

# TESTIMONIAL

*Querido Dr Louis Koster,  
Agradezco infinitamente el que su libro; ¡Ser Feliz ! ¡Cómo ser feliz realmente! Un nuevo lenguaje para la vida, llegó en el momento justo, cuando me sentía pérdida como un barco a la deriva.*

*Me llamó la atención leer que este libro es como una visita de mi ángel. Para mí no es una coincidencia sino dioscidencia. Ha sido como la Biblia en la que dios me guía y me ha dado una brújula para ir tras mi sueño.*

*Un nuevo lenguaje para la vida me ayudó a ver la vida desde otra percepción. Antes de leer este libro me sentía inmovilizada, atrapada por la vida, estrenada y abrumada. Y el decreto de la decisión me llegó al alma.*

*Estoy comprometida a ser feliz plena y satisfecha sin importar cuáles son las circunstancias y lo aplico cada vez que me encuentro en una situación difícil, siento como me libera de emociones negativas. Como bien dice, son perlas de sabiduría.*

*Me ayudó a experimentar la libertad de mi ser. Porque me identifiqué mucho con el águila, ya que en una etapa de mi vida, tuve que tomar la decisión de renovarme antes de morir. Y su libro me ayudó a trazar mi viaje.*

*Me ha dado el poder de ser responsable y tener un verdadero sentido de quien soy, sintiendo una profunda conexión con lo la vida, permitiendome cambiar de un lenguaje de lucha a un lenguaje de ser, el lenguaje del corazón.*

*Doy gracias por ser ese ángel del cual se habla al inicio del libro.*

*Mi respeto y admiración,  
Luz Martinez*



**¡Ser Feliz!**

¡Cómo ser feliz REALMENTE!

**Un Nuevo Lenguaje  
Para La Vida**

**Dr. Louis Koster**

Derechos de autor 2017 Louis Koster.  
Todos los derechos reservados.

Ninguna parte de esta publicación puede ser reproducida ni transmitida de ninguna forma ni por ningún medio, mecánico o electrónico, incluyendo fotocopias y grabaciones, ni por ningún medio de almacenamiento y sistema de recuperación, sin permiso escrito del autor o editor (excepto por un crítico, quien podrá citar breves pasajes y/o mostrar breves videos en una reseña).



Eudaimonia Press

**Aviso legal:**

La Editorial y el Autor no tienen ninguna representación o garantías con respecto a la exactitud o plenitud de los contenidos de este trabajo y, específicamente, renuncian toda garantía incluyendo, sin limitantes, garantías físicas para un propósito en particular. Ninguna garantía podrá ser creada o extendida por ventas o materiales de promoción. El consejo y estrategias contenidas aquí dentro pueden ser no aptas para cada situación. Este trabajo es vendido con el entendimiento de que La Editorial, el editor y el Autor no se dedican a prestar servicios profesionales legales, administrativos, de contaduría u otros. Si se requiere asistencia profesional, se han de buscar los servicios de una persona profesional y competente. Ni el editor, ni la editorial, ni el autor serán responsables por los daños que surjan de aquí en adelante. El hecho de que una organización o sitio web se refiera en este trabajo como citación y/o como fuente potencial de futura información, no significa que el Autor o la Editorial promocionen la información que la organización o el sitio web provea o recomiende. Además, los lectores deben ser conscientes de que los sitios de internet mencionados en este trabajo podrán haber cambiado o desaparecido desde que es escrito este trabajo hasta que es leído.

Portada: Sausi Rhi [www.rhicreation.com](http://www.rhicreation.com)

Editor: Mark Steisel

ISBN 978-1-925276-00-8 para eBook

ISBN 978-1-925276-02-2 para Paperback

*“El mundo de lo feliz es ciertamente  
distinto del mundo de lo infeliz.”*

—LUDWIG WITTGENSTEIN

*“El truco está en lo que uno enfatiza.  
Nosotros mismos nos hacemos miserableso nos hacemos felices.*

*El trabajo es el mismo.”*

—CARLOS CASTAÑEDA

*“La cuestión es encontrar la verdad que es verdadera para mi,  
encontrar la idea por la cual puedo vivir y morir.”*

—SOREN KIERKEGAARD

*“Solamente donde hay lenguaje existe el mundo.”*

—MARTIN HEIDEGER

*“No sé cuál es tu destino, pero una cosa sí sé; l  
os únicos entre ustedes que realmente serán felices,  
serán aquellos que hayan buscado y encontrado cómo servir.”*

—DR. ALBERT SCHWEITZER



*A mi hermosa esposa, Francesca,  
y a mi maravillosa hija, Carmen.  
Ustedes son las luces de mi vida.*

*A mis padres, el ya fallecido Dr. Bernard Koster y  
Marguerite Koster, por su amor y apoyo y por  
darme una gran educación.*

*A la comunidad Achuar del bosque de las Amazonas,  
por extenderse y hacer contacto para crear una colaboración  
de bien común con el mundo moderno.*





# CONTENIDOS

Prólogo .....	11
Introducción .....	13
<b>1</b> Mi Historia.....	15
<b>2</b> Siendo Verdadero Contigo Mismo .....	41
PARTE UNO: <b>La Decisión</b> .....	47
<b>3</b> La Decisión .....	49
<b>4</b> ¿Cómo Vivo <i>La Decisión</i> ?.....	51
<b>5</b> Cambiando Hacia Una Nueva Perspectiva .....	55
<b>6</b> El Poder de Reclamar Tu Ser .....	57
<b>7</b> El Poder de Reenergetizar Tu Sentido de Plenitud ..	63
<b>8</b> El Poder de Elevar Tu Vida a un Nivel ( ) Alto de Integridad.....	71
<b>9</b> El Poder de Estar Presente .....	75
<b>10</b> El Poder de Ser Agradecido .....	81
<b>11</b> El Poder de Traer Gracia a Tu Vida.....	83
<b>12</b> El Poder de Evocar Sincronicidad.....	87
PARTE DOS: <b>La Percepción</b> .....	89
<b>13</b> Viendo la Luz.....	91
<b>14</b> ¿Cómo Vivir <i>La Percepción</i> ?.....	95
<b>15</b> Desplazando Hucia una Nueva Perspectiva .....	99
<b>16</b> El Poder Para Ser Responsable.....	101
<b>17</b> Teniendo un Verdadero Sentido de Quien Eres....	109
<b>18</b> Ve Todo Tal Como Es .....	117
<b>19</b> Aceptar Las Impermancias De La Vida.....	119

<b>20</b> El Poder Para Expresarte a Ti Mismo	
Auténticamente .....	125
<b>21</b> El Poder Para Ser Libre de Ser .....	129
<b>22</b> El Poder Para Ser Misericordioso .....	139
<b>23</b> Tienes el Poder de Confiar en Ti y Soñar .....	143
<b>24</b> Iluminado el Diamante del Ser .....	147
<b>PARTE TRES: Transformando Tu Realidad Actual</b> .....	149
<b>25</b> Despertando a una Nueva Consciencia .....	151
<b>26</b> Dejando La Montaña.....	153
<b>PARTE CUATRO: Transcendiendo Tu Realidad Actual</b> .....	157
<b>27</b> Reclamar el Poder del Lenguaje .....	159
<b>28</b> Llegando a Casa .....	171
<b>29</b> Permanecer Centrado.....	179
<b>30</b> Cambiando el Sueño.....	185
<b>31</b> Pensamientos Finales.....	189
Notes Finales.....	195
La Nueva Expresión.....	197
App De Un Nuevo Lengauje Para La Vida .....	199
<b>Apéndices</b> .....	201
<b>APÉNDICE A: Cambiando Tu Lenguaje</b> .....	203
<b>APÉNDICE B: Retrato de Alguien que vive</b>	
<i>Un Nuevo Lenguaje Para La Vida</i> .....	205
<b>APÉNDICE C: Manifiesto de</b>	
<i>Un Nuevo Lenguaje Para La Vida</i> .....	207
Reconocimientos .....	209
Acerca del Autor .....	211
Acerca de Ewald Einoder .....	212

## PRÓLOGO

Tanto como colega como amigo del autor durante más de diez años, he tenido el privilegio de realmente ser testigo de una verdadera y duradera transformación — una nueva forma de ver y percibir la vida en la Tierra.

Mientras el autor ha tenido varias experiencias insólitas que han forjado su extraordinario carácter, lo que ocurrió hace varios años le ha dado un todo permeable, duradero sentido de alegría, lo cual es inherente en toda vida misma y es derecho natal de todos.

La autenticidad de sus experiencias es validada por lo que el autor llama las perlas de la sabiduría y por el hecho observante que, al seguir su transformación, su medio ambiente por completo, especialmente sus interacciones con las personas, cambiaron para mejor.

Un deseo sincero de que todos puedan sentir y presentir la presencia de alegría y amor, dispuestamente lo obligó a compartir lo que había descubierto al escribir este libro y reunir a un pequeño grupo de personas.

Él se dio cuenta de las dificultades al articular su estado subjetivo empezando con nuestro usual lenguaje descriptivo, lo cuál dio el surgir al título del libro — *SER Feliz: Un Nuevo*

*Lenguaje Para La Vida.* Desde mi experiencia, también puede ser llamado el lenguaje del Corazón.

Él también supo muy bien que nada, al describir esta nueva realidad, podría hacer que alguien más conociera esta alegría: tiene que ser vivida para ser conocida. También expresó un sentimiento continuo de las enseñanzas de los “gurús” que, durante más de 40 años, habían fallado a proveer un acceso fácil a la consciencia; lo cual existe — a pesar del mundo material, el cual está unido por tiempo y espacio y contaminado por enfermedad, accidentes y muerte — un mundo que es eterno, completo y armónico; un mundo donde te das cuenta que la felicidad es la esencia de tu propio ser. Creo que su consciencia de esta otra realidad y la confianza implícita que lo tocó, le inspiró para crear *La Decisión* y *La Percepción* — dos afirmaciones elegantes y simples que, si son practicadas plenamente con el corazón, inevitablemente te dan apertura a la realización de que la alegría y la felicidad son tu verdadera naturaleza.

—EWALD EINODER, MD

## INTRODUCCIÓN

Todos queremos ser felices pero, de una u otra forma, las cosas conspiran para ser obstáculos. También queremos sentirnos realizados, disfrutar grandes relaciones y dirigir vidas maravillosas. Sé lo fácil que puede ser perder tu dirección y sentirte perdido y cuán difícil puede llegar a ser encontrar tu orientación y llegar de vuelta al camino correcto.

*SER Feliz: ¡Cómo ser feliz realmente!* te ayudará a llegar de vuelta al camino correcto. Te enseñará que el poder ya yace dentro de ti y te mostrará cómo. Empieza por comprometerte a ser feliz — *Sin Importar qué*. ¿Acaso no es lo que realmente quieres?

Enfocándote en ser feliz tiene numerosos beneficios.

Aprenderás mucho acerca de ti mismo. Aprenderás lo que piensas que necesitas para ser feliz y que la felicidad ya yace dentro de ti. Mientras lo haces, encontrarás tu centro auténtico, lo cual te habilitará para confiar en ti mismo. Cuando eres verdadero contigo mismo, confiarás en ti y encontrarás paz interna y felicidad.

*SER Feliz: ¡Cómo ser feliz realmente!* te llevará en un viaje que expandirá tu mundo y enriquecerá tu vida. *Compartiendo y viviendo Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* se elevará el nivel de consciencia para ti y tu familia. También eleva el nivel de

consciencia de tu organización, tu comunidad y, finalmente, puede contribuir a la sanación de nuestro planeta Tierra.

Por favor, pasa este libro a un familiar, amigo o colega, sabiendo que lo encontrará de gran ayuda e inspirador. Estarás dándoles un gran regalo.. ¡ Elevemos juntos el nivel de consciencia de la humanidad!

Permite que este libro te visite como un angel y te dé una nueva perspectiva a algunas de las situaciones con las cuales lidias actualmente en tu vida. Permítete ser guiado por la canción de *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida*.

Gracias por leer *SER Feliz: ¡Cómo ser feliz realmente!*

Disfruta tu viaje. Abrirá tus ojos, tu corazón y tu mente.

—LOUIS KOSTER, MD

## MI HISTORIA

Cuando tenía cinco años de edad, escribí sobre un pedazo de papel que quería ser cirujano. Claro, escribí mal la palabra “cirujano”. Mi papá era cirujano y lo admiraba. Él, a menudo, me llevaba al hospital, donde lo acompañaba en sus rondas. Amaba ir a su oficina. Ya que frecuentemente tenía que esperarlo, hacía mi tarea y sus enfermeras me daban galletas.

Cuando estaba para terminar la preparatoria, tenía la duda entre estudiar psicología o medicina. Había algo que me gustaba en relación a la presencia de mi padre y la manera en que interactuaba con sus pacientes, lo que me llamaba. Empecé a soñar con dar servicio, contribuir a la humanidad y ayudar a otros. Entonces, naturalmente, me inscribí en la escuela de medicina. Me hice la promesa de hacer algo que valiera la pena y pudiese crear una contribución de vida para otras personas.

La escuela de medicina fue un verdadero reto para mí. Materias académicas como anatomía, psicología y bioquímica no trataban ninguna interacción humana que me apasionara. Me sentí desconectado, como si fuese forzado a abandonar mis sueños. Memorizar sin ningún contexto significativo era difícil; demasiado abstracto para mí. No era la manera en que mi mente funcionaba.

Durante esta etapa, me sentía fuera de lugar y como si mi vida estuviese suspendida. Mi papá me animaba diciéndome, “Louis, el siguiente año será mejor, cuando tengas más pacientes clínicamente orientados.” Pero el siguiente año fue igual que el año previo, sólo un poco diferente en cuanto al tema de la materia.

Me esforcé mucho en la escuela de medicina, pasando exámenes, nunca perdiendo un año. Después de mi cuarto año, hice mi residencia en un hospital. Finalmente, estaba trabajando con pacientes! Pensé que todo, por fin, llegaría-caería en su lugar.

Mi emoción inicial, después de cuatro años estudiando arduamente, pasar exámenes y, finalmente, entrar en la fase clínica, desapareció rápidamente. La adrenalina del hospital me intimidaba junto con la inaccesibilidad de los doctores superiores y su sentido de auto-importancia. El ambiente no era de mi gusto- en la cafetería, había mucho chisme de los doctores muchos comentarios sobre quien le caía bien a las enfermeras y quienes no. Yo quería aprender a ser doctor y a cuidar de mis pacientes. Sin embargo, , como residente junior, fui limitado a hacer mandados para los doctores de planta, llevando pruebas de orina al laboratorio, tomando sangre- lo único de ser doctor era hacer las evaluaciones iniciales cuando los pacientes eran admitidos.

Encontré difícil balacear la presión de sobresalir en mis tareas con el deseo de realmente aprender. Sentí que era más parte de un proceso de producción que de un ambiente de aprendizaje. A menudo, me desvelaba hablando con pacientes, tomando notas y dirigiendo preguntas a doctores superiores. Todos tenían prisa. Me sentía exhausto cuando llegaba a casa alrededor de medianoche y sentía mi ser disperso.

Cuando había completado tres meses de residencia, fui llamado a conocer la cabeza del Departamento de Pediatría. Cuando entré al cuarto, no me miró pero hizo un gesto que me



sentara. Entonces dijo, “He hablado con los doctores de planta y otros especialistas que te han observado con tus pacientes.” Entonces, tomó una pausa larga.

“Tartamudéas!” declaró, finalmente mirándome. “Se supone que los doctores no tartamudéan. Ser doctor no va contigo. No te recomiendo que seas doctor, pero podrías trabajar en un laboratorio.

Estaba estupefacto. No respondí y me salí del cuarto.

### **Mi Tartamudeo**

Desde que tengo consciencia, mi hablar era rápido y tropezaba con mis palabras. No sucedía todo el tiempo pero sí a menudo cuando hablaba. No fue problema hasta que me llamaron para hablar en frente de la clase, cuando estaba en cuarto grado, para un examen oral. Aunque sabía las respuestas, me llevó tiempo y esfuerzo sacar la primera palabra de una oración. Si viste la película ganadora del Oscar®, *El Discurso del Rey*, ni te podrías imaginar lo que yo viví. Cuando hablaba y tropezaba con mis palabras, los niños empezaban a reirse. Hacía un esfuerzo para hablar sin tartamudear, pero sólo lo empeoraba.

Al principio, no me daba cuenta de lo que estaba sucediendo. Me sentía frustrado y amarrado en mi hablar. Por primera vez en mi vida, mi hablar no sólo era rápido, estaba tratando de encontrar la manera de expresarse. Ahora, una nueva consciencia se había adentrado...”Era tartamudo.”

