, capaz de calentar tus alimentos en cuestión de segundos con un mero «click». En el pasado, la comida se debía almacenar en salazones, o pozos, con pocas garantías de higiene.

¿Te has quedado sin comida? No pasa nada. Bajas en tu ascensor que te evita incluso el esfuerzo de salvar escalones, y te acercas a tu supermercado más próximo, a no más de un minuto a pie. En él encuentras un sinfín de alimentos tanto frescos como preparados para tomar, directamente colocados ante ti. Sellados, preservados y listos para ser consumidos.

No tienes ni que renunciar a comer durante todo el año de la fruta que más te gusta, aun si no está de temporada. No encontrarás los estantes

vacíos por una sequía o por las malas cosechas, ni tendrás que pelearte con tu vecino por las últimas naranjas. No perderás el alimento si atacan los bandidos, ni te arriesgarás a contraer alguna enfermedad debida a las plagas o comida en mal estado.

Si después de tener el estómago lleno sientes que te aburres, puedes elegir entre un sinfín de entretenimientos puestos a tu disposición por un costo relativamente asequible. ¿Qué tal te parece ver la última película en tu blue-ray? O quizás prefieras enchufar una de tus tres consolas de videojuegos. Puedes decidir relacionarte con tus amigos en tu ordenador personal, o tomar una clase de yoga online.

Puede que no te apetezca quedarte en casa, en cuyo caso llamarás a tus amigos con tu smartphone o simplemente les mandarás un WhatsApp. Quedaréis para ir al cine, o a los bolos, o quizás para cenar fuera. Podrás elegir entre una pluralidad de restaurantes con los platos exóticos que te apetezcan, en un alarde de variedad cosmopolita. En el pasado, solo las clases más pudientes podían dedicar algo de su día al entretenimiento, y sin duda éste era sumamente limitado.

Si decides viajar, podrás ir rápidamente a cualquier lugar del planeta. Nada de viajes peligrosos y arduos que cuestan meses en penosas rutas de barco, caballo y carro. Nada de asaltantes en los caminos.

Y si algún dolor te aqueja, o alguna enfermedad se presenta, gozarás del servicio de profesionales médicos instruidos. Hoy, la gran mayoría de las enfermedades epidémicas del pasado se encuentran erradicadas. Por contra, a lo largo de la historia, la tasa de mortalidad infantil ha rondando el 40%, y aun aquellos que sobrevivían a la infancia, en uno u otro momento, habían de enfrentarse a plagas, miasmas o padecimientos. Una simple apendicitis, que hoy se soluciona con una operación rápida, certeramente causaba la muerte a quien la padecía.

Estos son tan solo unos escasos ejemplos que pueden ayudarte a reflexionar sobre un hecho del que quizás no te hubieras percatado, y es que ninguno de estos y otros parabienes de los que disfrutas, eran ni remotamente disfrutados en el pasado por las gentes que habitaban el mundo, ni tan siquiera por aquellos más ricos y poderosos. Gozas de un

nivel de bienestar y comodidades hasta ahora nunca visto por la humanidad. Me refiero a un acceso a prácticamente todo lo esencial, y a gran parte de lo no esencial. Y de manera casi instantánea.

Ahora te haré unas preguntas:

¿Crees que, con todo este nivel de comodidades, somos, tal y como se esperaba, completamente felices?

¿Crees que somos más felices que se era antes, siquiera?

La paradoja de nuestro tiempo radica en que por mucho bienestar y comodidades que hayamos conseguido, cada vez somos más carentes, y cada vez gozamos de menor abundancia. Cada vez hay más servicios psicológicos especializados, más depresiones, más insatisfacción y menos sensación de éxito en la vida. La infelicidad reina por doquier.

Abundancia es, hoy más que nunca, un concepto mal entendido y totalmente tergiversado.

- La mera acumulación, posesión, detentación o propiedad de un gran número de objetos de comercio no es abundancia.
- La posesión de grandes sumas de dinero en cuentas bancarias, no es abundancia.
- La capacidad casi ilimitada de adquirir ocio y disfrute, no es abundancia.
- El poder de controlar bienes, personas y acontecimientos, no es abundancia.

Si creías que, por sí mismas, todas estas cosas que representan el motor del mundo actual, significan abundancia, hemos encontrado el problema raíz que te impide, de hecho, llegar a ser abundante y próspero.

Porque, aún si tus metas son conseguir los ejemplos que hemos citado, el propio pensamiento y certeza de que lograrlos te traerá la prosperidad final que desees, es el que, cuando lo hagas, te dejará ese regusto agrio en la boca, de insatisfacción. Es el que preguntará con desconcierto por qué no te sientes completo, tal y como se te había prometido.

Para comprender esto, hagamos otro ejercicio;

Detente unos minutos, párate a pensar acerca de tus últimas motivaciones y deseos materiales. Pueden ser los de la última semana, el último mes o incluso el último año. Ayúdate de tu libreta para apuntar una lista de cosas que, en su día, te causaron gran anhelo. Objetos que deseaste profundamente y cuya expectativa de adquisición te producía enormes ráfagas de alegría. Quizás fuera tu último Iphone, ese altavoz inteligente, o el modelo más novedoso de tablet. Tal vez fuera ese coche nuevo, o esas gafas de marca tan espectaculares. Cuanto más cercano sea el recuerdo, más útil te será.

Mientras apuntes todos esos objetos que deseaste fervientemente y después fueron tuyos, quiero que hagas el esfuerzo de recrear en tu mente las sensaciones que te producía el conseguirlos. Esa expectativa, ese subidón de adrenalina. Cierra los ojos y recrea todas esas sensaciones.

¿Ya lo has hecho? Bien, ahora quiero que pienses en los momentos después de adquirir tales bienes. Una vez comprados y en tu poder, una vez hechos tuyos, piensa y apunta cómo te sentiste.

Por último, observa si puedes los objetos ahora mismo, si los tienes a mano. Si no, imagínalos en su estado actual. Responde a estas simples preguntas, para cada uno de dichos objetos, y hazlo con la mayor sinceridad. Después de todo, esto solo es para ti mismo.

- ¿Durante cuánto tiempo, tras obtener el bien, sentiste la felicidad y alegría que esperabas?
- Aun si fue útil, ¿Fue capaz de cumplir todas las expectativas que tenías sobre él?
- ¿Si ahora mismo pudieras recuperar el dinero que te costó, lo devolverías de inmediato?
- ¿Cuánto tiempo pasó antes de que comenzases a desear el siguiente objeto?

A estas alturas, probablemente tendrás una página llena de objetos inútiles que prometían darte alegría sin fin, una satisfacción duradera, que sin embargo nunca llegó a materializarse. Si has apuntado una lista larga, te

darás cuenta de que los saltos entre uno y otro objeto de deseo son cortos. Tan pronto como uno se adquiere, al costo que sea, la satisfacción de su tenencia es tan efímera que a veces incluso no cubre ni los minutos posteriores a su compra. En ocasiones dura unas horas, y en los mejores casos unos pocos días.

Sin embargo, en todos los supuestos existe un pico absoluto de satisfacción, y por raro que parezca, este pico no se sitúa en el momento de adquisición, sino en los instantes previos al mismo. Al igual que un coche nuevo, cuyo valor decrece un 10% en el mismo momento de adquirirlo, así sucede con el deseo de adquisición, su compra y su posterior posesión.

El instante de mayor “felicidad”, se da antes de su compra. Son los instantes que suceden no en el mundo físico sino en el mundo de la imaginación, en el mundo del pensamiento. Esos instantes en los cuales no posees nada sino una idea en tu mente de algo que desees, son los instantes de satisfacción más alta de todo este proceso. Tu cerebro está liberando todo tipo de hormonas de felicidad y emoción, como la serotonina y la dopamina, que te hacen sentir muy bien.

Lo que casi nadie ve, es que la felicidad que sienten se debe a una idea, y no al objeto en sí. La maravillosa maquinaria de la mente está poniendo toda su energía en darte la felicidad que necesitas sentir, y lo hace de la forma más eficiente que existe. El momento de mayor euforia sucede solo en la mente.

Lo que sucede después suele ser bastante desastroso. Ningún objeto creado posee las características magníficas que le atribuye la imaginación humana. En el mismo instante de pagarlo, prescindir del dinero que ha costado, y tenerlo en las manos, o ante uno mismo, uno se da cuenta de que no vale lo que había pensado. No vale lo que le había imaginado. La sensación de vacío a veces es hasta instantánea.

Existe siempre una confusión presente en la mente de cualquiera, en esos momentos, pero son pocos los que le dedican más de unos segundos a entenderla. Lo normal es que, habiendo pagado un dinero por ello, y teniéndolo en propiedad, sea todo lo que prometía. Y si no lo es, se finge.

El resultado es el autoconvencimiento de la persona de que lo que hizo está bien hecho, y el objeto muchas veces acaba en un rincón del armario, olvidado por todos, y especialmente por su dueño.

El proceso que sigue es una reanudación automática del ciclo. El pico de satisfacción se esfumó incluso antes de materializarse, y el vacío producido a su paso reanima nuevos anhelos y deseos. ¡Probablemente este otro objeto sí cumpla con todas las expectativas! ¡Sin duda es la respuesta a todas las preguntas! La persona, engañada sin saberlo, sigue buscando la solución al problema ejecutando los mismos pasos una y otra vez. Y la solución más sencilla es correr a por otro objeto de deseo, que genera un nuevo pico de satisfacción.

Como habrás imaginado, querido lector, esta es una definición bastante exacta del proceso consumista. Consumismo e insatisfacción van irremediabilmente de la mano en un esquema perfectamente calculado. De hecho, todo el sistema se basa en ello. Las grandes corporaciones, las empresas y sus holdings no harían millones y millones si no se produjera de este modo.

La primer ley de la venta seguramente ya la conocerás; «Si no existe la necesidad, créala». Todo el sistema se cimenta en un proceso de consumo desmesurado. Y para que este se dé, y ya que el consumo desmesurado no es lógico ni natural, son necesarias herramientas como la obsolescencia programada y la generación de necesidad y deseo.

Como ejemplo de lo primero, podemos citar el caso de las medias de nylon, que en 1940 fueron creadas con la intención de resultar irrompibles. Y tan irrompibles resultaron, que se llegaron a usar para remolcar coches. Sin embargo, esta solución pronto fue vista como ineficiente. Unas medias que pudieran durar años y años de una persona, no aseguraban ningún tipo de ventas. Desaparecieron pronto, y el producto que hoy conocemos son unas medias que duran apenas varios usos, y que si tienes mala suerte, se rasgarán en la primera noche. La bombilla es otro ejemplo de esto, pues los primeros ejemplares tenían la capacidad de durar sin quemarse hasta cien años. Todos conocemos las bombillas actuales.

El segundo punto es la generación de necesidad y deseo. Habrás oído hasta la saciedad que la mejor manera de que todo mejore en la sociedad es dejando fluir el dinero. Este es el primer pilar de un sistema que no se sostendría de otro modo. El dinero tiene que fluir. Y para fluir, es bueno que pase de una mano a otra sin descanso, que se intercambie, crezca y prolifere. Parece un argumento sólido; si tú gastas, todos se enriquecen. Sin embargo, habrás notado que ese enriquecimiento no es tal. A estas alturas te habrás dado cuenta de que por más que ganes o te esfuerces con tu trabajo, la mayoría de tus ingresos rápidamente se van de tus manos. Debes pagar al estado, a tu banco y a todas las necesidades que han creado para ti.

Más del 80% de la riqueza del mundo reside en el 1% de la población.

Para que todo esto se sustente, es mandatario generar en la población una necesidad. Y hablo de una necesidad y no de muchas porque lo que has de entender es que, si no eres capaz de desarrollar unas bases, unos cimientos sólidos sobre los que edificar lo que es verdaderamente necesario, bueno y generador de auténtica felicidad para ti, cualquier otro va a decidirlo en tu nombre. Los anuncios televisivos, los políticos, las corporaciones, el estado, tu grupo de amigos, tu familia... cualquiera. Y lo que es más grave. Venderás las mismas ideas a tus propios hijos.

- ¿Cuántas veces has comprado compulsivamente?
- ¿En cuántas ocasiones has sentido la necesidad de adquirir algo como recompensa a «un día duro»?
- ¿Cuántas veces te has dicho a ti mismo que te mereces una recompensa, un capricho?
- ¿Recuerdas todas las ocasiones en las que te has dicho que «para algo trabajas»?

¿Y si en lugar de hablar de objetos materiales hablamos de logros y metas?

Trata de realizar una segunda lista con aquellos logros que quisiste conseguir y conseguiste. Apunta si deseas del mismo modo, aquellos que deseaste y resultaron truncados.

Las preguntas para estos serían:

- ¿Cuántos de ellos provenían realmente de un deseo tuyo verdadero?
- ¿Te embarcaste en ellos por ti mismo, o por agradar o lograr el reconocimiento de otros?
- ¿Mereció la pena todo a lo que hubiste de renunciar?
- ¿Si pudieras regresar al pasado, cambiarías alguno o elegirías otras vías?
- ¿Qué grado de satisfacción te generan dichos logros en tu vida actual?

El ciclo de necesidad-deseo-insatisfacción no se limita a los objetos de comercio sino también a los modos de vida. En algunas ocasiones, los retos y sueños pertenecen a lo más íntimo de nosotros mismos, pero es usual que no sea así. Miles de personas tomaron un estilo de vida que no les ilusionaba, únicamente porque sus mayores les aconsejaron hacerlo, vendiéndoles el gran sueño del éxito reconocido. Otras dedicaron su vida a una profesión que detestaban, o renunciaron a viajar por el mundo como anhelaban, para elegir vías seguras. Otros siguen y siguen cometiendo una y otra vez los mismos errores, sin darse cuenta de que hasta que no den con el origen del problema, su infierno personal seguirá hasta el último de sus días. Hay tantos ejemplos como seres humanos, y cada uno de ellos cuenta su historia. Y es que también en nuestras elecciones de vida hemos sido conducidos y engañados, únicamente porque no se nos ha enseñado lo más básico.

Efectivamente, todos nos hemos dejado convencer por estos modos de actuar y hemos ejecutado el perfecto plan consumista. Han generado necesidades en nosotros, y las hemos dado por buenas.

La gratificación instantánea

Todos necesitamos, o sentimos que necesitamos, una retribución por todo aquello que hacemos, decimos, por la manera en la que nos relacionamos y actuamos, y aun por simplemente existir en el mundo. Este entendimiento subconsciente de la necesidad de retribución deriva irremediablemente en el de gratificación instantánea. Si das amor a tu pareja, en retribución esperas que se produzca a la inversa ya no del mismo modo, sino de forma aumentada. Porque cuidas a tus hijos y los amas, esperas que éstos sigan tus órdenes y tus pasos obedientemente. Si haces un favor a un amigo, guardas en la memoria este hecho y te aseguras de que, cuando sea necesario, sea

compensado por su parte. Si trabajas, esperas un salario a cambio. Si realizas horas extras, sin duda deben pagártelas. Si eres una persona joven, deberían tomarlo en cuenta y darte facilidades, si eres una persona mayor, deberían mostrarte respeto.

Cada uno de estos pensamientos subconscientes parecen de lógica pura y socialmente necesarios. Si uno no piensa de este modo, se dice que es un «flojo» o un «tonto del que cualquiera se ríe». Quizás, con compasión se aluda a que es «demasiado bueno».

Es esta necesidad de retribución la que, por fuerza de uso día tras día, genera un anhelo imperante e ineludible de gratificación instantánea. Las cosas que tenemos, las que hemos conseguido, nuestros logros, nuestras posesiones, jamás resultan suficientes. Un aumento en las mismas tan solo genera un aumento del deseo de poseer más, y una sensación de valer menos.

La necesidad de una inagotable gratificación instantánea es la ruleta de los horrores de nuestro día a día.

Gratificación instantánea son los likes en facebook ante la última foto que has colgado. Es la compra compulsiva de objetos que haces día a día. Es la búsqueda incesante de elogios entre tus colegas de trabajo. Es la necesidad de aprobación en todos tus discursos, y la imposibilidad de sostener crítica alguna. Es ese donut, o esa cena pantagruélica y grasosa que decides comer porque te sientes «de bajón». Es la imposibilidad de sentirte en paz con lo que haces y con lo que eres, si no es mediante la aprobación ajena.

Todos estos ejemplos nos muestran acciones y circunstancias que sirven para proveerse de una retribución, de una gratificación instantánea. Es instantánea porque se produce en el mismo momento en el que la desees. No hay márgenes para la maniobra ni para la expectativa, pues el objeto de deseo y su satisfacción se dan en el mismo instante.

El ciclo de deseo-insatisfacción-pico de gratificación instantánea-deseo-insatisfacción, se da durante todo el día múltiples veces, sin que casi nadie sea consciente de ello.

Si recordamos la exposición del principio del capítulo, atenderemos a que ya existía un ciclo que nos movía de este modo en la generalidad. Sobre este proceso general, se superpone el proceso de gratificación instantánea. Dos programas que operan de manera sinérgica y superpuesta, y que nos motivan y conducen directamente a la necesidad y a la insatisfacción. Uno opera sobre anhelos que consideramos «más grandes» (trabajo, una casa más grande, prestigio, etc.), y el otro sobre cada pequeña acción de nuestro día a día (aperitivos, likes en redes sociales, elogios etc.).

Ahora que empiezas a ser consciente del poder que estos dos procesos tienen sobre ti, empezarás a darte cuenta del tremendo gasto de energía que realizas y desperdicias cada momento de tu vida en acciones innecesarias y en pensamientos obstructivos.

Si usamos la jerga informática, estos dos programas se han instalado en tu disco duro y lo han infectado con un virus troyano de efectos desastrosos; es capaz por sí sólo de crear en ti una sensación de carencia, destruir tu autoestima y anular todas tus herramientas de empoderamiento.

¿No crees que es momento de empezar a salir de la rueda?

La abundancia comienza en ti mismo, y termina en ti mismo. La herramienta más útil para que entiendas esta máxima es la de adquirir consciencia.

Adquiriendo consciencia

El proceso de adquisición de consciencia es tan amplio como amplios son los temas del universo, y tan simple como entender que el mismo universo es un todo.

Sin la capacidad de ser conscientes, nos encontramos básicamente cegados. Al igual que el burro al que se le coloca una zanahoria delante de sus ojos, y camina y camina en su busca para nunca alcanzarla, así mismo nos sucede a los seres humanos que vivimos estos tiempos.

Al seguir quimeras e imágenes fantasmales, nos pasamos la vida caminando sin hallar jamás ni sosiego ni destino. La rueda de aprendizajes falsos y erróneos es hereditaria en tanto en cuanto fue transmitida por

nuestros padres, y del mismo modo la transmitimos a nuestros hijos. Las pautas de enseñanzas restrictivas viven y se transforman en nuestro entorno. Como un ente vivo, se absorben en todos los niveles de la sociedad, estableciendo máximas y recomendaciones existenciales prefabricadas. Pautas sin las cuales la tan ansiada felicidad no es alcanzable. Esto sucede porque en ninguno de estos estratos sociales, en ninguno de estos entornos en los que nos hemos criado, se nos ha enseñado ni remotamente a adquirir consciencia.

Pero, ¿qué significa adquirir consciencia?

Adquirir consciencia es adquirir conocimiento y salir de las redes de la ignorancia. Pero no tratamos aquí un conocimiento intelectual. No hablamos del resultado de un proceso mental intelectual, ni de la adquisición de saberes académicos o técnicos. No se trata de realizar cursos que nos enseñen una u otra habilidad para solventar problemas.

El conocimiento alcanzado por la mente consciente es un conocimiento superior, un todo holístico capaz de percibir su entorno y de desliar la madeja de conductas, saberes, y programas aprendidos.

Lo contrario a la consciencia es la ignorancia. Y todos sabemos lo cara que suele salir la ignorancia.

Lo contrario a la consciencia es la ignorancia

Una persona inconsciente comete actos atropellados, desmedidos o necios. Un inconsciente pierde fortunas recién adquiridas, se ve inmerso en todo tipo de problemas innecesarios y es zarandeado de un lado a otro a lo largo de la vida. Todos estamos de acuerdo con eso. ¿Pero, y si te digo que la mayoría de los seres más inteligentes y exitosos de la tierra también actúan inconscientemente, sin saberlo?

Consciencia e inconsciencia no son sinónimo ni antónimo de éxito en la vida. Al menos no al modo tradicional que todos conocemos.

La consciencia es un estado y un acto en sí mismo. Puedes estar consciente o ser consciente.

Si estás consciente, realizas un acto de voluntad por el cual decides tratar de ver las cosas tal y como son. Al estar consciente abres los ojos y el alma (entendiendo como alma a tu yo interior que se ha desprendido de todas las cargas, ego, prejuicios y programas adquiridos) a la realidad verdadera que te rodea.

Ser consciente es un estado. El ser consciente es capaz de ver y aprehender la realidad de un modo infinitamente abundante, porque ha conseguido desliar la intrincada madeja de hilos de siglos de aprendizajes erróneos, falaces y coercitivos. El ser consciente trasciende barreras y fronteras impuestas.

Desde la inconsciencia, es inútil tratar de salir de la rueda infinita de insatisfacción. El ciclo del que antes hablábamos debe ser detenido en primera instancia por un acto libre y voluntario de consciencia. En este punto, adquirir consciencia es aprender que:

- La sociedad actual provee de medios calculadamente erróneos para alcanzar la felicidad.
- Todas las necesidades que crees que tienes, son imaginarias.
- Es imposible alcanzar la abundancia con una mentalidad de carencia.
- Es imposible salir de la mentalidad de carencia sin cambiar la percepción.
- La percepción solo puede modificarse por medio de un ejercicio voluntario de consciencia.
- Para fomentar y aumentar la percepción, debes dejar de oponerte.
- Si aumentas tu percepción, moverás completamente tu mundo.
- La abundancia no se compra, ni se conquista. La abundancia se tiene.
- La abundancia comienza y termina en ti mismo.
- En realidad, todo es mucho más sencillo, agradable y maravilloso a cómo te lo contaron.

Aunque algunos de estos conceptos puedan parecer un poco abstractos a primera vista, y difíciles de solucionar, en realidad son extremadamente sencillos y maravillosamente liberadores. Si me sigues a lo largo de esta obra, pronto te darás cuenta de lo empoderante y maravillosamente agradable que es una mente abundante. Abundante de verdad.

CAPÍTULO II

El mito de la escasez

Estela Seeker debía llegar a su destino, una hermosa y opulente ciudad en la costa. Ella sabía, porque así se lo habían enseñado sus padres, sus maestros, y sus compañeros, que la ciudad era tan magnífica que cualquiera que la habitara, no sufriría ninguna penuria más en la vida. Sus edificios eran de cristal puro, y sus ríos y fuentes manaban aguas curativas. En sus calles no existía la pobreza ni la miseria, y todos sus habitantes eran libres de hacer lo que desearan en cada momento. Lujos, manjares, experiencias por doquier, pertenecían por derecho propio a todo aquél que llegase a la esplendorosa ciudad, Alba Blanca.

Con esta idea, Estela Seeker comenzó su camino, con el corazón pletórico de esperanzas y sueños y sus ánimos intactos. Durante mucho tiempo caminó y caminó por senderos agrestes, encontrándose con muchos más caminantes. Para su sorpresa, descubrió que muchos de ellos ansiaban llegar a la misma ciudad, y se congratuló al saber que todos hablaban de ella las mismas maravillas. Durante un tiempo, tanto Estela como sus alegres compañeros caminantes, compartieron ayuda y refrigerio, y se vanagloriaron de haber escogido la ruta adecuada.

Pero el camino resultó ser arduo. Conforme avanzaba, Estela comenzó a escuchar que Alba Blanca no podría albergar a tanta gente, y que solo los más listos, rápidos y astutos, lograrían llegar los primeros antes de que cerrasen sus puertas. Aquello la incomodó y alertó al mismo tiempo. Sus compañeros de viaje ya no parecían tan amigables, y comenzó a cuidarse mucho de compartir la información que conseguía recabar, con ellos. Sería

fatal si, gracias a eso, alguno de ellos la adelantara y tomara su puesto en Alba Blanca.

Su ánimo empezó a torcerse. Por más que se esforzaba, no conseguía llegar jamás a la ansiada ciudad.

Encontró un pueblecito en el bosque donde sus habitantes parecían muy satisfechos con sus chozas de madera. En él, un niño se le acercó y le ofreció unas piezas de fruta que acababa de recoger. Estela las tomó y las mordió, pensando que no podían compararse con los manjares que le esperaban en Alba Blanca.

Siguió su camino hasta que meses después, encontró una ciudad industrial en la que sus habitantes se afanaban en trabajar arduamente el acero para construir máquinas. Con hastío pensó que aquella gente trabajaba demasiado para nada, y renovó sus esfuerzos para encontrar una ciudad que dejaría aquella a la altura de sucias caballerizas.

Su camino siguió y siguió, dejando a su paso pueblos, aldeas y ciudades por doquier. Traspasó bosques, colinas, grutas, marismas, estuarios, playas y costas. Ninguno de aquellos lugares tenía interés alguno, y cada vez se tornaban más hostiles para ella. Le resultaba complicado conseguir comida y aun bebida, y las gentes eran cada vez más esquivas y hoscas.

Los compañeros viajeros con los que inició la travesía trataban de no toparse con ella y de adelantarla constantemente, y sabía que muchos de ellos habían renunciado en su empeño. Estela los consideraba peor que a los que persistían; si éstos eran sus enemigos, aquellos eran simples perdedores. Sabía de algunos que, hastiados y cínicos, habían empezado a realizar tropelías por los pueblos de los alrededores.

Estela encontró la solución adentrándose en un desierto. Nadie sería tan valiente de atajar por ahí, aun cuando kilómetros y kilómetros de arena todavía la separaban de su destino. En su interior la comida pronto empezó a escasear y el agua se tornó inexistente. El erial que la rodeaba parecía una tumba de fuego que trataba de engullirla. Comenzó a lamentar haber emprendido aquella búsqueda, pero en su interior sabía que, de todas maneras, no conocía otra cosa. Encontrarla era su deber.

Una mañana especialmente calurosa, cuando los rayos del sol incidían sin misericordia sobre la arena, Estela reconoció a un beduino que recorría las dunas en su camello. Sin perder un segundo corrió hacia él y le solicitó ayuda. El hombre, con amabilidad compartió su odre de agua y su comida, y aprovisionó a Estela con todo cuanto necesitaba para llegar a su destino.

—¿Conoce Alba Blanca? —preguntó ella al beduino.

—Oh sí, es la ciudad más al norte de aquí —respondió él.

— ¿Podría indicarme el camino? Estoy deseando dejar atrás este infierno. —continuó Estela.

—Claro, pero, ¿a qué infierno se refiere? —indagó el hombre, extrañado.

—Pues a éste, naturalmente. A esta tierra muerta que nos rodea. —explicó Estela.

—¿Muerta? ¿Como es capaz de decir eso? ¿No ve los numerosos oasis de este lugar? Están por todas partes. ¿No escucha el imponente graznido de los pájaros del desierto? ¿No nota el viento sureño que trae aromas de almizcle? ¿No se ha topado con los zorros rojos que remontan las dunas? Hay vida por todas partes, en estas tierras — respondió el hombre, sonriente.

Estela pensó que se trataba de un loco. Solo un loco vería todas las maravillas que estaba describiendo en un lugar como ese. Agradeció su ayuda y se marchó sin más, tratando de pasar el menor tiempo posible con un demente como aquél.

Su ánimo volvía a alcanzar las estrellas. Su ansiada Alba Blanca estaba cerca, y ahora conocía el camino. Escasas millas la separaban del destino por el que tanto había luchado. Había conseguido dejar atrás a sus competidores y liderar la intrépida marcha, eligiendo cruzar aquel desierto.

Después de todo ya se lo habían avisado: «El camino no será fácil, ni alegre. Tendrás que luchar y prevalecer sobre todas las circunstancias»

Bien, lo había hecho y había vencido. Ahora tan solo quedaba reclamar su recompensa.

Dos días después de aquello, quemada por el ardiente sol y casi completamente agotada, Estela llegó a las puertas de Alba Blanca. Se trataban de unas puertas de color blanco, marmóreas, completamente abiertas, por las que nadie impedía el paso.

Presa de una incontenible emoción, Estela cruzó el umbral de la ciudad y se adentró en sus calles. ¡Era tan magnífica! ¡Era tal y como se la habían descrito! Escuchaba música en las calles, la gente reía alegre y bromeaba, y los edificios eran hermosos. Comenzó a correr de un lado a otro, sumida en una incontenible euforia.

De repente se detuvo. Alguien tiraba de los bajos de su pantalón. Era una anciana mendiga que le solicitaba una moneda. Aquello la desconcertó. Alejándose, Estela comenzó a observar la ciudad con otros ojos. Pronto se dio cuenta de que, aunque alegres, sus habitantes trabajaban duramente en sus oficios. Existían mendigos, barrios ricos y barrios pobres, y los edificios distaban mucho de ser de cristal. Había fuentes, sí, pero sus aguas parecían tan corrientes como cualquiera que hubiera probado antes. Al caer la noche, se dio cuenta de que, si quería dormir bajo techo, tendría que buscar alguna posada y pagar por su habitación. Extremadamente desolada, llamó la atención de una mujer que se dedicaba a faenar en el puerto. Ésta lucía arrugas en el rostro y una expresión afable.

—Disculpe, señora. ¿Esta ciudad se llama Alba Blanca? —preguntó Estela, esperando que le respondiera que no, que se había equivocado.

—Así es —respondió la mujer.

—Pero... me habían dicho que se trataba de una ciudad magnífica. De un lugar de ensueño. — Continuó ella, con un nudo en la garganta.

—Oh, querida, no está mal. Como cualquier ciudad, diría yo. Sin embargo, me han hablado de una ciudad magnífica de verdad. ¡Esa sí ha

de ser el cielo en la tierra! Por aquí no se habla de otra cosa... ¿Quiere que le cuente? —exclamó la estibadora.

La escasez es un mito

Sí, tal y como suena. Un mito.

Es el mito que se ha establecido a lo largo de la historia como dogma imperante, principalmente propiciado por las altas esferas del poder humano, quienes, a su vez, han sido igualmente deudoras.

Que la tierra y sus frutos, sus recursos y regalos son escasos, es probablemente la mayor mentira de la historia. Además, es una mentira taimada, una de esas que no se dice a grandes voces, sino que se impregna en los usos cotidianos, en cada ámbito de la vida de las personas.