Con esa realización, me sentencí a ser tartamudo. Desde este momento, estaba definido por mi hablar y me sentía atrapado dentro de algo que negaba mi espíritu, mi propio ser. La solución a mi dilema era esconder cómo hablaba. Me invalidaba a mí mismo y evitaba situaciones en las que las personas pudieran darse cuenta que tenía un impedimento de habla. Construí mi propia prisión de ser. Mi vida ahora se trataba de cómo no ser tartamudo.

## **Perseverando**

A pesar de haber sido regañado por la cabeza del Departamento de Pedriatría, seguía determinado a ser doctor. Continué mi residencia y, cuando asistía a cirugías, sobresalía. Algunos procedimientos eran claros para mí; los había observado muchas veces. También descubrí que tenía cierto ojo para la anatomía quirúrgica, particularmente con respecto a operaciones abdominales difíciles, donde el conocimiento de la anatomía podría salvar una arteria, prevenir un sangrado mayor y preservar estructuras vitales.

Un día, durante rondas matutinas, un cirujano superior me pidió que le informara de las condiciones de un paciente. Estaba muy preparado pero, cuando empecé a hablar, tartamudeé. El cirujano me miraba impacientemente, era evidente que estaba molesto. Me aventó preguntas esperando que acelerara mi respuesta pero, cuando dudé, llamó a otro residente para que se hiciera cargo del reporte. Estaba mortificado con la presencia de mis compañeros, un grupo de enfermeras y colegas vestidos de blanco.

Terminando las rondas, me fui del hospital a casa. Estaba harto. Allí y en ese momento, decidí no continuar mis estudios y dejar de seguir la carrera médica. Escribí una carta al consejo universitario; básicamente les di “el dedo”. Y después se lo dije a mi padre.

## **Decayendo**

Esa noche, mientras le contaba a mi novia mi experiencia, mi cuerpo se fue por sí mismo. Sin mi permiso consciente, empezó a enrollarse en una posición fetal. Era completamente consciente de lo que sucedía y podía ser testigo de ver mi cuerpo moverse. Ya que no quería que mi cuerpo se enrollara, detuve el movimiento. Inmediatamente, sentí una ansiedad abrumadora y tenía la sensación de que no había futuro ni

pasado. Y se me ocurrió que si dejara que ésta experiencia continuara, me desintegraría.



Inmediatamente, justo en ese momento, supe que estaba viendo las cosas de modo erróneo y que estaba sosteniendo la vida de modo incorrecto. Me di cuenta que la solución a mis pesares no se encontraba en culpar o en guardar resentimientos. Intuitivamente, sabía que la curación de mi ser se encontraba sólo en el perdón.

Debido a que era estudiante de medicina, mi cabeza vibraba con *todo* tipo de pensamientos. ¿Es esto un evento psicótico? Mentalmente analicé el diferente criterio del cual se compone un diagnóstico psiquiátrico. Intuitivamente, sabía que pedir ayuda al rubro profesional no era opción. Justo unos meses antes, había terminado una residencia en psiquiatría, donde había durado tres meses en planta psiquiátrica entrevistando pacientes, tomando sus historias, escuchando a mis supervisores hablar de los pacientes en formas que encontraba deshumanizantes y asquerosas.. Pensé, “si estuviese en el hospital y me viera un residente, él o ella inmediatamente me admitirían y me llenarían de drogas sin mi consentimiento”. Hasta podría llegar a ver a mis colegas de universidad mirándome con “fascinación”. Decidí que psiquiatría no era opción.

Durante el siguiente par de meses, literalmente viví momento a momento y traté de arreglar mi vida. Aunque estaba inseguro con lo que debía hacer, estaba determinado a seguir y reclamar mi vida. Para seguir adelante, me distraje a mí mismo de pensamientos debilitantes que pudiesen arrastrarme al valle de la desesperación.

A pesar de todo, era precisamente consciente de mi ser. Era tan claro como el agua, para mí, que todo esto realmente no era yo. Presentí la esencia de mi ser más allá de la lucha.

Mis sentimientos y mi estado actual estaban fuera de sincronía con la esencia de quien verdaderamente era yo. Algo dentro de mí me dijo que había más vida que esto. Me di cuenta que tenía que agarrar la vida de otra manera. Me di cuenta de que algo tenía que cambiar dentro de mí para reclamar mi vida. Entonces, hice un plan para curarme y regresar al camino.

### **Reponiéndome**

Tomé un cuarto chico y viví solo. Para evitar caer en un hoyo profundo, me aseguré de mantenerme ocupado. Decidí ya no permitirme ser inmovilizado en mis momentos presentes. Empecé a darme pequeñas y simples tareas. Después tomé deberes más complejos. Hice un plan para confrontar mis miedos. Salí a la ciudad y empecé a conversar con extraños, en particular, personas con las que pensaba que podría tartamudear. Lo tomé a mi mismo para tartamudear deliberadamente y retarme a ver si podía aguantar la incomodidad de las miradas descontentas. Con cada encuentro, expandía mi zona de confort. Me decía a mi mismo,

Es horrible pero, qué lo hace ser tan horrible?

Dónde está la evidencia por el cual no lo puedo aguantar?

Es incómodo pero, qué lo hace ser tan incómodo?  
Esta incomodidad me va a matar?

Las respuestas eran, obviamente, que sí lo podía aguantar; que no me mataría.

“No!”

Aprendí a ser valiente. Me di cuenta de que quien realmente era no iba a desboronarse por sentirme menos a la vista de otros que me ridiculizaban. Detuve la resistencia a mi tartamudeo

y así fui capaz de sobrepasar la incomodidad. Me di cuenta que el sentimiento de desprecio no iba a destruir mi ser, sino todo lo contrario. Para mi asombro, descubrí que aguantar el desprecio, ser capaz de estar con él, me dejaba en un espacio de *libertad inmensa*. El verdadero sentir de quien yo era seguía intacto. Estaba liberándome de mi propia prisión del *ser*. Empecé a reclamar mi capacidad de hablar con fluidez.

Con cada paso que tomaba para retar mis miedos, estaba reclamando una parte de mí, de la cual ya me había olvidado. Conforme ganaba más confianza, pensaba acerca del futuro. Me preguntaba,

¿Qué es lo que sigue?

¿Qué debería hacer con mi vida?

¿Qué me gusta hacer por la simple razón de gustarme hacerlo?

¿En qué me puedo involucrar que me apasione tanto?

Me di cuenta de que no tenía que actuar para darle gusto a mis padres, para llenar sus expectativas o mirarme bien ante sus ojos o los de otras personas. Necesitaba buscar cosas con las cuales pudiera estar apasionado, experiencias que me pudiesen dar alegría y emoción genuina.

Cuando era un niño, nuestra familia vacacionó en España, cerca de Barcelona. Recuerdo el olor a polvo y las piedras de terracota de la pequeña villa de pesca de Cataluña. Amaba el inspirador sonido del lenguaje español. Pensé en el baile en el zócalo de la villa donde uní manos con extraños mientras bailábamos con abandono en círculos. Suena tonto, o trivial, pero esto era lo único en mi vida que literalmente me inspiraba con un sentido de vida en ese momento.

Entonces decidí aprender a hablar español y bailar flamenco.

La pasión del flamenco me inspiró. Después de una vida haciendo lo que se esperaba de mí y siguiendo las reglas de alguien más, iba a tomar las riendas de mi propio destino. Por primera vez en siglos, me sentía emocionado con mis planes!

Me inscribí en una escuela de idiomas en Pedregalejo, una pequeña aldea cerca de Málaga. Para elevar mi aventura, decidí irme de mochilazo a España. Quería un reto, dejar lo familiar y entrar en lo desconocido. Mi plan era ir de gasolinera en gasolinera, mirando a las personas y decidiendo a cuáles me podría acercar para un aventón.

### **De Mochilazo**

Una serie de esos aventones me llevó a la frontera entre Francia y España. En la intersección, me quedé parado bajo el ardiente sol de mediodía viendo las largas filas de carros mientras se detenían antes de resumir su trayecto. Cuando vi a una mujer manejando con dos niños pequeños, agarré confianza, la saludé y rogué no tartamudear. Con mi mal Francés le pedí un aventón.

“Claro, a dónde vas?” respondió ella.

“A Málaga,” dije.

“Bien, sube,” respondió ella mostrándome dónde poner mi equipaje. Entonces, me pasé al asiento trasero. Manejamos todo el día y noche al sur de España y hablamos continuamente. Su nombre era Marie de la Soudiere. Su esposo trabajaba en Génova con los Refugiados del Alto Comisionado de las Naciones Unidas. Le dije que había sido estudiante de medicina y le platiqué toda mi experiencia.

Marie tenía una franqueza refrescante, tremenda gentileza y una perspectiva tan amplia que me abrió los ojos a otro panorama de vida. Ella y su esposo habían trabajado para la Comisión Internacional de Rescate en los campos de refugio de Asia, en mayoría con las personas Vietnamitas de botes.

Ella me dijo cómo los doctores hacían una enorme diferencia al trabajar en esos campamentos ayudando a las personas con necesidad. Estaba ensimismado e inspirado, por lo que la bombardeé con preguntas. Marie me platicó acerca de su esposo y sus esfuerzos, acerca de los refugiados, sus condiciones de vida, el sufrimiento y los peligros que sobrepasaron.

Nuestras pláticas le dieron a un nervio y revivieron sueños que yo había enterrado. Me imagine lo que sería trabajar como doctor para los necesitados y desprivilegiados; practicar medicina humanitaria. La idea de aplicar mi conocimiento a otros me emocionó y me inspiró.

## **Málaga**

Llegamos a Málaga a las 5:30am, después de hablar sin parar. No estaba ni siquiera un poco cansado, de hecho, justo lo opuesto: estaba energizado, sobrecargado. Mientras manejábamos, los primeros rayos del sol abrían la oscuridad y causaban que una luz muy luminosa barrierá las casas al pasar. Ese brillar parecía que traía consigo un nuevo comienzo. Me levantó mis ánimos y me inyectó esperanza. Finalmente, después de meses de desesperación, sabía que había dado la vuelta.

Partimos caminos en una cafetería, pero lo que aprendí de Marie se quedó conmigo. En la cafetería, intenté hablar español. Ya que sólo sabía unas pocas palabras, hablé francés con lo que yo pensaba que tenía un toque de español. En esta travesía, había dejado de etiquetarme a mi mismo, retar cada “yo soy” que detenía mi crecimiento; haciendo lo que genuinamente quería y explorando lo desconocido. Hice una decisión para ya no dejarme llevar más por declaraciones como: “Este no soy yo”; “No puedo hacer esto.” Hice una decisión para ya no ser detenido por mi autodesprecio “Yo soy” y abrirme a una nueva y emocionante experiencia.

Mientras intentaba comunicarme en “mi español”, mi mesera me miraba como si fuera de otro planeta. Después me empezó a hablar español a un ritmo quiebra cuellos. Tras dos o tres oraciones, los dos soltamos la carcajada y, con esa risa, pudimos conectarnos. Ella habló mas lento, me dio la bienvenida y me hizo sentir cómodo. Este primer encuentro marcó el tono para el resto de mi travesía. Sabía que iba a titubear, tropezar y caer. Tal vez hasta tartamudear, pero lo podía aguantar y seguiría presionando.

Fui a la escuela de idiomas a registrarme, caminé alrededor del pueblo y después al alojamiento que me habían asignado. A las 4 a.m., la siguiente mañana, fui a la playa. Durante mi caminata el día anterior, había visto pequeños botes en la playa y descubrí que salían a pescar temprano cada mañana. Me acerqué a uno de los pescadores y le pregunté en “mi español” si podía ir con él ese día. Me hizo un gesto para abordar y preparó lanzar el bote.

Pronto estábamos en el mar. Estaba emocionado. Mientras la refrescante brisa revitalizaba mi piel, sentí asombro, fascinación y el sentimiento de estar genuinamente vivo. En la penumbra de la mañana, esparcimos las redes que después recolectamos cuando estaban llenas de pescado. Después, nos adentramos más para soltar más redes.

Teníamos intervalos de silencio y, en momentos, me perdía en la tranquilidad. Jamás me había sentido tan relajado. El estrés de la escuela de medicina ya era pasado. De momento a momento, mi ensueño se rompía cuando el pescador prendía el motor para adentrarnos aún más. Cuando era tiempo de cosechar, ayudé a recoger las redes y a reunir el pescado. Era difícil, pero trabajo estimulante. Al siguiente día, fui a mi primera lección de español. Mi clase se componía de nueve estudiantes, todos principiantes de diferentes nacionalidades. Marie-Carmen, nuestra maestra, se presentó y nos pidió que



dijéramos nuestros nombres, de dónde veníamos y decirles a la clase algo de nosotros. Cuando fue mi turno, decidí contar mi experiencia del bote de pesca, que aún me emocionaba.

Mientras hablaba, nuestra maestra me miraba de forma extraña. Y de repente soltó una gran sonrisa y dijo, “Ese pescador es mi padre. Entonces, tú eres el extraño que se acercó a él y lo llevó al mar!”

## **El Flamenco**

Estaba motivado para tener un sentido más profundo de la ciudad así que, caminé las calles. Absorbí lo visual, lo sonoro, el gusto y los olores. Me perdí, encontré nuevamente mi camino y me perdí de nuevo. En algún punto, conocía cada grieta en las banquetas, cada tope en los caminos. Incluso algunas caras me parecían familiares. El idioma español se convirtió musical y menos confuso para mí. Empezaba a comprender más palabras y frases.

Mientras caminaba, me di cuenta que por primera vez en mi vida, estaba dónde yo solo decidí estar, haciendo lo que solamente yo decidía hacer en mi propio tiempo y términos. Ya que era mi decisión ir a Málaga, yo — y únicamente yo — era responsable de cada experiencia que tenía. No había espacio para quejarse o hacer algo que me quitara la experiencia completa que llegué a disfrutar en Málaga.

Empecé a tomar lecciones semanales privadas de una maestra de flamenco. Ella me enseñó el Pasodoble y muchas variaciones de éste. Al principio, mis pasos eran como mi hablar: tartamudos, titubeantes y apretados. Pero con la práctica, mejoré. Por la noche, iba a los bares donde se practica mi baile. Me concentraba en mis movimientos e ignoraba mi hablar interno, miradas y palabras ajenas.

Después de unas semanas, tomé un camión a Sevilla, donde bailar flamenco es una forma de vida. Encontré pequeños

bares donde la gente iba a bailar. En estos bares, la gente se animaba el uno al otro para bailar; bailaban libremente, llenos de gracia y hacían un show increíble.

Cuando cada canción comenzaba, gente, la mayoría de las parejas, se adentraban a la pequeña área de baile. Y entonces, se liberaban apasionadamente. Era celebrar la vida. Elegantemente, los bailarines se paraban erguidos, orgullosos y preparados. Mientras volteaban, posaban y hacían posturas, cada movimiento era deliberado y empático. Tenía lágrimas en mis ojos.

Mientras veía, mantuve un dialogo interno conmigo mismo, “Lo puedes hacer”, me dije. Pero algo dentro de mi contestaba, “Louis, eres un extranjero, éste no es tu baile. Eres un amateur, cuando estas personas han bailado flamenco toda su vida.”

Durante este debate, palpitaciones me abrumaron, mi boca estaba seca. Lentamente, cuidadosamente, me levanté, caminé entre las sillas y me adentré al área de baile. Entre gritaba palabras de ánimo teñidas de sorpresa y algunos hasta risa. Todos los ojos estaban en el Gringo. No sólo era yo el centro de atención, pero mi presencia en la pista de baile estaba siendo enviada por satélite a través de todo el universo, incluso a planetas aún sin descubrir — y todos estaban mirando.

A pesar de mis miedos, o tal vez debido a ellos, me aventé al baile. Me aventé al ser. Para aclarar mi mente, cerré mis ojos y enfoqué en la música. De repente, la música del flamenco me atrapó. Entró en mis arterias y fluyó a través de mí. En ese momento, sentí que nadie más estaba en el cuarto. Estaba vivo, fluyendo suavemente, lleno de gracia.

Cuando abrí los ojos la gente estaba callada y asombrada.

Las expresiones en las caras de todos me dijo que yo era uno con la música. Mientras bailaba, me sentía vivo. En ser uno mismo con el baile y en el ser uno mismo con la música, experimenté unidad en mi acción. “Había llegado a caso al ser.” Había encontrado mi voz. Éste era mi momento decisivo,

donde dejé cualquier preocupación por opiniones ajenas detrás de mí. Éste era el momento donde no estaba siendo *algo* sino simplemente *siendo*. Estaba inmerso en el verdadero bienestar del ser. En ese momento, dejé mi identidad atrás, me hice libre, y lo que estaba destinado ser. Me sentí enriquecido, apreciativo y enamorado de la vida. Simplemente, estaba *siendo*.

### **Un nuevo comienzo**

Mis siguientes tres meses en este pequeño pueblo cerca de Málaga pronto llegaban a su fin. Acababa de terminar mi última clase y me restaban dos días para decir adiós a Málaga y a mis muchos nuevos amigos.