¿Qué sentido tendrían las guerras históricas por territorio, si no existiera la escasez de recursos?

¿Qué mantendría a las masas atadas a sus durísimos trabajos a cambio de escasos jornales?

¿Qué impulsaría a la acumulación, al desasosiego por retener y poseer, si no existiese una limitada cantidad de bienes?

Se nos ha enseñado que todo es escaso en esta vida. Desde la tierra, los recursos, los bienes, el agua, la riqueza, el trabajo y la seguridad, hasta la mismísima libertad y autonomía personal. Por ser escaso, hasta nuestra capacidad de elegir y controlar nuestras propias vidas y nuestras propias personas, resulta escasa.

La escasez domina cualquier materia de la que hables con tus compañeros, y escala rápidamente hasta convertirse en objeto de temor y reverencia. La escasez se ha convertido en una mentalidad.

La mentalidad de escasez es lo contrario a la mentalidad de abundancia, y hoy en día todos sufrimos de esta patología, aun sin darnos cuenta de ello.

- Cuando un padre aconseja a su hijo que no tome ningún riesgo, que vaya a lo seguro, consiga un trabajo estable, se case y viva una vida acomodada, es su mentalidad de escasez la que habla.
- Cuando un hombre que está sufriendo en una relación de pareja del todo insatisfactoria, la aguanta y aguanta durante años, es su mentalidad de escasez la que actúa.
- Cuando una mujer soporta un trabajo que odia, por temor a quedarse sin dinero con el que pagar sus deudas, es su mentalidad de escasez la que piensa.
- Cuando un niño sigue obedientemente el camino trazado por sus mayores, sin preguntarse nada más, es la mentalidad de escasez la que se le ha inculcado.
- Cuando un avaro hace acopio de dinero en sus cuentas y no lo gasta nunca, ni aun en enriquecer su existencia, por temor a perderlo, es su mentalidad de escasez la que lo ata.
- Cuando una persona critica a su vecino que ha decidido dejarlo todo para recorrer el mundo en bicicleta, y lo llama loco, es su mentalidad de escasez la que elige las palabras.
- Cuando alguien concibe el mundo como un lugar de pobreza y eterna lucha, es la mentalidad de escasez la que lo controla.
- Cuando se piensa que la vida es difícil, penosa, llena de desgracias y sinsabores, es la mentalidad de escasez la que domina.
- Cuando no se es capaz de ver, percibir y aprehender la enorme maravilla que es el todo, la mentalidad de escasez es la venda que cubre los ojos y el corazón.

No importa la clase social ni la procedencia. No importa la edad, sexo o raza. La mentalidad de escasez no discrimina y alcanza democráticamente a todos por igual.

Es un convencimiento fatal, que incluye una visión de la vida, de la existencia misma y de todos los objetos que la componen, de la forma más desastrosa posible.

La mentalidad de escasez incluye y genera;

- Miseria
- Pobreza

- Lucha
- Enemistad/competencia
- Baja autoestima
- Bajo o nulo poder de control de la vida
- Nulo control sobre la mente
- Pensamientos perniciosos
- Esclavitud/ataduras
- Envidia/celos
- Egoísmo
- Rencor/venganza
- Ira/odio
- Miedo
- Incapacidad de decisión
- Patrones de conducta perjudiciales
- Negatividad/pesimismo
- Tristeza/depresión
- Ansiedad/desasosiego
- Mala suerte mantenida
- Comprensión espiritual pobre
- Pésima gestión de los recursos
- Desigualdad social global
- Prejuicios/xenofobia/racismo/sexismo
- Separación/fronteras
- Estancamiento evolutivo
- Situaciones de abusos
- Guerra/conflictos

Cuando se piensa en escasez, todo lo que es escaso acude inevitablemente a la mente. Nada puede escapar de su red pues la mentalidad de escasez no conoce un límite tras el cual ésta se acabe y comience la abundancia. En la mentalidad de escasez, simplemente, no existe abundancia.

La mentalidad de escasez es la negación de la abundancia

Esto se entiende mejor si se piensa en la historia que inició este capítulo. Estela comenzó un viaje ilusorio basado en ideas de escasez. Aun cuando en su mente, su destino era una rica y próspera ciudad donde sus problemas

habían de acabar, ningún resultado obtenido habría colmado esas expectativas. En su lugar, Estela nunca fue capaz de disfrutar de su viaje, y desdeñó todo tipo de maravillas que pasaban ante sus ojos. Perdió amigos y compañeros al creer erróneamente que debían necesariamente ser sus competidores en su lucha por llegar a la ciudad. Estela fue realmente desgraciada, desde el principio hasta el final de la historia, y aun después de la historia había de seguir siéndolo. Sin embargo;

¿Crees que Estela era completamente inocente en esta historia? ¿Crees que podía culpar al mundo por ser como era, por hacer su camino difícil, o a los demás por ser sus enemigos? ¿Crees que Estela no tenía elección?

La tenía. La tuvo todo el tiempo. Entonces, ¿qué le faltó para que su viaje hubiera sido maravilloso?, ¿qué, para que su experiencia de vida fuese rica y abundante?

Quizás pienses que le faltó conformismo, o le sobró exceso de ambición. Esto no es verdad. El conformismo no es sinónimo de abundancia sino de apatía, y el exceso de ambición no existe como tal. La ambición es una fuerza poderosa, que bien usada y entendida, es capaz de mover el mundo.

A Estela le faltó percepción.

La percepción errónea

La habilidad de percibir es una habilidad tremendamente en desuso. Se suele ver, pero no mirar, y aun cuando se mira, se obvian la mayoría de las cosas interesantes. Se suele estar en un lugar, pero no permanecer en él, y aun cuando se permanece, la mente vuela rauda a cualquier otro sitio. Se suele comer, pero no saborear, y aun cuando se saborea, se ignoran la mayoría de los sabrosos matices del alimento. Se suele amar, pero no sentir verdaderamente el amor, y aun cuando se siente, la mejor parte del mismo suele quedar relegada tras nuestro ego. Se suele pensar, pero no trascender, y aun cuando se trasciende, el muro de los prejuicios tapa el paisaje completo.

La capacidad de percibir está en cada ser que habita este mundo. Todos nacemos con ella, fresca, pura y muy nueva; lista para regalarnos toda la

felicidad y dicha que podamos necesitar.

De ser entrenada y enriquecida, la habilidad de percepción puede conseguir maravillas en todos los ámbitos y momentos de la vida.

Sucede, sin embargo, que la habilidad de percibir no se entrena y menos aún se alienta. En la sociedad en la que vivimos, todo el mundo desea decirte lo que debes ver y cómo verlo. Desde el programa de la tele hasta las vallas publicitarias mientras conduces, desde tu padre preocupado, o tu marido, o tu hermana, o tus amigos, hasta el gobierno que desea que pagues tus impuestos diligentemente, desde el orador de tu iglesia hasta el propietario de tu casa arrendada. Todos y cada uno deseamos manejar el punto de vista y el mundo de los demás. Pero, ¿nos acordamos acaso de manejar el nuestro propio?

La capacidad de percibir no se alienta, sencillamente porque no se nos ha enseñado a ninguno. Básicamente nadie se acuerda de ella y, de todos modos, es más útil un rebaño manso que una estampida de kariboos. Al igual que se nos enseña a pensar, pero no a meditar, o se nos enseñan conocimientos, pero no se nos dan herramientas para manejar nuestra mente.

Percibir es adquirir conocimiento a través de los sentidos. Percibir es darse cuenta del significado de las cosas por la atenta observación de las mismas. Un extremadamente complejo sistema funciona dentro de nosotros cuando percibimos nuestro entorno.

Cuando ves un jarrón nuevo sobre la mesa, puedes estudiarlo con detenimiento e incluso examinar los materiales y técnicas con los que ha sido fabricado. Puedes desarrollar un ensayo sobre la fabricación cerámica con su ejemplo, incluso. Sin embargo, si percibes el jarrón, puedes conectar una red infinita de causas y efectos sobre ese jarrón. Tus conexiones neuronales se enriquecen profusamente si simplemente contemplas el jarrón en tu totalidad, percibiéndolo. Y no necesitas conocimientos técnicos ni másteres universitarios. Tu capacidad de comprensión sobre ese objeto va mucho más allá de cualquier saber aprendido. Puedes relacionar el jarrón con las manos que le dieron forma, y conectar con el esfuerzo que realizó esa persona para que tú lo tuvieras en tu casa. Puedes ver reflejado en él,

ese rayo de sol del final de la tarde que ilumina el barniz, y sentir el poder de vida que otorga el astro. Puedes sentir dentro de ti el agradecimiento por poder gozar de vida para contemplar los objetos del mundo. La lista es casi infinita. ¡Y hablamos de un simple jarrón! ¿A que ya no parece tan simple?

Lo mismo sucede con todos los aspectos de la vida. ¿Puedes imaginar un mundo en el que casi cualquier cosa que te rodea, goza de una infinita variedad de matices y significados totalmente a tu alcance? ¿Puedes hacerte a la idea de la belleza que existe en cualquier objeto percibido por insignificante que sea, y que hemos olvidado deliberadamente?

Vamos a realizar otro ejercicio .

Recupera tu libreta y déjala un lado. Por el momento no la necesitarás, pero puedes registrar en ella tus percepciones y sentimientos más tarde. Eso te ayudará a mantener frescas las sensaciones.

Así como estás, busca un momento de calma. Asegúrate de que no hay nadie ni nada que interactúe directamente contigo, hablándote o solicitándote atención.

Siéntate cómodamente y relaja tu cuerpo. Inspira profundamente varias veces y abre los ojos.

Observa atentamente a tu alrededor. Observa cada cosa, realizando un inventario en tu mente. Céntrate en observar, en escuchar, en olfatear y en sentir todo aquello que te rodea. No te dejes nada, ni tan siquiera lo que consideres más insignificante. Hasta un grano de arena, o el graznido del pájaro que sobrevuela tu casa son importantes. Tómate tu tiempo, no hay prisa.

Cuando consideres que ya no puedes aprender nada más de lo que hay a tu alrededor, finaliza el ejercicio y realiza varias inspiraciones y espiraciones profundas.

¿Qué has sentido? ¿Has descubierto algo nuevo? ¿Has comprendido algo que no sabías? ¿Te ha resultado provechoso?

Ahora es el momento de recuperar tu libreta y charlar contigo mismo. En tu mano están tanto las preguntas como las respuestas.

La percepción, es pues, una habilidad innata de todo ser sintiente. Efectivamente, me refiero a ser sintiente pues los animales la poseen, muchas veces en mayor medida que el ser humano.

Un pájaro migratorio es capaz de percibir las corrientes de aire invisibles que mejorarán su vuelo, así como de captar los campos magnéticos de la tierra, para orientarse mientras cruza océanos enteros. Para un perro doméstico es increíblemente sencillo percibir el estado emocional de su dueño. Una manada de caballos salvajes sabe perfectamente hacia donde moverse para encontrar mejores pastos y huir de depredadores.

La percepción humana, al igual que la animal (recordemos que también nosotros somos animales), es una habilidad innata, un talento que nace con nosotros y se gesta desde los primeros momentos de vida. Incluso en el claustro materno, un bebé que todavía no ha nacido, puede escuchar las voces de sus progenitores y percibir el estado emocional de su madre.

¿Qué sucede entonces, en el transcurso de la vida, para que este talento innato se atrofie hasta casi la inutilidad?

Comprendiendo el cerebro

El cerebro humano representa el 2% del peso corporal, y consume un 20% del oxígeno y la glucosa del organismo. De todos los órganos, es el que más energía utiliza. En su forma basal, puede consumir unas 350 calorías en un día, lo cual representa un 20% del gasto total en 24 horas de vida de una persona media. Si se realiza un esfuerzo o ejercicio mental, el gasto de energía se incrementará proporcionalmente. Así mismo, la materia gris, en la que figuran los núcleos neuronales, consume más energía que la materia blanca, que tiene la función principal de transmitir la información.

Como todos sabemos, el cerebro es la computadora central de nuestro sistema. En él se generan tanto los procesos lógicos de pensamiento, las ideas, y la imaginación, como todas y cada una de las órdenes de funcionamiento del sistema completo. El corazón, pulmones o riñones

funcionan a las órdenes de este órgano, así como todos y cada uno de los sistemas corporales.

La tesis de que nacemos con un número exacto de neuronas, y que éstas van perdiéndose durante la vida sin capacidad de regeneración, ha sido científicamente superada. Hoy sabemos que las neuronas se regeneran en un proceso conocido como neurogénesis, y que en el mismo intervienen todo tipo de factores. Una vida sana, rica y llena de experiencias, provocará un incremento significativo de la neurogénesis.

Si cerebro es el órgano físico, la mente es el ente que lo actúa. Entendemos como mente, el conjunto de capacidades intelectuales de la persona. Todo el entramado de habilidades, talentos, lógica, comprensión, entendimiento del lenguaje, percepciones, ideas, y pensamientos que construyen el edificio de nuestra cognición.

El cerebro se nutre y vive en tanto en cuanto la mente lo actúa y utiliza. Tanto o más importante que las neuronas, son las conexiones entre las mismas.

El proceso perceptivo confluye en dos requerimientos; por un lado, en un ejercicio mental de estimulación cerebral, y por otro lado en un acto de voluntad y discernimiento. En el primero, esta estimulación mental proviene de una correcta experiencia vital. Esto se traduce en una mente trabajada, nutrida, que se ha colmado de experiencias y desafíos. Es la mente enriquecida y curiosa la que más fácilmente creará nuevas conexiones neuronales en el cerebro, y es precisamente en estas conexiones dónde se encuentra el enriquecimiento intelectual. Una mente postergada a acciones metódicas, iguales y repetitivas se tornará perezosa y aburrida, y al carecer de inquietudes, dejará de generar nuevas conexiones neuronales que fortalecen su intelecto. En este escenario de declive, la percepción no podrá germinar. Por tanto, podemos decir que el primer requisito para lograr una apertura perceptiva es cultivar una mente activa y curiosa.

En segunda instancia, hemos hecho notar un acto de voluntad y de discernimiento. La voluntad va en primer lugar porque sin una intención de abrir la mente al medio ambiente, será inútil buscar un discernimiento. La persona que ansía percibir lo que se encuentra más allá de ella, necesita

quererlo conscientemente. Si la mente permanece adormecida, abotargada, o perezosa, no le resultará posible abrir su percepción al mundo y a la vida.

La voluntad puede comenzar a desperezar la mente, a sacarla de su acomodo.

El discernimiento es la capacidad de abrir la mente y convertirla en una antena receptiva de la vida, y discernir es ser capaz de aprehender los fenómenos de la existencia que nos rodea, de convertirse en una esponja para la experiencia de vida. Un discernimiento solo puede lograrse por medio de una apertura mental.

Sin embargo, encontramos un factor que impide a la persona percibir, y como en el caso de Estela, quedarse ciega ante las maravillas de la vida; *no querer ver*.

Así es, y por mucho que parezca extraño, no querer ver es una de las grandes causas de escasez para la persona. Tantas cosas que hacer, tantas preocupaciones en la mente abarrotada de estímulos y de información que proviene de un sinfín de procedencias, tantas prisas en la vida, no dejan sitio para nada más. Tenemos la mente tan llena de todo, que nos hemos cerrado en banda a ver nada más, en la creencia de que, si lo hacemos, explotaremos. Estela sólo podía ver su misión, una fantasía generada en su cabeza colmada de expectativas ilusorias, y al cerrar su mente y su percepción a todo lo demás, fue incapaz de disfrutar un viaje a través de tierras desconocidas, de saborear los nuevos platos que le ofrecían, de aprender de la compañía de viajeros, y de contemplar los paisajes maravillosos que se desplegaban a sus ojos. Su *no querer ver* la llevó a despreciar vivencias que la habrían colmado de felicidad y sabiduría. Por eso a Estela le falló su percepción.

El cerebro y mente humana están plenamente capacitados, de formas maravillosamente grandiosas, para captar cada gramo de realidad en la que existe. Después de todo, ¿qué es lo que vivimos sino aquello que percibimos de la vida? Quien perciba escasez, vivirá escasez. Quien perciba temor, vivirá con miedo. Quien perciba abundancia, vivirá en la riqueza.

Pero regresemos a la explicación del cerebro y de la mente. La mente divide el trabajo que ejecuta en dos campos diferenciados; por un lado, se encuentra la mente subconsciente, que maneja la mayor parte de la actividad cerebral, y es la encargada de automatizar fracciones de la realidad, y por otro lado la mente consciente, que es aquella en la que opera la voluntad y el libre albedrío, y que maneja la menor parte de los procesos cognitivos y de la información.

El subconsciente nos permite ejecutar acciones de forma automática, como conducir, ejecutar pasos de baile, cocinar etc., de la manera más eficiente posible. Esto nos libera de mucha carga de manejo de información. El consciente, por su parte se encarga de recibir nueva información, de sorprenderse, de experimentar, y nos permite decidir en nuestra vida.

Todos los programas nocivos, todas las creencias limitantes que han sido grabadas desde la infancia persisten obstinadamente en la mente subconsciente, y sin saberlo nosotros siquiera, nos conducen por la vida repitiendo errores, o buscando cosas que no sabemos ni por qué ansiamos. Se trata de la mayor parte de nuestra mente, y ni siquiera podemos controlarla.

En la mente consciente reside la voluntad, el libre albedrío, la decisión. Todo lo que voluntariamente queremos ser o hacer, vive en nuestro consciente. El problema de esto radica en que, además de que la mente consciente controla una pequeña porción de información, ese cerramiento del que hablábamos, ese no querer ver, se traduce en una inconsciencia que se adiciona a la que ya existe.

La percepción, ese talento maravilloso que poseemos y una de nuestras mayores herramientas de desarrollo, se encuentra atrofiada porque no permitimos a nuestra mente germinar. Ese apalancamiento, ese abotargamiento, esa pereza, unida a la automatización subconsciente de rutinas y hábitos, conducen al ser humano a un bloqueo perceptivo de la realidad. La mente se acomoda a los programas instalados en el subconsciente, a la información dada por medios externos, a las necesidades de la sociedad y a los dogmas aprendidos, impidiendo esta apertura mental.

Digamos que poseemos todas las herramientas necesarias, pero nos hemos acostumbrado a no usarlas de tal modo, que hasta hemos olvidado que las poseemos.

El despertar

Cuando despertamos del sueño nocturno, nos cuesta despejarnos a la nueva realidad. Hasta hacía tan solo unos momentos nuestra realidad estaba sumida en la sombra de los sueños, con sus fantasías, o simplemente nos encontrábamos totalmente desconectados de nuestro cuerpo, mente, e incluso del mundo. Cada mañana recordamos quienes hemos sido hasta ahora y reconfiguramos nuestra posición en la vida y en el planeta.

Al igual que cuando despertamos por la mañana, cuando abrimos nuestra percepción, despertamos a la vida. Es lo que conocemos como; *el despertar de la consciencia*.

La consciencia dormida es inconsciencia, y es incapaz de percibir la verdadera realidad de la existencia. Al estar dormida, nos hace actuar de maneras predefinidas, automatizadas, programadas, y nos hace ver lo que nos rodea bajo los sesgos aprendidos que hemos ido grabando en nuestro subconsciente durante largos años de vida. La consciencia dormida nos conduce a la perpetuación de situaciones indeseables, a la repetición de hábitos poco edificantes, a llevar a cabo malas elecciones una y otra vez, y a socavar nuestra voluntad a la de un ente atontado y moldeable.

El fallo de Estela Seeker fue de percepción; fue incapaz de percibir la inmensa riqueza que la rodeaba porque su consciencia permanecía dormida, soñando un eterno sueño de quimeras imposibles que ni siquiera ella había colocado ahí. Si su consciencia hubiera despertado, su viaje habría sido muy diferente en todos los sentidos.

Al igual que ella, nosotros permanecemos la mayor parte de nuestra vida dormidos, con los ojos entrecerrados a la magnífica abundancia de la vida que tenemos la suerte de disfrutar. Al permanecer dormida nuestra consciencia, la mente inconsciente toma las riendas, rindiéndonos a la percepción de nuestra vida que viene dada por la sociedad, la familia, las instituciones, la publicidad, los medios de comunicación, los dogmas de fe,

etc. Mientras la mente consciente permanece en estado comatoso, el subconsciente se emplea a fondo para que realicemos correctamente nuestras rutinas, para que pensemos con dedicación en cada uno de esos estímulos externos que nos vienen dados. La mente inconsciente llena el espacio de problemas, miedos, ansiedad, desazón e imágenes negativas. Tiene esa tendencia nociva porque los programas que llevamos instalados son de esas características.

Dado que no queremos vivir una existencia mediocre, en la que sean fuerzas ajenas las que controlen nuestro destino, debemos realizar un despertar de la consciencia.

Despertar la consciencia significa abrirse al mundo, a la realidad, a la vida misma. Se trata de liberarse de las cadenas con las que nos constreñimos, y que están conformadas de todo tipo de creencias, premisas, usos, costumbres, y visión errónea de las cosas.

El mito de la escasez responde a este constreñimiento; a una serie de dogmas aprendidos acerca de lo que significan los recursos del mundo, la capacidad de poseer y la necesidad de hacerlo.

Una mente consciente se abre a una abundancia de vida que la mente dormida no puede percibir. Y lo que no puede ser percibido, no existe.

Una enorme porción de realidad es imperceptible para la mente adormilada e inconsciente. ¿Cómo no vamos a sentirnos escasos y pobres, si la mayor parte de los regalos de la vida se encuentran ocultos a nuestros ojos y a nuestro entendimiento?

La mente inconsciente es una mente presa de la ceguera funcional, y por ello es fácilmente maleable.

Para abrir la percepción a la vida, para ganar consciencia, tenemos que hacer un esfuerzo de renovación. Esta renovación surge del interior y se proyecta a todo lo que existe más allá de nosotros. Es como si, habiendo estado nuestros ojos cubiertos por una cinta de fieltro, soltáramos poco a poco esa venda, y apareciese, lentamente, la visión de una nueva realidad.

Esta realidad siempre estuvo ahí, pero nosotros estábamos incapacitados para percibirla. La venda simboliza la mente inconsciente.

La renovación que tiene que darse en nuestro interior para comenzar a despertar la consciencia puede comenzar por unos primeros pasos, e ir avanzando cada vez más hasta el infinito. No hay límites para la amplitud de la consciencia, porque simplemente, la realidad carece de ellos. Veamos cómo podemos empezar.

Comenzar a cuestionar la propia manera de ver la vida

La manera de cuestionar esta visión que tenemos, es baremar cuántas de nuestras acciones, pensamientos y sentimientos, poseen un cariz negativo. Lo negativo es todo aquello que incluya en sí mismo miedo, culpa, rencor, amargura, ira, envidia, y cualquier otra emoción negativa que pueda estar emborronando la realidad.

Estas premisas tan asentadas no provienen de la naturaleza verdadera de lo que somos, sino de falsos adoctrinamientos basados en requerimientos sociales, políticos, económicos, valores éstos completamente cambiantes dependiendo de la época y el lugar en el que hayamos nacido.

La consciencia despierta es capaz de atisbar mucho más que el perpetuo juego de la vida humana en sociedad. Responde a una realidad muy por encima de ésta, y posee características sobrehumanas de entendimiento. Por ello es tan importante que identifiquemos qué porción de nosotros mismos se encuentra subyugada por estas conductas y pensamientos nocivos. Al hacerlo, seremos capaces de cuestionar si nuestra visión de escasez de vida es real, o está ahí porque alguien o algo la puso, sin pedirnos permiso.

Comenzar a identificar y acallar el ruido interno

Nuestra mente suele ser un lugar terrible para visitar, y mucho peor para permanecer. ¿Quién querría volverse hacia el interior, si éste es un paisaje lleno de ruido, de pensamientos, anhelos y recuerdos que circulan desbocados generando todo tipo de desasosiego?

La realidad es que no controlamos nuestra mente, y todos los productos de la misma operan para hacernos sentir miserables. Nuestro mayor regalo,

que es nuestra mente, trabaja en nuestra contra durante todas las horas del día.

Identificar el ruido que nos consume es sencillo; basta con pensar en cuántas veces un simple pensamiento nos arruina el día entero, en cuántas cosas dejamos de hacer por miedo, en observar qué imágenes acuden recurrentemente a nuestra cabeza en cuanto cerramos los ojos, y qué preocupaciones nos asolan. Nos daremos cuenta de que el ruido es innegable, y tan indeseable, que lo normal es que no queramos quedarnos a solas con nosotros mismos. Y si nosotros mismos somos una pésima compañía, si nuestra mente trabaja en nuestra contra y nuestras propias creaciones imaginarias subyugan nuestras vidas, algo está funcionando terriblemente mal.

Debemos detener el parloteo incesante, pero si le ordenamos que se calle, todavía hablará más fuerte, tanto como para volvernos locos. La solución pasa por soltar todas esas creencias y pensamientos limitantes poco a poco, dejándolos ir sin oposición mientras cultivamos sus opuestos en nuestra mente.

Dedicarnos más tiempo a nosotros mismos, sin otro objetivo que establecer un diálogo interno que nos permita identificar el ruido y acallarlo, creando una nueva y comfortable música, es el primer paso. Detener los relojes de la prisa moderna, salir de la esclavitud del tiempo programado, es el segundo paso. Dejar de vivir en el pasado, rememorando tiempos mejores o resucitando viejos rencores, o en el futuro, con ansiedad y preocupación por sucesos imaginarios, y centrando nuestra atención en el presente, es el tercer paso. Si logramos comenzar a implementar estos tres pasos en nuestro día a día, el ruido poco a poco irá acallándose.

Aprender el arte del agradecimiento

La consciencia no puede despertar mientras mantengamos una eterna insatisfacción y un eterno desear que nunca consigue suplirse ni completarse. Querer, querer y querer es una carrera que no tiene meta posible. Carece de potencialidad para hacernos felices, pues cuanto más se tiene, más se quiere. Los objetos en los que depositamos nuestra idea de logro y satisfacción no poseen, en sí mismos, la capacidad de darnos lo que

anhelamos. Es por ello que pasamos la vida entera dando pasos de ganso, corriendo detrás de quimeras ilusorias.

Y todo esto se produce por una realidad muy simple; no valoramos ni agradecemos lo mucho que ya poseemos. Si cada persona del mundo se detuviese en este instante y comenzara a reflexionar acerca de todo lo que posee, y a agradecerlo profundamente, la humanidad se quitaría un peso gigantesco de dolor, tristeza y pesar.

Agradecer es un arte, pues como todo arte, es una representación sensible de la visión del mundo. Para aprender a valorar y agradecer, es necesario realizar un ejercicio de volver hacia dentro de nosotros mismos, reflexionando pormenorizadamente en cada cosa que disfrutamos y obviamos en nuestra vida.

De forma natural, una persona comenzará agradeciendo por su casa, su trabajo, su pareja, sus hijos...pero, ¿antes que eso, no hay una miríada de cosas que se están olvidando? ¿Qué tal haber despertado por la mañana? Muchas personas no lo han hecho, dando por finalizada su vida durante la noche. Otras muchas que sí han despertado, las lloran. ¿Qué tal poseer una buena salud? Muchas personas se encuentran padeciendo terribles enfermedades en estos momentos. ¿Qué hay de poder disfrutar el maravilloso sol de la mañana? ¿Qué de gozar de piernas, brazos y pies para movernos por el planeta? El viento, el calor, el olor de las flores, la imagen de la naturaleza, la sonrisa de un niño, la música que llega a nuestros oídos...

Miles y miles de grandes dichas que disfrutamos día a día, son decididamente olvidadas y concebidas como «lo normal». Pero nada es «lo normal». Cada facultad que poseemos, y que nos permite disfrutar de esta vida, debe ser valorada y agradecida, pues en cualquier momento podríamos perderla. No hacerlo es precisamente lo que propicia que nos sintamos pobres, inseguros y escasos, y que solo seamos capaces de apreciar las cosas cuando las perdemos.

Existe una enorme riqueza en aprender a valorar y a agradecer las dichas que disfrutamos de manera tanto activa como pasiva. La persona que es capaz de darse cuenta de todos los regalos que la vida le ha dado, se

convierte rápidamente en alegre, dichosa, y comienza a bailar en la sintonía de la abundancia.

Porque no se trata de tener más, sino de saborear cada cosa que se vive, saborearla de verdad, reconociendo cada nota de infinita relevancia que guarda dentro de sí.

Para la mente despierta, consciente, una gota de agua no es una simple molécula compuesta de dos átomos de hidrógeno y uno de oxígeno, sino que es la vida misma, es la chispa creadora, y el tiempo que se refleja en su larga vida en el planeta. Es el alimento y el frescor, y la naturaleza misma oscilando y cambiando. Es el espíritu que vive dentro del agua, y su información ancestral. Una simple gota de agua puede ser el universo entero.

Empezar a derribar muros

Muros que nos separan de todo; de lo que somos realmente, de nuestro propio potencial ilimitado y de nuestras capacidades, pero también muros que nos alejan de los demás, de lo que nos es ajeno y externo.

Estos muros fueron colocados desde nuestra más tierna edad, cuando nuestro cerebro era una esponja y aprendía del entorno, y han seguido siendo perpetuados desde todas las instancias, sociales, políticas, familiares, etc.

Los muros que hemos levantado no son físicos, pero su repercusión es la misma que si lo fueran. Nos separan y nos aíslan, crean distinciones, prejuicios, desigualdades y diferencias irreales que se toman en consideración en cada decisión de nuestras vidas. Dejan a personas, situaciones y experiencias de vida al otro lado, crean enemigos, fronteras y fuertes sentimientos de identificación con segmentos parcelarios de la realidad.

No solo los prejuicios, racismo, sexismo etc. son muros, sino que también son los miedos, los sentimientos de incapacidad, la frustración, la escasez, la inseguridad, y tantos otros. Todo lo que nos separa en lugar de

unirnos a cualquier fenómeno de la existencia, es un muro. Y los tenemos a cientos.

Es importante empezar a reconocer y derribar muros por la simple razón de que, dónde existe un muro, éste bloquea toda la visión. La mente consciente es una mente eminentemente despierta, activa, vibrante, capaz de aprehender los sucesos fenomenológicos de su alrededor. ¿Cómo podría hacerlo si su visión está tapada por una pluralidad de muros?