Las montañas me llamaban mientras aventuraba sobre las calles curvantes que se dirigían a ellas sin ningún destino claro a la vista. Encontrando una baja pared de piedra, me senté absorbiendo la calidez del atardecer de verano con mis piernas columpiando a la orilla. Mi niño interior de cinco años se emocionaba por salir y gritarle a cualquier persona, “¿Quién quiere jugar conmigo?” “¿Quién quiere jugar conmigo?”

Esto sólo era el momento de decir adiós. Contemplé la travesía extraordinaria de la cual fui parte y fue parte de mí. Me sentí energizado, emocionado. Sentía como si hubiese reclamado mi vida y todo lo que había pasado antes de mi travesía ya no importara . Había llegado a mi hogar a ser. Ahora *me dirigía* a mi casa. Entonces pensé:

¿A qué voy a casa?

¿Qué iba a hacer?

¿Cómo puedo hacer mi vida significativa e incorporar las experiencias de crecimiento, paz e iluminación que había adquirido?

¿Cuál es mi llamada ?

Y entonces todo fue tan claro. La voz de Marie resurgió. De repente recordé la conversación donde ella platicó sobre un doctor joven haciendo trabajo extraordinario en campos de concentración y en zonas de guerra. Pensé, “Yo *puedo* hacer eso.”

*Puedo* regresar a los Países Bajos, confrontar a las personas de la Universidad cuando me salí de escuela de medicina. Les haría saber que tuve una experiencia que me cambió la vida, que no era la misma persona y pedirles que me aceptaran nuevamente en la universidad para terminar mis estudios para convertirme en doctor. Sí, podía hacerlo.

Podrían dejarme empezar en mis residencias superiores una vez más con ciertas condiciones, pero sabía que podía hacerlo. Pensé en mi travesía a España, logrando lo comprometido y enfocando mi mente a aprender español y bailar flamenco.

El cómo aprendí español con fluidez y amaestré el flamenco. Sí, sí lo hice.

Pensé, “Si puedo hacer eso, entonces puedo hacer esto.” Hice allí una promesa de que estaría de regreso en tres años exactamente en el mismo lugar, sentado en el muro, y me diría a mí mismo, “Sí, lo hice. Terminé mis estudios médicos y reclamé mi vida.”



Me di cuenta de que yo era la fuente de mi aprisionamiento. Yo soy la fuente de todo lo que se manifiesta en mi vida. Nadie más ni nada más. Yo soy la fuente.

Durante unos segundos tuve una carga intensa de energía que permaneció en mi mente. Miré deliberadamente a mi ambiente, los coches que pasaban por debajo, el horizonte en el mar y la silueta de Málaga. Mantuve esta promesa en mi mente, lo suficiente hasta que yo entendí que *Málaga lo entendió*. “Regresaré aquí, haciendo cumplir esta promesa.” Era el nuevo yo, el nuevo Louis. Málaga me cambió la vida.

## Regresando a casa

Cuando regresé al lugar donde crecí, Utrecht, me sentía como si estuviese hablando otro lenguaje. Ya no estaba viviendo en un idioma que era acusador, un lenguaje de quejas, un hablar de “si hubiera” y “debería”. Me sentía completamente responsable de mi vida. Era como si estuviese en contacto con otra dimensión. Me sentí empoderado por la vida. Había reclamado mi voz.

Fui a ver a mis padres y dejarles saber que estaba comprometido a terminar la escuela de medicina y que tenía la intención de trabajar para “Doctores Sin Fronteras.” Mi padre estaba verdaderamente encantado. En su encanto, había un reconocimiento brillando en cuanto al abrazar mi decisión como el seguir con el verdadero espíritu de la medicina. Escribió una carta al consejo gobernante de la escuela de medicina, dejándoles saber que su hijo había visto la luz y pasaba por alto la carta que les había mandado seis meses antes — la famosa carta que les había dicho que todos se la metieran. Entonces hizo testigo para darme una oportunidad para terminar la escuela de medicina y dedicar mi vida a la humanidad.

Mi padre era muy bien respetado en la comunidad médica y conocía a la mayoría de las personas de éste consejo. Él recibió una respuesta donde yo estaría por presentarme con él ante un consejo para nuestro caso. Estaba emocionado y entusiasmado — tenía otra oportunidad, esta vez un nuevo yo... el verdadero yo.

Cuando nos presentamos, a mi padre le preguntaron si él podría garantizar que yo no demostraría ningún comportamiento rebelde y él respondió con un incondicional, “Sí.”

Entonces, uno de los profesores superiores me miró y dijo, “Permitiremos que continúes tus estudios, pero bajo una condición...” Su pausa me dio un escalofrío, pero estaba

dispuesto a tomar cualquier condición, pensando en mi conversación con Marie en ese largo viaje a través de la noche desde la frontera francesa a Málaga. Respondí, “Sí, cuál es su condición?”

“Nuestra condición es ... una palabra que resulte en tartamudeo y estás fuera!”

Dije, “Está bien, puedo aceptar esa condición.”

Hubo una pausa y, sin esperar su respuesta, me di la vuelta rápidamente y salí con mi padre. Estaba tanto estupefacto como emocionado. Dentro de mí, me dije, “Yo *puedo* hacer esto.”

### **Perdiendo mi voz**

Después, fui a ver a mi ahora ex-novia. No lo sé por qué, pero tenía esta gran necesidad de compartir mi reciente travesía con ella y reconectar con ella ahora que tenía una nueva consciencia. Estaba muy nervioso y no sabía cómo empezar. Entonces sólo lo hice. Le platiqué sobre mi aventura y las decisiones claves que hice para que me guiaran a la nueva libertad de ser.

Escuchó con atención. Fue muy animosa y mostró interés verdadero. Estaba lleno de energía y con tanto gusto de que ella no pensara que le estaba hablando en un idioma raro... Estaba feliz de haber partido amistosamente.

Unas pocas semanas después, cuando la vi de nuevo, ella me estaba platicando acerca de su familia, cómo se sentía en cuanto a su vida. Mientras ella hablaba, me di cuenta que nada de lo que le había contado había hecho un cambio en ella; nada le había preocupado.

Fue allí cuando me di cuenta del hecho que el haber compartido mi transformación con ella no había hecho ninguna diferencia y que mi modo de comunicar no le dio ninguna nueva consciencia. Me tomó de sorpresa por completo y me tiró la moral por los suelos. El sentido de presencia que había atesorado después de mi regreso de España se borró

por completo con *una* conversación. Me sentí desinflado y sentí presente un sentido de auto-menosprecio que no me podía sacudir y que me quitaría de estar en la presencia de lo que había logrado en mi travesía a España. Lo sentí como si hubiese perdido mi voz de nuevo. Me sentí devastado.

Reflexionando en lo que había pasado, me di cuenta de que *si* yo fuese a sentirme sin poder, entonces eso sería *mi* responsabilidad, *no* la suya. Me di cuenta de que había traído una expectativa y petición a la conversación, lo cual no estaba con la verdad de mi nueva consciencia y que me había tendido una trampa para estar decepcionado.

Después de unos días viviendo con mi propia miseria, me armé nuevamente y prometí recapturar el espíritu de esta consciencia que se me había escapado. También decidí ser consciente de lo que ni siquiera había visto en ese momento.

Lo que tenía que ser transparente para que yo comunicara efectivamente era:

¿Cuál era la naturaleza de la transformación que había experimentado en mi travesía a España?

¿Cuál era la verdad de mi nueva consciencia y cómo compartir esto verdaderamente con otros?

Durante los siguientes 20 años, me hice a mi mismo estas preguntas y mantuve un diario. La vida me seguiría guiando en una aventura interesante, donde con cada obstáculo tendría que sobrepasar la verdad de quien era, al ser revelada ésta.

### **Manteniendo mi promesa**

Terminé la escuela de medicina sin titubear ninguna palabra y mantuve mi promesa de trabajar para “Doctores Sin Fronteras”. Trabajé durante 10 años yendo y viniendo de zonas de guerras, Bosnia, Angola, Liberia, el sur de Sudán, con refugiados en Pakistán cerca de la frontera con Afganistán y con refugiados

de Cuba y Haití en la Bahía de Guantánamo. En Rumania, mis habilidades médicas alcanzaron familias desprivilegiadas y niños en orfanatos.

Durante este tiempo, recibí varios reconocimientos por mi trabajo humanitario. Muchas de mis misiones me llevaron a una variedad de situaciones comprometedoras donde también mi vida fue amenazada. En una de mis misiones en el extranjero, el avión donde íbamos fue desviado por secuestradores y pude salvar la vida de un guardia de seguridad a quien le habían disparado. En otra ocasión, fui amenazado por un soldado que puso una pistola en mi cabeza y su bota plantada sobre mi cara y sujeta al pavimento del camino. Me liberé al alzar mi voz diciendo que estaba allí para hacer una diferencia para sus personas y que exigía que me llevara a ver a su líder. Su líder era Charles Taylor, quien me dio la mano y me dejó ir. El mismo Charles Taylor que llegó a ser Presidente de Liberia y que, subsecuentemente, encarcelaron por haber cometido crímenes de guerra, crímenes en contra de la humanidad, terror, asesinatos y violación.

### **Poniendo a prueba mis creencias**

Si realmente quieres saber quién eres y de qué estás hecho, intenta trabajar con un doctor de zona de guerra. Cinco años habían pasado desde mi primer despertar. Cuando servía como coordinador médico de una unidad quirúrgica para el Comité Internacional de la Cruz Roja en el Sureste de Angola durante la guerra civil, obtuve mi primera y verdadera prueba.

Habíamos escuchado, temprano en la mañana, a lo lejos, el retumbar de un camión. En la jungla de Angola, no ves... escuchas. Mientras se acercaba, vimos lo que parecían varios soldados descansando atrás. La gente corrió hacia el camión y empezaron a gritar. Cuando me acerqué al camión, vi ocho



varones jóvenes vestidos de uniforme y empapados de sangre. Me tomó varios segundos darme cuenta que no había nada en las partes bajas de esos uniformes empapados en sangre-una o ambas de sus piernas ya no estaban. Era como si las partes superiores de unos muñecos hubiesen sido dejadas en la parte trasera del camión, olvidadas por su dueño.

Fue una experiencia irreal. Esperaba escuchar quejidos o sus rostros expresar agonía. En vez, lo que escuché fue nada- nada. Algunos de estos jóvenes ya estaban muertos mientras los cargábamos desde el camión. Aprendimos que eran niños, soldados rebeldes, que habían pisado minas. Habían viajado, por lo menos, un día por camión y durante casi toda la noche para llegar a nuestra unidad quirúrgica. Rápidamente, nos dimos cuenta que había varios que estaban severamente deshidratados y en estado de shock debido a la pérdida sanguínea. Mi equipo trabajó todo el día y noche bajo condiciones primitivas en nuestro intento de prevenir infecciones y sepsis. Aquellos a quienes pudimos operar y salvar, lo hicimos.

Hasta hoy en día, sigo atemorizado por los rostros de estos jóvenes. Estaban quietos y confundidos, no comprendiendo ni entendiendo lo que les había pasado. Sentí nuestra humanidad en común y, al mismo tiempo, la futilidad de la guerra. Sentí la insensatez de cómo nos podemos perder en la vida y abrumarnos en nuestras circunstancias. Me di cuenta de que mi trabajo hasta ahora había sido lidiar con situaciones de vida y muerte donde era *obvio*. Ahora sentía una necesidad convincente de tener algo que decir y que también era cuestión de vida o muerte, pero *no* era tan obvio. Me di cuenta que despertar a la verdadera naturaleza es urgente. Se trata de vida o muerte.

Entonces, allí hice un compromiso para dejarme a mí mismo en un entrenamiento de por vida para desarrollarme a mí mismo y recapturar la consciencia que se me había escapado.

Además, hice un compromiso para crear una organización que pudiese contribuir a la resolución de conflictos de manera pacífica, en vez de lidiar con los efectos de fricción o luchar.

Cuando me mudé a Los Ángeles, a principios de los 90s, para estudiar salud internacional pública, los disturbios de Rodney King se iniciaron justo el día que llegué a unas millas de donde vivía. Mientras veía gasolineras quemándose en las noticias, pronto me di cuenta que estaban a la vuelta de la esquina de donde vivía. A pesar de mi aprehensión, manejé temprano en la mañana al centro de Los Ángeles, evitando las áreas donde los disturbios aún seguían activos, y ofrecí mis servicios a la Cruz Roja local. Me dieron a cargo un refugio que fue un centro de evacuación. Fui honrado al recibir un reconocimiento por mi esfuerzo al ayudar a aquellos que fueron afectados por los Disturbios de Los Ángeles de 1992.

En 1995, Bosnia era la noticia . Doctores Sin Fronteras de Nueva York contactó conmigo para trabajar en un área desecha por la guerra. Cuatro días después, volé a Split, una ciudad en Croacia- anteriormente Yugoslavia. Antes de partir, vacié mi apartamento, guardé mis cosas, regalé lo que no necesitaba y, una vez más, cambié mi vida.

Me enviaron a Bihac, un pueblo grande en las colinas de Bosnia, la cual estaba bajo ataque de artillería Serbia desde trincheras en las montañas cercanas. Los bombardeos empezaban alrededor de las 7:30 a.m. y cesaban usualmente a las 8:30 a.m. exactas , sólo para empezar de nuevo en la mañana, como un reloj ajustado. El piso se sacudía con cada ronda- nunca fue claro para mí a qué le estaban atinando los Serbios. Mi cuarto estaba en un edificio que solía ser un hotel. No tenía agua caliente, sólo agua helada. Hombres y mujeres estaban en las calles, moviéndose a paso normal, haciendo lo que hacían.

Esta apariencia de normalidad me relajaba en cierto modo, a pesar del presente sacudir de la artillería, disparando siempre

en el fondo, como si fuera una nube pasante. Hice amigos con muchos y disfruté de muchas veladas en sus hogares mientras cenábamos. En un hogar, uno de los hombres recogió su pistola al final de la cena, se fue y regresó la siguiente mañana- era tiempo de su labor al frente.

Viajé a través de Bosnia con un casco y chaleco antibalas. Escuchábamos a Aretha Franklin mientras manejábamos nuestro Toyota Land Cruiser al visitar hospitales y paradas médicas de pueblo en pueblo. La experiencia era irreal. Muchos fueron abandonados- muchos habían sido quemados. La devastación era masiva, la cantidad de muertos inmensa.

Cuatro años después, y después de que la guerra terminara, fui a visitar Bosnia con un grupo de donantes y voluntariado para inspeccionar proyectos y considerar solicitudes de donación. Estábamos visitando áreas cerca de donde solía trabajar en 1995 y habíamos parado el coche para preguntar direcciones. Un hombre muy alto y delgado se nos acercó y empezó una conversación casual diciendo que él era Serbio y conocía el área muy bien.

Ya que sabía unas cuantas palabras en el idioma Bosniano, él me preguntó dónde lo había aprendido. Le dije, “En Bihac.” “Ooh, eso es interesante. Estuve trabajando cerca de Bihac.”

Con la verdadera curiosidad y el mucho asombro de quien ha encontrado algo en común con otra persona, le pregunté qué había hecho durante la guerra. Su respuesta me intrigó aún más.

“Pues, fui parte de la unidad de artillería,” dijo.

Yendo y viniendo con preguntas, me di cuenta que él había estado en las colinas rodeando Bihac durante el mismo tiempo que yo. Entonces dije, “Por lo tanto, estuviste disparando a Bihac?”

“Si.”

Ahora me daba cuenta que estaba platicando con alguien que una vez estuvo disparando municiones en un lugar donde vivía. Dije, “Te puedo preguntar algo?, sólo tengo curiosidad... siempre me preguntaba por qué la artillería empezaba a las 7:30 a.m. y de repente se detenía a las 8:30 a.m.”

Me miró con una sonrisa y se notaba sorprendido de que le preguntara algo tan obvio. “Claro, a las 8:30 a.m. dejábamos de disparar porque era el momento en que desayunábamos!” Sí, la guerra es irreal.

### **Cumpliendo mi sueño**

Regresando a Los Ángeles después de mi misión en Bosnia, empecé una compañía que proveía de servicios de consulta para un pequeño negocio y organizaciones para la comunicación asertiva y trabajo en equipo. Ayudó a cumplir mi sueño de contribuir a la humanidad al crear asociaciones y acoger edificios de comunidades. Trabajé con voluntarios dedicados, líderes emergentes y jóvenes de México y los Países Bajos, líderes de pandillas en la Central Sur de Los Ángeles, organizaciones en Rumania y líderes cívicos en Serbia. Trajimos programas transformacionales a escuelas en Los Ángeles y a musulmanes y cristianos en una iniciativa interreligiosa después del Once de Septiembre.