Pensemos en ello con ejemplos; una persona con prejuicios racistas, será incapaz de reconocer en quien es diferente a ella, al amigo de por vida en el que podría convertirse. Sus ideas erróneas son muros que no le dejan ver el valor de esa maravillosa persona que está a su lado, y que, de otro modo, llegaría a ser para ella, un compañero de vida. Una persona con ideas fatalistas acerca de la vida, será incapaz de reconocer las dichas que posee en ese mismo instante a su alrededor, haciendo de su vida un suceso miserable. El muro de su errónea visión de la realidad, bloquea cualquier tipo de felicidad para ella.

Como podemos ver, existen tantos muros como pensamientos, emociones, ideas, dogmas o creencias erróneas. Todos ellos aplican de forma pasiva en nuestras vidas, impidiéndonos ver, hacer, experimentar, apreciar, valorar o agradecer.

Entenderemos entonces la extremada importancia, si queremos ampliar nuestra consciencia, si queremos despertar del sueño inducido, de derribar los muros que nos constriñen.

Inspirar el aroma de la existencia

Vivir no es solo vivir, sino que es vivir intensamente. Este punto es tanto causa como consecuencia del despertar de la consciencia.

Cuando inspiras, puedes inspirar simple oxígeno, o puedes inspirar la riqueza y la abundancia de la existencia. Cuando paseas, puedes simplemente caminar, o puedes sentir el poder y la fuerza del planeta que late bajo tus pies. Cuando observas, puedes meramente observar, o puedes contemplar cada resquicio de maravilla de los miles de fenómenos que

aparecen ante tus ojos. Cuando comes, puedes simplemente ingerir, o puedes degustar cada matiz de realidad de lo que está entrando en tu cuerpo para convertirse en ti mismo. Cuando bailas, puedes simplemente moverte, o puedes dejarte llevar al abandono de la felicidad y la dicha genuina.

Cada acción en la que tomes parte en el transcurso de tu vida, puede ser simple, adormilada y anodina, o puede ser consciente, vibrante, atenta y esclarecedora. Cada paso puede enriquecerte hasta cotas insospechadas, y cada danza conducirte al más exuberante gozo. Convendrás conmigo en que una vida dormida no tiene nada que ver con la posibilidad de una vida despierta. Por tanto, es hora de despertar.

La escasez es un mito. No existe tal cosa como la escasez en un universo tan extremadamente rico, abundante y pletórico como el nuestro. Es inconcebible la idea de pobreza en un mundo que es un vergel, un paraíso entre mundos, dotado de todas las dádivas, el color y la magia que podríamos desear.

Si inconcebible es el número de estrellas que pueblan el firmamento, inabarcable es la exuberancia de nuestro planeta. Los recursos manan por doquier allá donde miremos, la naturaleza se abre paso entre el asfalto, y por duras que sean sus condiciones, no deja de crear y esparcir vida. No importa lo difícil que se lo ponga el ser humano, los animales se las arreglan para prosperar, vivir y enriquecer un mundo pletórico de matices.

No, no existe la escasez. La escasez es un invento humano, una creación ficticia de la mente que desea la propiedad y el disfrute de todo cuanto encuentra, olvidándose de lo más importante: vivirlo.

La mente abundante no entiende de pobreza, ni de barreras, ni de subyugación, y sonríe mientras pasa de largo de los miedos. La mente consciente abre puertas, derriba muros, y experimenta desde lo más profundo del alma, cada maravilla que la vida ha puesto a su alcance. Valora y agradece todos estos regalos y se siente dichosa, maravillosa e increíblemente libre. La mente abundante no necesita, porque ya lo tiene todo.

CAPÍTULO III

La relevancia de la intención

Tao Liang era un campesino de la provincia de Cantón, que cuidaba de su anciano padre mientras trabajaba duramente todo el día. Se trataba de un joven sencillo, sin pretensiones en la vida, que no se preguntaba demasiado por cosas elevadas, pero que confiaba en la sabiduría de los dioses cada vez que visitaba el templo de su pequeña aldea.

Cuando cumplió un cuarto de siglo, decidió que era el momento de acercarse a la gran ciudad y ver qué maravillas podía ofrecerle la vida. Su anciano padre, al conocer de sus anhelos, tiró de la manga de su camisa y lo condujo hasta su diminuto cuarto. Allí, destapó un viejo cofre lleno de monedas; una pequeña fortuna a los ojos de Tao.

—Ahora que te diriges a la gran ciudad, necesitarás esto —dijo el hombre.

—¿Qué es eso, padre? ¿No son acaso los ahorros de tu vida? —preguntó Tao.

—Lo son. Pero yo ya no necesito de estas cosas. Mi única felicidad es que mi hijo pueda encontrar su camino.

Tao se sintió pletórico y realizó cuatro reverencias ante su padre agradeciendo su maravilloso gesto. Acto seguido, empacó sus pocas pertenencias, y tomó el camino hacia la gran ciudad.

Jieyang resultó ser un lugar increíble. Tao jamás había visto tantas luces, tantas diversiones, ni había probado manjares similares. Se alojó en buenas

posadas, recorrió los lugares más importantes de la ciudad, acudió a los espectáculos más inverosímiles, comió, bebió, bailó y sintió que hasta entonces nunca había estado vivo.

Cierta noche, mientras caminaba hacia un teatro en el que la actriz más famosa de la ciudad iba a actuar, alguien agarró su mano. Tao se giró sorprendido y encontró a una extraña mujer vestida con una túnica de color rojizo y pinturas en su rostro.

—Por una moneda leeré tu destino, joven —dijo la enigmática mujer.

—Desearía conocer mi futuro, pero me asusta lo que pueda encontrar —respondió Tao.

—Todos los que viven, anhelan y temen por igual. —Añadió ella.

Tao dudó unos instantes antes de sacar una moneda de su saquillo. Con desazón pudo comprobar cuánto había menguado éste. Se la entregó a la vidente, y ésta tomó su mano izquierda entre las suyas.

—Una enorme tristeza está a punto de llegar a tu vida, y cuando se dé el momento, tan sólo tu intención verdadera podrá ayudarte —sentenció la mujer, mientras se apartaba de él.

—¿Qué? ¿Eso es todo? No me has revelado nada claro, y ahora me siento completamente miserable. ¡Devuélveme la moneda! —gritó Tao, con vehemencia.

Pero la mujer había desaparecido. Tao miró hacia todos lados, pero tan solo pudo atisbar a un zorro salvaje que se alejaba tras uno de los tejados.

Realmente se sentía miserable. Tan mal presagio le había hecho olvidar todos los placeres que estaba sintiendo y ahora tan solo podía pensar en su anciano padre. Recogió sus enseres, que habían aumentado considerablemente, y regresó a los caminos en plena noche, con tan mala fortuna que fue a toparse con unos bandidos que le robaron todo cuanto había conseguido, y las pocas monedas que restaban de los ahorros de su padre.

Maltrecho, consiguió llegar a su poblado con las primeras horas del día.

Cuando entró a su casa, encontró a su padre tendido en su estera, con el semblante de alguien que se encuentra a las puertas de la muerte. Ahogando un grito, se acercó a él, tocó su frente y encontró que estaba ardiendo.

—¡Padre! —gritó, con desconsuelo.

El anciano abrió los ojos y sonrió al ver a su hijo.

—Tao, has regresado, tal y como le pedí al Huli Jing que sucediera. Quería verte una vez más antes de morir —sonrió el hombre.

—¿Qué ha sucedido, padre? Tan solo me fui unos meses —dijo Tao.

—La vida sucede, hijo mío. Tan solo eso. Y ahora cuéntame sobre la gran ciudad, ¿qué has visto?, ¿qué has conseguido? —indagó su padre, recobrando el color en las mejillas mientras hablaba.

—He visto maravillas, padre, pero ahora debes esperar pues tengo que salvarte —anunció Tao, dejando al anciano con la palabra en la boca.

El joven campesino salió dando tumbos de su cabaña y se dirigió a la casa de uno de los médicos locales. Aporreó su puerta hasta que el hombre salió, hecho una furia.

—¡¿Qué es todo este alboroto?! —protestó.

—Mi padre se muere, doctor. Le imploro que me acompañe para salvar su vida.

—Está bien, pero te aviso que no trabajo gratis —espetó el médico.

Tao tragó saliva, mientras tanteaba sus vacíos bolsillos.

—No tengo dinero, pero trabajaré para usted de sol a sol durante un mes si lo visita ahora mismo —le dijo.

—No necesito tu trabajo, necesito dinero. ¡Déjame en paz!

El doctor cerró su puerta, y nada de cuanto dijo o lloró Tao, le hizo cambiar de opinión. El joven, desesperado, acudió a todos los médicos de la aldea recibiendo idéntica respuesta. Tao se maldijo a sí mismo por haber gastado tanto como gastó, y por haberse dejado asaltar en plena noche. Llorando, cayó al suelo y se quedó ahí por varios minutos.

—¿Cómo voy a salvarte, padre? —se lamentó.

En ese instante el vívido recuerdo de la vidente regresó a su mente y repitió su única frase, esa que le había conducido hasta aquí a la desesperada.

«Una enorme tristeza está a punto de llegar a tu vida, y cuando se dé el momento, tan sólo tu intención verdadera podrá ayudarte».

Tao se levantó y dejó de llorar. Corrió al río y tomó el único objeto que había podido conservar, pues era tan viejo y sin valor, que ni los bandidos lo habían querido; su odre de agua. Lo sumergió en el río de las perlas y lo llenó hasta arriba.

Tomó el odre entre sus manos y lo reverenció.

«Esta es el agua sanadora del dios zorro, Huli Jing, capaz de sanar todas las enfermedades, y de curar todos los males del mundo. El elixir de la vida».

Tao regresó a su casa, pero esta vez lo hizo sin prisa, concentrando en el odre toda su intención, todo su ser. Cuando llegó hasta su padre, este volvió a recuperar su sonrisa.

—Creía que te habías vuelto a marchar, hijo mío —dijo el anciano, con lágrimas en los ojos.

—Padre, me preguntaste sobre lo que había visto y logrado en la gran ciudad, y he ido a buscar el objeto maravilloso que conseguí, para que puedas verlo por ti mismo —anunció Tao, con gran seguridad.

—¡Oh! ¿De qué se trata, hijo mío? Ardo en deseos de saber —respondió el viejo, iluminándose su mirada.

—Este odre está lleno del elixir de la vida, padre. El dios zorro, Huli Jing, se me apareció y me avisó de tu enfermedad. Me dijo que corriese a verte, y me entregó su agua curativa, capaz de sanar cualquier enfermedad. Debes beberla toda, y sanarás completamente —aseveró Tao, con una dignidad y porte que sorprendieron a su padre.

El anciano tomó el odre con reverencia y bebió sin medida, cayéndole lágrimas de dicha de los ojos. Cuando hubo terminado la última gota, se tumbó mirando al techo de la cabaña y, con una plácida sonrisa, cerró sus ojos y se durmió.

Tao salió al porche y pasó la noche contemplando la luna. Cuando las primeras luces del alba estaban despuntando, la imagen de un zorro se dibujó en el horizonte que daba a las montañas. El regio animal le dedicó una sola mirada, y después salió corriendo, perdiéndose en la distancia. Casi en ese mismo instante, la voz de su padre le llamó desde el interior de la casa. Cuando entró en su habitación, lo encontró sentado, sin rastro de la sombra de la muerte que le asolaba hacía tan sólo unas horas. El elixir de la vida de Huli Jing había salvado la vida de su venerable padre.

Mucho más importante que lo que hacemos, es la intención con la que lo hacemos.

La intención es el origen de las actitudes, de las acciones e incluso de los pensamientos. Es el lugar en el que nace el deseo, y los anhelos, y se gestan los sueños. Todo cuando acontece, lo hace en base a una intención.

Cuando te levantas por la mañana, lo haces con la intención de llevar a cabo tu día de la manera que has planeado, esperando poder cumplir los encargos, trabajos y metas que te has puesto. Cuando abrazas a un ser querido, lo haces con la intención de demostrar tu aprecio. Cuando comes, cuando cocinas, cuando escribes, cuando bailas, cuando paseas, cuando escuchas y cuando amas, lo haces con una intención. Cuando hablas... especialmente cuando hablas, lo haces con una clara intención. Nada que

suceda se abstrae de su correlativa intención. Que esta intención sea consciente y positiva, o mecánica y limitante, es un asunto muy diferente.

De manera normal, la intención con la que actuamos y pensamos viene en automático. Se realiza en sintonía con los programas asentados en nuestra mente subconsciente y viene provocada por un estado mental de adormilamiento o inconsciencia.

Lo que no se sabe, y es extremadamente relevante, es que es la intención con la que se hacen las cosas, lo que determinará su resultado. De hecho, este resultado de nuestras vidas es producto de dos elementos; la intención y la atención. Veámoslos.

Nuestra atención determina nuestra realidad

La atención es la capacidad de focalizarse en uno o varios elementos concretos de la realidad, abstrayéndose de los demás.

Debemos entender que la realidad está conformada por una cantidad ilimitada de información. Miremos hacia donde miremos, la información que cada segmento o porción de la vida nos proporciona es, simplemente, inabarcable. La mente humana, y más aún la mente inconsciente, es incapaz de cotejar semejante despliegue, con lo cual se le hace necesaria una discreción, una selección que pueda manejar y a la que pueda dar sentido.

La mente dormida o no consciente, adquirirá esa selección del medio que la rodea; de la sociedad, de la televisión, de internet, de las redes sociales, de la familia, el trabajo, los amigos, los políticos, o de las instituciones. Los mecanismos de poder conocen muy bien la relevancia de la atención, y no dudan un momento en utilizarla para hacernos pensar y actuar de unos determinados modos.

Sucede que, dependiendo de dónde pongamos nuestra atención, eso será lo que experimentaremos. Esta particularidad proviene del funcionamiento básico de nuestro cerebro, incapaz de distinguir si la información que le llega es real o no. Para el cerebro, información es información.

Para ilustrar esta idea, lo haremos con un pequeño ejercicio: Cierra los ojos e imagínate con viveza un pepinillo, cebolleta, o cualquier otro

encurtido en vinagre. Cuando hayas conseguido la imagen en tu cabeza, visualízate a ti mismo mordiendo el pepinillo, saboreándolo y sintiendo sus jugos en tu boca. Cuando lleves pocos instantes, notarás que tu boca ha empezado a salivar y se te ha llenado de agua mientras imaginaba el sabor ácido del vinagre. ¿Qué ha sucedido? Muy simple; tu cuerpo físico ha reaccionado a tu imaginación de forma inmediata. Ha comenzado a salivar porque este proceso sucede para preparar la correcta digestión de los alimentos. Es un mecanismo automático que nos prepara para la deglución y que implica una pluralidad de sistemas corporales en acción. El cerebro ha entendido que el pepinillo estaba siendo masticado y ha actuado acorde con la situación. ¿Pero acaso esto ha sucedido en la realidad? No, tan solo ha sucedido en tu mente. Como podemos observar, el cerebro es incapaz de distinguir si un estímulo es real o no, si está sucediendo en el mundo físico, o tan solo en la imaginación creativa de la mente. Reaccionará de igual manera, poniendo en marcha todos los procesos, muy físicos, de reacción a ese estímulo.

De la misma manera que sucede con el pepinillo, sucede con todas las demás cosas de la vida. Por ejemplo, si pensamos que la vida es un evento penoso y terrible cargado de problemas, nuestra mente reaccionará a esa información. ¿Cómo lo hará? Preparándose para la lucha y la supervivencia, activando todos los sistemas de defensa corporales, como la generación de cortisol, el estancamiento del crecimiento, etc. Y dado que el cuerpo humano solo puede estar en dos modos; el de crecimiento y regeneración o el de defensa y protección, podemos imaginar las devastadoras consecuencias de permanecer en un estado de protección a largo plazo.

Pero no se trata tan solo de las consecuencias físicas que vamos a sufrir, sino también de lo que vamos a generar y manifestar en nuestras vidas.

Existe una sincronía entre nuestro pensamiento y nuestra realidad. Ambas se alinean de forma automática para darle un sentido a la experiencia de vida. Es fácil entender cómo, una creencia de que la vida es miserable, manifestará una experiencia de vida miserable en la persona que la padezca. Si alguien piensa que es inútil o incapaz, cada intento que realice, tendrá todas las probabilidades de fracasar. Si se piensa que se

merece algo malo, por medio de la culpa, lo más probable es que los acontecimientos traigan una desgracia tras otra.

Sin embargo, unas creencias edificantes, como puede ser una visión bella del mundo, provocarán más y más de esa belleza en la vida.

La sincronía entre pensamiento y realidad es tal, que de hecho poseemos la herramienta más certera para crear nuestra realidad a nuestro gusto. Sin embargo, no basta con pensarlo, analizarlo y examinarlo a conciencia; hay que creerlo realmente. Si no existe una creencia genuina, no funcionará.

Por ello es tan sumamente importante valorar dónde estamos poniendo nuestra atención en la vida. Donde pongamos nuestra atención, será donde veamos crecer la flor de nuestra realidad.

De los miles de millones de datos que recibimos a diario, nuestra mente hace una selección rigurosa basada en nuestras creencias. Por esta razón, cuando comenzamos algo nuevo, por ejemplo, una nueva actividad, comenzamos a ver en el mundo manifestarse, como por arte de magia, numerosa información relacionada con ella. Cuando adquirimos un nuevo conocimiento, súbitamente podemos ver sus aplicaciones en todas partes. Cuando comenzamos a trabajar en una empresa nueva, que antes no conocíamos de nada, de repente empezamos a ver anuncios suyos en las vallas publicitarias, en la radio, o su presencia aparece en los comentarios de nuestros amigos. Cualquier estímulo que nos esté moviendo, encontrará una rápida representación global en nuestra realidad. Esto no significa que toda esa información que antes no percibíamos y ahora sí, no existiese en el mundo. Existir existía, pero nuestra mente la había desechado en un proceso de priorización y reciclaje.

El cerebro solamente trabaja con aquellas cosas que devienen importantes en nuestra vida, y desecha las demás. Por esta razón, si nuestra atención está puesta en los problemas del trabajo, la mente será incapaz de recibir información de las nuevas oportunidades que están surgiendo a nuestro alrededor. Si ponemos nuestra atención en buscar qué ofensas y agravios nos están prodigando los demás, solo encontraremos ofensas y agravios, y nuestra mente desechará automáticamente las cosas buenas que hacen las personas. Si nuestra atención está puesta en la pobreza a la que

nos creemos sometidos, nuestra mente manifestará más y más de esa pobreza, y desechará cualquier manifestación de abundancia.

El poder de la atención es inimaginable en referencia a nuestra experiencia de vida. Por tanto, si deseamos llevar vidas prósperas, abundantes, ricas, saludables y fructíferas, debemos empezar a manejar conscientemente los derroteros hacia los que discurre nuestra atención.

Dado que la mente subconsciente trabaja por medio de repeticiones (así se asientan los programas que funcionan en automático), la única manera de modificar nuestra estructura mental dañada, es modificar los objetos de nuestra atención.

No podemos pretender vivir vidas llenas de abundancia, si nuestra atención está constantemente puesta en lo que nos falta, en la pobreza, en la escasez. Para alcanzar la abundancia, la atención debe colocarse en los objetos de abundancia y desechar aquellos elementos anquilosantes que nos alejan de ella. Lo mismo sucede con cualquier otro aspecto de la realidad.

Por tanto, si deseas lograr algo, debes poner toda tu atención en ese algo. Debes creer genuinamente que sucederá, descartando cada vez que asomen, las ideas y creencias limitantes que te conducen hacia su contrario. Es por esta razón que las afirmaciones funcionan estupendamente, si son bien utilizadas; porque focalizan la atención en objetos edificantes y liberadores.

Si en un inicio aplicar esto te cuesta esfuerzo, no te preocupes, pues simplemente debes practicar y practicar. Ten en cuenta que las creencias limitantes han moldeado tu mente durante largos años, y erradicarlas tomará igualmente tiempo y esfuerzo.

La clave se encuentra en atender tan solo a lo que nos es bueno y provechoso, e ignorar deliberadamente lo demás.

Pongamos, por ejemplo, que deseas realizar un proyecto; componer una canción que se haga famosa. Para lograrlo, tus creencias limitantes acerca de tu incapacidad, tu inexperiencia, y el miedo al qué dirán, deben ser desechadas. No debes poner ni un gramo de tu atención en ellas, aun si existen a tu alrededor. Incluso si tu padre ve tu proyecto como una pérdida

de tiempo, no debes enfrentarlo, sino simplemente, descartar toda atención puesta en estas creencias que no te pertenecen. En su lugar, debes poner tu atención en pensar que eres una persona talentosa, que te sobra creatividad, en imaginar lo bien que te vas a sentir cuando escuches tu canción en la radio, en ejecutar las acciones que necesitas realizar para que tu proyecto se vea finalizado, y a la vez, hacerlo sin miedos ni reproches. Y cada vez que surjan los fantasmas de la duda, no debes luchar contra ellos, pues eso sería lo mismo que darles gran parte de tu atención, sino que debes ignorarlos mientras potencias todavía más tu atención en los aspectos edificantes de tu proyecto. Si lo haces de esta manera, verás cómo, con el tiempo, serás capaz de cumplir tu sueño.

La atención determina nuestra realidad, efectivamente. Si queremos atender a lo malo, nuestra experiencia de vida será decepcionante. Si queremos atender a lo bueno, pase lo que pase, la experiencia será una maravilla.

Nuestra intención determina nuestros resultados

En la fábula que iniciaba el capítulo, pudimos ver cómo fue el poder de la intención, el que sanó al padre de Tao de la enfermedad. Fue la intención del mismo Tao dándole poder al agua, y la intención de su padre al dotar esa misma agua de la capacidad de sanarle. Ambos creían completamente en la capacidad curativa de la que era simple agua de arroyo.

Aunque se trata de una historia ficticia, que trata de iluminar el sentido del hondo significado de la intención, no está carente de razón práctica. Simplemente pensando en cómo el efecto placebo hace que una pastilla de azúcar sea capaz de curar dolencias graves, podemos caer en la cuenta del poder que tienen nuestras creencias. Si lo creemos, lo manifestamos. No importa que no sea aparentemente posible físicamente, o que carezca de relación causa-efecto, pues la manifestación se produce igualmente. En el ejemplo de la pastilla de azúcar, ésta carecía de capacidad física y práctica de sanar una grave infección y, sin embargo, la creencia de que sí la tenía, lo hizo posible. ¿Cómo? Por el poder de la intención. Puede que esa pastilla careciese de utilidad real, pero plantó una creencia férrea de que sí la tenía, haciendo que el cuerpo del enfermo utilizase todas sus capacidades para curarlo. ¿Recordamos que dijimos que realidad y pensamiento deben

encontrarse en sincronía? Pues efectivamente, este es un ejemplo perfecto de cómo esa sincronía funciona.

*Mas importante que lo que hacemos es la intención con la que lo hacemos.
Dicho de otro modo, la intención lo es todo.*

Esto no debe ser entendido como que basta con tener la intención de conseguir algo para conseguirlo, ni que la mera intención es suficiente para sentarnos a esperar a que nos lluevan los bienes y experiencias deseadas. En cuanto a la consecución de logros, la intención debe ir acompañada de la acción. Lo que significa es que la intención dota a pensamientos y acciones de una fuerza genuina y un poder excepcional para manifestar lo que deseamos.

La sincronicidad entre pensamiento-realidad es tal, que sin saberlo ya estamos manifestando el tipo de vida que tenemos en nuestra mente. Nuestras decisiones se basan en nuestras creencias, y muchas veces no las tomamos nosotros, sino ellas. Una a una, las decisiones que hemos ido tomando, han ido configurando nuestro camino en la vida. ¿Han sido éstas realmente conscientes? Puede que alguna de ellas lo haya sido, pero muchas otras han funcionado en automático. No podemos esperar manejar correctamente nuestra vida mientras los acontecimientos que la conduzcan se estén dando automáticamente, sin apenas participación nuestra. Para evitar esto, debemos descubrir el inmenso poder del pensamiento y de la intención para configurar nuestra vida.

La intención como camino

Todo lo que se hace con una intención, se empapa de esa intención, y se transforma. Por medio de la intención realizamos la magia que se manifiesta en nuestras vidas. La intención es un diálogo entre nuestra mente y la realidad, un evento en el cual se comparte la información que configura nuestra experiencia de vida. Por un lado, nuestra mente proyecta hacia afuera lo que trae consigo, explicándole al entorno lo que espera y busca, así como lo que tiene para ofrecer. Por otro lado, la vida comparte sus peculiaridades, toma la información proyectada por nosotros, y remodela la realidad, buscando esa sincronía que equilibra todos los fenómenos del universo.

Para ejemplificar esto, podemos observar cómo el resultado de las acciones difiere mucho dependiendo de la intención que en éstas se ponga. No es lo mismo preparar un pastel con la intención amorosa de agradar a los seres queridos, con la mejor dedicación, que hacerlo por obligación en un entorno hostil, con el jefe gritando y urgiendo. La tarta resultante será completamente distinta en ambos casos, aun cuando se sigan las mismas pautas. No es lo mismo acompañar a un anciano impedido con la intención de amarlo y aliviar su carga, que hacerlo de mala gana, deseando terminar el turno. La experiencia de ambos será muy distinta. No es lo mismo buscar el éxito monetario con la intención de labrar una buena vida, capaz de ayudar a la familia y prosperar, que hacerlo pisoteando a otros, con la intención de bregar a toda costa. Pese a que se consiga dicha fortuna, las dichas que ésta ofrecerá serán muy distintas.

Cuando la sincronicidad se dé, se dará en base a la intención colocada en el objeto de nuestro pensamiento, o nuestra actividad, y creará un escenario acorde. Desde este punto de vista, podemos entender que cuando creamos algo en nuestra vida, estamos co-creando. Poseemos una herramienta maravillosa para elegir la vida que queremos vivir, y los modos de hacerlo, y mientras no seamos conscientes de ello, nuestra vida seguirá sucediendo en automático, sin dirección aparente, sacudida por el vaivén de la fortuna, o del infortunio.

La intención como camino significa que, cualquier cosa que hagamos, por pequeña que parezca, debe ir revestida de una motivación muy clara de lo que buscamos con ella. Esa motivación será la encargada de mover todos los resortes y engranajes, tanto de nuestra mente subconsciente como del universo que nos rodea, para co-crear esa realidad que anhelamos.

No existen límites conocidos para la intención humana. Con una intención genuina, hemos visto a personas cuyo diagnóstico médico incluía una incapacidad de por vida para andar, acabar caminando, dejando a sus médicos boquiabiertos. Hemos visto ejemplos de quiénes, estando un ser querido atrapado, han sido capaces de levantar cientos de kilos para liberarlo.

Motivación e intención convergen, pero no son lo mismo. Mientras que la motivación es una resolución que puede ayudar enormemente a nuestros

propósitos, dotándonos de inusitada fuerza y capacidad, es más maleable y huidiza. La motivación nace fuerte, pero suele perderse con el tiempo. La intención, sin embargo, se gesta en nuestros más personales deseos y sueños y, correctamente utilizada, es capaz de mover montañas. A diferencia de la motivación, la intención rara vez se pierde, aun si las circunstancias se tuercen. Lo ideal es que podamos entender y manejar ambas de la manera más consciente y benéfica.

Fluir con intención

Partimos de la idea de que la existencia no es un evento terrible y difícil. La vida en sí, es armónica y germinativa. Desde que llegamos a ella, las facilidades y los bienes nos acompañan, comenzando por unos padres que nos cuidan, nos protegen y nos proveen de todo cuanto necesitamos durante largos años. Incluso aquellas personas que no tienen la suerte de ser criadas por unos amorosos padres, encuentran su apoyo en cuidadores, mentores o gente que se ocupa de ellas mientras es necesario. Si no fuera así, no nos encontraríamos aquí y ahora, pues el ser humano no puede prosperar sin un cuidador durante su infancia. Carece de las herramientas para sustentarse, durante más de una década de su existencia.

Todo lo que surge a nuestro alrededor desde que nacemos, son oportunidades y dádivas. La mayoría de ellas las obviamos, porque nos parecen incluidas en el «deber ser» de la normalidad, y por ello no le damos ningún valor.

Hay muchas circunstancias desafiantes en la vida, pero la mayor parte de ellas no proceden de la misma vida, sino de las acciones de los seres humanos, con sus enfrentamientos, sus guerras, y sus odios. La vida no busca que nuestra experiencia sea un terrible desafío, sino un aprendizaje y una evolución.

Todas las ideas de carencia, pobreza, imposibilidad, inseguridad, miedos y un largo etcétera, son creencias humanas, asentadas y prodigadas sin medida a través de la historia. La vida no trae este tipo de limitaciones, y es por ello que, cuando buscamos trascender a todas estas ideas paralizantes, debemos sintonizar con la vida, en lugar de con las creencias aprendidas. Y la manera de sintonizar con la vida es confiar, y fluir.

La lucha, el desafío, la oposición, la competitividad, son creencias limitantes que se alejan muchísimo de la capacidad y trascendencia de nuestro verdadero ser. Una existencia basada en esas creencias, necesariamente devendrá en una existencia miserable.

Los sucesos y acontecimientos que surgen, deben ser vistos como formas de probarnos y pulirnos a nosotros mismos, como maestros en el camino de los que tenemos que tomar alguna lección importante.

Fluir con la vida es, en cierto modo, dejarse llevar sin oposición por un río de incertidumbre. Dado que la incertidumbre siempre existirá, es sabio aprender a bailar sobre ella. A bailar y danzar alegre sobre la incertidumbre. Esto significa fluir.

Fluir implica aceptar los sucesos y experiencias de la vida, tomando la oportunidad de aprender de ellos. Es dejar de oponerse, dejar de pensar que tenemos que enfrentar cada desafío como una violenta lucha. Es minimizar la preocupación priorizando la ocupación. Es soltar la ansiedad y aceptar el cambio y, sobre todo, es efectuar todo esto con una sonrisa en la cara y en el corazón, sabiendo transformar los problemas en oportunidades.

Fluir no implica dejadez o inacción, sino aceptación y responsabilidad, sin oposición. Como en un río cambiante, nadar contra corriente nos dejará exhaustos y rencorosos, aun cuando alcancemos el saliente que tanto queríamos agarrar. Sin embargo, dejarse llevar por la corriente del agua de forma consciente, nos permitirá ver ese nuevo saliente que aparece en nuestro camino en el momento preciso.

Fluyendo con la vida aceptamos sus reglas y somos capaces de admirar su tremendo potencial. Al mismo tiempo, fluyendo entendemos mejor el porqué de las situaciones, y qué podemos sacar de ellas. Aun frente a la vivencia más oscura y desafiante, una correcta percepción y una amplitud de consciencia, nos entregará una valiosa lección que podemos aprender.

Fluir con la vida nos hace sentir seguros, con confianza, y nos otorga esperanza y alegría. A la vez, fluir con intención nos conduce hacia nuestros dorados sueños de la mejor manera, de la menos gravosa.

La intención nos guiará hacia el puerto que deseemos arribar con menos sacudidas, vadeando las tormentas, evitando los remolinos y las bestias marinas. Nuestro barco quizás tome sendas que no esperábamos en un principio, que ni siquiera aparecían en nuestras cartas de navegación, pero acabará consiguiendo llegar a su destino... ¡o a uno mejor aún!

Fluir es confiar con esperanza. Es comprender y poseer una visión amplificada de la realidad. La intención abre el camino, despeja las sombras y sincroniza el universo con lo que esperamos de él. Aúna lo que queremos, con lo que necesitamos.

Por tanto, para viajar a lo largo de la vida de la mejor manera posible, debemos aprender a fluir con intención.

CAPÍTULO IV

El árbol del dinero

Cuando Andrea Ricci tenía siete años, deseó profundamente tener un monopatín. El que él anhelaba no era un monopatín cualquiera, sino un Lance Mountain del 88 de color azul claro, el mismo que usaba su «skater» favorito.

Andrea se acercó a su padre, que se encontraba sentado en el porche, muy atareado con algo, y le pidió con anhelo el monopatín, señalándole específicamente sus características. Su padre le miró y dijo:

—Mira este manzano, ¿qué te parece?

—Un árbol —respondió Andrea.

—¿Piensas que, cuando llegue la primavera, este árbol dará frutos en forma de dinero? —preguntó su padre.

Andrea observó dubitativo el manzano sin saber qué decir. Hasta para un niño de siete años, aquella disparatada idea parecía absurda.

—Creo que dará manzanas —respondió el niño.

—Exacto. El manzano dará manzanas y no billetes. Con manzanas no podemos pagar ese monopatín Lance Mountain, ¿verdad? Como el dinero no crece de los árboles, podrás comprártelo tú mismo, cuando lo ganes.

Andrea entendió entonces que su deseo de tener el flamante monopatín tendría que esperar. Su dispersa mente de niño se despidió rápidamente de

la idea, pero algo relevante echó raíces en lo más profundo de su psique, algo que le acompañaría el resto de su vida.

Treinta años después, Andrea era un empresario de cierto éxito. Había levantado un negocio inmobiliario de cero y se había esforzado enormemente en verlo prosperar. El resultado había sido, cuanto menos, angustioso. Pese a que había reunido una buena suma de dinero en su cuenta corriente, los vaivenes de la industria, las crisis periódicas, y los desplomes del sector, no hacían más que mantenerlo en la cuerda floja.

La realidad era que el estrés le había provocado calvicie, tenía la necesidad de hablar con su terapeuta una vez a la semana, y su vida personal se había resentido profundamente por su constante obsesión por el trabajo. Prácticamente vivía en su despacho, y ni aun así era capaz de cuadrar las cuentas de resultados.

Cierto día, Andrea se encontraba de camino a un nuevo inmueble prometedor en las afueras, cuando se topó de repente con una tienda de antigüedades. Al contemplar su escaparate, quedó boquiabierto; el magnífico Lance Mountain de sus sueños, descansaba cómodamente en aquella tienda, ajeno a los embates del tiempo. ¡Y hasta era de color azul!

La respiración se le aceleró mientras todos aquellos recuerdos reprimidos de la infancia, a los que no había prestado atención durante tres décadas, regresaban a él como un torbellino imparable. Sonriendo, metió la mano en su bolsillo y sacó su cartera. Si pudiese haber hablado con su padre en ese momento, le hubiera dicho; «Fíjate, papá, ya puedo tener mi Lance Mountain sin esperar a que llueva del cielo.»

Entró en la tienda y con resolución, compró su siempre venerado monopatín, sintiéndose muy orgulloso de sí mismo.

Una vez fuera, se le ocurrió que quizás ese edificio de oficinas a buen precio podía esperar, y se dirigió al parque más cercano, donde jugaban los niños despreocupadamente con sus propios monopatines.

Sonriendo, Andrea dejó el monopatín en el suelo y probó a montarse encima de él. Apenas pudo conservar el equilibrio unos segundos antes de

caerse al barro, arruinando su impecable traje. Maldiciendo, consiguió levantarse, y cuando lo hizo se encontró con que los niños lo rodeaban mientras se reían.

—¿Qué pasa?, ¿nunca habíais visto a alguien caerse? —preguntó fastidiado.

—No sabes patinar ni siquiera un poco. ¿Por qué tienes ese monopatín tan bonito? —dijo uno de los niños.

—¡Porque puedo! Tras muchos años he podido comprarlo, porque el dinero no nace de los árboles. A vosotros os lo han regalado vuestros padres y no comprendéis el valor que tiene —protestó Andrea, que no estaba acostumbrado a tratar con niños, ni los toleraba.

—Nosotros tenemos monopatines porque queremos convertirnos en «skaters» cuando seamos mayores. —Añadió otro de los niños.

—¿Ah sí? Pues adelante, a ver si lográis algo. Pronto veréis que la vida no es tan fácil como creéis, y que todo lo que deseáis, tendréis que pelearlo —respondió el hombre con reproche, sin saber por qué aquel comentario le había molestado tanto.

Los niños se miraron asustados y salieron rodando de allí, para alejarse de ese hombre malhumorado, preguntándose por qué los adultos estaban siempre tan enfadados.

Andrea olvidó completamente el negocio del día, y apesadumbrado, regresó a su casa.

Allí, se tumbó a descansar sin ni siquiera quitarse la ropa manchada de barro. Cerró los ojos, y cuando los volvió a abrir, volvía a tener siete años.

Con alegría, Andrea saltó de la cama y descubrió que estaba de nuevo en la casa de sus padres. Tras la puerta los escuchaba peleando como solían, quejándose de las facturas y cosas parecidas, pero no le importó. Todo lo que quería era jugar y divertirse.

El pequeño Andrea cogió el viejo monopatín medio roto con el que solía entrenar, y comenzó a patinar por toda la habitación, vadeando obstáculos, e imaginando que la multitud aclamaba su nombre.

Levantó los brazos y gritó: «Y la grada se levanta para recibir al mejor skater del mundo; Andrea Ricci... woowoooo»

En ese instante se despertó. Abriendo con dificultad unos ojos pegados, Andrea se dio cuenta de que había dormido durante horas, y que se sentía más descansado que hacía meses. Observando su estampa en el espejo, con todo aquel barro seco pegado al antes impoluto traje, no pudo evitar doblarse en una carcajada histriónica que sacudió todo su cuerpo. Por fin lo entendía todo.

El Lance Mountain se encontraba tirado en medio de la habitación, con las ruedas hacia arriba. Andrea pensó que quizás, sólo quizás, era el momento de retomar las cosas donde las había dejado...

Treinta años atrás.

Las creencias limitantes que heredamos, poseemos y traspasamos a las siguientes generaciones, resultan un mal endémico de difícil erradicación. Algunas están tan asentadas en los propios clanes familiares, que una transgresión de las mismas supone casi la expulsión honorífica y la condena al ostracismo. En el caso del dinero, estas creencias limitantes encuentran su punto álgido, su cima, el culmen de su potencial.

En la historia de Andrea, podemos observar cómo las creencias limitantes acerca del dinero y del esfuerzo de sus padres, pasan inequívocamente a la mente del joven Andrea, programando en su subconsciente una cortapisa de la que no sabrá abstraerse hasta muchos años después. Sin ni siquiera darse cuenta, Andrea encamina su vida basándose en la creencia de su padre de que el dinero es escaso, difícil de conseguir y que su obtención exige un arduo esfuerzo. Su vida entera se manifiesta en base a esta premisa; trabaja incansablemente, se esfuerza sin medida, y obtiene unos modestos

resultados que, si bien le alcanzan para prosperar, están muy lejos de prodigarle una verdadera fortuna.

El objetivo de ganar una fortuna nunca estuvo en ese programa de escasez, pues al entender que el dinero es escaso, la mente no puede concebir que pueda lograrse en grandes montos. Todas las acciones de Andrea a lo largo de su vida, se han ido alineando con esta premisa, de la manera que estudiamos previamente. La creencia y la realidad, buscan esa sincronía perfecta, y la encuentran.

Pero este programa de escasez es todavía más hondo y dañino. El precio que Andrea tuvo que pagar por vivir bajo su influjo, no solo se tradujo en un arduo esfuerzo a cambio de escasa recompensa, sino que le costó sus sueños infantiles, que pudieran haber fructificado o no, pero que quedaron totalmente relegados al campo de «lo ingenuo». Ya no es que su sueño de ser «skater» se desvaneciese, es que cualquier otro que pudiera asomar de idénticas características, sería automáticamente desechado por el programa; un programa que exige esfuerzo, seguridad y trabajo duro.

Pagamos muy caro las creencias limitantes que, tanto los entes externos como nosotros mismos hemos ido asentado en nuestra psique. Dado que funcionan en automático, la inconsciencia acerca de su existencia hace que ejecutemos vidas que no nos pertenecen a nosotros. Es natural que siendo así, jamás alcancemos lo que estamos buscando; la felicidad.

Dinero y abundancia

En nuestra experiencia, el dinero se entiende inseparable y solapado a la abundancia, y la abundancia lo es en tanto en cuanto amase grandes sumas de dinero. La creencia extendida y a estas alturas programada en la mente subconsciente de casi toda la población, es que una persona que nada en la abundancia, es una persona que nada en el dinero, que goza de liquidez, de inversiones, de ahorros, de propiedades, y de bienes que pueden fácilmente transformarse en dinero.

Esta visión programada no hace un verdadero favor a la abundancia que puede alcanzar la persona, en tanto en cuanto es tremendamente restrictiva. Asumiendo que es el dinero el principal y casi único elemento de medición

de la abundancia en la vida, coartamos las enormes y tremendas posibilidades que la vida puede ofrecer en amplísimos campos de experiencia.

El dinero, que incluye todos aquellos bienes físicos y fungibles, transformables, transmutables y objeto de liquidez, que englobarían el concepto de riqueza material, no puede ni siquiera acercarse a atisbar la plenipotencia de la verdadera abundancia de vida que un ser humano puede alcanzar, y a la que debería aspirar.

Dicho de otro modo, simplemente por ser rico no se es abundante, y definitivamente se puede ser increíblemente abundante sin ser rico.

Esta interpretación errónea del concepto de abundancia también redundará en perjuicio del significado y capacidad que el propio dinero y que la riqueza material ostenta. Poniendo demasiado énfasis en el dinero en sí como objeto de prosperidad y abundancia, surgen demasiadas expectativas, demasiado anhelo y deseo negativo sobre él. Todos estos estados ansiosos determinan una mentalidad de escasez que, de hecho, resultará perjudicial a la hora de conseguir ese dinero que tanto ansiamos.

Entonces, ¿cómo deberíamos entender y tratar el concepto de dinero? ¿Qué papel juega respecto a la abundancia que tanto perseguimos?

En primer lugar, debemos tener una idea sumamente clara en la cabeza; la abundancia no es una simple acumulación o detención de una enorme cantidad de dinero. La abundancia es un estado extremadamente rico y plural en el que nos sentimos favorecidos por la dicha universal en todos los aspectos de nuestra existencia. La abundancia reúne todos los aspectos que nos hacen ricos, pero ricos en un sentido holístico, ricos en cuanto opuestos a cualquier noción de escasez que pueda limitarnos.

Por tanto, la persona que ansía ser abundante, no debería limitarse únicamente a buscar enriquecerse materialmente, porque estaría obviando una enormísima potencialidad para sí mismo, y se estaría haciendo un escaso favor.

El dicho tan conocido que reza: «El dinero no da la felicidad, pero ayuda a conseguirla», tiene una parte de razón en este aspecto. La simple tenencia de enormes sumas de dinero y bienes materiales no puede asegurar, por sí misma, la dicha en la vida, y en muchos casos, podemos ver que no lo hace. Muchos de los mayores ricos de la tierra han resultado ser personas amargadas, rencorosas, y que no han sabido hallar la felicidad en vida. Esto debería darnos una pista acerca de este aspecto que estamos contemplando.

¿Esto quiere decir que el dinero no da la felicidad? ¿Qué el dinero es algo malo? La respuesta tajante a estas preguntas es NO. El dinero no tiene absolutamente nada de malo, y es capaz de otorgar enorme comodidad y abundancia. Quiero que se entienda este concepto desde ya, para evitar confusiones.

Todas las premisas son ciertas y no se excluyen en absoluto entre ellas:

- La abundancia es una fuerza, o un estado de plenitud en la vida, en el cual se adquiere una enorme cantidad de riqueza de todos los ámbitos existenciales.
- La abundancia no se completa por la simple detentación de enormes cantidades de dinero y bienes materiales, sino que abarca muchísimo más.
- Una obsesión por lograr enormes cantidades de dinero no nos convertirá en abundantes, porque estaremos jugando al juego de la escasez.
- El dinero es una herramienta valiosa, que, si bien no completa la abundancia, puede favorecerla si se comprende bien su significado.

El dinero es una herramienta

El dinero es una herramienta. No es bueno ni es malo en sí mismo, pues como toda herramienta, es su uso lo que determina estas cuestiones.

Existen muchas creencias limitantes asociadas al dinero, como las hay asociadas a la abundancia. Estas creencias o programas instalados, vienen con toda suerte de información contradictoria y peyorativa, información que decide por nosotros, cuando nos encontramos en una encrucijada. Por ejemplo, Marco desea hacer ver crecer su dinero, y su amigo le propone una

inversión que ha estado estudiando. Marco, que mantiene el programa de escasez que le traspasaron sus padres, el cual funciona diciéndole que el dinero hay que ganarlo por medio del trabajo, y que no es fácil de conseguir, responderá automáticamente que no. Aun si coteja los informes, es muy difícil que se arriesgue con la inversión de su amigo, porque su programación le bombardeará con mensajes de que es una pésima idea, que el dinero no se puede ganar de esa forma, y que va a perder todo lo invertido.

El caso del dinero es uno de los más visuales en cuanto a la ejecución de programas instalados y creencias limitantes. Dado que el dinero es la principal herramienta de comodidad en las sociedades, todo el entramado político-social se ha levantado en torno a este tipo de programación. Son pocos los casos de personas capaces de abstraerse de los programas limitantes respecto al dinero, sin hacer un profundo esfuerzo de autoexamen y revisión de los paradigmas adquiridos.

Uno de estos programas es el que incide en la cualidad del dinero, insistiendo en que el dinero es algo vil, capaz de corromper el alma de las personas. Esta creencia limitante proviene ampliamente de ciertos cultos religiosos que han demonizado la riqueza durante siglos, así como de círculos socio-políticos que han encontrado en este dogma, una base de poder. La sociedad, en la que nos incluimos todos, se ha embebido de esta especie de mantra hasta hacerlo profundamente suyo, y ha propiciado este tipo de perversión de la idea del dinero y de la riqueza que está muy alejada de la realidad. No podemos hacernos idea del mal que puede ocasionar un programa como éste, pero podemos ver los resultados en la sociedad, con un mínimo examen.

Lo cierto es que las familias ricas suelen perpetuarse en la riqueza, y las familias pobres son incapaces de salir de ella. Entre ellas, la clase media bebe de sus propias creencias limitantes, creencias que la sujetan a un salario y seguridad suficientes. ¿Por qué sucede esto? Simplemente, porque los padres ricos poseen creencias expansivas respecto al dinero, creencias que trasladan a sus hijos, y los padres pobres poseen creencias extremadamente limitantes, que sus descendientes heredarán.

La idea de que ser rico convierte a una persona en egoísta, sin escrúpulos, aprovechada y en general, malvada, se adscribe a programas hondamente asentados en nuestra psique. Si además le añadimos ideas como la de que un rico jamás entrará en el reino de los cielos, o la de que no somos merecedores de esta clase de abundancia, obtenemos un cóctel molotov a punto de explotar en una escasez de por vida.

Todas estas ideas no son nuestras en realidad. Alguien, o algo, las puso ahí mientras entendíamos cómo funcionaba el mundo. Es por ello que es tan sumamente importante efectuar un ejercicio de revisión y desprogramación, sustituyendo los viejos paradigmas por nuevas y fortificantes ideas.

La primera que debemos entender es la que ya adelantábamos; que el dinero no es otra cosa que una herramienta. Una herramienta no posee ninguna cualidad en sí misma, salvo que es el objeto de algo ajeno a ella. Será la mano que la empuña, la que determinará su cualidad. El dinero es capaz de crear cosas fantásticas, si quien lo ostenta posee cualidades fantásticas.

El dinero como fuente de prosperidad

La prosperidad económica en un mundo regido por imperativos capitalistas como el nuestro, es algo a lo que casi nadie puede abstraerse. Si queremos obtener comodidades, haremos uso del dinero en tanto en cuanto es nuestra moneda de cambio.

En la antigüedad, el trueque efectuaba la misma utilidad, y a nadie le parecía que fuese malo cambiar, por ejemplo, un saco de arroz por uno de legumbre.

Lo cierto es que nuestra existencia será mucho más fructífera cuantas menos preocupaciones tengamos en la cabeza, y el dinero no debería ser una de ellas. Pero para que no lo sea, primero debemos entenderlo como lo que es, y comenzar a desechar las inferencias negativas que hacia él tenemos. Al mismo tiempo, conviene eliminar también toda la ansiedad que genera poseerlo.

Para entender el dinero como fuente de prosperidad, necesitamos implementar la pareja ganadora;

- Eliminar las creencias nocivas hacia el dinero y comenzar a tratarlo como una herramienta maravillosa para manifestar un bien en nuestras vidas y en el mundo.
- Eliminar la ansiedad desaforada por poseerlo, pues se trata de una aproximación a él desde una creencia de escasez, que malogrará precisamente lo que queremos conseguir.

El dinero es fuente de prosperidad, de júbilo y de regocijo material, en el mundo físico en el que vivimos. Con él podemos proveernos de una vida amable, y hacer amable la vida de otros. Además, el dinero llama al dinero, con lo cual, implementar en una comunidad la chispa creadora de riqueza, transformará benéficamente a dicha comunidad.

La pobreza es una idea ficticia que hemos asentado en nuestro ideario. Es un programa social, pero no es algo que exista en la naturaleza. El mundo en el que vivimos es extremadamente abundante, rico y próspero. Por mucho que los seres humanos hayamos dañado su superficie, la naturaleza sigue teniendo inmensos dones para otorgar. Los recursos son prácticamente infinitos y renovables de forma natural. La pobreza la hemos creado nosotros, dividiendo, esquilmando, y no sabiendo usar correctamente los maravillosos regalos naturales a nuestra disposición. Un ejemplo de ello podemos encontrar en el hecho de que, algunos de los países del mundo más exuberantes y pletóricos de recursos naturales que existen, resultan poseer las comunidades más empobrecidas de la tierra. Por otro lado, algunos de los países más escasos en recursos, con la orografía y condiciones físicas y climáticas más complicadas, se han transformado en primera potencia mundial.

La idea artificial de pobreza es un efecto creado por la sociedad. Nadie ni nada que nazca en este mundo es pobre por naturaleza. Muy al contrario, podemos decir que cada ser vivo es extremadamente abundante de forma pasiva, desde el primer sorbo de aire que toma en su vida. ¿Cómo podría ser de otro modo? Solamente hay que observar el planeta Tierra, un auténtico vergel en el panorama del universo, un lugar entre mil millones dentro de un cosmos infinito.

Desde el momento en el que nacemos, ya estamos respirando un maravilloso oxígeno que nutre nuestro organismo, ya estamos recibiendo los cálidos y amorosos rayos de sol que irradian en la justa y perfecta medida para que nos sean benéficos y no mortales, ya tenemos a nuestro lado a personas que nos cuidan y miman durante largos años en los que somos prácticamente desvalidos e incapaces. Hasta nuestra vida adulta (salvo trágicas excepciones), somos tutelados, alimentados, cuidados y guiados sin que tengamos que atender casi ninguna de las preocupaciones de la vida. ¿Cómo podemos asumir que no somos abundantes? ¡Lo somos!

El problema radica en que, cuando algo tan simple como importante, no se llega a apreciar, tampoco se puede valorar, y mucho menos agradecer. Y lo que no se valora y no se agradece, no existe en la propia realidad, sin importar el gran valor que posea en sí mismo.

La relevancia que en nuestro mundo posee la escasez y la pobreza, proviene de esta imposibilidad para reconocer la enorme abundancia y dicha que nos rodea.

Es la mentalidad de escasez que nuestro sistema social promueve, y en la que nos quedamos atrapados, la que genera la pobreza y desigualdades que nos separan. No se trata de un problema de falta de recursos, de exceso de población ni de limitaciones físicas o administrativas, sino simplemente de un problema de visión y perspectiva.

Esto lo podemos observar en situaciones tan absurdas como las de que un tercio de la comida del mundo se deseché como basura cada día, como la obsolescencia programada, o como el desastre en el Amazonas. Existen miles de ejemplos que demuestran una pésima gestión de nuestro abundante mundo y nuestras abundantes posibilidades. Y si esto sucede a un nivel global, ¿cómo no va a suceder dentro de nuestras vidas?

Si para tener tú, debes quitárselo a otro, o pasar por encima de él, la máxima se convierte en un cuchillo de doble filo en el que, si uno no aplasta, es aplastado. Así nace la pobreza en el mundo, y no por falta de recursos, o de dinero.

Como hemos apuntado, el dinero no es más que una herramienta que participa en todos estos desajustes. La idea de pobreza es una creencia limitante y artificial que transforma al instrumento del dinero, en una especie de arma que separa a ricos y pobres, y que genera clases y castas.

Y aun poseyendo el dinero estas connotaciones, el mundo entero se mueve a su alrededor, como las moscas revolotean irremediamente alrededor de un frasco de miel. Siempre ansioso, siempre expectante, siempre insatisfecho.

Pero el dinero es una herramienta que puede ser usada de manera maravillosa para generar y prodigar mayor abundancia, para ser fuente de prosperidad.

Si en lugar de sostener el instrumento del dinero con una mentalidad de carencia, pobreza, escasez y división, lo tomamos enarbolando creencias de abundancia, expansión, creatividad y cooperación, la realidad se transformará inevitablemente ante nuestros ojos, en un panorama de riqueza que no hará sino crecer y crecer, sin acabarse jamás.

Si el dinero se une a la abundancia, el resultado es el jardín de las maravillas.

Entendamos esto muy bien; la riqueza y prosperidad real que el dinero pueda otorgar está directamente relacionada al modo en el que manifestemos nuestra creencia de la abundancia.

Hay dos maneras de utilizar la herramienta del dinero

1. Desde la mentalidad y creencia de escasez : Esta perspectiva, ampliamente extendida, provoca dos resultados alternativos:

- El primero es la imposibilidad real para conseguir dinero. En éste, la persona se sabotea indirectamente a sí misma, tratando de conseguir dinero desde la ansiedad, la expectativa de mérito y recompensa, y desde la necesidad. Sin darse cuenta, acciona todo tipo de estrategias que harán fracasar sus propósitos, y las repite constantemente. En esta modalidad, los programas de pobreza se encuentran operando plenamente, limitando la capacidad de acción de la persona a los mínimos que estos permiten.

Para ejemplificar este resultado, encontramos a Isabel.

Isabel siempre conoció una vida difícil, económicamente hablando. Su padre y su madre trabajaban sin descanso, pero rara vez alcanzaban a pagar todas sus facturas, mucho menos a darse algún capricho. Nunca salió de vacaciones, ni pudo acudir a los lugares y eventos que sus compañeros frecuentaban. Desde muy joven comenzó a trabajar para ayudar en casa, entrando en una espiral de trabajo duro y recompensa exigua. Acostumbrada a no tener nada, cada moneda que ganaba y no debía usar para pagar facturas o recibos, la gastaba sin orden ni concierto en pequeños caprichos. Se habituó a pedir préstamos y usar tarjetas de crédito cuyo pago aplazaba para la posteridad. Como es natural, rápidamente sus deudas la aplastaron, aun cuando Isabel no dejaba de trabajar horas extra, y esforzarse duramente.

Lo que Isabel no sabía, es que todas sus acciones se debían al programa de escasez y pobreza heredado de sus padres, que le hacía enfrentar cada decisión relativa al dinero desde una posición suicida. Isabel creía fervientemente que solo el esfuerzo duro podría darle algo más de dinero, y que siempre sería pobre debido a su posición y a su mala suerte. Este pensamiento limitante hacía que no viese luz al final del camino, y por lo tanto dilapidase lo poco que tenía, en aliviar esa terrible sensación de desamparo.

Así es como funciona la herramienta del dinero cuando uno se le aproxima desde la creencia de pobreza y escasez. Imposibilita cualquier iniciativa y boicotea cualquier acción, haciendo muy difícil generar una abundancia de dinero.

- El segundo resultado se da cuando la persona logra conseguir grandes sumas de dinero. Efectivamente, es posible lograr acumular fortunas desde una perspectiva de escasez. Aquí los programas asentados funcionan de manera diferente, y también provocan diferentes resultados. En esta categoría encontramos a las personas adineradas que por más dinero que consigan, y más bienes materiales canjeen a cambio de él, nunca se sienten satisfechas. El resultado es que el dinero que tanto ansían no les otorga la felicidad esperada, sino más bien lo contrario; les regala desesperación, frustración e infinito anhelo.

Veamos un ejemplo de este resultado en la historia de Jaime.

Jaime creció en una familia muy autoritaria y de renombre social, en la que el esfuerzo y el trabajo duro eran los pilares de toda prosperidad. Durante años, fue hostigado para sacar las mejores notas, para encontrar el mejor trabajo y para posicionarse en un lugar predominante en su círculo social. Con ayuda de su esfuerzo, y el empujón de un buen nombre, Jaime no tardó en lograr el prestigio que buscaba, y una buena cartera de ingresos. Las acciones que había aprendido le aseguraban resultados positivos, y no escatimaba en dedicar la mayor parte de su tiempo en el trabajo. Una buena casa, varios coches de marca y todo tipo de lujos comenzaron a aparecer en su vida. Sin embargo, Jaime no estaba satisfecho. Nunca estaba satisfecho, y las cosas que adquiría rara vez le traían una alegría que no fuese momentánea .

Lo que Jaime no sabía es que, dentro de él, y pese a su aparente fortuna, operaban programas muy eficientes de escasez y pobreza. Estos hacían que todo esfuerzo que realizara, como en el caso de Isabel, se efectuase desde la necesidad y la escasez. Aun cuando el dinero llegaba, este no poseía las cualidades de hacerle feliz y, lejos de satisfacerle, le generaba mayores ansiedades; ansiedad por conseguir más, miedo a perder lo conseguido y preocupación por no llegar a llenar las expectativas que sus padres colocaron en él a fuego.

Vemos que la aproximación al dinero desde una perspectiva de escasez, carencia y pobreza, malogra cualquier felicidad que este pueda llegar a otorgar. Es por ello que muchos ricos son enormemente infelices y amargados, aun cuando nadie se explique el porqué.

Si tratamos de usar la herramienta del dinero sin haber revisado y removido nuestros programas de escasez, carencia, pobreza y ansiedad, nos encontraremos con cualquiera de estos dos resultados. Tanto en el primer caso, como en el segundo, el verdadero objetivo que perseguimos al querer poseer fortuna material, se malogra; el de la felicidad y el bienestar.

2. Desde la mentalidad de abundancia y plenitud.

Esta es la única manera de aproximarse benéficamente al dinero y de utilizar esta herramienta tan útil y plena de posibilidades, para que nos otorgue verdaderos beneficios.

Porque el beneficio que el dinero nos puede regalar no se limita a la compraventa de bienes materiales o de otro tipo, sino que trasciende mucho más allá. El verdadero beneficio del dinero es el de la prosperidad y el de la mejoría de la vida en este planeta.

Una persona que goza de mentalidad de abundancia, es una persona que conoce la enorme relevancia que el dinero puede otorgar a la calidad de vida de las personas. La fuente de la prosperidad proviene de la mente abundante, y es esta mente la que sabe utilizar la herramienta del dinero para manifestar esa abundancia en el mundo.

Veamos el ejemplo de Nadia.

Nadia creció de la mano de una madre que trató de potenciar su autonomía y libre albedrío. Desde niña, su madre permitió que Nadia experimentase y sacase sus propias conclusiones, mientras le hablaba acerca de la vida, y del mundo de forma optimista y expansiva. En lugar de hablarle de dificultades, miedos y problemas, su madre trató de enfatizar el agradecimiento y el disfrute de las experiencias, y de motivarla para seguir su particular manera de entender el mundo. Así, Nadia fue asentando creencias de abundancia, en lugar de escasez, a lo largo de su vida. De forma natural solía disfrutar de sus experiencias, trabajos y relaciones, y también de forma natural encontró que nunca le faltaba de nada. El dinero llegaba, de uno u otro lado, sin demasiado esfuerzo, y cuando no lo hacía, Nadia sabía relativizar la situación e intentar alguna estrategia creativa que volvía a encauzar sus ingresos. Aunque no le preocupaba, Nadia supo utilizar la herramienta del dinero para mejorar su vida y la de sus seres queridos, así como para regalar su granito de arena al mundo.

Nadia se sentía abundante, y esa misma creencia hacía que su abundancia se manifestara una y otra vez a lo largo de su vida.

¡Qué distintas pueden ser las cosas dependiendo de cómo las abordemos!

Conseguir una mentalidad de abundancia es el primer requisito que debemos cumplir antes de aproximarnos al dinero. Hacerlo de este modo es similar a empezar a construir la casa por los cimientos en lugar de por el tejado. Toda la estructura que levantemos con estas bases sólidas, permanecerá estable y permitirá añadir más y más pisos sin que la casa se venga abajo. Y si la abundancia son las raíces del árbol del dinero, sus ramas, hojas y flores germinarán y darán incesantes frutos durante todo el año.

El árbol del dinero

Es divertido pensar acerca de esta acepción, «el árbol del dinero», pues se suele usar a modo de mofa y burla hacia quienes se piensa son muy ingenuos. Las expresiones acostumbran a ser; «El dinero no cae de los árboles», «¿Piensas que el dinero crece en los árboles?», o, «El árbol del dinero, en el mundo de la piruleta».

Es gracioso porque esta metáfora, esta figura simbólica del árbol, es perfecta para ilustrar cómo podemos incrementar la riqueza y la abundancia en nuestras vidas.