En 1997, el Presidente Ruso Michael Gorbachev, personalmente me invitó a ser miembro fundador de una organización dedicada para ayudar a niños en Rusia.

### **Siendo humilde**

Después, en 2002, me declaré en quiebra debido a una inversión desafortunada e imprudente. La bancarrota trajo un término a mi existencia independiente en Los Ángeles y al trabajo humanitario que había creado y al que había invitado a otros

a unirse. Regresé con mi padre para hacerle saber que el dinero que él había guardado para mis proyectos ya no estaba. Sentí que había defraudado a mi padre. Pensé que mi sueño de lo que era posible para la humanidad se había ido. Cuando visité a mi padre, sentí que ya sabía.

Me humillé a mi mismo al pedirles a mi hermano y a mis amigos que me prestaran dinero. Para mantenerme, les pedí a contactos de negocio que me dieran contratos de consulta a precios bajos. Sentí que podría estar viviendo en las calles en cualquier momento y siempre estaba en el punto de no poder pagar mis gastos y, particularmente, esos intereses altos de las tarjetas de crédito.

Tuve que cerrar la oficina de mi compañía de consulta y dejar ir a quienes contraté y a los voluntarios que habían estado trabajando conmigo. Me rompió el corazón. Empecé a buscar empleo. En el internet, encontré una posición como CEO de una de las más grandes organizaciones para refugios de personas sin hogar en Los Ángeles. El día de la entrevista, la idea me llegó, “O esta organización me contrata como su CEO, o tendré que aplicar una solicitud con ellos para prevenir que me quede sin hogar!” Pensé en la ironía de la situación, lo cual me hizo sonreír- era un chiste irónico... Me dieron el trabajo.

### **Encontrando a mi alma gemela**

Fue durante esta parte de mi vida cuando conocí a mi alma gemela. En Los Ángeles no es fácil encontrar un alma gemela, pero estaba listo para ella. Los Ángeles es una gran ciudad y ya había conocido a muchas personas, pero no realmente a alguien que tocara mi alma. Decidí registrarme en un servicio de citas en internet. Después de un rato, recibí un correo que llamó mi atención- enviado de Australia. ¿Australia? Estaba

en California. Su nombre era Francesca. Empezamos un intercambio de emails y platicábamos por teléfono. Nuestras conversaciones eran ligeras y tontas, como si fuéramos dos niños de primaria divirtiéndonos. Yo era el que le jalaba las coletas.

Cinco meses después nos casamos. Finalmente, mudándonos a Australia donde nuestra hermosa hija nació y donde yo practiqué medicina en un pequeño pueblo de Victoria, durante nueve años.

### **La Decisión**

Entonces, las nubes nos siguieron. En el otoño de 2008, Australia tuvo un fuerte golpe con la Gran Recesión y, como a muchos otros, le dio duro. A un punto, sólo era cuestión de días para que ya no tuviera dinero. Estaba pensando en qué decirles a las personas a quienes había contratado en mi práctica médica. Había momentos en los que el estrellar mi carro con un árbol parecía una opción atractiva.

Conduciendo al trabajo y midiendo mi situación de vida, de repente se me ocurrió que yo tenía una confianza fundamental en la vida.



Me di cuenta que, si realmente confiaba en la vida y creía que la vida era fundamentalmente buena, yo podía confiar que lo que me estaba pasando en la vida era fundamentalmente bueno, aunque no era lo que quería en ese momento.

Lo peor que me podía haber pasado era declararme en quiebra-algo a lo cual fui forzado a hacer años atrás en Los Ángeles. Lo peor que me podía haber pasado era que gente, que respetaba y que me conocía como un doctor muy trabajador y un buen proveedor de mi familia, estaría decepcionada. Mi reputación se iría a la basura. Me di cuenta de que si esto

*fuese* a pasar, la esencia de quien soy permanecería intacta. Me podrían quitar mi casa, mi reputación, mi carro, mi ropa, pero la esencia de quien soy seguiría intacta. Siempre podría empezar de nuevo.

Estaba presente ante la verdad de quien yo soy. Esta consciencia me dio una abrumadora sensación de paz. Me sentí conectado con mi verdadera naturaleza. Nada podría tocar la verdadera esencia de quien yo soy. Había entrado a una nueva consciencia, tanto para mí como para mi vida.

Me guió para que ya no maldijera lo que estaba pasando en mi vida o por decirme a mi mismo que mis circunstancias no fueran de la forma que eran, para permitir lo que estaba sucediendo.

Llegué a darme cuenta que la manera para mantener vivo este espacio del permitir , como una consciencia constante, era al elegir ser feliz, pleno y contento, sin importar lo que las circunstancias de vida fuesen. Esta decisión me requirió cambiar y expandirme a mí mismo en medio de mis retos diarios, en vez de demandar a las circunstancias de la vida cambiar para acomodarse a mis comodidades y preferencias.



Me di cuenta que yo era la fuente de mi propio aprisionamiento e infelicidad.

Hice *La Decisión* incondicional- con pasión. Me llevó a una travesía sensacional, para descubrir mi propia verdad, llegar a una nueva consciencia. Ya no estaba inmovilizado y atrapado, como un venado ante un camión, por mis circunstancias. Me traje de vuelta una vez más con las experiencias del ser, algo que había perdido hace muchos años en *una* conversación.

Interrumpió el ciclo de desesperación que consiste en luchar y nunca llegar. Me traje de vuelta en contacto con mi propia naturaleza, lo cual me permitió ser fiel a mí mismo. Le di vuelta

a mis finanzas y llegué a ser más exitoso de lo que podría haber imaginado. Convertí mi práctica médica en una práctica floreciente. Había convertido mi palabra en una varita mágica.

Ahora, permíteme compartir contigo cómo tú puedes hacer lo mismo.



## SIENDO VERDADERO CONTIGO MISMO

**L**as personas están infelices, frustradas, insatisfechas. Quieren más de la vida. La mayoría no sabe qué hacer al respecto y en muchas ocasiones sólo tratan de hacer que sus situaciones empeoren. No sólo es que su infelicidad arruina sus propias vidas, sino que también puede derramarse e infectar a sus amigos, familiares y sus comunidades. Sus sentimientos establecen un tono que puede llegar a drenar su vitalidad y dominar sus vidas. No resulta sorprendente que la mayoría se sienta atrapada, desanimada y deprimida .

Considero que la razón por la cual las personas son infelices es porque han olvidado cómo confiar en ellos mismos. No confían en ellos mismos porque ellos no saben cómo ser verdaderos consigo mismo. En vez de vivir auténticamente — haciendo lo que se siente natural y bien para ellos — escuchan otras voces, otro idioma, que les dice qué hacer y cómo sentir.



El hecho de que las personas no confíen en ellas mismas, tiene mucho que ver con el lenguaje y cómo conllevan la experiencia ellos mismos a través del lenguaje que forma su vida.

Cuando yo utilizo la palabra “lenguaje” en este libro, no sólo me estoy refiriendo al hablar otro idioma como Italiano, Francés o Japonés.

Me refiero a todas las influencias a las cuales hemos sido expuestos hasta la forma quien pensamos que somos, o quien pensamos que deberíamos ser. Por ejemplo, los mensajes que recibimos de nuestra familia, amigos, culturas, educación y religión. Yo los llamo nuestros lenguajes de nacimiento.

### **El impacto del lenguaje**

Aunque usualmente no pensamos mucho en ello, el lenguaje juega un enorme rol en nuestras vidas. Desde la infancia, le da forma a nuestros pensamientos, sentimientos, acciones y nuestro sentido de quienes somos.

Nuestro lenguaje de nacimiento está incrustado con costumbres y reglas que comúnmente son únicas para toda variedad de grupos. Se espera que aceptemos y sigamos estas costumbres y reglas, y las pasemos. Nuestros lenguajes de nacimiento crean expectativas que nosotros sentimos que hay que llenar. Estos lenguajes influyen cómo nos vemos a nosotros mismos, lo que sentimos y como actuamos. Nos pueden dividir de la vida y del uno al otro.

Demasiado a menudo, los mensajes que recibimos de nuestros lenguajes de nacimiento y la manera en que nos definimos a nosotros mismos, no se nos es cómodo; parece no medir bien.

Reglas que convienen nuestros lenguajes de nacimiento, se dirigen a las necesidades de otras personas y otros tiempos, no necesariamente los nuestros. Cuando sentimos que un lenguaje no nos refleja, nos separa de nuestra familia, amigos, comunidad y, lo más importante, de la vida.

## Nuestras soluciones a menudo amplifican nuestros problemas

Como médico, constantemente veo personas queriendo arrebatar las soluciones. Tratan de resolver sus problemas en muchas maneras, incluyendo cambiar sus vidas, adquiriendo cosas, aventándose a sus carreras o apilando posesiones materiales. O pueden pensar que si se deshacen de personas o cosas en su vida, les dará paz. Otros tratan de suprimir sus sentimientos y pretenden que no existen. Usualmente, ninguna de estas soluciones funcionan. Paradójicamente, las soluciones que traemos a nuestros retos a menudo amplifican nuestros problemas.

## Cambiando la manera en que te ves a ti mismo

Creo que la respuesta está en hacer un compromiso para ser feliz, satisfecho y contento, sin importar las circunstancias de nuestras vidas. El compromiso te permite cambiar radicalmente la perspectiva que tienes hacia ti mismo, lo cual te lleva a expresarte a ti mismo y experimentar la vida *en una nueva manera*. Te permite encontrar ese centro único dentro de ti mismo y acceder a ello a través de tu propio lenguaje. Un compromiso a ser feliz, *sin importar lo que haya*, te lleva a un lugar de la *unidad del ser* cuando tú tienes la experiencia de una auténtica libertad de ser y tu lenguaje comunica quien eres. Ya no más te sientes atrapado y dices, “No puedo”, o “No soy capaz”. Dices, “Puedo”. “Soy capaz”. “Yo sí tengo el poder de manifestar vida *como soy*”. Yo le llamo a esto la nueva consciencia y esta nueva forma de lenguaje, expresándote a ti mismo y teniendo la experiencia de vivir, *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida*.



Cambiando la manera en que te ves a ti mismo,  
cambia tu lenguaje.

*Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* es generado desde ti y te refleja. Rompe con la tradición de tu lenguaje de nacimiento el cual es descriptivo en naturaleza y deja la esencia de quien eres intacta. Es un lenguaje que te renueva a la esencia de tu ser cuando estás atorado en vida y acribillado por retos. Te conecta desde un lugar de autenticidad y enriquece como te relacionas con otros. También te trae soluciones que no enajenan y te separan de la vida.

**Una nueva forma de tener la experiencia de vida** *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* transforma tu relación a un lenguaje por sí solo. A diferencia de tu lenguaje de nacimiento, no te dice lo que debes hacer. En vez, *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* te introduce a una nueva forma de tener la experiencia de vida. En lugar de simplemente etiquetarlo, representarlo y describirlo, *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* trae consigo una nueva apertura, donde el lenguaje revela las características fundamentales de vida en todas sus posibilidades infinitas — incluyendo esas que nunca conocimos y muchas que hemos subestimado.

### **Reclamar el poder del lenguaje**

*SER Feliz: ¡Cómo ser feliz realmente!* te guiará en un camino que te permita alinearte con tu verdadera naturaleza, trascender las limitaciones que el lenguaje impone sobre ti y te restaura a la unidad del *ser* — el lugar de felicidad auténtica y consciencia elevada. Esta nueva consciencia te permitirá reclamar el poder de lenguaje y *manifestar* tus deseos más acorazonados.



*Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* te da un lienzo limpio. Como artista, tú sostienes la brocha y eres libre de pintar tu versión de la vida.

Vivir *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* te hace presente a un sentido profundo de pez y te habilita a confiar en ti

mismo y la vida. *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* cambia la manera en que te ves a ti mismo y el lenguaje que utilizas cambia para ser más gentil y llenador. Rompe las cadenas de tu lenguaje de nacimiento para que puedas moverte hacia adelante, disfrutar de la vida y crecer.

En los siguientes capítulos, descubrirás como el hacer un compromiso para ser feliz, *sin importar lo que pase*, te ayudará a encontrar tu centro único, lo cual te hace ser verdadero contigo mismo y conquistar los retos de la vida. Te permite reclamar la *verdadera* alegría del ser y elevar tu vida a un nivel más alto de consciencia.



PARTE UNO

# LA DECISIÓN





T R E S

## LA DECISIÓN

**H**az un compromiso firme para ser feliz, pleno y satisfecho con tus circunstancias actuales. Yo le llamo a esto tomar La Decisión. Comprométete a repetir las siguientes palabras por lo menos una vez al día durante tres semanas. De hecho, repítelas tan regularmente y tan a menudo como puedas.



Estoy comprometido a ser feliz, pleno y satisfecho,  
sin importar cuáles sean las circunstancias de mi vida.

Haz una convicción de decir estas palabras. Dilas en voz alta a ti mismo. Recuerda al escribir este compromiso en tu horario, publicarlo en tu calendario y dejarlo en notas al lado de tu cama, tu espejo del baño o tu escritorio.

Tomar La Decisión te dará un nuevo enfoque; te traerá cambios extraordinarios en tu vida. Te permitirá descubrir una nueva perspectiva que fundamentalmente cambiará la calidad de tu vida. Así como escribió el antiguo filósofo chino Lao-tzu:



Si corriges la mente, el resto de tu vida caerá en su lugar.

Así, como has leído mi historia, el poder de *La Decisión* cambió mi vida.

Declara al universo quién quieres ser. Cuando haces *La Decisión*, expresas una reverencia a la vida, la cual es sagrada. Te alineas con la vida. Comprometerte con *La Decisión* busca lo que los budistas llaman “visión correcta”. Con todo el corazón creo que si vives *La Decisión*, el resto de tu vida caerá en su lugar, *naturalmente*.

Cuando haces *La Decisión*, te separas de tu lenguaje de nacimiento, sus reglas y creencias. Ya no más tienes que estar preocupado de lo que piensen y digan otras personas. *La Decisión* interrumpe la voz de tu lenguaje natal y cambia cómo percibes la vida. Te permite ser verdadero contigo mismo y te da un nuevo sentido de dirección en la vida. Dispersa el sentimiento de que estás sentenciado a luchar y nunca ganar. Cuando vives *La Decisión*, estarás menos consumido por los eventos que ocurren en tu vida.

Al vivir *La Decisión*, tomas el primer paso en encontrar tu centro auténtico y accederlo a través de tu propio lenguaje.

## ¿CÓMO VIVO *LA DECISIÓN*?

**E**mpieza el día en un lugar quieto y di, v Estoy comprometido a ser feliz, pleno y satisfecho, sin importar cuáles sean las circunstancias de mi vida.

Cuando lo digas al iniciar tu día, dejarás tu hogar en paz. Repite el dicho durante tu tiempo de tranquilidad. Decláralo cuando tu mente esté en descanso. Luego, repítelo durante el día. Acuérdate de *La Decisión* cuando estés caminando, tomando una ducha, en el trabajo, haciendo el quehacer del hogar o en ratos de ocio. Muchas de mis mejores ideas e inspiración llegan cuando estoy manejando a mi oficina y concentrándome en el camino.

Integra el vivir *La Decisión* en tu vida; tráelo a tus intereses diarios. Observa cómo tu vida empieza a cambiar y lo que abre para ti. Nota cómo la vida te responde, y a cambio, cómo tú respondes a los eventos.

### **No trates de entender**

Evita intelectualizarlo y tratar de entender *La Decisión*. Sólo deja que se absorba. Pospon cualquier tendencia a comparar

*La Decisión* con otras aproximaciones, porque te alejará de poder tener la experiencia plena del poder de *La Decisión*.

Dale la oportunidad. Abraza *La Decisión* como si fuese un experimento y no sabes cuál será el resultado. Déjalo que te sorprenda. Sé curioso, ve a donde te lleve y mantente abierto a descubrir cómo te afectará.

### **Recuérdatelo**

Después de hacer un compromiso con *La Decisión*, estaba emocionado y entusiasmado. Sin embargo, después de un día o algo así, noté que mi compromiso se desvió. Entonces, me lo recordé, lo cual me encaminó nuevamente.

Recuérdatelo. Cuando lo hagas, llegará a ti más a menudo y más poderosamente. Obtendrás una nueva perspectiva que te ayudará a darte cuenta de dónde estabas desviado del camino y dónde no estabas alineado con tus objetivos.

Si crees que te ayuda, publica afirmaciones o recordatorios. Pon notas que digan, “Estoy comprometido a ser feliz, pleno y satisfecho, sin importar cuáles sean las circunstancias de mi vida”.