Un árbol es un organismo vivo, es un ente físico y energético que interactúa y evoluciona respecto al medio en el que se encuentra. El árbol del dinero de nuestra vida puede traernos pingües beneficios si entendemos bien su estructura, su manera de interactuar y aprendemos a potenciar sus frutos.

Veamos las partes del árbol del dinero

LAS RAÍCES

Las raíces del árbol del dinero son la parte esencial del mismo. Es su mismo corazón latente, y su fuerza vital. A través de sus raíces, el árbol toma sus nutrientes de la tierra que lo sustenta, se estabiliza en el mundo, y se levanta fuerte y poderoso. Sin sus raíces, el árbol caería sobre el suelo inerte, y moriría con prontitud.

Por ello, sus raíces han de ser sólidas, firmes, y deben hundirse en un estrato nutritivo que le aporte todo aquello que necesita. Solo así podrá

crear frutos jugosos de forma prolífica.

Pues bien, las raíces de nuestro árbol del dinero se nutren de la mentalidad de abundancia. Dicha mentalidad configura las creencias de cada obrador de abundancia y dinero en particular, ósea, cada uno de nosotros. Tal mentalidad debe, necesariamente, entender, basarse y creer verdaderamente, las siguientes premisas.

Creencias expansivas que deben configurar las raíces del árbol del dinero.

Autoestima : Unas creencias limitantes acerca de nuestra estima, invalidarán cualquier intento que hagamos de conseguir ingresos y fortuna. Nosotros mismos sabotaremos cualquier aptitud, motivación o acto que pudiera conducirnos a aquellos. La baja autoestima dará poder desmesurado a cualquier opinión ajena a nosotros y desvirtuará la nuestra. Seremos velas ondeando al capricho del viento.

Para suplir estas fallas a nivel programático, deberemos comenzar a nutrir las raíces de nuestro árbol del dinero con las creencias adecuadas. La lista que sigue no es exhaustiva, pero representa el comienzo del camino que podemos seguir, con una base de confianza y estabilidad.

Comienza a hacer tuyas las siguientes creencias, querido lector:

- Eres un ser humano maravilloso, pleno, capaz y digno.
- La abundancia y la fortuna material son tu derecho propio.
- No eres mejor, ni peor que nadie, pues absolutamente todos somos seres perfectos.
- Cualquier idea que generes es importante, es valiosa y es útil.
- Todos los demás te valoran intensamente.
- Todos los demás te contemplan como un ganador.
- Los juicios y desvalores ajenos no tienen nada que ver contigo, sino con esas personas que los emiten.
- Los miedos e inseguridades de los demás son suyos y no tuyos. No tienen poder sobre ti.
- No necesitas entrar en competencia con nadie para mejorar.

Capacidad: Unas creencias limitantes acerca de nuestra capacidad para enfrentarnos a la generación de riqueza, bloquearán nuestros proyectos y sabotearán nuestras metas cuando éstas aparezcan. Estas creencias suelen provenir de eventos traumáticos en la infancia o adolescencia, o de enseñanzas erróneas en el seno del núcleo familiar y social. Todo lo que afecte a la estima de la propia capacidad para hacer las cosas, se convertirá en un obstáculo. En el caso del dinero y la generación de riqueza, la falta de estima en la propia capacidad, alentará a la indolencia y a la aceptación sumisa de situaciones indeseables. Es por ello sumamente importante aprender a suprimir las creencias limitantes en torno a nuestra capacidad para conseguir dinero. Puedes empezar por las siguientes, mi muy capaz lector;

- Eres plenamente capaz de conseguir, mantener y multiplicar tus ingresos.
- Tu nivel educativo, conocimientos, pasado, etnia, sexo o religión, no participan en absoluto de tu poder generador de fortuna y dinero.
- Posees las herramientas necesarias para realizar una planificación consciente de las acciones a llevar a cabo.
- Posees las herramientas necesarias para que tu plan encuentre el camino hacia el éxito.
- Todo aquello que todavía no sepas, no es más que una oportunidad perfecta para aprenderlo.
- Eres capaz de afrontar los obstáculos del camino con decisión y aplomo, y de salvar las dificultades de la mejor manera.
- Eres capaz de asumir los costes de tu empresa a todos los niveles. Tu intuición creativa está trabajando las veinticuatro horas del día.
- Eres capaz de mantenerte firme en tu resolución, sin importar lo que los demás te digan.
- Eres capaz de rectificar, asumir los errores cuando los cometes y corregir lo que no sea correcto o útil para ti, o para tu empresa.
- Tu capacidad te conducirá irremediabilmente a la generación de riqueza para ti y para los tuyos.
- Naciste capaz de hacer lo que te propongas. El único obstáculo real que puedes encontrar eres tú mismo, y ahora que lo sabes, posees la solución.

Decisión: Las raíces del árbol del dinero no deben nutrirse de indecisión, dudas, complejos y pereza. Nuestro querido árbol necesita las vitaminas esenciales de la decisión y la perseverancia en su estrato, o no podrá crecer y florecer.

Normalmente la indecisión y la falta de perseverancia provienen de la falta de estima acerca de la propia valía y de la propia capacidad, así que arreglando aquellas, tendremos un amplio camino ya labrado. Pero no basta solo con eso. Debemos también cultivar el aplomo y la confianza en nuestro proyecto, en nuestras ideas y en nuestra creatividad. Además, todo nuestro esfuerzo debe gozar de constancia y determinación, y no caer en conductas intermitentes, anodinas o descafeinadas.

Nuestro amado árbol del dinero requiere de una voluntad decidida y constante, que crea en sí misma y que sea capaz de ejecutar las acciones que sean necesarias, durante todo el tiempo que sea necesario.

- Tus ideas son valiosas y efectivas, tú lo sabes perfectamente.
- Eres capaz de mantener tus decisiones de manera prolongada en el tiempo.
- Si tus ideas o decisiones adolecen de algún error, no tienes ningún problema en modificarlas y mejorarlas.
- El error y el fracaso forman parte de todo proceso de mejora, y sabes entenderlos como una variable más, necesaria para consumir el éxito.
- Sabes agradecer todos tus esfuerzos y valorar cada paso del camino, especialmente aquellos que parecen fracasos.
- Posees la constancia y persistencia necesarias para seguir creyendo en tus sueños, independientemente de los altibajos.

Optimismo: Nada, repito, nada, funcionará o conocerá éxito alguno si no se lleva a cabo desde el optimismo y la positividad. Las raíces del árbol del dinero se nutren de autoestima, confianza en la propia capacidad, y constancia, pero de nada servirán todas ellas si no se provee del nutriente vital, el más necesario de todos ellos; el optimismo.

Todo lo que no se realice desde la alegría, el gozo y la esperanza positiva, conocerá un seguro fracaso por simple autosabotaje. En algún lugar del camino empezaremos a creer que todo lo que hacemos es inútil, que no va a

lograr nada, que es una tontería que nadie va a apreciar jamás. Y si pensamos de este modo, si alimentamos estas creencias limitantes, no importa lo mucho que nos esforcemos, pues acabaremos abandonándolo todo, con la autoestima por los suelos. No podemos permitir semejante acto de vandalismo.

Nuestro árbol del dinero necesita los minerales esenciales de la positividad, de la esperanza y de la alegría. Todo el sustrato de la tierra en la que se asienta debe estar inundado de estos nutrientes vitales, anegado de dicha. Si lo está, pronto veremos el tronco lucir lustroso, las hojas tiernas, verdes e hidratadas surgir de unas ramas recias, y las flores y los frutos emerger como regalos esplendorosos.

Ten siempre en cuenta que:

- La experiencia de la vida es un suceso maravilloso.
- La oportunidad de realizar tus proyectos es un regalo en sí mismo.
- Todo lo que planeas, ideas, e intentas, está colmado de alegría.
- Contemplas el futuro con esperanza, con anhelo, y con ese nerviosismo expectante de quien está a punto de lograr sus sueños.
- El dinero, la riqueza y la fortuna llegarán sin duda alguna.
- Eres una persona abundante, y la abundancia llama a la abundancia. Hoy ya ves los frutos de tu pensamiento positivo, pero pronto verás muchos más.
- Eres una persona optimista y positiva en cada ámbito de tu vida.
- Crees totalmente en un universo abundante, infinito y pletórico.
- Eres capaz de hacer oídos sordos a la negatividad de quienes te rodean, y aun iluminarles con la luz de tu determinación y tu optimismo.
- La desesperanza, el abatimiento y la depresión no son para ti. Tú vuelas sobre ellos como un ave libre, directo hacia tu éxito.

EL TRONCO

Las raíces son la base sobre la que se asienta nuestro árbol del dinero, pero sus ramas no podrían germinar, sus hojas crecer y sus flores y frutos manar, si no poseyese un tronco firme, robusto y sano. Mientras que las raíces toman los nutrientes vitales de las creencias positivas y expansivas

que traemos con nosotros, el tronco conformará la estructura necesaria para hacer realidad esa manifestación que tanto buscamos.

Veamos qué cualidades debemos potenciar para que la riqueza y el dinero se hagan uno con nosotros.

Acción adecuada: Las raíces de nuestro árbol del dinero necesitarán de una realización práctica de todas las creencias expansivas que nutren el sustrato que mantiene toda la estructura.

Efectivamente, sin las acciones adecuadas en el medio físico, la nutrición holística no encontrará vía para germinar. Por tanto, tras configurar unas creencias firmes, asentadas, y expansivas, es necesario dar la forma a la realidad de lo que buscamos, efectuando la acción adecuada.

La acción adecuada es aquella que se realiza de la forma precisa, buscando el momento, el lugar y la forma oportunas. No se trata de esforzarse de más, ni de trabajar sin descanso, sino de aprender a apreciar el punto exacto para la actividad.

Para reconocer cuál es este punto en el que convergen las circunstancias que motivan la acción adecuada, puedes seguir estas premisas, querido lector.

- Eres plenamente capaz de convertir tus pensamientos, proyectos e ideas en una realidad física.
- El momento para efectuar la acción adecuada, aparecerá frente a ti si has nutrido bien las raíces de tu árbol del dinero.
- El universo entero te ayuda a reconocer la acción adecuada, porque desea que tengas el éxito que tus creencias expansivas están creando para ti.
- La acción adecuada no es algo difícil, ni penoso, sino todo lo contrario.
- Puedes entender la acción adecuada como las oportunidades que aparecen frente a ti, o las que tú mismo has potenciado, en el mundo físico.
- Eres plenamente capaz de efectuar las acciones que hagan falta para ver realizada tu idea.

- El resultado será siempre positivo.
- La acción adecuada no es una mera actividad, sino que es una actividad consciente y fundamentada.
- La acción adecuada es el resultado de tu creatividad, tu perspicacia y tu percepción.
- Tu agudeza mental, tus capacidades, y tus conocimientos darán rienda suelta a la energía de tus creencias expansivas, generando el resultado que buscas en el mundo.
- Para detectar la acción adecuada, confía en tu intuición y no la traiciones.

Enfoque: El tronco de nuestro árbol del dinero se debe conformar organizadamente. Para que crezca fuerte y sano, necesita que sus fibras se unan y se afiancen entre ellas, formando una estructura poderosa. Si cada fibra se desconcha, o se convierte en una rama independiente, el tronco resultante será frágil y vulnerable al viento, lluvia, granizo, y demás inclemencias climáticas.

Es por esto que, si deseamos conseguir los frutos del dinero, habremos de crear un tronco organizado y estable, ajeno a la dispersión y al caos. También la acción adecuada se beneficiará de esta estabilidad.

Veamos algunas premisas que deberías entender;

- El caos es una dispersión de tus energías que no beneficiará a la consecución de tu éxito.
- El enfoque es la organización de tus ideas, y tu inspiración creativa.
- El enfoque es una suerte de canalización de todas tus energías, tanto físicas como mentales, hacia la consecución de un objetivo. En este caso, el de la riqueza. Si dicha canalización está bien conformada, el universo entero participará en la ecuación, potenciando y asegurando el efecto que deseas lograr.
- En enfoque actúa mediante tu intención, y mediante tu acción. Si ambas no confluyen, el enfoque no estará bien canalizado.
- El enfoque permite la manifestación.
- La riqueza se manifestará con mayor facilidad si existe una focalización consciente. La organización consciente de las herramientas a tu disposición y de los objetivos que mantienes en tu

mente, crearán una ventana hacia la realización práctica y efectiva de tus proyectos.

- La acción adecuada surgirá con mayor espontaneidad en el seno de una mente organizada.
- Concéntrate en tus objetivos y en las posibilidades a un nivel mental y energético.
- Concentra tus esfuerzos en las acciones que favorezcan y permitan dichos objetivos, sin dispersarte.
- No permitas que pensamientos y elucubraciones tóxicas nublen tu visión o tus proyectos. Utiliza el enfoque para desecharlos.
- El enfoque te permitirá salir de la bruma de la inacción.

Herramientas: El árbol del dinero requiere ser cuidado por manos expertas. Un jardinero competente que se ocupe de vigilar que no le asolen las plagas, de retirar las malas hierbas que constriñen su estrato, y de asegurarse que crezca convenientemente.

En este caso, dicho jardinero eres tú mismo, y para podar las ramas marchitas y acabar con las plagas del árbol del dinero, deberás poseer buenas herramientas.

Las herramientas que necesitarás se encuentran a tu alrededor, en todas partes. No hace ninguna falta que las traigas previamente contigo, sino más bien que aprendas a hacerte con aquellas que te sean más precisas en cada momento. Dominando este talento, el árbol del dinero tendrá a su mejor jardinero, y podrá crecer sano y exuberante.

Las herramientas que necesitarás para darle al árbol del dinero lo que necesita, se basan principalmente en los conocimientos que poco a poco, irás descubriendo que necesitas.

Veamos cómo puedes enfocar este punto.

- Los conocimientos necesarios para hacer crecer tus ingresos están a tu alrededor, en todas partes.
- Nadie nace aprendido, pero todo el mundo goza de idénticas oportunidades para buscar el aprendizaje que le interesa.

- Tus ideas, planes y proyectos, se verán catapultados al éxito cuando aprendas a identificar los conocimientos que necesitas para llevarlos a cabo.
- Eres completamente autónomo para adquirir conocimientos y herramientas prácticas que te ayuden a ello.
- Tu educación previa y títulos no tienen ninguna importancia en cuanto a esto.
- La voluntad y el enfoque serán tus mejores aliados a la hora de buscar los conocimientos que necesitas.
- El conocimiento es global, hoy más que nunca. La gran mayoría de él, es hasta gratis en la red.
- Utiliza la prueba y el error. Nada enseña más que el error.
- Te sobra inteligencia para adquirir conocimientos, técnicas y saberes.
- La diferencia entre poseer los conocimientos adecuados y no hacerlo, puede ser la clave para tu éxito.
- La mayoría de los ricos no son especialmente listos ni sabios, sino que aprendieron justo lo que necesitaban, cuando lo necesitaban.
- La unión de la autoestima, la capacidad, la decisión, el optimismo, el enfoque, las herramientas (conocimientos y técnicas), y la acción adecuada crearán una energía imparable enfocada al éxito.
- El universo te apoya siempre que focalices tus energías en cumplir tus metas. La energía de la manifestación desea que tengas éxito.
- El universo quiere que seas abundante, y pondrá cerca de ti todos los conocimientos necesarios para que lo consigas.
- Identifica tus mejores herramientas y no dudes en usarlas.
- Aléjate de la procrastinación haciendo de tu proyecto una aventura divertida.
- Disfruta del camino. La sintonización con la energía de la riqueza y la abundancia se realiza mediante el disfrute.

LOS FRUTOS

La cúspide del árbol del dinero son sus frescas hojas, verdes como una esmeralda tallada, sus flores hermosas que nacen en la primavera y despliegan aromas a tierra, a viento y a vida, y por supuesto, sus exuberantes y jugosos frutos, listos para ser recogidos.

Si hemos dado a nuestro particular árbol del dinero cada nutriente y cuidado necesario, nos deleitaremos con el producto de su abundancia. Cuando mejor hayamos cumplido cada uno de los requerimientos anteriores, más piezas de fruta caerán en nuestras manos, y más cestas podremos llenar en la recolección.

Además, si lo hemos hecho todo de la mejor de las maneras, y persistimos en darle cuidados cada día, el árbol nunca dejará de manar abundancia, pues tras la recolección, comenzará a generar más y más frutos.

Ingresos, dinero, fortuna, todos ellos están listos para ser plantados, cuidados y finalmente recolectados en nuestro árbol del dinero.

Como puedes ver, mi amado lector, ahora sabes que posees un árbol dentro de ti que sí regala dinero. El dinero puede crecer en los árboles, efectivamente, y lo acabamos de demostrar. Si lo que ansías es riqueza y fortuna, nunca te olvides de cuidar tu árbol del dinero. Después de todo, si tú mismo no lo riegas, lo fertilizas, lo podas y lo proteges, nadie lo hará.

Recuerda siempre:

- Los frutos del árbol del dinero son los ingresos, la riqueza y la fortuna.
- Los frutos crecerán más o menos grandes y jugosos dependiendo del mimo que hayas dado al árbol entero.
- La cantidad de frutos que aparezcan, se incrementará cuanto más tiempo de cuidados ofrezcas al árbol.
- Si tú cuidas tu árbol, el ecosistema entero te ayudará a que prospere.
- La energía con la que trabajes en tu árbol del dinero habrá de estar siempre en sintonía con la energía de la abundancia. Asegúrate de ello en cada paso.
- Trata los frutos obtenidos del árbol del dinero con respeto. La energía de la abundancia no sintoniza bien con una utilización negativa de sus frutos.

El dinero como energía

Entendemos el dinero como algo físico y muy directo de nuestra vida diaria. Lo reconocemos en las monedas, en el papel de los billetes, y lo podemos acumular bajo la almohada si así lo queremos. Pero que el dinero sea una realidad perceptible y tangible no quiere decir que sea una realidad física. Las monedas y los billetes lo son. Los objetos que podemos adquirir con ellos también lo son. El dinero no lo es.

El dinero como tal no es una realidad física. Es una idea, es un concepto. De hecho, se trata de la abstracción más consensuada y creída de la historia.

El valor que posee es un valor otorgado por el acuerdo de miles de millones de personas, que decidieron aceptar que poseía tal valor. Ej. Un billete de 500 euros posee mucho valor, pero si nos atenemos a lo que es, encontraremos que básicamente se trata de una pequeña hoja de papel con números pintados. Su valor físico es nulo, mientras que su valor acordado es alto.

Esto lo podemos ver también en los apuntes en cuenta. En este caso, ya no existe ni siquiera un soporte físico que lo avale. El dinero acumulado en una cuenta bancaria, o el que se encuentra navegando en fondos de inversiones, carteras de valores y tantos otros productos económicos, no es más que un número en una pantalla. Si a ese número le añadiésemos cuatro ceros, seríamos quizás millonarios. Si de repente se borrasen los datos, no tendríamos nada. Nuestra realidad es tan ilusoria como esa.

El dinero, por tanto, es una ilusión compartida. Es la ilusión del orden dentro del caos, es un acuerdo multitudinario para aceptar unas reglas de cambio. Su impacto, sin embargo, es más que real en nuestras vidas.

Pero si el dinero no es algo físico, ¿entonces qué es?

El dinero es energía. Todo en nuestro universo es energía, y el dinero, que además es un concepto, no iba a ser menos.

Desde el mismo momento en el que la psique humana elabora un concepto en el que cree, este pensamiento se proyecta al universo, y se convierte en energía. Y si, como en el caso del dinero, esta creencia se

comparte con la totalidad de los humanos de un planeta, siete mil millones de almas humanas dándole poder a esta creencia a la vez, y de forma mantenida, la energía resultante será poderosa. En términos científicos, podríamos decir que se trata de otra de las cuerdas tejidas en el entramado del universo.

Y que el dinero sea una energía, posee muchas connotaciones que cualquier persona que ansíe la riqueza y prosperidad económica debería tener presente.

Como toda energía de nuestro universo, la del dinero puede ser atraída o rechazada, dependiendo de los factores que empleemos. Cuando atraemos la energía del dinero hacia nosotros, decimos que estamos sintonizando con ella.

Para sintonizar con la energía del dinero, es necesario que nos encontremos alineados con dicha energía, o lo que es lo mismo, es necesario que nuestros pensamientos, creencias y acciones sean las acordes a la energía del dinero.

Cuando nuestros pensamientos y creencias muestran las características concordantes con la energía del dinero, decimos que estamos vibrando en concordancia con él, o sintonizando en su misma frecuencia. Al sintonizar en la misma frecuencia, la energía del dinero se verá atraída por nosotros, y de la misma forma, nosotros nos veremos atraídos por la energía del dinero. Si el lector avisado ha leído algo acerca de la ley de la atracción, entenderá aquí a qué me estoy refiriendo.

La consecuencia es que, al emitir pensamientos, creencias y acciones en sintonía con la energía del dinero, manifestamos la realización de ese dinero en nuestras vidas. Si pensamos y nos sentimos prósperos, si actuamos con prosperidad, atraeremos la prosperidad.

Este es un hecho muy a tener en cuenta, pues muchas veces sucede que aun haciendo todas las cosas que se supone que debemos hacer para conseguir dinero, no lo logramos. Al no lograrlo, generamos frustración, y esa misma frustración nos aleja de la energía del dinero.

Para que lo entendamos de forma sencilla, lo primero que debemos saber, es que la energía del dinero es una energía vibrante. Al pertenecer a la energía de la abundancia, se nutre de ésta y asume muchas de sus características. Es dinámica, es renovable, y totalmente positiva. Esto quiere decir que cualquier aproximación a la energía del dinero desde la negatividad, producirá un automático rechazo.

A lo largo del capítulo ya hemos visto las maneras de aproximarnos al dinero, y los requerimientos que nuestro árbol del dinero necesita para florecer y producir riqueza. Todos estos conceptos se engloban dentro de las características de la energía del dinero, y hemos enfatizado tanto en cada uno de ellos, porque cuando los ejecutemos de la manera correcta, la frecuencia vibratoria que emitiremos se alineará en consonancia con la energía del dinero, y producirá el maravilloso efecto de la manifestación de riqueza en nuestras vidas.

Tiene sentido, ¿verdad? Si vamos por la vida emitiendo pensamientos y creencias negativas, coercitivas o de escasez, todas nuestras acciones se verán reflejadas, y lo único que manifestaremos en nuestras vidas será negación, coerción y pobreza. En este caso estaremos alineándonos con la energía de la escasez.

Si, por el contrario, vivimos nuestras vidas emitiendo pensamientos positivos, de libertad, y de abundancia, todas nuestras acciones tomarán los mismos derroteros, y acabarán manifestando abundancia en todos los sentidos.

Ni más, ni menos.

Para finalizar el capítulo, vamos a examinar una lista muy genérica de pautas que puedes llevar a cabo para vibrar en sintonía con la energía del dinero y de la riqueza material.

1. **Piensa siempre en positivo** . La energía de la abundancia resuena siempre en esta frecuencia, y se aleja de la negatividad. Por el contrario, la energía de la escasez se ve atraída por las creencias negativas.

2. **Confía** . Confía en tus propias capacidades, en tu persona, y en la capacidad de la vida para darte el bienestar y la riqueza que estás buscando.
3. **Levántate por las mañanas con energía**. No comiences tu día preso del desánimo y la frustración, porque te arrastrará hacia una jornada con mucho más de todo eso.
4. **Créete merecedor** . Pero créelo de verdad. Si, interiormente no piensas que seas merecedor de dinero y fortuna, la energía del dinero escapará de ti, porque entenderá que no la deseas en tu vida. Si detectas pensamientos de este tipo, examínalos y bórralos con prontitud.
5. **Entiende el mundo de forma abundante** . Destierra las creencias de escasez, pobreza y miseria. En tu mundo, todo será abundante a partir de ahora.
6. **Avanza**. No tiene por qué ser con prisa ni de manera ansiosa. Simplemente muévete y no te estanques en tu vida. Mantente en constante movimiento.
7. **Aprende** . Nunca dejes de aprender, de buscar información y de formarte. No te olvides de que no sólo buscas dinero, sino también enriquecer tu paso por esta vida.
8. **Agradece**. Esto es extremadamente importante. Desde el punto de vista de la riqueza y la de fortuna, debes andar tu camino agradeciendo cada paso del mismo. Agradece las oportunidades y la colaboración de otras personas. Agradece a los clientes que compraron tu producto, a quienes confiaron en ti, a quienes leyeron tus libros o te ayudaron a llegar donde estás ahora. Agradece hasta los recibos de tus proveedores de servicios, pues ellos te facilitan la tarea. Agradece a tus anunciantes el hecho de darte la posibilidad de darte a conocer. Agradece a tu familia por acompañarte en tus pasos. Agradece todo lo que puedas y más, y nunca dejes de hacerlo. El agradecimiento vibra poderosamente en la frecuencia de la abundancia.
9. **Comparte**. Una mente abundante es una mente que comparte su abundancia con el mundo. Al compartir, la energía del dinero entiende que eres exuberante y rico, y manifestará mucho más de eso para ti.
10. **Disfruta**. La abundancia vibra en la frecuencia de la alegría y el disfrute más que con cualquier otra cosa. Es por esta razón que cada vez que nos sentimos felices, no dejan de pasarnos cosas maravillosas,

y cuando nos sentimos miserables, las desgracias no dejan de aparecer. En el ámbito de la riqueza y el dinero sucede lo mismo. Sucesos maravillosos nos ocurrirán en el ámbito económico si hacemos lo que hacemos con alegría y disfrute, y si mantenemos esta energía positiva dentro de nosotros.

CAPÍTULO V

El amor infinito

«El buscador anhela el amor. El sabio se transforma en amor.»

Lo nombraron Askar, el de altura inalcanzable, quizás como ironía ante la condición en la que acababa de nacer. Askar pertenecía a una familia de granjeros que proveía de trigo a la ciudad de Nínive, hermosa entre las hermosas de su tiempo.

Cierto día, mientras veía cómo su padre se afanaba, como de costumbre, en arrancar y doblegar las espigas con sus manos desnudas bajo el sol azotador, Askar decidió que no continuaría en ese estado de pobreza para siempre.

Cuando cumplió dieciocho años, comenzó a frecuentar círculos de comerciantes y a aprender sus estrategias para la venta del grano que su padre les proveía. Rápidamente se percató de que, quienes menos fortuna ganaban con la venta del trigo, eran ellos mismos, los productores y cosechadores, quedándose los caravaneros y comerciantes, los mayores beneficios de los tratos.

Comentó este hecho a su padre, Madur, quien le contestó;

—Para nuestra familia es suficiente con lo que ganamos. Nunca hemos pasado hambre, ni nos ha faltado de nada.

Askar frunció el ceño ante aquella respuesta. No se trataba tan solo de no pasar hambre. Él había caminado por los barrios pudientes de la urbe, y observado la manera en la que vivían los ricos comerciantes y sacerdotes.

Sus casas enjalbegadas y adornadas de flores, sus exquisitas y coloridas vestiduras y los adornos que portaban, anunciaban un mundo muy distinto al que él había conocido.

Askar contrajo matrimonio no mucho después de eso, con la hija de otro jornalero, una muchacha muy bella llamada Merit. Askar la amó desde el primer instante, aun cuando se trataba de un matrimonio concertado, como lo eran todos.

Cuando su primer hijo nació ese mismo verano, Askar habló a su esposa.

—Las manos de la madre de mi hijo están secas y encallecidas por el duro trabajo, y este niño crecerá en la misma miseria que ha conocido su padre.

—Los dioses nos han bendecido. Nuestro hijo y yo estamos sanos, y nos queda una vida por delante —respondió ella.

—Os conseguiré una vida mejor.

Askar intensificó sus relaciones con los comerciantes y viajeros que recorrían el desierto. Algunos de ellos transportaban telas que se vendían muy bien entre las casas nobles.

Comenzó a guardar grano para tiempos de sequía, momento en el cual lo vendía por un precio mucho mayor, obteniendo grandes beneficios. Con ellos adquirió nuevas mercancías, y comenzó a levantar un negocio floreciente con clientes de mayor estatus.

Pero su padre, entonces ya en la ancianidad, se sintió preocupado.

—Hijo mío, es cierto que ahora visto mejores ropas, y me guardan mayor respeto en los templos, pero tus precios dejan a las familias más pobres sin acceso a una mercancía tan vital como el trigo. Muchos de nuestros antiguos amigos están pasando hambre.

—Padre, no te preocupes tanto por ellos. No movieron un dedo por ti en el pasado.

—Yo te amo, Askar, y te agradezco tus esfuerzos. Pero no necesito tantos lujos.

—¿Y por qué no, padre? ¿Acaso te sentías rico mientras madre curaba tu piel ennegrecida por el sol, y vendaba tus ampollas?

—Me sentía rico porque ella estaba a mi lado. Y las ampollas dolían menos cuando esparcía los ungüentos que ella misma confeccionaba, con sus amorosas manos sobre mi espalda. Desearía ardientemente sufrir aquellas quemaduras ahora, si pudiera tenerla de nuevo a mi lado.

—A eso me refiero, padre. Madre vivió pobre y murió pobre. No permitiré que vuelva a ocurrir.

Askar redobló sus esfuerzos mientras su segundo y tercer hijo nacían y crecían, atendiendo las órdenes de su padre. Pasó de ser un jornalero, a un acaudalado comerciante, dueño de varias caravanas que operaban más allá del Tigris.

Cierto día, Merit se acercó a su esposo, apesadumbrada.

—Mi amor, tu padre se encuentra muy débil y creemos que no resistirá un mes más. ¿No puedes aplazar tu viaje para vivir con él sus últimos días?

—He tardado más de un año en conseguir una oportunidad como ésta. Si lo consigo, por fin podremos mudarnos al barrio del templo de Ishtar, a aquella casa que tanto hemos soñado. Tu poseerás una alcoba solo para ti, cortinas de seda, y todos los afeites que puedas desear. Nuestros hijos podrán recibir formación en el templo. Mi padre ya está siendo tratado por los mejores médicos que he podido pagar. Sin duda se recobrará, y vivirá con nosotros en nuestra nueva mansión.

—Temo que cuando regreses solo encuentres una tumba. Reconsidéralo, esposo mío. Ya somos más ricos de lo que nunca imaginé, y no necesito más afeites.

Pero Askar partió, y sus asuntos le mantuvieron más de dos años fuera de la ciudad. En ese tiempo incrementó más aún su fortuna, y regresó a su

casa ante la aclamación de muchos.

Cuando llegó, encontró a su esposa tejiendo, sola en casa.

—Es una bendición lo que traigo, esposa. Ven a mis brazos —dijo.

Merit corrió hacia él y lo abrazó con desesperación, rompiendo a llorar.

—Has tardado mucho, Askar —susurró ella, entre lágrimas.

—Los negocios me han mantenido muy ocupado. Vi varias oportunidades en el camino que no pude ignorar.

—Tu padre falleció poco después de irte. —Merit se apartó de él para narrarle las malas nuevas.

—Lamento escuchar eso. Le levantaré la tumba más gloriosa de Nínive, y todos le honrarán durante siglos —contestó él.

—Entonces deberás enterrar en ella también a tus hijos. Hubo una epidemia en la ciudad que afectaba a los más jóvenes. Hice cuanto pude, pero no fui capaz de evitar que la muerte los llevara. —la mujer lloraba desconsoladamente.

Askar se quedó anonadado. Ni en sus conjeturas más febriles podía haber esperado ese desenlace.

—¿No pudiste traer a los mejores curanderos? —indagó, mientras tomaba asiento, presa de total desconcierto.

—Lo hice, y les pagué todo cuanto poseía. Sin embargo, ni toda la fortuna del rey Senaquerib hubiera sido suficiente para salvarlos.

Askar se levantó furibundo y golpeó una pequeña mesa de madera que se partió en mil pedazos. Salió de su hogar y regresó a la casa de comerciantes, donde se afanó en completar sus negocios. Días después, la mansión de la que había hablado antes de irse, ya era suya, y la había acondicionado con riquezas sin igual. Cuando llevó a Merit a su alcoba, ésta no solo tenía afeites, maquillajes, ánforas llegadas desde la lejana

Atenas, y joyería digna de reyes provenientes de las llanuras de Egipto, sino que una mujer hacía una reverencia y se afanaba en colocar las sedas del sillón junto a la terraza, para que su señora se acomodase.

—No sólo poseerás riquezas a partir de ahora, y vestirás como una reina, sino que además tendrás sirvientes y un cocinero, que te eximirá de todas tus obligaciones.

Merit se sentía deslumbrada. Jamás había visto tanta belleza junta, ni había tenido acceso a tanta opulencia.

—Si no tengo que hacer ninguna tarea, amado mío, ¿A qué dedicaré mi tiempo ahora? —preguntó Merit, confusa.

—A rezar en el templo, a alternar con las damas del palacio, y a charlar de vuestras posesiones. A todo cuanto puedas desear. —respondió él, satisfecho.

—Lo que más deseo es tenerte a mi lado de nuevo —resolvió ella.

Y Merit lo tuvo en sus brazos, esa noche y muchas más noches, y volvió a quedar embarazada. La vida volvió a sonreír a su familia, y las constantes fiestas y deleites ayudaron a mitigar el dolor de la pérdida.

Askar hizo más y más fortuna, y como había aprendido las maneras más eficaces para multiplicar sus inversiones, acabó siendo objeto de la curiosidad del palacio. Se le concedió un cargo público y se convirtió en una persona de renombre en Nínive.

Cierto día, el rey en persona le encomendó la misión de conseguir ciertas mercancías personales para la casa real. Jamás había siquiera soñado en poseer una oportunidad así. Si cumplía bien su trabajo, podría convertirse en la mano derecha del rey, y la fortuna y la gloria no tendrían final para él, y para su casa.

Cuando se lo fue a contar a su esposa, esta se encontraba tumbada, ya muy cercana a la fecha de su parto. Su semblante estaba lívido.

—Amado esposo, sé que es un gran honor para ti, pero tu hijo nacerá pronto. Quisiera que estuvieras con nosotros cuando suceda —le respondió ella.

—Darás a luz a nuestro hijo, y éste se convertirá en ayudante del mismísimo príncipe real. No te apures, pues acabaré rápidamente este negocio y podré regresar para verle crecer, e instruirle. Tienes junto a ti a las mejores matronas, y toda la ayuda del servicio. No tendrás que ocuparte de nada.

—Yo solo te necesito a ti a mi lado, Askar, nada más. Añoro los días de la siembra, en los que corríamos entre los campos como niños, y nos amábamos. Añoro el guiso insípido que preparaba y lo mucho que lo disfrutábamos. Añoro los tiempos en los que nos juntábamos con tu padre, y él les narraba historias a los niños —sollozó Merit.

—¿Es que añoras aquella pobreza, Merit? —preguntó Askar, con el orgullo dañado.

—No, amor mío. Añoro aquella abundancia —respondió ella.

Askar se apartó de la cama, y sin dejar de observar a su esposa, se alejó. ¿Cómo podía ser tan desagradecida? Todo cuanto le había dado era fortuna y gloria, y ella echaba de menos las gachas sin sabor del jornalero.

Con resolución, partió para cumplir la tarea del rey, su más grande cometido en la vida. No pensaba fallar por ningún motivo.

Durante meses viajó por diferentes ciudades espléndidas, y fue partícipe de las mejores celebraciones. Conoció a prestamistas adinerados, a grandes comerciantes, a sacerdotes venerados, y a todos ellos les contó acerca de su maravillosa casa en Nínive, junto al templo de Ishtar, y sobre su bella esposa, que a esas alturas ya habría dado a luz a un fuerte heredero. Todos brindaban con él, y mientras tanto, sus sacas se enriquecían más y más.

Regresó al hogar en la temporada de la cosecha. El rey le recibió y alabó su trabajo, y le concedió un rango aún mayor, con acceso permanente a palacio.

Henchido del mayor orgullo que jamás había sentido, hizo que varios sirvientes acarrearán baúles repletos de joyas, piedras preciosas, especias, telas y ropajes dignos de reyes, todos ellos regalos para su hermosa esposa, y para su hijo a quien aún no conocía.

—¡Esposa mía! ¡He regresado! ¡Sal pronto a ver los regalos que te traigo! —Gritó mientras cruzaba el umbral con entusiasmo.

Pero por la puerta apareció Lyari, la ayuda de cámara de su esposa, con la cabeza gacha.

—Mi señor —saludó ella, con voz trémula.

—¿Dónde está mi esposa, Lyari? ¿Y mi hijo? Diles que salgan sin demora —urgió Askar, mientras comenzaba a sentir una sensación de angustia en su pecho.

— Amo Askar, mi señora falleció en el parto, poco después de que os marchaseis. Vuestra hija tampoco sobrevivió —narró en un susurro sobrecogido.

Askar sintió que perdía el equilibrio y tuvo que apoyarse en una pared para no caer al suelo. Todos los sirvientes corrieron a socorrerle, pero él los apartó a base de manotazos.

— No te creo...no puedo creerte —dijo mientras apartaba a la sirvienta de un empujón y se adentraba en la casa. —¡Merit! ¡Merit, sal ya, esposa mía! ¡Te dije que regresaría y eso he hecho! ¡No me tortures más y ven a mis brazos! —gritó el hombre, con la voz trabada mientras se tambaleaba a través de los pasillos.

Llegó a la alcoba de su amada y la encontró vacía. Estaba limpia, ordenada, y repleta de objetos valiosos. Era el cuarto de una reina. Sobre

la cama, había una espiga de trigo que se mecía levemente con el viento que entraba a través de la terraza.

Askar cayó sobre sus rodillas frente al lecho y tomó aquella espiga, mientras rompía a llorar desconsoladamente.

Rodeado de más fortuna de la que un hombre hubiese podido desear, repitió las palabras que resonaban en su mente una y otra vez.

—Añoro aquella abundancia.

El amor es la manifestación sublime de nuestra experiencia de vida. Se trata de la conexión que nos une al mundo, aquello que nos perfecciona y nos devuelve la imagen de lo que somos. Si las cuerdas del universo fuesen tañidas por el arco de un violín, el amor sería la música que tocaría, la quintaesencia en tocata y fuga de las virtudes de la creación.

Nada de lo que se adquiriera o se posea valdrá gran cosa, si el amor no está presente en la vida.

Del cuento de Askar podemos sacar algunas valiosas reflexiones, útiles para la vida. La primera de ellas es que no se puede vivir sin amor. Askar gozaba del amor de sus seres queridos, a quienes no les importaba su condición. Por ello se sentía arropado y guarecido, pudiendo dar rienda suelta a sus sueños de fama y riqueza. Dichos sueños eran buenos, y su intención siempre fue llevar la abundancia económica a su familia. Sin embargo, Askar no alineó sus expectativas de manera correcta con la vida, y le dio un valor exagerado a las posesiones materiales, engrandeciendo de tal manera sus virtudes, que colapsaban y ocultaban cualquier otra virtud que poseía. Askar creía que la única manera en la que él y su familia serían felices, era si lograba medrar socialmente por medio de fortuna y gloria. De modo que se olvidó de valorar la enorme dicha que ya poseía.

La segunda reflexión que podríamos sacar de esta historia, es la de la extrema relevancia de agradecer y reconocer el amor en nuestras vidas. Como el amor que recibimos es algo pasivo, mantenido y cotidiano, nos

puede parecer que carece de valor real, y es solo cuando lo perdemos (como le pasó a Askar), cuando nos damos cuenta de que en realidad lo significaba todo.

La tercera reflexión es una unión de las dos anteriores. Si buscamos la abundancia sin nutrir cada uno de sus aspectos, exagerando algunos de ellos y relegando a otros al olvido, jamás llegaremos a poseer una abundancia real. Podremos ser ricos, podremos ser prestigiosos, pero no abundantes. Si, en lugar de eso, potenciamos cada uno de los aspectos de la abundancia y lo hacemos brillar, encontraremos un equilibrio que nos conduzca a la auténtica abundancia, una condición de riqueza interna y externa capaz de traer la auténtica dicha a nuestras vidas. La DICHA en mayúsculas.

La satisfacción de dar

Existe una sutileza maravillosa en la actitud de dar, en la acción de entrega desinteresada a quien no es uno mismo.

Para entender esto, hay que acudir a lo más profundo de la psique humana, que ansía, por encima de todo, causar un impacto positivo en el mundo.

De hecho, numerosos estudios han confirmado que las profesiones con las que las personas se sienten más realizadas, tienen que ver con la entrega de un valor a los demás, con el soporte y la ayuda. Así, encontramos que cirujanos de urgencia, bomberos, o misioneros, se sienten tremendamente satisfechos, aun cuando sus trabajos les obligan a presenciar situaciones sumamente desagradables. Es el hecho de sentir que ayudan a los demás, de propiciar un impacto positivo en el mundo, lo que les hace sentirse tremendamente útiles y satisfechos con su labor.

La satisfacción de dar es la satisfacción de aportar, de sumar algo al mundo. Esta sensación de plenitud nace, en parte, de un deseo fundamental del ser humano de sentir que su existencia no es fútil, de tener un sentido por el cual vivir y, por otro lado, nace de su necesidad intrínseca de amar.

El amor, en sí mismo, es una conexión. La individualidad del ser humano hace que observe el mundo desde una perspectiva de actor principal en una

función que lleva representándose demasiado tiempo, a la que ha llegado tarde y que no parece prestarle la menor atención. Pese a que los demás serían, en esta representación, actores secundarios, extras y teloneros, todos ellos parecen poseer más relevancia que el artista estrella, que ha de pasar su vida bregando por hacerse oír y aun ver.

El amor ofrece, en esta perspectiva, una conexión de unión a los demás elementos de esa obra.

Queremos hacer felices a los demás, deseamos mejorar nuestro entorno y lograr que cuantas personas amamos, se sientan tranquilas y completas. Al menos, esa es la intención que nos mueve, sepamos o no, dirigir sabiamente esos objetivos.

La satisfacción de dar es un regalo en el que, perdiendo, ganamos.

De esto entienden muy bien las personas altamente sensibles, o con un alto grado de empatía. La empatía es la capacidad de ponerse en el lugar del otro, de sentir lo que está sintiendo. En cierto modo, la empatía es una comunión. No es extraño entonces comprender por qué las personas más empáticas suelen ser las más bondadosas, y en muchas ocasiones, las que más sufren por causa de las relaciones.

Pero la satisfacción de dar no se queda tan solo en un plano emocional. ¿No te has dado cuenta de que muchas de las personas más exitosas y abundantes, son también altamente generosas?

Efectivamente, este hecho se produce de forma generalizada. La generosidad y el altruismo suele ir de la mano de la abundancia. Algunos de los más exitosos empresarios, comenzaron ofreciendo de forma gratuita algunos de sus productos. Algunos de los mayores multimillonarios del planeta, no dejan de realizar donaciones sin ver mermar su fortuna.

Esto tiene una explicación bastante sencilla de entender. Como ya apuntamos, todo en el universo es energía. Energía que atrae, energía que repele. La abundancia siempre habla en el código de la plenitud. Un ente abundante es aquél que tiene mucho para ofrecer, mucho para dar al entorno que le rodea.

Cuando el universo observa que alguien tiene mucho para dar, entenderá que se trata un ser abundante, y le ofrecerá mucha más abundancia, en retribución. La atracción de la abundancia se completa en comprender que la abundancia es absoluta, que no puede mermar porque se manifieste, sino todo lo contrario. La abundancia genera más y más abundancia, y dado que en su código genético (digámoslo así) no existe la noción de que la escasez pueda darse en un universo infinito, no podrá hacer otra cosa que entregar más y más abundancia a los entes que la atraigan sobre sí.

Esto es válido para la riqueza material, pero también para el amor. Una abundancia de amor, retribuirá en más abundancia, con la particularidad de que el amor es mucho más sutil y completo que la simple riqueza. Una abundancia de amor no se traduce tan solo en una amorosa pareja, o en unos hijos o padres o amigos cálidos y cariñosos, sino que trascenderá mucho más allá. Una abundancia de amor retribuirá en una abundancia de paz, de plenitud y de entendimiento holístico.

Porque el amor no se basa únicamente en las relaciones personales, como se suele entender, sino que se trata de algo mucho más grande, mucho más elevado, una noción plena que completa el universo y la existencia en su totalidad.

Dar

- Es entregar, es ofrecer lo que se tiene para la mejora del ente al que se le ofrece, ya sea una persona, ya una comunidad, un entorno, o el mismo mundo.
- Es un acto de entrega completo, que se perfecciona en aumentar la cualidad de su objetivo, y no en la retribución.
- Es un concepto que resuena en la frecuencia de la abundancia. Sólo aquél que es abundante o que se siente abundante, es capaz de dar lo que posee, pues sabe que en realidad no lo pierde, sino que lo mejora.
- No se trata de un asunto de cantidad, sino de calidad.
- La abundancia llama a la abundancia, y aquél que es capaz de dar, atraerá para sí mucha más abundancia, aun cuando este no fuese su objetivo.
- En el amor, la satisfacción de dar, de entregar y entregarse, se perfecciona.

- La satisfacción de dar estriba en sentir que nuestra acción mejora positivamente el mundo.

Con esto no quiero decir que haya que empezar a soltar alegremente dinero, posesiones, amor y esfuerzo en todas las direcciones, para ser abundante. ¡No! Eso sería una locura. Lo que debe entenderse es el hecho de que la abundancia resuena en consonancia con los actos que generan una abundancia al mundo. Realizar nuestros actos, empresas, y relaciones, con el objetivo de ofrecer lo mejor de nosotros mismos, de entregar nuestra dedicación, nuestro esfuerzo, nuestros dones y talentos, y nuestros ánimos en mejorar algo, o a alguien, se transformará en un acto de renovación en plena consonancia con la abundancia.

Al dar, recibimos exponencialmente, por el simple hecho de que, aunque no lo sepamos todavía, todos somos una unidad. Todo es una unidad. Por mucho que nos sintamos independientes, todo hecho que nos acerque a la unión con los demás y con lo que es ajeno a nosotros, nos completará enormemente, pues estaremos regresando, sin saberlo siquiera, a nuestra condición natural. La abundancia lo sabe, y actúa en consecuencia.

Amor y abundancia

Tratar de entender la abundancia en su sentido completo sin atender al amor, es como tratar de ver la belleza de la vida con una venda sobre los ojos.

Abundancia es amor, y amor es abundancia. Pero la perfección del amor no se da simplemente por amar a muchas personas, ni porque muchas personas le amen a uno. El amor es un elemento de conexión, es la amalgama sobre la que se pegan las memorias, circunstancias y experiencias, en el transcurso de la vida.

Nada que se haga sin amor llegará muy lejos. Nada que se viva sin amor tendrá demasiada relevancia ni repercusión. Nada que se piense sin amor, generará emociones positivas y fructíferas. ¿Puede parecer algo confuso? No lo es. Veamos algunos ejemplos que pueden arrojar luz sobre esto.

- Un libro escrito sin amor, no poseerá la capacidad de llegar al corazón de las personas.
- Un trabajo que se ejecuta sin amor, pronto deviene aburrido, tedioso y molesto.
- Un matrimonio sin amor es un campo de batalla silenciosa que se lucha todos los días.
- Una amistad sin amor es mero entretenimiento circunstancial.
- Una familia sin amor es algo parecido a un infierno.
- Un viaje realizado sin amor, es simple movimiento en el espacio.
- Sentarse a comer sin amor, hará que la comida sea insípida y que no siente bien.
- Aprender un nuevo conocimiento sin amor, hará que el aprendizaje sea tan insoportable como inútil.
- Un regalo que se entrega sin amor, no es más que una transacción.
- Una pieza musical creada sin amor, adolecerá de espíritu y de trascendencia.
- Contemplar la naturaleza sin amor, es como verla en blanco y negro, sin sonidos ni olores.
- Un paseo por el parque que se da sin amor, es simple ejercicio.
- Una percepción sobre la vida sin amor, reflejará una imagen de ésta triste, solitaria y hostil.
- Una vida sin amor es poco más que un remedo de vida.

El amor hace surgir la magia, el color, la vida, el entusiasmo, la esperanza, la energía y el espíritu de cada experiencia vital. Cuando nos perdemos en ensoñaciones, es el amor quien nos transporta. Cuando nos sumergimos en una novela trepidante, es el amor el que crea la conexión con la fantasía. Cuando bailamos libres, es el amor el que nos libera.

Sin duda todos lo hemos notado. Cada cosa a la que le hemos puesto amor, ha florecido. No es lo mismo cocinar con amor, que hacerlo por obligación. No es lo mismo trabajar con amor que trabajar por imposición. No es lo mismo ayudar a un ser querido por amor, que hacerlo porque no queda otro remedio. Los resultados de ejecutar nuestras experiencias y acciones, revestidos o no de amor, son diametralmente distintos.

Todo aquello que hacemos con amor, posee la capacidad intrínseca de lograr los propósitos de la abundancia. Por contra, todo lo que realizamos sin amor, nace moribundo.

La abundancia se nutre del amor, y el amor existe en la abundancia. Son ambos, abundancia y amor, una pareja infinita e inmortal que necesita caminar de la mano.

Es por ello que potenciar nuestro amor abrirá la puerta a la abundancia, y cuando ésta entre por la puerta, traerá consigo mucho más amor con el que alimentarnos.

La abundancia vibra en la misma frecuencia del amor. El amor atrae a la abundancia igual que el sol atrae a los planetas que orbitan a su alrededor. Por tanto, una persona con gran capacidad para amar, se convertirá en una persona abundante.

Amor y unidad

Cuando hablamos de amor, todo el mundo piensa en pareja, hijos y familia. Cuando decimos la expresión «Tener suerte en el amor», estamos refiriéndonos a nuestra capacidad para atraer y/o retener parejas sentimentales, y para vivir historias románticas y apasionadas de libro. Cuando las personas se lamentan por no encontrar el amor, inequívocamente están hablando de su media naranja, su compañero/a de vida.

Sin embargo, estamos equivocando el concepto, simplificando el mayor prodigio de nuestras vidas a unas cuantas situaciones concretas, y olvidando la grandeza que posee el amor y su relevancia global.

El amor nos trajo a esta vida, y el amor nos rodea completamente. Toda nuestra realidad es amor. ¿Podemos acaso abstraernos del hecho, de que el mismo universo es producto del amor? Una maravilla de tales proporciones no puede ser concebida sin amor, pues es el amor lo que une las cuerdas de la realidad. Nadie puede mirar el firmamento nocturno sin sentirse invadido por una oleada de amor reverencial, ni contemplar la fuerza desatada de la naturaleza sin notar cómo su corazón da un vuelco.

El amor es la trascendencia, es la unidad del todo. Todo lo que existe es producto del amor. Si a la energía que nos rodea le pusiéramos un nombre, ese sería Amor.

Es por ello que, ante la ausencia de amor, acude la desgracia. Todas las guerras habidas en la historia se han perpetrado por ausencia de amor y presencia de su contrario, el odio. ¿Y qué han dejado a su paso? Miseria, pobreza, escasez, hambre y violencia. Todo lo contrario a la abundancia. Y es que la abundancia se ve repelida por el odio, que solo puede atraer a la escasez.

Cuando el odio se asienta en las familias, el amor se escapa, y devienen años de escasez, en los que hermanos no se hablan con hermanos, hijos no quieren ver a sus padres, creándose una bola de miseria que irá acrecentándose con el tiempo. La abundancia correrá en dirección contraria.

Si nos fijamos, la escasez se basa siempre en la división, mientras que la abundancia se nutre de la unión. El amor es unión, unión en todos los sentidos.

El amor que buscamos para propiciar la abundancia es un amor que corra por nuestras venas, que lata cuando late nuestro corazón, que se convierta en la pupila de nuestros ojos, que transforme cada una de nuestras experiencias y acciones.

Para sintonizarnos con la abundancia, el amor debe irradiar de cada uno de nuestros poros. Debe manar como una fuente hacia todas las direcciones y en todo momento, sin discreción. Todas nuestras acciones deben ser ejecutadas con amor, y todos nuestros pensamientos deben nutrirse de amor. Al percibir el mundo, nuestras pupilas revestidas de amor, han de ser capaces de ver la magnificencia de lo que está frente a nosotros. Al tratar con los demás, nuestro corazón que late de amor, ha de ser capaz de ver a los otros desde la unión, y no desde la división. Si todo esto acontece, estaremos entendiendo el amor en su verdadera forma, la de la absoluta unidad.

La sincronicidad entre la abundancia y el amor

La plenitud de amor es abundancia, y la abundancia genera amor. Ambas se encuentran en plena sincronía.

Por tanto, si lo que buscamos es conseguir el amor de una pareja, amigos, familiares o relaciones, no tiene sentido cargar con esa responsabilidad a los otros, ni darles el poder de hacer o deshacer a su antojo con la propia vida.

Si lo que ansiamos es esto, lo mejor que podemos hacer es potenciar el amor genuino en nosotros mismos, de la manera en la que hemos apuntado anteriormente. Dotados de estas capacidades de amor, la realidad no tendrá otro remedio que devolvernos la cantidad de amor ofrecida de forma exponencial. Esto sucede por la sincronía entre amor y abundancia.

Si es abundancia de amor lo que deseamos, la solución es sencilla. Debemos insuflarnos de amor genuino y transformar nuestra vida en torno a él. De forma natural, personas y eventos se verán atraídos inevitablemente hacia nosotros, pues la luz con la que brillaremos no les dejará otra opción. El amor atrae el amor.

Si buscamos abundancia genuina, habremos de entender bien cómo se sincroniza ésta con el amor. El éxito y la abundancia económica llegará con mayor facilidad si las acciones que ejecutemos, el trabajo, empresa o proyectos que hagamos son realizadas con amor. Amor a lo que creemos. Amor en lo que creemos. Si actuamos de esta manera, estaremos aprovechando esta sincronidad y creando abundancia.

Sea cual sea el desenlace que ansiamos, debemos tener siempre presente la sincronidad de las fuerzas que nos rodean, cómo trabajan y cómo se relacionan, para no dejar de atender ninguno de los puntos que conducen a la abundancia.

Tengámoslo siempre presente:

- La abundancia se encuentra en sincronía con el amor.
- El amor es una cualidad sutil que une todas las fuerzas del universo.
- La gratificación de dar manifiesta el amor y, por tanto, la abundancia.
- El amor es siempre unidad y nunca división.

- Todo aquello que hacemos con amor, posee la capacidad intrínseca de lograr los propósitos de la abundancia. Por contra, todo lo que realizamos sin amor, nace moribundo.
- El amor que buscamos para propiciar la abundancia es un amor que corra por nuestras venas, que lata cuando late nuestro corazón, que se convierta en la pupila de nuestros ojos, que transforme cada una de nuestras experiencias y acciones.
- Si buscamos el amor de los demás, no debemos cargar a éstos con la responsabilidad de proporcionárnoslo, sino que habremos de ser nosotros quienes entreguemos amor en cada una de nuestras experiencias, acciones y pensamientos. Los demás se verán inevitablemente atraídos hacia nosotros.
- Si buscamos la abundancia plena, debemos entender la sincronía con la que trabajan las poderosas fuerzas de la existencia. Amor, abundancia y positividad son fuerzas que interactúan y se retroalimentan unas a otras.
- El buscador anhela el amor. El sabio se transforma en amor.

CAPÍTULO VI

La aventura de la experiencia

Abigaíl se encontraba mirando la pantalla de su ordenador de trabajo. Si entornaba la vista, los datos de las celdas del Excel se arremolinaban formando un dibujo. ¿Parecía un conejo? No, más bien era un ratón.

—Pareces estar en Babia. ¿Sabes que el informe tiene que estar hecho para hoy? —La sobresaltó la voz de su jefe, con su habitual tono anodino.

—Sí, lo sé muy bien. Estoy trabajando en ello —respondió ella, mientras regresaba a los datos de ventas.

Abigaíl había conseguido ese trabajo hacía un año, y desde entonces se pasaba ocho horas cada día traspasando datos a tablas de Excel.

Todavía recordaba el día en el que había conseguido el empleo. Ella y todos sus amigos habían salido a celebrarlo.

La joven suspiró. Había pasado muchos años estudiando, con la esperanza de conseguir un buen empleo que la hiciese feliz. Al menos, eso es lo que le había dicho todo el mundo que pasaría. Sin embargo, tras un año entero cotejando tablas frente a un ordenador, no se sentía más cerca de la plenitud que antes, y si tenía que ser fiel a la verdad, sentía que se había alejado.

Por eso, cuando Abigaíl salió de su trabajo aquella noche, cansada y aburrida a partes iguales, sintió que aquello no era suficiente. Presentó su dimisión, se dirigió a la casa de sus padres y se encerró en su cuarto, poniendo en práctica un extravagante plan.

Una semana después se encontraba en un avión, volando hacia Katmandú, tal y como había imaginado muchas veces que haría.

En su mente aún resonaban las quejas de sus padres, quienes se habían llevado las manos a la cabeza por la insensata actuación de su hija. «Tanto tiempo buscando un trabajo, y cuando consigues uno bueno, lo abandonas. ¡Con la que está cayendo!»

Si pensaba demasiado en ello, Abigail se enfadaba. No comprendía por qué todo el mundo, durante toda su vida, estaba empeñado en decirle la manera en la que tenía que vivir. Tampoco entendía de dónde salía ese fuego que ardía en su interior, llamándola para extenderse hacia la distancia, para salir a buscar experiencias. Un fuego que siempre la había convertido a ojos de los demás en ilusa, extravagante e ingenua.

Pero el avión cruzaba el cielo como un ave itinerante, dejando atrás países y continentes, y todos aquellos remedos de limitaciones, se evaporaban conforme se alejaba del lugar que la había visto nacer.

Abigaíl se adentró en las calles de Katmandú, una ciudad en la que más de un millón de habitantes se diseminaba entre los cientos de templos de la urbe. Los colores, los olores, el aspecto de la gente y sus vestimentas, todo era tan diferente, tan vibrante, que sus pesquisas prácticamente desaparecieron en los cielos límpidos del reino.

Dedicó varios días a visitar los lugares más pintorescos de las guías de viaje que llevaba, maravillándose a cada paso con lo que estaba contemplando.

Después, se dirigió hacia Pokhara, con la intención de llevar a cabo un trekking a través del valle del Annapurna.

Sentada a las orillas de Lakeside, el lugar al que iban a parar todos aquellos turistas que buscaban acercarse al Himalaya, Abigaíl sintió que por fin estaba haciendo algo auténtico. De alguna manera, las frías aguas del lago se fundían con su alma, otorgándole algún tipo de respuesta a una pregunta que todavía no había formulado.

Una voz la sacó de su trance.

—¿Has llegado hace mucho? — La mujer que había hecho la pregunta parecía toda una aventurera. Iba despeinada, pero sobradamente pertrechada de material útil para aquellas regiones. Abigaíl calculó que estaría en sus medianos cuarenta.

—Llegué ayer, y por ahora solo estoy aclimatándome. Quiero contratar una ruta de trekking que no sea muy dura.

—Ah, pues estás de suerte, porque mi grupo todavía tiene algunos huecos, y partimos mañana. Puedes ir a hablar con el representante de la agencia.

—Gracias, creo que lo haré. Me llamo Abigaíl —Se presentó ella.

—Yo soy Mara.

Las dos mujeres hicieron buenas migas rápidamente. El carácter abierto de Mara enseguida cautivó a Abigaíl, quien veía en ella, esa chispa que latía en su propio corazón. Mara le habló de sus muchos viajes, y de lugares del mundo que ella deseaba visitar.

Mientras cenaban en una tasca al aire libre bajo la luz de las estrellas más límpida y hermosa que Abigaíl recordara haber visto, la joven preguntó;

—¿Qué buscas cuando viajas? — Y sus ojos ardían esperando una respuesta.

—¿Yo? Bueno, cada uno tendrá sus razones, claro está, pero las mías son muy simples. Alcanzarme a mí misma —respondió Mara.

—Creo que puedo entenderte. A veces pienso que todo cuanto he hecho es fútil. Que mi vida es el producto de las ambiciones y esperanzas de otra persona —añadió Abigaíl.

—Hay media verdad en eso. Lo que eres ahora, que te encuentres aquí, también se debe a lo que otros hicieron por ti en el pasado. Somos una

amalgama de muchas cosas, y de ahí la dificultad de entender quiénes somos realmente.

—¿Tú has alcanzado la respuesta? —indagó, esperanzada.

—Oh, claro que no. Era más joven que tú cuando empecé a buscarla, y siempre espero que aparezca detrás de un recodo en el nuevo sendero, en la imagen de un templo en las antípodas del mundo, o en el rostro de un niño de una etnia perdida.

—Es como un fuego radiante —dijo Abigaíl, con una profunda sonrisa.