### **Documenta tu progreso**

Cuando vivas *La Decisión*, mantén un diario de tus cambios, sentimientos y descubrimientos. Escribir acerca de ellos, te dará mayor claridad y entendimiento y también, ayudará a monitorear tu progreso. Cuando mantengas tu diario, considera las siguientes preguntas y sé lo más detallado posible:

- ¿Qué se te ha dado al vivir *La Decisión*?
- ¿Estás experimentado más libertad?
- ¿Puedes ver cómo *La Decisión* no está reflejada en tu propio lenguaje?
- ¿Vivir *La Decisión* ha expandido tu sentido de lo que es posible en tu vida?
- ¿Vivir *La Decisión* ha cambiado tu sentido de quién eres?

- ¿Has tenido la experiencia de estar más en control de tu vida?
- ¿Vivir *La Decisión* ha cambiado la manera en que te relacionas con otros?
- ¿*La Decisión* ha cambiado lo que comunicas? En dado caso que sí, ¿cómo?
- ¿Notas cómo vivir *La Decisión* cambia tu lenguaje?



## CAMBIANDO HACIA UNA NUEVA PERSPECTIVA

Cuando te comprometes a La Decisión, algunas de tus respuestas comunes, tus hábitos y patrones empiezan a cambiar. Puedes llegar a notar que estás desarrollando una nueva consciencia que no puedes identificar aún. Aunque puedas, no sabes qué es lo que está cambiando exactamente. Una cosa es cierta: algunas de tus formas anteriores de ver la vida, incluso algunos de tus viejos hábitos, empiezan a desaparecer.

Este cambio produce percepción, nuevo entendimiento y perspectiva, que yo llamo *Perlas de Sabiduría*. Las *Perlas De Sabiduría* te permiten recordar lo que has olvidado, usar lo que no has podido utilizar o tomarlo con el potencial absoluto. Te dejan obtener lo que siempre has querido en la vida pero que, por algo, no pudiste obtenerlo.



Cada *Perla de Sabiduría* ilumina una modalidad única del ser, una faceta única del *diamante del ser* — tu presencia plena y participación en la vida, lo cual te permite ser la visión más elevada de ti mismo.

*Las Perlas de Sabiduría* permiten al *diamante del ser* — Tú — brillar plenamente con todo el magnífico esplendor.

Quiero hacer claro que *Las Perlas de Sabiduría* no son estándares por los cuales vivir: no son una serie de reglas forjadas de hierro. Son guías que tú reconoces en tu camino hacia la armonía y paz cuando incorporas *La Decisión* en tu vida diaria. Germinarán en tu mente y, con tiempo, crecerán y florecerán.

Examina si cada una de *Las Perlas de Sabiduría* se aplica a ti. Podrás no ver cómo cada una de *Las Perlas de Sabiduría* es relevante a ti, por lo menos no en el comienzo de tu aventura, pero date a ti mismo algo de tiempo. Cuanto más conllevas *La Decisión* en tu vida, más significativas serán *Las Perlas de Sabiduría* para ti.

*Las Perlas de Sabiduría* son:

**Tienes el poder para:**

**Reclamar tu ser**

**Reenergizar tu sentido de plenitud**

**Elevar tu vida a un nivel más alto de integridad**

**Estar presente**

**Ser grato**

**Atraer gracia a tu vida**

**Evocar sincronía**

*Las Perlas de Sabiduría* te revelan a ti cuando estás para cambiar hacia una nueva perspectiva de vida, y notas un pequeño ajuste en la manera que permites que el lenguaje te exprese a ti mismo. *Las Perlas de Sabiduría* son como cambios en *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida*. En los siguientes capítulos, analizaremos cada una de *Las Perlas de Sabiduría*.



## EL PODER DE RECLAMAR TU SER

**D**espués de haber practicado La Decisión durante un rato, podrás notar un ajuste sutil en cómo lidias con tus retos de cada día. Tu deseo de obtener más y tu inclinación por esforzarte, poco a poco, se desvanecen.

Al vivir *La Decisión*, tú eres testigo de esta transformación extraordinaria mientras te mueves, lejos de un estado de siempre querer y luchar, a un estado de simplemente *ser*. ¿No es esto increíble? Ahora ya ves cómo tu vida ha sido conducida por tus querer y deseos. Ahora ya, de verdad, estás en un lugar donde reclamas tu *ser*.



Date permiso a simplemente *ser*. Cuando quieres y luchas menos, te das permiso a simplemente *ser*. Te quitas presión de ti mismo, te sientes más en paz y sientes menos el sentido de luchar en tu vida. La paz toma una importancia elevada para ti y te das cuenta de que no hay nada fuera de ti mismo que realmente necesites para *estar* en paz. Todo yace dentro de ti.

Simplemente ser, libera el espíritu humano. Cuando te separas de estar luchando y deseando siempre, te conviertes libre de ser. Al principio, podrá parecer raro, incluso incómodo, porque podrás haber olvidado la libertad de simplemente ser. Cuando eres libre de sólo ser, todavía tienes deseos, pero tu vida ya no gira en torno a ellos. Ya no estás devastado o inmovilizado cuando tus querer o deseos no se materializan.

### **Un nuevo despertar**

Vivir *La Decisión* se convierte en un pasaje a un nuevo despertar. Te das cuenta que tienes el poder de acceder a tu propia felicidad, sin importar las circunstancias.

Ahora ya te das cuenta cómo has estado postergando tu sentido interno de plenitud y paz y cómo has estado esperando para que las cosas funcionaran. Pero ahora ya lo sabes. Ahora ya tienes el valor para considerar algo diferente en tu vida. Te estás comprometiendo al *ser*, feliz y pleno, *sin importar qué*. Estás atrayendo plenitud a tu vida, en vez de estar esperando el momento “correcto” que te dé plenitud.

A veces, tienes pequeñas visiones de *ser* — pasas por momentos de paz profunda y felicidad. Pueden tomarte fuera de balance. Puedes pensar que, la serie de circunstancias que estaban presentes en ese momento, fueran responsables de tu nueva paz y felicidad encontradas y que tienes que regresar a ese lugar para disfrutar la misma experiencia. Sin embargo, si lo intentas, estarás decepcionado. Te darás cuenta que no puedes recrear la experiencia del ser, porque tú no puedes recrear el *ser*. ¡Simplemente puedes ser!

Llega a ser claro que no tienes que colgarte de tu experiencia de ser feliz, porque vivir *La Decisión* te da un acceso eterno en sí. Estás liberado de la preocupación de poder perder tu recién descubierta paz y felicidad y, estás liberado de tu apego

hacia él, porque ahora ya sabes que, en cualquier momento, lo puedes hacer disponible, simplemente al vivir *La Decisión*.

### **Tú manifiestas lo que ya eres**

¿Has notado que cuanto más quieres abundancia en tu vida, más escapa de tu vida? En la mayoría de los casos, cuanto más *luchas* por abundancia, más te encontrarás con escasez.

¿Cómo es esto posible?

En nuestro lenguaje de nacimiento nosotros *luchamos* por la abundancia. Querer y luchar reflejan un estado de escasez. Es una declaración al universo que te ves a ti mismo como *sin* tener lo suficiente. Ya que el universo te da exactamente lo que *ya eres*, lo más seguro es que manifiestes más escasez!

### **La abundancia ya no te evita**

Al vivir *La Decisión*, tú tienes el poder de manifestar abundancia en tu vida.

Cuando mi situación financiera era difícil, yo decidí mover mi atención fuera de lo que me *hacía falta*. Empecé a reconocer de lo que estaba agradecido en mi vida.

Al darme cuenta que la vida se manifiesta como una respuesta de mi *estado de ser*, creé un enfoque en servir y dar con cada paciente que entró a mi cirugía. Servir y dar refleja un estado de abundancia. Lentamente, mis finanzas tornaron y la abundancia se manifestó en mi vida.

Estar en un estado de servir y dar te atrae a una relación de abundancia con el universo. En vez de estar enfocado en lo que hace falta, sé abundancia en la manera que te relacionas con las personas, el universo te responderá como *tú eres*.



Cuando tú cambias de un estado de servir y dar, se desplazará la desesperación que te puede consumir cuando te hacen falta recursos económicos. Te

permite entrar a una relación de confianza con el universo y te deja en un lugar de paz, *sabiendo* que la abundancia llegará a ti.

Ahora, no te estoy diciendo que te recuestes y renuncies a tu trabajo, dejes de tener metas financieras o dejes de ser responsable en cuanto a cómo gastas tu dinero. Sino que estoy diciendo que, cuando eres abundancia, en vez de *luchar* por la abundancia, entras a una relación diferente con la vida.

Al vivir *La Decisión*, el universo te responderá tal como eres. Cuando estás en un estado de siempre servir y dar, y lo integras en tu vida diaria con cada interacción y con cada persona con quien conectas, el universo te responderá con abundancia. ¡El universo no sabe de otro modo! La abundancia ya no te elude más.

### **Libertad para jugar**

Vivir *La Decisión*, te permite restaurar una de las más fundamentales relaciones con la vida : el que juegues. Te das cuenta que no siempre necesitas una razón para hacer algo, sino que tan sólo puedes *ser* y jugar. Puedes involucrarte en una actividad sin ninguna razón en particular; basta con que te guste, y cuando lo hagas, te sientas feliz y libre.

### **Lenguaje que resulta ser más saludable**

Al vivir *La Decisión*, notas que el lenguaje que usas se vuelve más gentil y sano. Te vuelves más inmerso en la vida y experimentas un nuevo sentido de plenitud. Esto te ayuda a desarrollar relaciones más cercanas y significativas con otros y contigo mismo.

### **Abriendo una puerta al ser**

Vivir *La Decisión* te dirige a un lugar de paz. Te abre la puerta al *ser*. La puerta siempre ha estado allí, sólo tenías que encontrar

la llave para poder abrirla. La llave es vivir *La Decisión*. Te despiertas ante el hecho de que el pasaje hacia la felicidad es *ser feliz*.

Vivir *La Decisión* te restaura a la *unidad del ser*. Aquí es donde la *verdadera* felicidad se revela ante ti, más allá del lenguaje que te describe.

En la cara de tus retos diarios, puede ser imposible encontrar felicidad y plenitud. Sin embargo, a veces sólo toma un poco para poder lograr mucho. Por ejemplo, al mover tan sólo un dedo, puedes mover una pequeña rueda que, a la vez, enciende una gran máquina y la pone en acción. Ahora ya, has descubierto la pequeña rueda que conduce la complejidad de tu vida con un pequeño enfoque — lo cual es *La Decisión*.

### **Ser llamado a la acción**

*La Decisión* te llama a tomar acción. Cuando tú simplemente dices la afirmación, te desplaza hacia la acción, porque te da dirección para seguir, lo cual es orgánico. Cuando tú afirmas *La Decisión* cada día, quieres aplicarla y hacerla real para ti.

Estás motivado a tomar acción.

Cuando tu sentir está bajo, a menudo piensas qué es lo que puedes hacer para sentirte mejor. Podrás decir, “Haré algo”, pero dudas antes de hacerlo realmente. *La Decisión* te lleva a actuar, porque te señala a ser pleno. Al tomar acción, estás *siendo* quien dices ser. *La Decisión* crea una apertura para que tú seas uno con el ser. Te da espacio para respirar y crea espacio para moverte hacia adelante en la vida — incluso, si tan sólo se trata de lavar los trastes. Crea un espacio que te permite algo *más*, a diferencia de las preocupaciones que te consumen.

En realidad, no hay nada que sobrepasar al *estar* en acción realmente. *La Decisión* te jala hacia la acción, *naturalmente*.

Desplaza el lenguaje que te divide y te lleva lejos de la unidad del *ser*; ya que, *ser* lo que sabes, es bueno para ti. No tienes que sobrepasar depresión e inacción; tienes que sobrepasar lo que te divide de la *unidad* del ser. Cuando lo hagas, *La Decisión* es lo que propulsa hacia la acción.

### **Eres feliz porque eres feliz**

Has notado que cuando eres feliz, no te preguntas, “¿Por qué estoy feliz?” Simplemente lo *eres*. Sólo cuando eres *infeliz* te preguntas a ti mismo, “¿Por qué estoy infeliz?”

Te das cuenta que *eres feliz porque eres feliz*. La verdadera naturalidad del *ser* — *la unidad del ser* — es alegría y felicidad. No necesitas una razón, porque resulta esencial para tu naturaleza. Simplemente, es como estamos hechos; la manera en que estás conectado. Te das cuenta que la vida está organizada en tal manera que, el pasaje para *ser feliz es ser feliz*. ¡No hay manera de llegar allí!

#### **Desplazar Tu Lenguaje**

1. ¿Qué actividades, ahora ya, puedes hacer en el contexto de ser, en vez de luchar?
2. ¿En qué parte de tu vida, ahora ya, puedes reemplazar desesperación con un sentido de paz?
3. Nombra tres cosas que puedes hacer hoy para extenderte y servir a otros.
4. ¿Qué has postergado que te dará alegría? Organiza fechas para hacerlo en tu calendario ahora mismo.

## EL PODER DE REENERGETIZAR TU SENTIDO DE PLENITUD

**C**uando vives *La Decisión*, todo cambia. Te das cuenta que tu enfoque ha estado en buscar placer. Sin embargo, cuando vives *La Decisión*, la vida te dirige hacia plenitud e interrumpe el lenguaje que usas, lo cual te previene de ser pleno.

Una vida que gira en torno a la búsqueda de placer es reactiva porque debes depender de las circunstancias de tu vida para atraer placer o plenitud. La tendencia es tratar de controlar esas circunstancias, lo cual te puede llevar a ser controlador, dominante y manipulativo.

Cuando vives *La Decisión*, disfrutas de un nuevo sentido de satisfacción, sin importar cuáles sean las circunstancias de la vida. Eso es verdadera plenitud.

### **No necesitas la validez de otras personas**

Tú ya no necesitas la validez de otras personas para ser pleno. Aunque la aprobación y reconocimiento son gratificantes, te das cuenta que realmente no los necesitas. Puedes estar de pie con tus propias fuerzas. Como resultado, puedes tomar

decisiones con confianza e independencia.. Cuando sabes que tu razonamiento es correcto, pones menos valor en lo que los otros piensan. Esto te ayuda a ser más que un líder y moverte al frente. Cuando permaneces abierto y buscas buenas opiniones y consejos, sabes que la última decisión es tuya. No sientes que necesitas seguridad ajena en cuanto a tomar el camino correcto.



Quando estás seguro y centrado, no tienes necesidad de compararte con otros.

Sabes quién eres, dónde estás y confías en ti mismo.

### **Creando un nuevo baile con la vida**

El ser pleno crea un nuevo baile, un nuevo intercambio y balance. Te hace menos reactivo a las circunstancias de tu vida y cuando lo estás, notarás que la vida te responde diferente.

Deja darte un par de ejemplos. Primero, otras personas son atraídas a ti. Luego, se relacionan contigo de una nueva y diferente manera. Te convierte en un ejemplo y quien eres le recuerda a otros de sus responsabilidades. Las personas en tu vida que son cercanas a ti, llegan a ser más conscientes. ¡Llegan a ser presentes a sus responsabilidades y empiezan a actuar sobre ellas, que a su vez te agrada!

La gente interactúa contigo con más apreciación, respeto, consideración y gentileza. Te encuentras con menos drama que inmoviliza, agravios y confusión.

### **Tener plenitud en relaciones**

Plenitud es la llave para relaciones cercanas y duraderas. Como sé bien que tú sabes mantener una relación, que puede llegar a ser difícil en nuestra ocupada y compleja vida y que todas las relaciones tienen sus altas y sus bajas, entonces, toma



valor y confianza para vivir *La Decisión* en tus relaciones — especialmente durante tiempos difíciles.

Cuando tomas *La Decisión*, dejas a las personas *ser*. Las aceptas tal como son y te das cuenta que no tienen que cambiar para que tú estés feliz o pleno en tu relación con ellos. Darles esta libertad es la expresión más elevada de tu integridad. También demuestra que confías en la vida, tu confianza en ellos y tu amor por ellos, lo cual fortalece la relación.

### **Encontrando de nuevo tu camino a casa**

Cuando reflexionas sobre el camino que has viajado, te das cuenta que tan fácil fue para ti el perderte y cuán difícil fue el encontrar de nuevo tu camino a casa. Reconoces que fue fácil el resbalarte hacia una vida de caos, donde perdiste todo sentido de control y dirección, fue abrumador y todo lo que intentabas parecía que hacía las cosas peor.

No puedes encontrar tu camino de vuelta al resistir, evadir u oponerte a lo que está pasando en tu vida. Necesitas otro acercamiento. Vivir *La Decisión* permite que tu vida se organice naturalmente y te guíe para que regreses a casa nuevamente. Honra tu esencia y te dirige a donde necesitas ir.

Una parte de vivir *La Decisión* es darte cuenta que la vida es fundamentalmente buena y tú también lo eres. Cuando vives *La Decisión*, la integridad del *ser* te llevará a casa. Empezará el proceso de curación, lo cual te permitirá ser verdadero contigo mismo. Te darás cuenta que la vida es una aventura y que, los retos que has enfrentado, fueron obstáculos que tenías que superar. Fue lo que te permitió expandirte a ti mismo, ser más inclusivo y compasivo. Confía en ti mismo.

### **Ya no más consumido por preocupación ni culpabilidad**

Nuestra preocupación por el pasado y el futuro nos inmoviliza. Desvía nuestro enfoque y nos mantiene atorados. Cuando

vives *La Decisión*, te restauras a ti mismo con la unidad del *ser*, lo que naturalmente desplaza la culpabilidad y preocupación de tu vida.

Ya no más estás consumido por el pasado ni el futuro. Estás completamente presente en la vida. *La Decisión* hace desaparecer la culpabilidad y la preocupación.

Vivir *La Decisión* naturalmente desplaza tu preocupación por el futuro y por el pasado. Ahora ya te das cuenta que no tienes que lidiar con culpabilidad ni preocupación para tener libertad en la vida. En el momento en que tienes que “lidiar” con la culpabilidad y preocupación en tu vida, te *involucras* con ellas y obtienes *más* de eso. Esto no quiere decir que deberías dejar de planear para el futuro o dejar de tomar responsabilidad de tus acciones del pasado. Significa que, la tendencia de tu atención para ser consumido o llevado al pasado o futuro que estás anticipando, empieza a desaparecer. Estás *presente* a la vida. Estás presente a *ser*, y preocupación y culpabilidad ya no consumen tu atención.

### **Siendo un guardián del ser**

Al vivir *La Decisión*, naturalmente tomas cuidado y vigilas el espacio de plenitud, ya que esto es tu nueva prioridad. Notas que el quejarte o chismear acerca de otras personas sobrestima el espacio de plenitud, y ahora tú decides que esto ya no más será una parte de tu vida. Ahora te das cuenta que no está contribuyendo a tu sentido de plenitud y paz el chismear y quejarte acerca de las personas. Eres un *guardián del ser*.

### **No más necesidad de ser excesivo**

Las personas tratan de encontrar plenitud a través de sus nuevas compras. En cuanto a su decepción, sus nuevas compras tienen una corta vida en el mueble. Empieza un círculo vicioso: compran cosas nuevas y cuando su emoción se dispersa, lo

que generalmente sucede, salen y compran más. Tienen la tendencia de comprar cosas que son más grandes, más caras y más prestigiosas, que a veces no pueden pagar realmente. Antes que lo sepan, nada les satisface y generalmente acaban con deudas.

Cuando vives *La Decisión*, ya estás pleno, ya no necesitas más. Entonces puedes decir, “Yo no necesito eso.” No es que no tengas el dinero para comprarlo sino que no necesitas comprarlo para ser pleno. Ahora te preguntas a ti mismo lo siguiente:

“¿La compra llena un propósito?”

“¿Es un propósito dentro de mis compromisos?”

Si la compra no está llena de propósito, entonces simplemente es una forma estándar de ser y ahora puedes dejar ir tu necesidad de comprarlo.

A veces está bien comprar algo que no conlleve un propósito, siempre y cuando se encuentre dentro de nuestros límites e integridad financiera ,y sea algo que sólo haces de vez en cuando.

### **Metas que son más sanas**

Al vivir *La Decisión*, te estás moviendo lejos de una vida de esfuerzo. La ambición como una fuerza motivadora pierde su agarre sobre ti. Todavía sigues metas, pero ahora te enfocas en metas que son más sanas y que contribuyen a la vida, no sólo metas para llenar tus ambiciones.

No has perdido tu fuerza en la vida, pero tu fuerza ha *perdido* su ansiedad y el desgaste que conlleva el esforzarte y el desear. Tu relación con las metas que fijas ha cambiado fundamentalmente. Al darte cuenta de tus metas, ya no vienes de un lugar de luchar o de carecer sino de un lugar de *plenitud*. Yaces en la *presencia* de tus metas que ya están cumplidas. Ahora se te llama para actuar como la expresión

natural de plenitud. Estás presente a una calma y paz. Ya puedes *dejar ir* tu preocupación de cómo alcanzar tus metas y confiar en el porvenir. Estás abierto y dispuesto a cometer errores. En vez de condenar a *todo* tu ser por los errores que cometes, ahora tú lo honras como una manera de moverte hacia adelante y alcanzar tu objetivo.

Al cumplir las metas en tu vida, adquieres una nueva forma de jugar y sentido de plenitud. Te das cuenta que vivir *La Decisión*, te permite vivir tu vida más allá del proceso de ser.

Al vivir *La Decisión*, te sientes más en paz y pleno al cumplir tus metas.

### **Abrazando la vida plenamente**

Al vivir *La Decisión*, te das cuenta que no necesitas una nueva pantalla plasma o que tu pareja cambie para que tú seas feliz. Eres libre de soñar, pero ya no estás soñando *como si* tu vida actual no importara. Ahora ya completamente *abrazas* la vida. Esto no significa que tú no estés comprometido a mejorar o cambiar alguna de tus circunstancias, sino que tu sentido de plenitud e integridad *ya no más* depende de ello. Ahora ya tienes el valor para ser pleno sin considerar el futuro como una puerta trasera que te aleje del estar *presente*, y tener la experiencia de plenitud.

Al permitir y plenamente abrazar tus circunstancias, notarás un desplazamiento que te permitirá obtener un mayor acceso a los cambios que tú quieres que ocurran en tu vida. Este es el primer paso en una *nueva* consciencia, donde la vida se manifiesta tal como *tú* lo haces.

### **La vida es tu salón de clases**

Abraza con *gracia* las interrupciones que la vida te lanza. Confía que el universo te guiará hacia una vida plena e inspiradora. Si, por ejemplo, tienes alguna situación con tu

vecino que causa que te mudes, las posibilidades son que encontrarás situaciones similares en un nuevo vecindario. En vez de empacar las cajas, *desplaza* tu lenguaje en uno que *permita*, siendo que tu vecino sólo te estaba molestando y no te estaba amenazando.

No puedes escapar a las interrupciones. Haz de tu vida diaria tu salón de clases. *Abraza* la interrupción y decepción. De hecho, expresa gratitud hacia ellas , tómalas como una bendición y comprende que ellas comprobarán ser lección que de un modo, algún día, serán a tu beneficio.

### **Desplazar Tu Lenguaje**

1. ¿Qué tipo de acciones puedes empezar hoy que reenergeticen tu sentido de plenitud?
2. ¿Dónde puedes eliminar culpabilidad y preocupación en tu vida?
3. ¿Qué pasos puedes ahora ya tomar para dejar de vivir en el pasado?
4. ¿Dónde es que regularmente en tu vida gastas dinero más de lo debido?



## EL PODER DE ELEVAR TU VIDA A UN NIVEL () ALTO DE INTEGRIDAD

Vivir *La Decisión*, reorganiza tu vida a un nivel más elevado de integridad. Algo del esparcimiento de tu vida es llevado a una nueva alineación y unidad. Tienes () un nuevo sentido de plenitud y tu vida empieza a tener sentido otra vez.

Al vivir *La Decisión*, notas una inclinación natural para mantener tus promesas y lidiar con ellas responsablemente. Ahora que ya tienes más que un sentido de integridad, estás naturalmente inclinado a traer este nuevo sentido de plenitud a tus acciones.

Puedes empezar a pagar esas deudas que postergaste durante tanto tiempo (y sentirte bien por ello). Ahora, encuentras fácil el motivarte. Las dudas desaparecen y no puedes esperar tumbar lo que haya adelante. Te preguntas a ti mismo, ¿“Qué más no he hecho que había dicho que haría?” Y cuando encuentres las respuestas, inmediatamente las tomas.

Tienes más claridad, y cada palabra que ahora dices realmente ya significa algo y te da la realidad que te importa. Notas que algo está *cambiando* en tu relación con el lenguaje por sí solo. Te sientes más íntegro y tu palabra *importa* otra vez.

### **Reclamando un poder perdido**

Cuando vives *La Decisión*, una integridad *innata* quiere ser expresada en tu vida. Ahora ya, naturalmente estás atraído a ser *honesto* con tu palabra, ya que te hace sentir pleno nuevamente. Ser *honesto* con tu palabra es como tu ser se alinea a sí mismo con *La Decisión* y con la vida misma. Ser honesto con tu palabra es como te restauras con la *unidad del ser*. Lo que tú antes tratabas sin cuidado, ahora se convierte en algo importante para ti. Ahora honras tu palabra como un *regalo* que olvidaste atesorar. Con cada pequeño paso que das al restaurar la integridad de tu palabra y traer integridad a los elementos que componen tu vida, *sanas* tu *ser* e incrementas tu paz interior y fuerza. *Reclamas un poder perdido.*

Al restaurar la integridad de tu palabra, te sientes completo nuevamente y el ruido en tu vida se aclara. Te sientes *presente* de nuevo.

Despiertas para darte cuenta que tu palabra es todo lo que hay. Tu palabra es lo que crea el mundo como lo percibes. En el silencio de tu *ser*, llegas a la consciencia de que la vida se manifiesta como tú eres. Tu palabra ahora se convierte en algo sagrado para ti, y ahora eres consciente y deliberado en cómo utilizas tu palabra. Te conviertes pensativo de lo que sale de tu boca, porque te das cuenta que tu palabra puede minar o inspirarte a ti u otros para hacer grandes cosas.

### **Quitarse de cosas innecesarias en tu vida**

Cuando tienes más integridad en tu vida, te sientes más a cargo de tu vida y tienes un mejor sentido de dirección. Te



ayuda a bloquear el ruido, desorden y otras distracciones, lo cual te hace más eficiente. Empiezas a quitarte cosas innecesarias de tu vida () y que sólo son un peso de más.

### **Siendo verdadero contigo mismo**

La dispersión en tu vida se muda a una nueva alineación y unidad. Ahora ya recuerdas cómo ser verdadero contigo mismo. Has encontrado una manera de vivir auténticamente y confiar en ti mismo — hacer lo que se siente correcto y natural para ti. Dejas de escuchar otras voces, otros lenguajes, que te dicen qué hacer y cómo sentir. Te mudas a un lugar donde puedes cambiar el lenguaje que le dio forma a tu vida y se sintió inauténtico a la *esencia* de quien *realmente* eres.

### **Fijar fronteras**

Si eres un donador, puede ser difícil fijar fronteras. Cuando no fijas fronteras, tu energía se drena, porque la gente toma ventaja de ti. Si tratas de fijar fronteras, podrás llegar a encontrarte en una situación donde tengas que explicarte o defenderte. Lo que trates de decir o hacer, le agrega más peso a la situación y permaneces atorado.

Al vivir *La Decisión*, tú ahora ya estás comprometido a ser feliz, pleno y satisfecho, sin importar qué. Tú ya tienes un nuevo y fuerte sentido de plenitud, y te concierne menos si les agradas a los demás o no. En vez, eres protector de tu nuevo sentido de unión y ahora tienes el valor para declinar una petición que tú crees que no es de tu mejor interés.

Ahora ya dices,

“Yo declino.”

“¿Por qué?”

“Porque lo hago.”

Al vivir *La Decisión*, elevas tu vida a un nivel más alto de integridad, lo cual te da el poder de declinar una petición que va en contra de ti.

De forma similar, ya no más sientes que no tienes que decir que “sí” cuando realmente te gustaría decir que “no.” Ahora ya eres capaz de decir lo que *piensas* y *pensar* lo que dices. Tienes el valor de decir “no,” cuando realmente no está en tu corazón. Tienes el poder de decir lo que se siente correcto para ti *sin* tomar una posición o provocar una discusión.

### **Desplazar Tu Lenguaje**

1. Enlista esas cosas que dijiste que harías, pero no has hecho. Comprométete para hacer cada una de ellas y las fechas en las cuales empezarás.
2. ¿Qué puedes dejar de hacer que traerá más integridad a tu vida?
3. Enlista esas cosas que resientes haber hecho y deseases ya no hacer.
4. ¿En qué áreas de tu vida te gustaría fijar fronteras?

## EL PODER DE ESTAR PRESENTE

Cuando utilizo el término “estar presente,” me refiero a estar completamente inmerso en donde estás y en lo que estás haciendo en ese momento. Estás más alerta y estás pleno en la experiencia que estás teniendo.

### **Ser atraído al estar presente**

Al vivir *La Decisión*, estás naturalmente inclinado a estar más presente. *La Decisión* te lleva al momento presente y el presente momento ahora se convierte en una ventana al *ser*. Empiezas a notar, sorprendiéndote, que tu sentido del pasado, futuro e incluso del momento presente se está disolviendo en una experiencia de sólo *ser*, y tu sentido familiar de quien eres se desaparece en el fondo, y la *esencia* de quien eres viene a consciencia. Ahora estás presente a un profundo sentido de integridad, paz y un sentido de lo infinito. Eres *atraído* al *estar* presente.

### **Aprendiendo un nuevo lenguaje**

Notas, con sorpresa, que, al estar más presente en tu vida, estás siendo más directo en tu comunicación. Estás adentrándote

al lenguaje en una nueva manera. ¡Ahora las palabras que salen hacia adelante son aquellas que jamás habías dicho antes!

Al mismo tiempo, eres misericordioso contigo mismo.

Te das cuenta que estás en las etapas iniciales de aprender *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* y se te permite tener errores tontos. Sé misericordioso contigo mismo.

### **Estar plenamente presente a lo que atesoras más en tu vida**

Podrás haber encontrado difícil el estar presente en el momento. Tal vez, estabas siempre esperando para que algo sucediera, para hacer las cosas correctas. Podrás haber encontrado algo difícil tan sólo relajarte. Al vivir *La Decisión*, notas que estás más presente y algunas de tus ansiedades desaparecen. Tus pensamientos realmente ya no yacen en el pasado y flotan al futuro. El pasado y el futuro pierden el sostén que tienen sobre ti. Ya no te permites a ti mismo el ser distraído o atrapado en “deberías” o “tienes que” que piensas que estarías haciendo “algo útil.” Pensamientos como: “Tal vez debería haber hecho esto o aquello...” Todo esto empieza a perder el agarre sobre ti.

Ahora ya te puedes sentar y ver a tu hijo o tu nieto y no estar distraído pensando, “Oh, debería estar haciendo esto; debería estar haciendo aquello.” Ahora ya puedes estar presente para tu hijo o nieto y permitirte asombrarte con ellos. Te das a ti mismo permiso de sólo *ser* y dejar de preocuparte. ¡La “policía de la limpieza” no va a llegar para decirte que los trastes no han sido lavados! Ahora ya te permites estar quieto y simplemente ser. Ahora ya te permites la oportunidad de estar completamente *presente* a lo que más atesoras en la vida.

### **Estar presente a la paz**

Al estar presente a la paz, me volví más consciente de la contribución de las generaciones previas hasta donde estoy

hoy. Viendo a mi hija de nueve años dormir, estoy presente a mi amor por ella. Un sentido de paz me llena. Ahora ya me doy cuenta que *así* es como mis padres eran conmigo. Extiendo mi gratitud cada día a todas las personas que no conozco que estuvieron antes de mis padres y abuelos. Mi vida está de pie gracias a sus vidas extraordinarias, su dedicación, su cuidado, su valor y sus esfuerzos diarios para tener la mejor vida para sus hijos.

Al Vivir *La Decisión*, estás más presente y más en paz, además de permitirte a ti mismo simplemente ser, lo cual es el mejor regalo que te puedes dar a ti mismo. Al estar *presente*, eres profundamente grato a los *privilegios* de estar vivo.

### **Tu voz interna sosiega**

Desafortunadamente, nuestras vidas hoy en día están llenas de ruido; estamos constantemente inundados con la voz interna y mensajes externos. Vienen a nosotros sin parar. Estas distracciones hacen difícil para nosotros el estar presente.

Cuando vives *La Decisión*, notarás, con sorpresa agradable, que la voz interna y ruido sosiega. Eres más capaz de pensar claramente y enfocarte en las tareas que tienes a la mano. Rápidamente, te das cuenta que vives la mayor parte de tu vida dentro del hablar de agregar significado a tu vida, *creyendo* que ese parloteo es tu vida. El parloteo interno *no* es tu vida; es *sólo* parloteo. El parloteo interno de tu vida ahora ya se sosiega. Tú estás más en el presente.

Te das cuenta que, probablemente, nada tiene un significado intrínseco y que el significado del cual experimentamos es lo que nosotros creamos y resulta, ultimadamente, una *decisión* que traemos a la vida.

Esto no quiere decir que las personas y las cosas en tu vida no tienen significado para ti. Sólo significa que el parloteo con el cual a veces nos involucramos — que puede llevarnos a la locura- se está silenciando.

## **Ser independiente de las opiniones que tengan otras personas de ti**

Cuando eliminamos el parloteo, nuestro juicio mejora. Con menos distracciones, podemos ver más claramente y hacer mejores decisiones.