—Es como una flor en una pradera escarpada —reflexionó Mara.

Al día siguiente, el grupo de expedicionarios partió en ruta hacia las montañas desnudas del Himalaya. Cruzaron selvas enteras, en las que en temporada de lluvias las sanguijuelas abundaban, listas para caer sobre aquellos turistas de ciudad que tan fuera de su entorno se encontraban.

Más tarde el paisaje cambió, dando la bienvenida a las montañas. Dejaron atrás pueblos, lodges en el camino, mientras subían en altura, lo que hacía la marcha más y más penosa. Eran siete días hasta el campo base del Annapurna, vadeando ríos y cruzando puentes de madera que se bamboleaban.

Cuando llevaban cinco, y se encontraban descansando en uno de los pequeños puestos del campo base del Machapuchre, una mujer de rostro carismático se les acercó. Llevaba una jarra en sus manos, y varias tazas. Se sentó en la mesa con ellas, y sin pedir permiso, les acercó una taza a cada una, antes de servirles un aromático té en ella.

—Té masala. Es importante hidratarse, chicas —dijo a modo de saludo.

La mujer, que tendría sus sesenta y cinco años ya cumplidos, sonreía satisfecha y escasamente parecía adolecer del mal de altura. Abigaíl por su parte, pese a no llegar a los treinta todavía, estaba padeciendo en la subida.

— A mí ni con esas. Me duele la cabeza todo el tiempo —respondió Abigaíl.

— Eso es porque eres nueva en la montaña. No es tan sencillo lidiar con los 4000 metros, aun si eres joven. Es una cuestión de costumbre y de adaptación —explicó la mujer—. Por cierto, me llamo Sasha.

—¿Has venido muchas veces, Sasha? —Preguntó Mara, después de que ambas se hubieran presentado.

— Unas cuantas. Como existen tantos lugares en el mundo, prefiero no repetir, pero hay sitios como éste que siempre me han marcado profundamente. ¿Qué me dices de ti, Abigaíl? ¿Qué buscas en la cima del mundo? —preguntó Sasha, sonriendo.

— ¿Qué busco? — La joven se quedó callada un momento, contemplando la montaña, y ninguna de sus compañeras osó interrumpir su reflexión, aun cuando ésta se extendió varios minutos. —Contemplar el mundo, que es tan grande y vasto que una sola vida parece insuficiente para admirarlo.

—Oh, sí que lo es. Puedes caminar cada día, viajar cada noche, y apenas dormir durante todos los días de tu vida, y no llegarías a descubrir ni la mitad —sonrió Sasha.

— Tu parece que has visto mucho —añadió Abigaíl.

—Cuanto he podido, pero no se trata de cantidad, ¿sabes? Ya no viajo para coleccionar.

—Te buscas a ti misma —asintió Mara, viéndose identificada.

—Lo hacía, pero ¿sabes? Ya me encontré. —Sasha parecía convencida de sus palabras.

Mara quedó en silencio y reflexionó acerca de aquella aseveración, encontrando una nueva esperanza. Sin saber por qué, sonrió satisfecha.

—¿Qué anhelas entonces? —indagó Abigaíl, sin poder contener su curiosidad.

Sasha se rio jugosamente, con una risa contagiosa y liberadora.

—¿Yo?

Su mirada se perdió en la distancia, y las demás casi pudieron atisbar en el reflejo de sus ojos la sabiduría de sus años, la calidad de su experiencia, la intensidad de su viaje.

—La iluminación —dijo, finalmente.

La noche cayó sobre la soledad de la montaña, y dos nuevos días nacieron y murieron antes de que las tres mujeres alcanzaran su objetivo, el ansiado campo base del Annapurna.

La montaña hendía el cielo en una mañana despejada. Desde allí partirían escaladores avezados y grandes montañeros, personas que ansiaban alcanzar la cumbre, buscando secretamente su camino de revelación.

Para ellas, aquella era la cumbre, el propósito, el viaje.

Un paisaje que parecía sacado de otro mundo, que hacía que su pasado pareciese sacado de un sueño, les devolvía ecos de grandeza, de infinitud, y de calmo sosiego.

Abigaíl reparó en que sus compañeras lloraban, igual que ella, mientras contemplaban el regio valle, la magnífica montaña, el cielo inmenso. Con delicadeza, tomó sus manos entre las suyas y sintió cómo ambas la apretaban, devolviéndole el saludo, entendiendo la conexión.

—Me acabo de dar cuenta de algo importante... —susurró Abigaíl, sin desprender su mirada del horizonte.

Sus compañeras no se giraron hacia ella, pero escuchaban con atención cada una de sus palabras. El viento soplabla fresco y vigorizante, devolviendo vida a sus huesos y fuerza a sus músculos. Su espíritu se

encontraba en aquel lugar, en aquella montaña, y ahí se quedaría para siempre.

—Todas somos la misma —dijo, finalmente.

La riqueza de la experiencia vital

La abundancia se manifiesta de muchas maneras en la vida. Una de ellas es a través de la experiencia vital.

Desde que nacemos, y nuestros padres nos acompañan, instruyéndonos y enseñándonos acerca de cómo funciona el mundo, nos encontramos experimentando. El infante busca. Busca cada minuto del día. Sus incesantes preguntas, los conocidos «¿por qué?», y su tremenda inquietud y curiosidad hacia todo, nos parecen entrañables. Adoramos a los niños, en parte, porque son la representación de la animosidad, de la ingenuidad y de las ganas de conocer y aprender que nosotros mismos, de mayores, hemos olvidado.

Conforme avanzamos en cada una de las etapas de nuestra vida, experimentamos el curso de la existencia. La experiencia vital es la suma de todos los acontecimientos, vivencias, desafíos, aprendizajes y estímulos que vamos experimentando, por el mero hecho de existir.

Existe una riqueza inconmensurable en la experiencia de vida. Pensémoslo. ¿Cuántas situaciones, sean éstas casuales o intencionadas, han tenido que darse para que nosotros estemos aquí, y ahora? Innumerables.

Vamos a ver algunas:

- Un universo entero hubo de crearse, en el acontecimiento más colosal imaginable.
- Las partículas derivadas de la explosión inicial, tuvieron que viajar a velocidades inimaginables, extendiendo la red de forma infinita, durante un tiempo incalculable.
- Los cuerpos que hoy conforman el cosmos tuvieron que nacer; estrellas, planetas, cúmulos, en procesos tan dilatados en el tiempo que

apenas atisbamos a comprender.

- La Vía láctea, la galaxia en la que se encuentra nuestro modesto planeta, hubo de conformarse con la presencia de millones de estrellas, soles que, como el nuestro, iluminan millones de sistemas.
- Una enana amarilla que conocemos como Sol, tuvo que alinear una serie de planetas que orbitaran a su alrededor para conformar nuestro Sistema Solar, el vecindario en el que vivimos del universo.
- El planeta Tierra tuvo que conformarse lentamente, por la fusión y la colisión de fragmentos de rocas, los planetesimales.
- Para ganar su núcleo, la Tierra tuvo que calentarse por medio de la colisión externa, la presión de su interior y la desintegración radiactiva, provocando la fusión del hierro.
- La Tierra tuvo que enfriarse, para formar los continentes.
- Nuestro amado planeta tuvo que sufrir un sinfín de cambios antes de que la vida pudiese comenzar a prosperar, hace tres mil años aproximadamente (hay diferentes teorías y dataciones).
- Con la tercera atmósfera terrestre, los organismos pluricelulares comenzaron a proliferar, y no fue hasta hace 900 millones de años que las primeras plantas pluricelulares emergieron.
- Los primeros peces surgieron alrededor de 500 millones de años atrás, y 50 millones de años después, los primeros artrópodos colonizaron la superficie.
- Reptiles, insectos, saurios, hubieron de nacer, y extinguirse en grandes cataclismos, cada uno de los cuales, cambiaba el panorama terrestre una y otra vez.
- Consecutivas glaciaciones hubieron de asolar la Tierra.
- Un meteorito tuvo que impactar en el planeta y extinguir la vida de los grandes saurios para que los mamíferos (entre los que nos encontramos), pudiéramos tener una oportunidad evolutiva.
- Una larga evolución que comenzó hace seis millones de años hubo de seleccionar y descartar numerosas ramas de homínidos.
- El homo Sapiens (al que pertenecemos), hubo de prevalecer frente al homo Neanderthalis.
- El ser humano moderno tuvo que enfrentar numerosos cambios climáticos, glaciaciones, sequías y salir airoso como especie, durante cientos de miles de años.

- Tras el neolítico, y el levantamiento de las civilizaciones, el nacimiento de la historia de los seres humanos estuvo marcado por la guerra, las plagas y las dificultades de vida.
- Todos tus ancestros hubieron de prevalecer y sobrevivir a cada uno de los acontecimientos de la historia, antes de que tú aparecieras.
- ¿Todavía piensas que no tienes suerte de estar vivo?

No solo nuestros padres hubieron de conocerse, propiciar y mantener la decisión de que nosotros naciésemos, sino que un cúmulo de situaciones hubieron de darse, y no darse, para que esto sucediera. Una sola decisión diferente en la historia, una casualidad ligeramente distinta en la vida de alguno de nuestros antepasados, un simple paso en falso en el largo camino, hubieran hecho las cosas muy diferentes.

Pero eso no es más que la punta del iceberg. Todos los elementos del planeta Tierra, que perviven en un equilibrio medidamente perfecto, han tenido que darse y mantenerse para que cualquiera de nosotros podamos gozar de vida.

Cada sorbo nuevo de aire que respiramos, es la renovación de un prodigio que comenzó hace catorce mil millones de años. Cada paso que damos, se lo debemos a los millones de células que se pusieron de acuerdo para darnos un vehículo con el que transitar la vida. Cada minuto de nuestra vida es un tesoro muy escaso y preciado, un privilegio muy particular en un universo que no prodiga las condiciones biológicas en demasía.

Por todo esto, mi querido lector, puedes decir a ciencia cierta, que tu mera existencia es un milagro. Aunque veas que los seres humanos nos contamos por miles de millones, aunque te des cuenta de que las especies animales abundan a lo largo del planeta, piensa en la vastedad del universo conocido. Medita acerca de la posibilidad de los multiversos que la ciencia sugiere. En un escenario de magnitudes tan epopéyicas, la presencia de vida conocida (por ahora) se reduce a un pequeño planeta del sistema solar. Uno que posee una riqueza y variedad nunca igualadas. Uno en el que la vida crece sin medida. Uno entre miles de miles de millones. ¿Todavía crees que eres irrelevante?

No, no eres irrelevante. El milagro de tu existencia es un hecho que deberías tener siempre muy presente. La riqueza que posees, simplemente por existir, no se puede medir. Si a eso, además, le añadimos todos los bienes de que disfrutas, como salud, juventud, fortaleza, y todas las comodidades que ostentas en tu vida, podemos asegurar que eres un ser extremadamente afortunado.

Por esto, una de las cosas más importantes que cada uno de nosotros deberíamos percibir, es lo maravillosamente ricos, afortunados y abundantes que ya somos, por el simple hecho de estar vivos.

Cada uno de los seres humanos que habitan el planeta representan un milagro. Cada animal, insecto y ser vivo, por pequeño que sea, es un prodigio absoluto. Todo cuanto vemos, olemos, sentimos, tocamos, oímos, saboreamos y percibimos día a día, es un milagro en sí mismo. Esa es la maravilla de la experiencia de vida.

Existe una riqueza en lo que eres que supera todas aquellas ideas vagas que puedas tener acerca de fortuna y gloria. Que no seas capaz de ver esto es un problema para ti, pues es como si tomases las vacaciones de tu vida atado de manos y pies, con una venda en los ojos y caminando de espaldas. No podrías disfrutarlas mucho, ¿verdad?

Percibe. Entiende. Recuerda:

- Un universo entero tuvo que ponerse de acuerdo para crearte.
- Eres un ser extremadamente afortunado, por el mero hecho de estar vivo.
- Cada parte de ti, es un milagro.
- Tu experiencia vital es un regalo de valor incalculable.
- Cada día de tu vida es una maravilla de posibilidades infinitas.
- Todo cuanto te rodea es abundancia.
- Cada experiencia que vives debería ser una celebración.
- Tú eliges la banda sonora que amenizará tu existencia.

Una mochila de vida

Los acontecimientos que construyen nuestra vida, y nuestras experiencias a lo largo del camino, van llenando la mochila de vida que llevamos

metafóricamente a la espalda.

En este sentido, cada evento es importante, por pequeño que sea.

Cada vez que damos un paso, cada decisión que tomamos, cada persona que conocemos, cada circunstancia que nos ocurre, cada viaje que realizamos, cada obstáculo que superamos, va llenando nuestra mochila de experiencias vitales.

¿Se podría entender esto como abundancia?

Por supuesto que sí. ¿Puede haber acaso mayor abundancia en nuestras vidas, que la capacidad de experimentarlas?

Para entender lo extremadamente abundantes que somos, debemos ser capaces de percibir la grandeza que existe en este hecho, que tomamos por cotidiano y absolutamente normal.

Cada día que despertamos por la mañana, es una oportunidad más que la vida nos ofrece para experimentarla. No debemos tomar esto como algo hecho, como una costumbre, y mucho menos como un castigo.

En la vida de nuestro universo conocido, que cuenta con catorce mil millones de años de antigüedad (hasta donde la ciencia conoce), cada uno de nosotros gozará de una cantidad limitada de días para experimentar el vasto escenario que es este mundo, y para descubrir las infinitas posibilidades que ofrece. ¿Cómo podría no ser esto una suerte infinita?

En la lotería del universo, todos los que hemos llegado a nacer, hemos ganado el premio gordo. No importa lo dificultosas y penosas que puedan parecerte las cosas, porque todas ellas forman parte de esta increíble aventura que es la existencia.

Además, la mayoría de nosotros y durante la mayor parte del tiempo, experimentamos esta suerte, dotados de plenas facultades físicas y mentales. Fuertes, atléticos, inteligentes, capaces...lo tenemos absolutamente todo para triunfar en la vida. Porque la vida en sí, es un triunfo.

Lo absurdo de todo esto, es que, poseyendo unas dádivas inimaginables, vivimos ciegos a su grandeza. Sumidos en la automatización de nuestra vida social, perdidos en lo que incorrectamente consideramos grandes problemas, atareados con mil proyectos que pensamos imprescindibles, nos olvidamos de percibir y, sobre todo, de valorar, lo absolutamente abundantes y exitosos que ya somos, por el simple hecho de estar vivos, por el hecho de poder experimentar un día más.

Alguno, en este punto, dirá; ¿y qué tiene de especial levantarse una mañana más? Está bien, acepto el reto. Vamos a pensar, querido lector, en porqué somos tan afortunados por el mero hecho de estar vivos.

- Nada más abrir los ojos, acabas de descubrir que estás vivo, mientras muchos otros en la Tierra, no han superado esta noche.
- Nada más despertar, te das cuenta de que todos tus seres queridos han despertado también. Muchos en el planeta, han despertado llorando la pérdida de un ser querido.
- Sientes tu cuerpo, y notas que estás sano, fuerte, plenamente capaz para disfrutar de un nuevo día.
- Independientemente del clima que haga fuera, tú has despertado calentito en tu cómoda cama, bajo un cálido techo, en la tranquilidad de tu propia casa.
- Inmediatamente tienes acceso a comida fresca, a un café recién hecho, o a un aromático té que puedes disfrutar mientras lees el periódico digital.
- Hoy es una vida diferenciada de todas las demás, pues cada día es vida nueva. Tú puedes decidir qué vas a hacer con este nuevo día, con esta nueva oportunidad.
- Te das cuenta de que eres una persona libre, con la capacidad de moverte, viajar, o hacer lo que quieras con tus horas, sin que nadie te obligue. Muchos en la historia han nacido en la esclavitud. Muchos han despertado en una cárcel, o en un hospital, pero tú no.
- Aun si has despertado en una cárcel o en un hospital, sigues siendo plenamente dichoso y afortunado de estar vivo. ¡Quién sabe qué aventuras vivirás hoy!
- Sales a la calle, y sientes que tus ojos pueden ver, contemplar y admirar la maravilla que te rodea.

- Tus oídos pueden oír, escuchar conversaciones, deleitarse con la música de este artista callejero, o de la radio del bar.
- Tus piernas te sostienen y te permiten caminar por la calle, hacia el metro, hacia tu coche, hacia el tren o hacia el avión.
- Tu sentido del olfato te trae aromas de todo tipo; los bollos recién sacados del horno de la pastelería de la esquina, el perfume de las flores del parque, el olor a tierra mojada de la lluvia de anoche...
- Tus dedos acarician el árbol que tocas en el parque, y notas cómo te devuelven las rugosidades de su superficie. Puedes sentir esa caricia de la persona a la que amas. Puedes notar la brisa fresca de la mañana.
- Puedes saborear ese sándwich que acabas de comprar, y sentir los jugos dulces del melocotón en tu boca mientras almuerzas. Un sentido del gusto perfecto, te habilita para disfrutar una y otra vez, de los platos que más te gustan.
- Aun si tienes algún impedimento en alguno de tus sentidos, posees los demás y los puedes disfrutar incluso en mayor medida, pues tu percepción sobre ellos es mayor.
- Tu teléfono móvil está lleno de mensajes, memes, comentarios y likes. ¡Cuántas personas se encuentran en tu círculo de relaciones!
- Puedes ir al encuentro de cualquier ser querido para ti, quedar con tus amigos, con tu pareja, ver a tus hijos, a tus padres...y compartir tiempo de calidad con cualquiera de ellos.
- El camino bajo tus pies se encuentra siempre, absolutamente siempre, sometido a tus deseos. Tú decides en cada momento hacia donde te llevarán tus botas. La estación sigue donde la recuerdas, el aeropuerto se mantiene en plena efervescencia, listo para recibirte, si así lo quieres.
- Te das cuenta de que eres dueño de tu destino, si así lo deseas.
- Tú puedes decidir cómo ser hoy. Puedes seguir siendo como hasta ahora, o puedes elegir convertirte en algo completamente distinto. Es tu derecho, tu privilegio y tu gran fortuna.
- Te das cuenta de que posees una mente lúcida e inteligente. Puedes pensar, puedes percibir, puedes razonar, leer, escribir, estudiar, filosofar... Tu mente es tuya, y se encuentra a tu disposición como un enorme regalo.
- La gran maravilla de la creación se extiende ante tus ojos para que puedas observarla y sentirla a tu antojo. El inmenso cielo, el glorioso

sol, los pájaros que vuelan libres, la fuerza creadora de la tierra que emerge en poderosos árboles de profundas raíces. Todo el espectáculo del universo se alza ante ti para tu disfrute y regocijo. Cada día. Cada hora. Cada minuto.

- Te das cuenta de que vives en paz. Durante toda la historia se han sucedido guerras y desastres, pero tú puedes vivir en paz, desarrollarte en paz, sin sufrir las desgracias de un conflicto.
- Tu vida cotidiana se desarrolla en un país rico, en el que el hambre y las necesidades más acuciantes han sido solventadas. Tienes a tu alcance bienes y servicios que poca gente en la historia ha tenido.
- Puedes dedicar una parte de tu tiempo simplemente a divertirte. Hobbies, aventura, cine, teatro, eventos...una pluralidad de divertimentos se encuentra siempre a tu disposición y alcance.
- Con tu presencia, influyes directamente en tu entorno, y puedes hacer de este mundo, un mundo mejor.
- Cada nuevo día es una aventura en ciernes. Te das cuenta de lo emocionante que es no saber a ciencia cierta lo que pasará hoy, o mañana. Esa incertidumbre que la vida otorga, esa esperanza innata que provee la vida de magia, está siempre presente.
- Durante toda tu vida, has tenido a gente que te ha cuidado, protegido, y para la que has sido lo más importante. Entiendes que esto es un enorme privilegio.

Y estas son tan solo algunas de los millones de razones que podemos encontrar. La abundancia es la base de nuestra existencia, y rodea todo cuanto somos, por mucho que no queramos, o no sepamos verla.

Por tanto, en nuestra mochila de vida tan solo cabe la abundancia. Se trata de una mochila infinita que, por mucho que llenemos, no conoce fin. Sucede que al ir guardando en ella cosas, nuestra abundancia se expande, se enriquece y se amplía. Cuanto más atesoremos, más abundantes seremos. Plenos de una abundancia genuina.

La experiencia vital es un viaje maravilloso a lo largo de nuestra vida. En ella encontraremos amores, desamores, logros, pérdidas, aventuras, viajes, contratiempos, golpes de suerte, y un sinnúmero de eventos que irán configurando nuestro camino.

Es importante reconocer el valor de cada una de estas experiencias, saber agradecerlas, y lograr que cada una de ellas, incluso aquellas que no nos resulten agradables, sean enriquecedoras. Estas últimas, de hecho, pueden convertirse en nuestros mayores regalos.

A la vez que reconocemos su valor, podemos hacer que nuestra vida sea más rica, plena y satisfactoria, buscando nuestro propio camino.

Para algunos, el camino será el de la serenidad interior, el de la calma y la introspección.

Para otros, tendrá más que ver con prodigar amor y cariño a quienes les rodean, de forma familiar y amorosa. Para otros consistirá en una búsqueda incesante de experiencias, aventuras, y por qué no, peligros.

Cada persona realiza su propio viaje interior, revelando aquello que fortalece y hace germinar su existencia. El viaje no es el mismo para todos, y cada cual lo llevará a cabo de la manera que más resuene con su ser. No hay una norma, no hay reglas tasadas, sino tan solo una libertad absoluta. Y es en esta libertad donde podemos hacer nacer nuestra abundancia de vida. Es donde podemos enriquecernos plenamente.

Llenar la mochila de vida es el gran privilegio que posees.

¿Y de qué puedes llenar la mochila?

1. De tus memorias y recuerdos.
2. De tus vivencias, experiencias por las que has ido pasando a lo largo del tiempo.
3. Del aprendizaje que has ido adquiriendo.
4. De nuevas experiencias, nuevos retos.
5. De magníficos viajes a lugares que desconocías.
6. De maravillosas relaciones humanas; desde una pequeña charla, a una compañía de vida.
7. De la abundancia misma del mundo.

La abundancia de los momentos simples y perfectos

A veces buscamos la abundancia en grandes objetos, en experiencias portentosas, y en grandilocuentes ideas y proyectos. Sin embargo, la abundancia se encuentra en lo más simple. En lo más cotidiano.

Dado que la abundancia es un concepto, una visión, y una forma de vida, no puede relativizarse en objetos diferenciados. La Abundancia, con mayúsculas, es el todo, y el todo nos rodea constantemente, sin dejar ni un solo resquicio de duda.

La Abundancia se encuentra en la unicidad. Cuando nos encontramos en una situación de dualidad, que es la manera más habitual de vivir, nos sentimos constantemente separados de la fuente de abundancia genuina. El desear y anhelar se completa en la manifestación de la carencia. La dualidad necesita del querer y del tener contrapuestos para existir. Navegamos siempre en el océano de la incertidumbre, queriendo arribar a las costas del éxito, sin saber que las mismas olas nos lo impiden.

La dualidad se manifiesta efectivamente en la carencia, pues es cuando separamos nuestro «yo», de la abundancia genuina de la creación que nos rodea, cuando nos volvemos pobres y escasos. Nosotros mismos hemos cortado nuestra conexión con la abundancia genuina del todo, y ni siquiera nos damos cuenta.

Por lo tanto, regresar a la abundancia es restaurar la conexión con todo cuanto nos rodea. La unicidad es abundancia, pues la existencia misma es abundancia ilimitada.

Los momentos simples son plenamente abundantes para una persona que ha comprendido que todo cuanto le rodea es ella misma, y por tanto todo le pertenece, a la vez que ella pertenece al todo.

Del mismo modo, la naturaleza de la existencia se sincroniza con quienes son partes de esta abundancia, haciendo germinar en sus vidas, las cotidianidades de esta abundancia (fortuna, riqueza, bienes, amor etc.)

Busca la maravilla que pervive en los momentos más simples y cotidianos de tu vida, querido lector. Valóralos pues encierran en sí mismos, toda la riqueza del mundo.

CAPÍTULO VII

Elige tu propio mundo

Narayan se dirigía a sus clases matutinas en el Instituto de Gestión de Nueva Delhi cuando volvió a ver a aquel mendigo.

De alguna manera, el tipo le ponía nervioso. Lo cual resultaba del todo absurdo, dada la situación del pobre hombre. Era poco más que huesos, piel y barbas desaliñadas, y vestía un taparrabos que apenas cubría sus vergüenzas. A sus pies, algunas personas dejaban cuencos con comida al pasar, junto con reverencias.

Narayan tenía un sueño. Diplomarse en su carrera económica, y ser capaz de abrir su propia empresa. Sus padres habían elaborado este sueño para él durante toda su vida, y estaba completamente de acuerdo. ¿Cómo iba a no estarlo? Cualquier sacrificio era poco para no acabar como ese mendigo.

El hombre no le miraba, no le prestaba atención, aun cuando Narayan pasara minutos enteros escrutándole. ¿Por qué demonios tenía esa expresión de satisfacción siempre viva en su rostro? No tenía sentido.

Trató de zafarse de esos pensamientos y se dirigió a sus clases. Debía prestar muchísima atención, pues la competencia a su alrededor era feroz. Pasaba casi todo el día estudiando, y pronto debería empezar a buscar empresas posibles para enviar sus candidaturas. Sus padres siempre le decían que el mundo era un lugar difícil, y que solo por medio de una implacable voluntad, lograría ser mejor que sus competidores. De alguna manera, Narayan se sentía como esos gladiadores de las películas de

romanos, saliendo una y otra vez a la arena del circo para derrotar a sus rivales y reclamar la fama del pueblo. No es que se quejase, era una situación trepidante y estimulante.

Imaginaba todo lo que haría una vez consiguiese el trabajo deseado, con su sueldo portentoso. Quizás viajaría, encontraría una buena esposa, criaría una familia y compraría la casa de sus sueños. ¿Era posible que, con un simple paso, toda su vida anhelada surgiese espontáneamente frente a él? Sin duda debía serlo, y por eso era por lo que luchaba.

Amaneció el día de uno de sus exámenes más cruciales. Llevaba tanto tiempo preparándolo, que no podía fracasar. Cuando se dirigía a la facultad, se encontró a aquel mendigo en su sitio de siempre, meditando y rodeado de flores que la gente iba dejando a sus pies. Su expresión de serenidad y placidez hizo nacer la envidia dentro del corazón de Narayan que, a esas alturas ya sufría un ataque de ansiedad.

Cuando salió de su prueba se encontraba exhausto y derrotado. Pese a todo su esfuerzo, no había sido capaz de solucionar varios de los problemas de su examen. Suspende significaría para él, pasar otro año más de estudiante, con todas las repercusiones que ello conllevaba. Tremendamente abatido, vagabundó fuera de su escuela y fue a dar de nuevo con el mendigo, que ya no meditaba, sino que contemplaba algunas flores que le habían dejado. Parecía, una vez más, satisfecho.

Narayan sintió nacer la ira dentro de él, aun cuando supiese que ésta no era ni racional ni justa y sin poder evitarlo, le habló.

—Namaste —Le saludó, pues Narayan no era un burdo iletrado, y conocía las costumbres de su hogar.

El anciano le devolvió el saludo juntando sus manos en el pecho.

—¿Puedo sentarme un momento? —preguntó el joven.

—La calle no es mía —respondió el hombre.

Narayan permaneció unos segundos ahí, sin saber cómo iniciar la conversación. Estaba claro que aquel mendigo no iba a hacerlo, pues parecía perfectamente satisfecho gozando del incómodo silencio entre ellos.

—¿Por qué sonrías tanto? Disculpe mi indiscreción, pero llevo mucho tiempo preguntándomelo —soltó Narayan, sin saber de qué otra manera romper el hielo.

El anciano lo observó por primera vez.

—Eres un joven apuesto. Bien vestido, bien peinado, y con una mochila cara a tu espalda. Parece ser que eres un estudiante de la universidad. La pregunta sería, ¿por qué no sonrías tú?

—Yo sí sonrío, cuando la situación lo propicia, pero no río sin sentido como usted —respondió Narayan a la defensiva.

—Bueno, yo sonrío es porque mi vida es plenamente rica y dichosa. Sería extraño que no lo hiciera, ¿no crees? —respondió el viejo.

—¿Cómo puede decir eso? No tiene ni casa, ni dinero. Vive en la calle a base de limosnas, y ni siquiera en una calle bonita. Ha elegido una concurrida y apestosa como ésta. Necesito saber la verdadera razón.

—Bueno, a veces me voy a otra parte. Los templos son lugares tranquilos, pero dependiendo de mi práctica, lugares como éste pueden ser más útiles.

—Es usted un asceta, presumo. Por eso la gente le deja flores —asintió Narayan —¿Es que acaso ha hallado una manera de ser feliz alejado de todo placer mundano?

—No se trata de eso, no. Yo también gocé de la vida que tú ansías ahora mismo. Como tú, también traté de moldear el mundo para que se acomodase a mis propias expectativas. Hice todo lo que debía, y logré y fracasé a partes iguales. Pero eso fue antes de entenderlo. —explicó el viejo.

—¿Qué es lo que entendió? — preguntó Narayan, empezando a creer que se trataba de un sabio.

—Que estaba buscándolo todo en el lugar equivocado. Nada de lo que experimentas ha sido experimentado desde fuera de ti. ¿Cómo podrías encontrar la belleza, la felicidad y el sosiego que buscas en el exterior, entonces? Tu problema es el mismo de todos.

—Lo mire como lo mire, el mundo es lo que es —respondió Narayan, nada convencido con aquella afirmación.

—Piensa en alguna de las personas que admiras y que ha logrado grandes cosas. ¿Al hacerlo, han logrado la felicidad absoluta y jamás han vuelto a estar tristes, miedosos o apesadumbrados? —preguntó el anciano.

—No, porque eso es imposible. No existe tal cosa como la felicidad absoluta en esta vida —inquirió el estudiante.

—No existe porque tú crees que no existe. Pero yo te digo que soy completamente feliz y dichoso, sin poseer ninguna de las cosas que tu anhelas. ¿Cómo explicas eso?

—Porque está loco, o se conforma. —Nada más decir aquello se arrepintió, por si sus palabras habían podido ofender al anciano, pero una rápida mirada le dijo que el hombre ni se había inmutado.

—Te voy a regalar la mayor enseñanza que puedo darte, ya que siento que la necesitas. Después de ello, te ruego que me dejes meditar en silencio.