Ya no estás distraído por opiniones ajenas acerca de ti. Las opiniones de otras personas las definen a ellos, *no* a ti. Cuando vives *La Decisión* y alguien te da su opinión, dices, “Gracias.” Sonríe y sigue tu camino con tu vida sin quedarte inmobilizado.

Vivir *La Decisión* te permite confiar en lo que está presente en la vida. Ya no tienes que dudar ni pensar que deberías preguntarle a otras personas por su consejo antes de actuar. Claro, aprecias cuando las personas te contribuyen y te dan sus opiniones, pero ya no *necesitas* ser dependiente de ellos.

## **La tendencia a quejarte desaparece**

Vivir *La Decisión* te permite estar en el presente a lo que es. Estar en el presente a lo que es, te hace aterrizar más con la realidad. Yaces menos en lo que no es y te enfocas más en lo que sí es. Como resultado, te involucras menos con quejarte y encontrar la culpa.

Vivir *La Decisión* te hace abierto a lo que es, en vez de lo que no es. Rápidamente te das cuenta que no tiene sentido molestarte sobre cosas que tú no puedes cambiar. El hecho de que te molestes no hará *ninguna* diferencia. En vez de perder tu tiempo y energía en molestarte y tomar las cosas personalmente, las dejas pasar y *desplazas* tu lenguaje hacia cosas que puedes reconocer como existentes en tu vida y expresar gratitud por ellas.

## **Saboreando el silencio**

*La Decisión* eleva tus sentidos y enriquece tus experiencias. Los colores parecen más brillantes, la comida sabe mejor, los

aromas huelen increíbles. ¿Notaste que no es lo *que* ves, sino el silencio que *escarba* lo que miras?



El silencio aumenta lo que ves. El silencio te pone en contacto con la fuente de la vida y lo sagrado que se encuentra más allá de cualquier pensamiento.

Estás conmovido e inspirado. Todo lo que ves, tocas, sientes, pruebas y experimentas en silencio puede ser una celebración y homenaje a la vida.

Puedes ser silencioso en conversaciones. No necesitas decir nada y puedes estar completamente cómodo cuando la conversación disminuye. No es tu labor llenar el silencio. La belleza de *La Decisión* es saber que en el silencio no necesitas hacer, simplemente puedes *ser*.

### **Desplazar Tu Lenguaje**

1. ¿De qué «deberías» o «tienes que» puedes soltarte?
2. Declara cómo puedes estar más presente en la vida.
3. ¿Qué tipo de quejas estás dispuesto a no hacer ya?
4. ¿Dónde te gustaría apreciar el silencio en tu vida?





## EL PODER DE SER AGRADECIDO

**E**xpreso mi gratitud por cada momento de mi vida, especialmente durante los tiempos que estoy cansado, frustrado o molesto. Cuando ocurren cosas que inicialmente resisto, veo mi resistencia como una señal. Me detengo y digo, “Gracias por dejar que esto suceda.” Después, reconozco que ha pasado, en vez de desear que no estuviese allí o fuera algo diferente. Pongo mi confianza en el universo, no lo cuestiono y acepto que es perfecto.



Gratitud reconoce mi travesía.

Expresar gratitud es fortificante. Te revive y te da energía. Te restaura con la unidad del *ser*. Ser agradecido contrarresta nuestra tendencia a buscar confort, resistir cambio y quedarse con lo familiar. Nos recuerda dónde más necesitamos crecer y nos motiva a llegar allí.

### **Agradecimiento por lo que tienes**

En la vida, tenemos la tendencia a ser envidiosos, nunca satisfechos y siempre querer más, sin importar lo que acumulemos.

Consecuentemente, no te da paz. Al contrario, *La Decisión* te hace apreciar y sentirte agradecido por lo que has hecho. No te enfocas en lo que *no* tienes y ya no estás obligado a luchar por más.

Cuando tú estás agradecido, silencia el ruido. Te sientes satisfecho, contento y agradecido. Te deja en un estado de poder disfrutar del silencio de *ser*.

Expresar agradecimiento por lo que está pasando en tu vida no significa estar atorado con lo que está pasando, dejarte llevar o dejarte por vencido en tus compromisos para mejorar tu calidad de vida. Significa que tú vas a abrazar plenamente y reconoces la existencia de tu circunstancia actual dentro de tu confianza en la vida, lo cual permite una nueva apertura para que la vida llegue a presenciarse en una nueva forma.

### **Desplazar Tu Lenguaje**

1. ¿A quién puedes reconocer en tu vida?
2. Enlista todas las cosas en que puedes ser agradecido en tu vida.  
Nota cómo esto te da energía.
3. ¿Quiénes son las tres personas en tu vida a quienes puedes reconocer por lo que te han contribuido?
4. ¿Quiénes son las tres personas en tu vida a quienes puedes reconocer por lo que han contribuido a otros?

O N C E

## EL PODER DE TRAER GRACIA A TU VIDA

Cuando vivía en Los Ángeles, tenía una gran vida. Estaba viviendo en un apartamento cerca de la playa. Estaba cumpliendo el sueño de ayudar a construir comunidades y promover co-existencia pacífica para comunidades privilegiadas y quienes estaban luchando en la vida. Había fundado una organización humanitaria y era parte de un equipo aspiracional de voluntarios que trabajaron con comunidades en el Sur Central de Los Ángeles, México y el Este de Europa. Tenía numerosos talleres comunicando entre sí, trabajo de equipo y liderazgo para accionistas de diversas comunidades. Estaba viviendo la plenitud de mi visión para contribuir a la humanidad.

Entonces llegó 9/11, y todo lo que pudo haber sucedido mal, sucedió. Los fondos para el trabajo humanitario se secaron. Mis finanzas personales eran un desastre. Fui forzado a declarar bancarrota.

### **Confianza en la vida**

Perder mi sueño y haber tenido que declarar bancarrota habría devastado a muchos. Aunque definitivamente dolió, no me arrebató la alegría de mi vida, mi confianza en la vida

ni el sentido de estar profundamente conectado a la vida, que permaneció conmigo en tantas interacciones que tenía con las personas.

Mientras veía que mi vida iba cuesta abajo, no sólo acepté lo que la vida me había dado, fui *un paso* más adelante, lo abracé y estaba agradecido por ello. En vez de sentirme triste por mi mismo, quejándome, “negativizando”, o siendo inmovilizado, expresé gratitud por lo que estaba pasando en mi vida; le doy gracias a ello cada día. Aunque no era lo que quería o como había visto que mi vida resultaría, *confiaba* en la vida. Declaré que este inesperado giro de eventos era una bendición. Y la *gratitud* llegó a mi vida.

### **Permitiendo la gracia**

En ese tiempo, no comprendía por completo la naturaleza de lo que la bendición del universo me estaba enseñando, pero confiaba en la vida y acepté mis circunstancias. Entonces, me rendí a la manera en que mi vida se estaba desarrollando. Esto no quiere decir que me convirtiese pasivo, resignase a mis circunstancias o dejase de estar dispuesto a tratar de cambiar las cosas. Sin embargo, confiaba en la vida y en la nueva dirección que quería que tomara.

¡Cuánta certeza tenía! La inesperada interrupción abrió muchas puertas. Sin eso, no habría conocido a mi *maravillosa* esposa Francesca. No habríamos tenido a nuestra hermosa hija Carmen, y no habría escrito este libro. Esta interrupción me enseñó a confiar en la vida, ser humilde y permitir gratitud, *sin importar lo que pase*.

## **Desplazar Tu Lenguaje**

1. ¿A cuál de tus retos le puedes atribuir gratitud?
2. ¿Qué resentimientos persistentes estás dispuesto a dejar para que el agradecimiento llegue a tu vida?
3. ¿Qué tipo de apegos estás dispuesto a dejar para que el agradecimiento llegue a tu vida?
4. ¿A quién estás dispuesto a perdonar en tu vida y con quien ser agradecido



## EL PODER DE EVOCAR SINCRONICIDAD

Cuando vives *La Decisión*, quien eres se alinea con tu vida.

Con una frecuencia creciente, tus sueños e intenciones son cumplidas. Cuando tus intenciones realmente cobran vida, experimentas lo que yo llamo “eventos sincronizados.” Ya que lo que deseaste realmente ocurre, dejas de sorprenderte.

Cuando vives *La Decisión*,

- Tu sentido de integridad y conectividad se extiende a *toda* la vida.
- Estás presente a la unidad del universo y a cómo se desencadena todo con todo.
- Tú eres la sincronía con el diseño del universo.
- Sientes una paz y una sensación del destino que todavía no puedes explicar. .
- Eres *uno* con el universo y parte de lo que es. Estás participando en la sincronicidad del universo y, por ende, la sincronicidad ahora se desenvuelve en tu vida.

- Te sientes bien contigo mismo y la vida.



Con sincronidad, estás presente a un sentido de paz y una sensación del destino que aún no puedes explicar por completo.

Notas que eventos sincrónicos empiezan a ocurrir en tu vida que se unen con La Decisión que has hecho. El espacio de plenitud parece manifestarse en lo que has puesto tu atención y ya no estás sorprendido de que, en lo que piensas realmente, empieza a suceder.

### **Cargado por una fuerza invisible**

Mientras escribía este libro, gente asombrosa llegó inesperadamente a mi vida y ofrecieron su apoyo. Individuos talentosos y expertos líderes se extendieron hacia mí. Durante mi trabajo en este proyecto, sentí que fui cargado por una fuerza invisible. Aunque no pedí sus ayudas, ellos simplemente aparecieron.

Creo que desde que estaba viviendo *La Decisión*, las personas correctas llegaron a mi vida en el momento adecuado; cuando las necesitaba. Al principio, estaba sorprendido cuando empezaron a aparecer, pero pronto reconocí que ésta era la manera en que el universo *naturalmente* opera cuando nos alineamos con él.

### **Desplazar Tu Lenguaje**

1. ¿Cuándo te gustaría que la sincronidad se desarrollara en tu vida? Entonces, considera las siguientes preguntas:
2. ¿Estás viviendo *La Decisión* en este área?
3. ¿Qué no estás haciendo que dijiste que harías?
4. ¿Hay algo de lo cual te estás *resistiendo* y *no* estás permitiendo que ocurra ?
5. ¿ A quién o qué no has reconocido y expresado gratitud para el área donde estás comprometido para causar sincronía?



PARTE DOS

# LA PERCEPCIÓN



## VIENDO LA LUZ

**C**uando vives La Decisión, obtienes una nueva claridad, tu enfoque se agudiza y tu perspectiva se expande.

Obtienes

lo que yo llamo *La Percepción*. *La Percepción* te deja ver que nada fuera de ti, por sí mismo, tiene la habilidad de hacerte feliz. En otras palabras, la llave de la felicidad yace dentro de ti.



***La Percepción: No hay nada allá fuera que intrínsecamente tenga la capacidad de hacerte feliz.***

Nota, en la declaración superior, puse énfasis en las palabras (1) “allá fuera” y (2) “intrínsecamente.” Permíteme explicar a lo que me refiero. Cuando utilizo el término “allá fuera”, me estoy refiriendo a cómo percibes eventos; cómo los ves. Cuando utilizo el término “intrínsecamente,” me refiero a que las personas, cosas y eventos, por sí *solos*, no tienen el poder de hacerte feliz o, por si fuera poco, *infeliz*.

*La Percepción* es la expresión de *La Decisión*, pero vista con una perspectiva diferente. Si no haces *La Decisión*, eres menos propenso a tener *La Percepción*. Aunque *La Percepción* es distinta de *La Decisión*, las dos son inseparables, porque el

compromiso que haces en *La Decisión* te permite tener *La Percepción*.

Cuando vives *La Percepción*, los tesoros escondidos del ser son revelados, sabiduría que previamente no podías ver. Estaban escondidos por las exigencias de tu vida y como la vivías

Vivir *La Percepción* es un pasaje poderoso que te permite ser libre en la cara de tus situaciones diarias y preocupaciones. Te da una verdadera comprensión de quien eres y te provee de un nuevo sentido de lo que es posible en la vida. *La Percepción* abre tu mundo y te permite crecer.

### **La percepción como una investigación**

Vivir *La Percepción* te permite traducir lo que sabes en *ser* lo que conoces. Y ya que cuanto más sabes, más quieres saber, *La Percepción* te conlleva a un estado de investigación. Te hace indagar más profundamente en las cuestiones que más te conciernen. Te revela más acerca de la vida que hayas descubierto o apreciado.

*La Percepción* mejora tu forma de tomar decisiones. Te deja ver cómo te relacionas con situaciones que te conciernen. Agudiza tu enfoque y te permite, en ese momento, ser consciente de que tú eres responsable de lo que estás viviendo. En esencia, *La Percepción* saca la espina de tus emociones, elimina distracciones y te ayuda a ver las cosas más claramente, tal cuál como son. Te deja ser libre y cambia la manera en que miras, piensas y actúas.



Consecuentemente, *La Percepción* te permite tomar responsabilidades por tus experiencias. Abre la presencia de la vida más allá del horizonte al cual estás mirando.

## **Obteniendo una perspectiva basada en la realidad**

Cuando estás atorado, a menudo necesitas un criterio basado en la realidad para obtener perspectiva. Necesitas algo concreto para ver dónde estás y a dónde puedes ir. Te da un gancho para colgar tu sombrero.

Cuando el enfoque está basado en la realidad, confías en lo que está en el presente, te rindes hacia él, eres *verdadero* contigo mismo, y actúas con base a tu intuición y experiencia. Escuchas a tu voz interior. *La Percepción* te permite *dejar ir* y *dejar ser*, lo cual es donde tu espíritu está libre y feliz y la paz llega a ti *naturalmente*.

A veces, todos nos perdemos. Nos encontramos atorados y actuamos fuera de sí. Aunque, por alguna razón, sabemos que esto no es quienes realmente somos, parece ser que tiene un sostén sobre nosotros y no podemos dejarlo ir. *La Percepción* nos permite distinguir lo que es *real* y descartar lo que *no*. Interrumpe la manera en que somos jalados hacia situaciones que sostienen y nos consumen. Interrumpe el lenguaje que nos previene a ser *verdaderos* con nosotros mismos. Gracias a *La Percepción*, llegamos para alinearnos al actuar con base a quienes realmente somos. Cuando vemos las cosas como realmente son, hacemos decisiones correctas.



## ¿CÓMO VIVO LA PERCEPCIÓN?

**D**espués de tomar La Decisión, La Percepción aparecerá. Al principio puede ser sutil, pero después de un tiempo, notarás diferencias. Sentirás que has obtenido más claridad y una visión más amplia. Te entenderás mejor, especialmente quien eres y lo que quieres y necesitas.

Mientras atraviesas tus retos diarios, observa cómo tu perspectiva empieza a desplazarse y la calidad de tu vida mejora. La mayoría del tiempo, estos cambios vendrán naturalmente y no te conllevarán tanto esfuerzo. Pero ocasionalmente, necesitarán un poco de ayuda. Por ejemplo, cuando te sientas inmovilizado o consumido por la vida, haz un esfuerzo más fuerte para atraer *La Percepción* en tu vida.

En estos tiempos difíciles, recuérdate que *no hay nada allá fuera que intrínsecamente tenga la capacidad de hacerte feliz*. Además, acuérdate de *La Percepción* cuando estés :

- Atorado
- Molesto
- Triste

- Frustrado
- Atrapado por la vida
- Abrumado
- Estresado
- Consumido
- Inmovilizado
- Argumentativo
- En negación
- Exhausto

### **Afirmaciones**

Estoy seguro de que sabes cómo funcionan las afirmaciones. Tomas mensajes importantes, los imprimes y los pones sobre tu refrigerador, el espejo de tu cuarto, arriba de tu escritorio u otros lugares que frecuentemente ves. La idea es rodearte de recordatorios de ideas que quieres mantener *vivos*.

Encuentro que las afirmaciones trabajan bien para mí. Entonces, recomiendo que imprimas las siguientes afirmaciones y las coloques en un lugar o lugares que a menudo ves. Aquí está lo que deberías publicar:



**La Percepción:** *No hay nada allá fuera que intrínsecamente tenga la capacidad de hacerte feliz.*

### **Preguntas para guiarte**

Cuando vives *La Percepción*, considera las siguientes preguntas. Pregúntatelas de vez en cuando y piensa acerca de mantener un diario que registre tus descubrimientos. Las preguntas son:



- ¿Qué has aprendido desde que empezaste a vivir La Percepción?
- ¿Cómo es que vivir La Percepción ha impactado tus preocupaciones?
- ¿Has tenido la experiencia de tener más libertad de ser?
- ¿Has notado un desplazamiento en la calidad de tu vida?
- ¿Has encontrado un hilo común en los desplazamientos que has experimentado? ¿Cuál es ese hilo común?
- ¿Puedes ver como La Percepción no está reflejada con el lenguaje de tu nacimiento?
- ¿Cómo es que tu lenguaje natal limita tu espíritu y las posibilidades? Enlístalas
- ¿El vivir La Percepción ha expandido tu sentido de lo que es posible?
- ¿Cómo es que al vivir La Percepción ha cambiado el sentido de quién eres?
- ¿Has experimentado estar más a cargo de tu vida?
- ¿Ha cambiado la manera en que te relacionas con otras personas?
- ¿Cómo es que al vivir La Percepción ha cambiado la manera en que te comunicas?
- ¿Notas cómo el vivir La Percepción desplaza tu lenguaje?