El asceta anunció aquello, y Narayan estuvo de acuerdo.

—Solo tú decides cómo es el mundo en el que vives. De ello dependerá toda tu existencia en él.

Tras decir aquellas palabras, el anciano cerró los ojos, dando por finalizada la conversación. Narayan se levantó del suelo en silencio.

Levantó la mirada más allá de las casas, las tiendas con su barullo, los coches, y se encontró un cielo límpido bañado por el sol. Una bandada de pájaros volaba rumbo al horizonte.

«Tú creas tu propia realidad», pensó.

El título de este capítulo puede resultar asombroso «Elige tu propio mundo». ¿Es que acaso se puede elegir el mundo en el que se nace, o se vive? ¿Hay, por ventura, más de uno? ¿Existen dimensiones paralelas que puedan ser vividas de formas diferentes?

No se trata de nada de eso.

Hasta donde sabemos, todos compartimos el mismo mundo físico. La realidad que se manifiesta ante nosotros es aquella en la que hemos nacido, y todos y cada uno de nosotros pasa su vida experimentando esa porción de existencia que nos ha sido dada.

Sin embargo, hay muchas formas de vivir y experimentar la misma existencia.

En la fábula, Narayan coexistía con el asceta en el mismo mundo, pero no en la misma realidad. Mientras el joven contemplaba un mundo difícil, competitivo, agobiante y escaso, el asceta admiraba uno abundante, pleno e inmaculado. Independientemente de las circunstancias que los rodeaban, las cuales compartían, la visión de la realidad de ambos era diametralmente opuesta, tanto que esa misma visión era capaz de modificar incluso las circunstancias físicas que les rodeaban.

¿Somos capaces de modificar nuestra existencia? ¿Podemos elegir nuestro propio y particular mundo?

La respuesta es un rotundo sí.

De dentro hacia fuera

Para entender cómo podemos cambiar nuestra realidad, dándole una vuelta a nuestra vida, sin necesidad de que grandes cosas materiales cambien a nuestro alrededor, debemos entender cómo funciona la psique humana, y su labor de filtrado de datos.

La realidad, al menos la aparente, es la misma para todos. Lógicamente, dentro de la misma realidad conjunta, existen una multiplicidad de realidades particulares, dependiendo del lugar en el que se haya nacido, el tiempo, y las circunstancias. Estamos de acuerdo en que no es lo mismo nacer y vivir en un periodo de guerra, que en uno de paz, o que no se puede comparar la realidad de nacer en una familia acomodada del primer mundo, en comparación con hacerlo en una zona asolada por la hambruna.

Compartimos el mismo mundo, y en general, la misma realidad. Sin embargo, las experiencias de vida son muy diferentes, incluso en igualdad de condiciones externas.

¿Por qué muchos ricos no alcanzan a ser felices? ¿Por qué gente que lo tiene todo, aparentemente, parece tremendamente desgraciada? ¿Por qué algunas de las aldeas más pobres de la tierra, están llenas de gente sonriente y entusiasta?

La respuesta es sencilla; porque la labor de filtrado que realizan es diferente en cada caso.

Cuando llegamos al mundo, somos una página en blanco, una esponja preparada para absorber cada gota de experiencia que se nos brinde. Conforme crecemos, vamos probando, escrutando y entendiendo aquello que nos rodea.

Un niño pequeño pasará años enteros de su vida preguntando a sus padres el porqué de las cosas. Cada nuevo evento es un puzzle que debe componer, y para ello requerirá de piezas.

Las piezas que vamos entregando a los niños durante su periodo de formación son clave para su desarrollo posterior, y en la mayoría de los casos, determinarán su forma de ver la vida.

Un ejemplo de esto son las fobias. Pongamos el caso de que un niño pequeño tiene su primer encuentro con una cucaracha. A priori, el niño no sabe qué es lo que está viendo y, por tanto, recurrirá a preguntar al adulto que tenga más cerca. Si su madre tiene fobia a las cucarachas, y al ver al animal sale gritando y asustada, el niño entenderá que las cucarachas son seres tremendamente odiosos y temibles. Su figura materna, aquella encargada de entregarle las llaves de su realidad, sufre enormemente por la simple visión de la cucaracha y, por lo tanto, el mensaje es alto y claro. El niño desarrollará, total o parcialmente, repulsa o fobia a las cucarachas.

De esta manera, conforme crecemos y maduramos, vamos desarrollando filtros para entender la realidad. Nos vamos poniendo lentillas de diferentes tipos para percibir la existencia.

Aunque la realidad sea una, debido a los filtros que hemos desarrollado, nuestra percepción de la misma será tremendamente diferente. Es extremadamente importante comprender este simple hecho, pues de forma natural, entendemos que el mundo, la vida, o la realidad, son de la manera en la que los percibimos nosotros, y en base a esa creencia errónea, extrapolamos nuestra propia visión de la realidad a la realidad misma.

Objetivamente, un día lluvioso simplemente es un día en el que la nubosidad se ha extendido sobre una zona, y una serie de circunstancias climatológicas y ambientales han resultado en precipitaciones. Sin embargo, para Marta el día de lluvia es un día optimista y alegre porque desde pequeña asoció circunstancias benéficas a los días de lluvia, como cuando jugaba en el patio con sus padres a la tormenta en el barco pirata. Para Marcos, sin embargo, los días de lluvia son tristes y deprimentes porque fue en uno de ellos cuando sufrió una experiencia traumática.

Todas estas asociaciones, estas percepciones adquiridas, se extienden a la totalidad de los ámbitos de la realidad. Las familias felices suelen crear personas felices, mientras que aquellas en las que las discusiones y peleas son frecuentes, crean familias desestructuradas, y personas temerosas y pesimistas.

Sin saberlo, somos deudores de una multiplicidad de factores que han ido configurando nuestra particular visión de la realidad. Al mismo tiempo,

creemos que esta visión es objetiva y realista, y que todos aquellos que lo ven de otra manera, están equivocados.

Estos programas o creencias limitantes son lentillas colocadas en nuestros ojos, que modifican completamente la realidad objetiva. No somos conscientes del hecho de que nuestra forma de ver la vida, ¡ni siquiera es realmente nuestra!

Por tanto, lo primero que debemos hacer, es recapacitar acerca de este hecho; la realidad que vemos no es la realidad objetiva, sino una amalgama de sentimientos y sensaciones asociadas a nuestras experiencias en la vida.

Toda visión de la realidad es subjetiva, y ello se debe a un hecho inequívoco; nada de lo que hemos experimentado o vivido, lo hemos hecho desde fuera, sino desde dentro. Ni un solo acontecimiento de nuestra vida se ha dado fuera de nosotros.

El ávido e inteligente lector entenderá esto muy bien, si recapacita. Cada uno de nosotros somos el artífice y protagonista principal de nuestra propia historia. No importa que en el mundo haya cerca de ocho mil millones de personas coexistiendo, pues desde nuestra perspectiva, todos los demás no son sino actores secundarios y extras en nuestra propia y personal película. Cada acontecimiento que se da en nuestra vida, sucede alrededor nuestro, y es contemplado desde nuestro propio interior. Sucesos, eventos, amores y casualidades, se despliegan ante nuestros sentidos. Nosotros los olemos, sentimos, pensamos, tocamos, observamos, oímos y saboreamos. Solo son apercibidos a través de los filtros de nuestra percepción. Ni uno solo de ellos ha existido nunca fuera de nosotros mismos. Así de profundo es el nivel de participación que poseemos sobre nuestra propia realidad, y ni siquiera nos damos cuenta.

Entendiendo que todo acontecimiento de nuestra vida sucede siempre dentro de nosotros, y nunca fuera, seremos capaces de atisbar el poder que poseemos sobre nuestra propia realidad y sobre nuestro mundo. Pero, sobre todo, seremos capaces de comprender lo profundamente influenciada que está nuestra percepción de las cosas por sesgos externos que, en realidad, nada tienen que ver con nosotros.

¿Nunca, querido lector, has dado por sentado lo que otros están pensando sobre ti? ¿Alguna vez has llegado a conclusiones acerca de las motivaciones de los actos de los demás? ¿Has emitido, o sueles emitir juicios sobre el carácter o la actuación de tus seres queridos? ¿Prevés desenlaces frecuentemente? ¿Nunca te has dado cuenta de que lo que estabas dando por cierto, era completamente opuesto a la realidad?

Todas estas presunciones son otra manifestación más de nuestra percepción hacia lo externo a nosotros. Realmente, carecemos de herramientas reales para emitir juicios o llegar a conclusiones acerca de acontecimientos o circunstancias externas a nosotros, pero las hacemos igualmente. ¿Y en qué deriva esto? Generalmente, deriva en error. Y deriva en error precisamente porque nuestras inferencias pertenecen más al campo de la fantasía que al de la realidad.

Por poner un ejemplo de esto, imagina esta situación; tu amigo Tomás lleva varias semanas muy callado y reservado contigo. Cuando te acercas a preguntarle, te contesta cortante y aun enfadado. Como no es su forma natural de actuar, comienzas a hacer cábalas acerca de las motivaciones de sus actos. Rebuscas en tu memoria, y encuentras un encontronazo que tuvisteis hace relativamente poco tiempo. A falta de más información, infieres que su enfado se debe a ese hecho, y comienzas a construir una película a partir de él. Te dices que no fue para tanto, asumes que Tomás es un rencoroso, y poco a poco vas añadiendo capas y capas imaginativas a tu propia historia. Si dejas que la fantasía vuele libre, probablemente comiences a extender el supuesto maltrato que estás recibiendo a más personas de tu entorno, y finalmente llegarás a conclusiones sobre tu vida como la de que todo el mundo es arisco y rencoroso, y que el mundo es un lugar tóxico. La realidad objetiva, sin embargo, es que Tomás está pasando por un momento delicado en su vida personal, relacionado con la enfermedad de su hijo. Como es un hombre reservado, prefiere no comentar su situación con su entorno.

Como puedes observar, la realidad y tus inferencias no tienen nada que ver. Sin embargo, has basado tu mundo y tu realidad en estas inferencias. ¿No es algo absurdo? Ahora, piensa en cuántas veces sucede esto a lo largo de tu vida, y en cualquier ámbito de la misma.

El ser humano es una criatura eminentemente imaginativa. Poseemos un cerebro desarrollado, capaz de realizar predicciones y elaborar historias fantásticas que trascienden en mucho a nuestra realidad. Hasta el más estoico y realista de la Tierra, usa frecuentemente el poder de la imaginación para rellenar huecos en su vida.

El problema radica en que, por norma general, somos bastante ineficaces en cuanto al control de nuestra propia mente. Ésta suele bailar a su propio son, imaginando, creando, fantaseando constantemente. Dado que no somos capaces de distinguir fantasía de realidad, nos creemos nuestras propias historias. Las que más nos gustan, por alguna extraña razón, son las historias de pérdida, autocompasión y terror. Mi avisado lector entenderá lo crucial que resulta esto en las vidas de todos.

¿Y qué tiene que ver todo esto con la abundancia, que es el tema que nos trajo hasta aquí? Bueno, tiene que verlo todo.

La realidad surge de dentro hacia afuera, y no al revés. Lo que ocurra de forma externa escapa a nuestro control, pero lo que ocurre dentro de nosotros, es nuestra completa y absoluta responsabilidad. La percepción sobre las personas, acontecimientos, recuerdos, pensamientos, nuestro mundo, y la vida en general que nosotros mismos tenemos, lo es todo. Poseemos, en todo momento, la capacidad de elección sobre cómo entender lo que sucede a nuestro alrededor. Nosotros elegimos, con cada pensamiento, con cada palabra, cómo será nuestro propio mundo, como será nuestra vida, y cómo es nuestra existencia.

Por mucho que alguien diga cosas como «La vida es un asco», la vida no será un asco. De forma general, damos mucha más credibilidad a los pensamientos y creencias negativas y coercitivas, mientras que los pensamientos y creencias positivas suelen verse como ingenuidades propias de personas infantiles y que han vivido pocas cosas.

Sin embargo, esa percepción global es también errónea. Lo negativo no es más ni menos cierto. Lo único realmente cierto es que nuestra percepción determina nuestra realidad.

Jamás seremos capaces de entender al 100% lo que sucede a nuestro alrededor, ni sus porqués, dado que carecemos de herramientas para ello. Sin embargo, tenemos la capacidad total y absoluta de percibir esa realidad de la manera que nos sea más benéfica.

Somos capaces de cambiar absolutamente lo que sucede dentro de nosotros, y lo que sucede dentro de nosotros es, literalmente, toda la existencia.

El mundo es abundante. Plenamente abundante. Ya hemos visto mil razones que motivan esta creencia. Aun si este pensamiento fuese fantasioso (que no lo es), ¿no sería más sabio enfocar nuestras vidas en este pensamiento gratificante? ¿No nos reportaría mayor felicidad y alegría?

Ya hemos visto lo fácilmente que asumimos por ciertas las creencias limitantes, como la de que el mundo es escaso y difícil. Las damos por buenas cuando no son más que una mentira implantada en nuestra psique. Por tanto, ¿por qué tanto bloqueo a las creencias positivas, cuando éstas pueden sacarnos de golpe del estado miserable en el que solemos caer?

Para hacer nacer la abundancia plena en tu vida, querido lector, confecciona desde dentro la realidad que desees vivir. No vas a experimentar ni una sola cosa fuera de ti mismo, así que, ¿por qué maltratarse creando realidades nocivas y restrictivas?

Los cuentos que nos contamos

Los cuentos, las historias que nos contamos a nosotros mismos son muchas y muy variadas, son constantes y muy imaginativas. La característica que mejor las define es la irrealidad. Pero, ¿qué es real?

Decidir sobre lo que es real o no, en un mundo tan rico y variopinto como el nuestro, es tremendamente difícil. La ciencia se empeña con todas sus fuerzas en esclarecerlo, y pese a sus más denotados esfuerzos, camina en base al ensayo y error, y a la elaboración de teorías que nacen y mueren constantemente a la luz de nuevas pruebas más novedosas.

Con esto quiero decir, que la vida no puede ser constatada en su totalidad por una especie como la nuestra. Carecemos la capacidad (al menos

actualmente), de decidir qué es real y qué no lo es, y por ello nos basamos principalmente en presunciones y asunciones.

La inteligencia lógica posee unas capacidades formidables para diseccionar la realidad, pero se encuentra con las barreras inexpugnables de sus propias limitaciones. Nos olvidamos, sin embargo, de que poseemos muchos tipos de inteligencia. Por ejemplo, la inteligencia emocional, que nos abre las puertas a las relaciones con los demás, o la inteligencia musical, que crea aperturas a nuestra percepción a nuevas maneras de comunicación. Poseemos también un tipo de inteligencia que ha quedado relegada a segundo plano en nuestras modernas sociedades occidentales; la inteligencia intuitiva. Aunque siempre estuvo ahí, hoy la hemos olvidado, relegada al campo de la fantasía y la superchería.

Pero la intuición es una forma de inteligencia magnífica. Lo que a la inteligencia lógica le cuesta increíble esfuerzo entender, en muchas ocasiones la inteligencia intuitiva lo sabía desde hacía mucho. Por intuición se puede conocer y entender de maneras mucho más delicadas, la realidad que resulta incomprensible a la mente lógica.

La mente lógica tomará una hoja de abedul y querrá diseccionarla, tomar una muestra y llevarla a laboratorio para elaborar un estudio acerca de su composición. Sin embargo, la mente intuitiva tomará la misma hoja y será capaz de sentir sus venas, la vida que corre a través de ella, sin necesidad de abrirla para entender su esencia.

Ambas capacidades son nuestras por derecho natural, ¿por qué desechar una tan poderosa?

Cuando al tratar de aprehender la realidad, y fracasar por el hecho de que todo lo externo a nosotros no puede ser completamente entendido, la intuición puede pintar el lienzo de la existencia de nuevos y variados colores.

De hecho, es ese fracaso de la inteligencia lógica para entender la realidad, lo que nos conduce una y otra vez a bucles de asunciones fantásticas y percepciones erróneas. El uso de la inteligencia intuitiva nos dota de una capacidad expansiva y extensa para entender la inmensidad de

nuestro mundo y de nuestra maravillosa realidad, superando nuestras limitaciones.

Las historias que nos contamos suelen ser creaciones fantásticas basadas en inferencias incompletas. Estas historias determinan nuestra percepción de la existencia. Sin embargo, estas creaciones acostumbran a ser tan restrictivas y limitantes como las creencias que hemos ido adquiriendo a lo largo de nuestra vida. Para salir de este bucle enfermizo e irreal, debemos utilizar nuestra inteligencia intuitiva, esa que sabe sin necesidad de aprender, esa que entiende las maravillas que la rodean sin necesidad de preguntarse el por qué, ni acudir a creencias aposentadas por otras personas o instituciones en nuestra psique.

La percepción de la abundancia

La percepción de la abundancia es la abundancia en sí misma. ¡Sí! Al igual que la percepción de la miseria es la miseria en sí, o la percepción de la felicidad es la misma felicidad. Esto se debe a que, como hemos visto, nada sucede fuera de nosotros, y todo lo hace a través de los filtros de nuestras creencias y programas aprendidos.

Las historias que nos contamos también responden a esos filtros. Efectivamente, basamos nuestra visión de la realidad y todos sus aspectos en percepciones falsas, en filtros opacos y artificiales que nos ofrecen un panorama terrible de lo que, en realidad, es simplemente maravilloso.

Estamos aquí buscando abundancia en nuestras vidas. Mi querido lector ha llegado hasta este lugar porque sabe que hay mucho más de lo que ahora mismo está viendo, que es capaz de atisbar que ya posee mucho más de lo que cree. Y está en lo cierto.

La abundancia es un estado, es una condición. No se trata de algo que llegue y se vaya, o que ocupe unos determinados aspectos de la vida. No se trata de potenciar el dinero, o el éxito en los negocios, porque todo esto no son sino resultados del estado de abundancia.

La abundancia es la condición de gracia en la que uno percibe que posee todo cuando hay, sin necesidad de hacerlo propiedad suya. La abundancia

existe de manera natural alrededor, en cada rincón, en cada calle de cada ciudad, de cada país. La abundancia entreteje el tejido conectivo del universo pues de otro modo, ¿cómo podría éste sustentarse, con sus increíbles maravillas?

A estas alturas, mi querido e inteligente lector entenderá que, si no está viendo abundancia a su alrededor, independientemente de cuál sea su situación, es que tiene los ojos perceptivos cerrados.

La percepción de la abundancia es un imperativo, si se desea gozar de comodidad en la vida. Una vida carente, una vida profundamente insatisfecha, necesariamente será una vida escasa. No hay posibilidad de que sea otra cosa, con independencia de los objetos de abundancia que se crean poseer.

La percepción de la abundancia puede ser modificada, como hemos ido viendo a lo largo de este manual. La tarea de hacerlo es una tarea introspectiva, un trabajo sobre uno mismo.

Para hacerlo, revisemos las cuestiones que debemos tener en cuenta:

- La visión que tenemos de las cosas ya está condicionada. No representa la realidad de las mismas.
- La capacidad de revisión de las creencias erróneas nos ayudará a remover esta visión sesgada, y reconocer la objetividad de la realidad.
- Una vez removidas las falsas creencias, es necesario abrir la visión perceptiva a la inmensidad de la vida y todos sus matices.
- Tras reiniciar el sistema de creencias, programación y percepción sesgada, podemos configurar nuestra propia visión de la realidad. Esta debe darse por medio de una amplitud perceptiva y mental, capaz de reconocer la plenitud de la existencia.
- El resultado inequívoco de todos estos factores, será una percepción totalmente nueva de la enorme abundancia que tenemos en nuestras vidas. De lo afortunados que ya somos.

Creando y atrayendo la abundancia

Todos estos pasos deben ser llevados a cabo, no solo para regresar al estado primigenio de satisfacción en el que deberíamos encontrarnos todos, sino para atraer esa abundancia material que tanto ansiamos.

La abundancia física y material no puede ser creada o atraída por una mente pobre o miserable. No puede ser recolectada por quien basa toda su existencia en creencias de miseria y escasez.

El campo de abono para la riqueza y la prosperidad material, es necesariamente, el de la riqueza y prosperidad existencial. Esto sucede porque la abundancia se manifiesta tanto en materia, como en energía. La materia es la manifestación, pero la energía es una fuerza que fluye y puede ser tanto atraída como repelida. El estado mental y de consciencia en el que se encuentre uno, será el que atraiga o repela esta energía de abundancia.

¿Crees, querido lector, que no es posible modificar de un día para otro tu percepción completa del mundo? Si es así, te equivocas. Es posible, y además es muy divertido.

Simplemente es necesario darse cuenta de que lo aprendido por repetición y bombardeo constante, no tiene por qué ser lo real. Lo real es lo que podemos ver, y sentir, más allá de imposiciones o adoctrinamientos. Es la maravilla de una realidad extensa, inclusiva y pletórica. Un perro puede contemplar y sentir esa maravilla, un pájaro que vuela también, ¿por qué no puedes hacerlo tú? Claro que puedes.

La abundancia de pensamiento atrae la abundancia en todos los aspectos de la vida. Dinero, amor, salud...nada se abstrae de esta regla tan sencilla como poderosa. La ley de la atracción opera de forma tremendamente eficiente. Aquello que piensas y sientes, lo atraes, lo creas y lo manifiestas en tu realidad.

Elige tu propio mundo

¿Qué vida deseas vivir, una triste y miserable, o una pletórica y abundante?

¿Qué mundo deseas habitar, uno escaso y coercitivo, o uno inmenso, precioso y disponible?

¿Qué relaciones quieres tener, tóxicas y restrictivas, o saludables y abiertas de mente?

¿Qué estado físico quieres que te acompañe, uno enfermizo y decadente, o uno saludable y capaz?

¿Cómo quieres relacionarte con los demás, socavándoles, criticando y juzgando, o convirtiéndote en su soporte, animándolos y sacando lo mejor de ellos?

¿Qué deseas ver a tu alrededor, dificultad y castigo, o sencillez y alegría por doquier?

¿Cuál quieres que sea tu estado mental, uno basado en el miedo, la desconfianza y la amargura, o uno basado en la confianza, el positivismo y la felicidad?

¿Quieres vivir en competencia, o en colaboración?

¿Deseas escasez en tu vida, o deseas plena abundancia?

Si has elegido la segunda opción de cada pregunta, es que estás preparado para configurar y elegir tu propio mundo.

Sí, porque el mundo y la vida que vives pueden ser lo que tú decidas que sean. Tanto si te decantas por la autocompasión, como si lo haces por la valentía y la alegría, el universo lo aceptará y te dará más de ello. El universo no juzga. La vida no juzga. Simplemente te ofrece aquello que realmente sientes. Esa es tu llave para abrir la puerta de la abundancia y la dicha.

Siéntete abundante, y el universo te regalará abundancia.

Siéntete dichoso, y el universo te regalará dicha.

Siéntete próspero, y el universo te regalará prosperidad.

Siéntete rico, y el universo hará nacer la riqueza para ti.

Siéntete amado y amoroso, y el universo te regalará toda clase de amor.

Siéntete vivo, y el universo te dará más vida.

Siéntete vibrante, y el universo te ofrecerá aventuras y vivencias.

Siéntete saludable, y el universo hará que nunca enfermes.

Siéntete joven, y jamás llegarás a envejecer, por muchos años que sumes.

Siéntete parte de toda la maravilla, y el universo te hará uno con su esplendor.

Siéntete unido, y el universo hará que jamás te vuelvas a sentir solo.

Siéntete dichoso y agradecido, y el universo te regalará toda la dicha.

Siéntete fluir, y el universo hará que ningún problema perdure en tu vida.

Siéntete un viajero, y el universo te convertirá en un erudito de su existencia.

Desde dentro, hacia fuera, tú tienes la capacidad absoluta de cambiar tu mundo, incluso de un día para otro. No es un proceso lento y tortuoso, sino fácil y tan rápido como tú desees que sea.

Si me preguntas a mí, mi queridísimo lector, te diré que yo hace mucho que elegí un mundo benéfico donde habitar. Transformé un entorno de miedo y competitividad, en uno de confianza y alegría. Me di cuenta de lo gloriosa que es nuestra existencia, de lo hermoso que es el planeta Tierra, y de la suerte que tengo de estar viva, sana y tranquila. Cada día es para mí una nueva aventura, con multitud de matices a descubrir. Cada rayo de sol es una bendición, cada flor que brota en el césped de los parques, una demostración de la plena abundancia de este mundo.

Aprovecho para agradecer cada aspecto de mi existencia, y para saborear todo aquello que la vida pueda ofrecerme. Aprovecho para sentir cada porción de dicha en este mundo. Me siento plenamente afortunada,

plenamente dichosa, y vivo una vida de maravilla. Y no es que posea más o menos cosas, ni que pueda alardear de nada. Es simplemente esa sensación maravillosa de saber que vivo en un mundo pleno de posibilidades, y que todo, absolutamente todo, vale la pena.

Tú puedes construir un mundo parecido a ese, si te place, o aquél que mejor se acomode a tu idea de felicidad. No solo puedes, sino que debes, pues la vida no se merece menos de ti.

La abundancia no solo está a tu alcance, sino que te rodea por todas partes.

Comienza a sentirlo, y notarás como cambia tu mundo.

El camino de la plenitud

Muchísimas gracias, mi amado lector, por haber llegado hasta aquí. Deseo que tu experiencia haya sido fructífera, y que tu vida, de ahora en adelante, esté colmada de abundancia, riqueza, amor y experiencias.

Que la maravilla de la existencia esté siempre contigo.

Que las experiencias más revitalizantes aparezcan en tu vida.

Que el miedo jamás vuelva a obstaculizar tu camino.

Que la riqueza te llegue a manos llenas.

Que el amor te rodee, te inunde y te abrace por siempre.

Que puedas sentir agradecimiento por cada pequeña cosa.

Que disfrutes, disfrutes y disfrutes.

Que seas un *sí* .

Que seas un *puedo* .

Que seas la *respuesta* , y la *solución* .

Que alcances tus sueños, y sepas apreciarlos.

Que la vida sea para ti, un evento apasionante, rico,
exuberante e interminable.

*Gracias,
Gracias,
Gracias.*

¡Gracias!

Gracias por el tiempo que le has dedicado a leer «Crea tu propia abundancia». Si te gustó el libro y lo has encontrado útil, te estaría muy agradecida si dejas tu opinión en Amazon. Tu comentario me ayudará a seguir escribiendo ebooks relacionados con el tema. Tu apoyo es muy importante. Leo todas las opiniones e intento dar un feedback para hacer este libro mejor. Puedes dejar tu opinión en la página de este libro en Amazon, haciendo un poco de scroll hacia abajo, en el apartado «Opiniones de clientes - escribir mi opinión» en Amazon.es o en «Customer Review en Amazon.com.

<https://www.amazon.es/dp/B08FDXRY7G>

Acerca de la autora

Alma Carmen Mínguez Herrera es una escritora y abogada nacida en Zaragoza, apasionada por la inmensa riqueza existencial que la vida ofrece. Es autora de obras tanto de ficción como de no ficción, pues considera que el ser humano carece de limitaciones.

Viajera nata, estudiosa de la historia y las culturas antiguas y enamorada de los misterios que se ocultan en el mundo, ha decidido dedicar su vida a hacer que las personas se den cuenta de su verdadero potencial.

Linkedin:<https://www.linkedin.com/in/alma-carmen-m%C3%ADnguez-herrera-9ab9115b/>

Página web:<https://www.almaminguez.com/>

Facebook:<https://www.facebook.com/AMHerrera-967478730025793/>

Instagram:alma_minguez

Serie Transformación total

Por Alma Mínguez Herrera

«Transformación total» es una serie de libros de crecimiento personal creados con el propósito de convertir al lector en la mejor versión de sí mismo, en un ser completamente maravilloso, abundante, vibrante, pletórico, joven para siempre, feliz, y saludable.

Cada volumen aborda un tema en específico que puede ser leído de forma independiente, pero que se engloba dentro de una serie holística de mejoría completa. A lo largo de la serie «Transformación total», el lector podrá ir aprendiendo y practicando cada área de mejora de su vida.

Antes de hacerte viejo

El tiempo pasa para todos por igual, pero, ¿es realmente necesario envejecer?, ¿podemos evitar o revertir el envejecimiento? Esta obra se centra en otorgar al lector todas aquellas herramientas necesarias para empezar a evolucionar, dejando atrás todas las conductas y pensamientos nocivos que lo están coartando. Cada capítulo ofrece consejos y ejercicios prácticos para alcanzar la juventud, el optimismo y la felicidad en cualquier etapa de la vida.

Edición kindle; <https://www.amazon.es/dp/B088F1W8C3>

Edición impresa; <https://www.amazon.es/dp/B088N4XZM7>

Crea tu propia abundancia

La riqueza, la prosperidad y la fortuna representan el sueño anhelado de cualquier persona. Pero, ¿nos estamos aproximando a ellas de forma correcta? Esta obra se centra en otorgar las herramientas necesarias para entender qué es la abundancia, cómo lograrla y mantenerla a lo largo de la vida. Cada capítulo se encuentra precedido de una amena fábula que ofrecerá consejos útiles para entender nociones como el dinero, la fortuna, el amor, la experiencia y de qué forma participan en la abundancia completa.

Edición kindle: <https://www.amazon.es/dp/B08FDXRY7G>

Edición impresa. Edición de lujo con dibujos y gráficas explicativas: <https://www.amazon.es/dp/B08GVGC87G>

Before you get old

“Before You Get Old” is a manual for personal growth, loaded with valuable tools that will help the reader stop ageing physically and mentally and to achieve happiness which is so wanted. Health, emotions, abundance and evolution are some of the subjects dealt with in this book which is easy to read and which offers great possibilities.

Kindle ebook: <https://www.amazon.com/dp/B08JM1DJ53>

Paperback. Luxury edition, with beautiful drawings: <https://www.amazon.com/dp/B08J579BQV>

Create your own abundance

When we speak of abundance, we do so from a partial and restricted way, without attending the many nuances and possibilities that a full life can offer.

Without realizing it, our own beliefs we have learned and inherited distance us from money, wealth and prosperity.

This work, the second in the “Total Transformation” series has been designed to analyze and remove each of the limitations that keep us from reaching abundance in all aspects of our lives; fortune, wealth, prosperity, love, experiences and existential meaning.

Kindle ebook: <https://www.amazon.com/dp/B08KQHR71S>

Paperback. Deluxe edition, with explanatory drawings and graphics: <https://www.amazon.com/dp/B08KJ35MQG>