## DESPLAZANDO HACIA UNA NUEVA PERSPECTIVA

Cuando La Percepción te da una nueva perspectiva, un número de cambios ocurrirán. Estos cambios, a cuáles llamo “*Perlas de Sabiduría*,” te darán un poder más elevado y mejorarán tu mundo.

Mientras vives *La Percepción*, las *Perlas de Sabiduría* se convertirán en gran parte de quien eres y de tu vida entera. El verdadero significado de cada *Perla de Sabiduría* puede no ser aparente de forma inmediata, pero no te desanimes. Date tiempo. Podrás estar manejando solo y de repente un nuevo entendimiento llegará como un chispazo en tu mente. Así es como usualmente funciona para mí.



**Cada *Perla de Sabiduría* ilumina una modalidad única del ser, una faceta única del *diamante del ser* — tu presencia plena y participación en la vida, lo cual te permite ser la visión más elevada de ti mismo.**

Las *Perlas de Sabiduría* son:

**Tienes el poder de:**

**Ser responsable**

**Tener un verdadero sentido de quien eres**

**Ver todo como realmente es**

**Aceptar la impertinencia de tu vida**

**Expresarte a ti mismo auténticamente**

**Ser libre de ser**

**Ser misericordioso**

**Confía en ti mismo y sueña**

## EL PODER PARA SER RESPONSABLE

**E**l poder de ser responsable. Vivir *La Percepción* te da la oportunidad de dar un paso atrás, pasar, considerar y ajustar cómo reaccionas a situaciones y casos que se desenvuelven. En vez de tener tan sólo una vista, di, justo desde planta baja, ahora veo desde una perspectiva en lo más alto de la montaña, alrededor de la esquina, debajo, desde cada ángulo, en todas partes.

Expandir tu perspectiva rompe las maneras habituales en que tú reaccionas a eventos y situaciones. Incrementa el área de visibilidad y habilita la manera en que tú absorbes más. Tienes una perspectiva más amplia y te desatora; te libera de lo que te inmovilizaba.

Cuando traes *La Percepción* a tus retos diarios, transformas tu percepción de la manera en que *son* las cosas a una experiencia en la que ahora ya puedes tomar responsabilidad. Vivir *La Percepción* quita el velo de tu lenguaje natal, el cual gobierna cómo percibes y actúas virtualmente en cada aspecto de tu vida.

Cosas que tú previamente no sabías que existían, se revelan ante ti. Experimentas más que una libertad; la vida ya no te

está pasando *a* ti, sino *desde* ti. Te sientes más a cargo de tu vida. Descubres un mundo más allá del horizonte al cual estás mirando.

Al vivir *La Percepción*, te das cuenta que, consecuentemente, tú eres cien por ciento responsable de tus experiencias. La responsabilidad ya no es más una carga, pero te da la *libertad* del ser.



*La Percepción* rompe el hechizo de ese “yo” con el que nosotros nos identificamos. Porque con el poder en que nosotros invertimos en el yo, percibimos cosas como estando fuera de nosotros. Nuestro mundo, el que se nos enseña, gira alrededor del “yo”. Era un interés primario en nuestro razonamiento, acciones y decisiones. Muchas personas lo llevaron más allá; dejaron cultivar, proteger y venerar el “yo” y se convirtió en el trabajo de sus vidas.

### **¡Esto es! Y ¡Soy el único!**

Mi declaración favorita vino a mí cuando estaba viviendo *La Percepción*.

Fue, “¡Esto es! Y ¡Soy el único!”

Para mí, estas ocho palabras resumen de todo lo que trata la responsabilidad.

Llegó a mí de repente. Una tarde, me di cuenta que mis circunstancias actuales eran mi vida. No tenía sentido fingir que no lo eran, desear que fueran diferentes o que iban a desaparecer. Finalmente, comprendí que, si quería cambiar el rumbo de mi vida, se trataba completamente de mí. Era *mi* decisión. Desde entonces, mi mantra ha sido, “¡Esto es! Y ¡Soy el único!”

## **Deja de ser una víctima**

Vivir *La Percepción* y tomar responsabilidad te coloca a cargo de tu vida. Dejas de ser una víctima. Ya que sabes que es tu responsabilidad, tomas control de cómo la vida te afecta. Claramente entiendes que eres la fuente de tu vida.

El único deteniéndote de dirigir una vida plena eres tú. Olvida todas esas viejas excusas. Ya no las compres más. Depende de ti el alcanzar tu potencial completo.

Toma tiempo para que el condicionamiento viejo desaparezca. Todas las limitaciones que te pones a ti mismo podrán aún no haber desaparecido, son menores. Si por momentos, todavía piensas, “No voy a hacer eso hoy, porque...” No te tragues tus propias excusas. Ignóralas; ¡que no te detengan! Cuando escuches la palabra “porque...”, detente y piensa si tan sólo estás creando excusas.

## **Los detonadores no nos molestan**

Mi esposa y yo, ocasionalmente, discutimos sobre lo que ella cocina. Frecuentemente, discutimos después de hacer yo un comentario sin pensar, o dos. Ya que no soy un crítico culinario profesional, ella responde con un poco de “picadillo,” lo cual me puede cortar hasta el centro.

“Tan sólo fue un comentario inocente y con buena intención,” pienso yo. “Cómo puede ella decirme todas esas cosas tan terribles?”

Entonces, *La Percepción* me recuerda que ella no me está molestando. Las personas o cosas no causan o tienen el poder de molestarme, pero yo sí. En nuestro lenguaje natal, pensamos que las personas o cosas causan molestia en nosotros, pero al vivir *La Percepción* nos damos cuenta que ese no es el caso. Somos responsables de cómo experimentamos la vida, incluyendo molestias o dolencias.



Los detonadores son tan sólo eso; no son universales.

Tus detonadores no son mis detonadores. Los detonadores no causan que te molestes. No hay nada *inherente* a ellos que deberían molestarte.

Tan sólo piénsalo.

### **Preparándonos**

A veces, nos molestamos por lo que traemos a ciertas situaciones. Frecuentemente, nos preparamos para estar molestos. Llegamos con creencias y suposiciones que mantenían nuestros pies firmemente clavados al piso. Podemos estar malhumorados, frustrados o decepcionados porque no obtuvimos la aprobación de alguien, acuerdo o la reacción que buscábamos o esperábamos. Y en vez de tomar responsabilidad por cómo nos sentimos, atacamos o somos antipáticos con los demás.

A menudo, confundimos el atribuir la fuente de nuestros sentimientos a otros y les designamos culpa. Pensamos que estamos molestos por una razón, pero la causa de nuestro sentir, realmente, se debe a algo completamente diferente. Muchas veces, es algo pequeño, trivial o inocuo que hacemos explotar de forma exagerada; algo por lo que, definitivamente, no vale la pena ventilar nuestras emociones.

Cuando yaces en *La Percepción*, te das cuenta qué tan fácil resulta tomar responsabilidad de tus expectativas y creencias. Y cuando lo haces, te prepara para ser libre de decepciones, agudiza tu visión, te da verdadera perspectiva y te ayuda a tomar las mejores decisiones.

Ahora, ya sé que no es fácil pensar en *La Percepción* cuando estás hasta el cuello en un desacuerdo mayor. Cuando mi esposa y yo nos encontramos en esta situación, hemos encontrado un acuerdo que generalmente funciona. Nos damos, el uno al



otro, permiso para preguntarnos considerar *La Percepción*, y generalmente nos aterriza de nuevo a la Tierra.

Inténtalo. ¡Realmente funciona!

### **Toma el paso**

*La Percepción* te da refugio de la locura que puede apoderarse de tu vida. Te da el tiempo y perspectiva que te permite asumir control de tu vida. Sin embargo, quizás tendrás que tomar el paso para considerar *La Percepción* cuando estás molesto. Cuando te recuerdas a ti mismo *La Percepción*, es como tomar un respiro profundo y refrescante.

Cuando tomas ese paso, te desplazas a *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida*. Con tan sólo tener ese acceso, rompes el sostén que la locura tiene sobre ti. Te pone en un lugar donde eres libre de ser y libre de elegir. ¡Cuán sentimiento de libertad! Te das cuenta que puedes trascender aspectos de ti que, a veces, hacen la vida fea.

Aprendes de tus errores. Es como cuando aprendes un idioma extranjero: vas a cometer errores antes de que hables con fluidez. Este truco es para aprender de esos errores y tratar de no repetirlos. Lo mismo, verdaderamente, se aplica en aprender *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida*. Acepta y celebra los errores que cometes cuando tratas de desarrollar nuevas capacidades. Sé consciente de que toma tiempo y práctica. Sé paciente y amable contigo mismo y tu pareja.

Date cuenta que los errores son sólo parte de tu humanidad, de la cual ahora ya puedes reconocer y aceptar.

### **Expandiendo tu experiencia**

Cuando te sientes bajo o una fuerte emoción te consume, en vez de culpar, ve de qué puedes tomar responsabilidad. Por ejemplo, busca cosas que, durante el curso de tu ocupada vida,

podieron haberse caído entre grietas o que quizás no hayas visto y con lo que ahora ya puedas asumir responsabilidad.

Recientemente, mi esposa, Francesca, estaba molesta conmigo. “Louis,” me dijo. “¡Tienes tantos talentos, pero no se los estás enseñando a Carmen! Hablas español y francés. ¿Por qué no hablas francés con ella para que ella pueda mejorar como habla el lenguaje?”

Inicialmente, me resistí. De hecho, me sentí un poco irritado. “No me des más trabajo!”, pensé. “Estoy a cargo de una práctica médica muy laboriosa y escribiendo un libro.” Debo admitir que soy muy bueno para evadir las cosas cuando se trata de mi propia conveniencia.

Entonces me di cuenta que, si la educación de Carmen realmente me importaba, tenía que tomar responsabilidad por las situaciones que había evadido. Simplemente, no se lo podía dejar a otros. Si realmente quería que Carmen hablara diferentes idiomas, tenía que ayudar enseñándole. Entonces, me dediqué un día a la semana para la educación de Carmen.

¡Leímos juntos, hablamos francés juntos y nos divertimos mucho!

Al reconocer mi responsabilidad, pude ver más allá de mis emociones iniciales y expandir mis horizontes. Cuando tomé responsabilidad y empecé a enseñar a Carmen, yo *expandí* mi experiencia, me uní más con mi hija y tuvimos un tiempo maravilloso.

### **Expandir quien eres**

Cuando estás dispuesto a tomar responsabilidad en vez de culpar, encontrar culpa o hacer excusas, te abre y expande tu capacidad. Aunque a veces puede ser incómodo, tiene muchos beneficios. Primero, te habilita para acomodar más nuevas experiencias. También te renuevas y te conviertes menos resistente, más aventurero, valiente y verdadero a

quien realmente eres. Te da una oportunidad para crecer y desarrollarte como una persona espiritual.

Al tomar responsabilidad, sales de tu lenguaje natal. Tu lenguaje de nacimiento ya no más te atrapa, porque te das cuenta de que la vida no sólo tiene que ser de una sola manera y que tus posibilidades no son limitadas.

Tu lenguaje ahora ya se desplaza. Cambia de un lenguaje que es acusador a un lenguaje que expresa responsabilidad y permite lo que está ocurriendo en tu vida. Ahora, ya te puedes mover hacia adelante, crear tu propio destino y darte cuenta del potencial pleno que verdaderamente eres.

### **Desplazar Tu Lenguaje**

1. ¿Qué lenguaje utilizas que es acusador?
2. Enlista cuándo culpas a otros
3. ¿Bajo qué situación o circunstancias dejas que los detonadores te consuman?
4. ¿Cuándo usas la palabra “porque” para justificar tu falta de acción?



## TENIENDO UN VERDADERO SENTIDO DE QUIEN ERES

**A**l vivir La Decisión, identificas y expones un lenguaje que es inauténtico para tu verdadera naturaleza. Cuando arrancas ese lenguaje, te deja con un verdadero sentir de quien eres. Cuando te das cuenta de quién eres realmente, el “Yo” desaparece. Eso significa que entiendes que no estás separado de la vida, todo está conectado, eres una parte del universo y que el mundo no se resuelve sólo a tu alrededor.

El “Yo” era dominante en nuestro lenguaje natal. Define quienes pensábamos que éramos o quienes supuestamente íbamos a ser. Aunque el “Yo” nos hacía sentir especiales, nos separaba de la vida. Mucho de lo que hicimos fue basado en nuestro entendimiento de nuestro lenguaje natal. Le dio forma a cómo nos comportábamos y experimentábamos el mundo.

El “Yo” jugaba un rol útil en nuestro lenguaje natal, pero la separación que también creó hizo que nos alejáramos de nuestra *verdadera* naturaleza y *fuentes* de vida. Nos impedía comprender quiénes realmente somos y cómo estamos interconectado con todas las personas y cosas.

Es en nuestro propio reino, la realidad de causa y efecto que nos encontramos en cada día de la vida, donde nuestro lenguaje natal funciona perfectamente. El lenguaje de “Yo” es muy efectivo en el mundo visible. Utilizamos el lenguaje del “Yo” para llevarlo , para orientarnos. Nos permite pensar con términos lineales y experimentar la vida en el presente, el futuro y el pasado. Nos ayuda a navegar a través de la vida.

### **Una maravillosa confusión de la mente**

El lenguaje del “Yo” es el idioma del observador y a quien se observa. Con el lenguaje del “Yo”, asignamos causa al *ser*. Decimos, “Es un *mal* día,” y al decir esto, asignamos cualidades intrínsecas al día. Cuando traemos el lenguaje del “Yo” a nuestro mundo espiritual — cuando asignamos causa por nuestras emociones a algo o alguien fuera de *nosotros* mismos- entonces dejamos de asumir responsabilidad por lo que está pasando en nuestras vidas. Entramos en una relación para *ser* como *substancia*, por ende creando un horizonte tal como es. Nos *negamos* a nosotros mismos tener una decisión. En efecto, estamos yendo en *contra* de nosotros mismos y perdemos el poder de nuestro lenguaje.

El lenguaje del “Yo” no toca la *esencia del ser*, en nuestro mundo espiritual. El lenguaje del “Yo” no comuna con *ser*. Cuando hablamos *acerca* de nuestras emociones, no estamos *presentes* a ellas.



*Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* es el lenguaje del *ser*, el lenguaje del mundo invisible — nuestro mundo espiritual. Es el lenguaje de presencia, permitiendo y uniendo. *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* nos restaura para hacer la distinción entre el lenguaje del “yo” y el lenguaje del *ser*.

El *no hacer* esta distinción te lleva a una confusión maravillosa de la mente y nos mantiene atrapados en un ciclo perpetuo de lucha y sufrimiento — la condición humana.

### **Cuando estás disfrutando de la vida meticulosamente, el “yo” desaparece**

¿Has notado que, durante tu mejor desempeño como artista, tú no estás allí? En tus mejores momentos de expresión, no sólo bailando, escribiendo, cantando o pintando — ciertamente, no estás pensando en ti mismo. Cuando hablas públicamente, ante grupos grandes, no tienes percepción de ti mismo. En conversaciones inspiradoras, notas muy poco de ti mismo.

Durante tus mejores momentos, *tú* no estás allí; el “Yo” desaparece, desvanece. ¿Esto no te dice algo de quien eres realmente? ¿No es irónico que el “Yo”, por el cual trabajamos tan duro para cultivar, proteger y promover, no esté allí cuando brillamos? ¿No es asombroso cómo cuando desaparece, quienes realmente somos emerge?

En nuestros mejores momentos, nuestra perspectiva del tiempo también cambia. El pasado, presente y futuro se evaporan. ¿Has notado que temprano en la mañana, durante interludios silenciosos, a veces tienes un sentido diferente del tiempo? Durante esos periodos, el presente parece emerger con el pasado y el futuro en un sentido de eternidad e infinito. Cuando esto ocurre, un profundo sentido de paz y un nuevo sentido de conexión y unión con la vida toma control.

### **Tú y la vida ya no estáis separados**

Toma el “Yo” menos personal. Da un paso atrás y dale un poco de perspectiva. Cuando te das cuenta que tu vida no sólo es acerca del “Yo”, puedes encontrar que eres más compasivo.

Podrás entender que tú *eres* vida y que la vida ya no más está separada de ti. *Toda vida* es ahora una parte de tu experiencia. Einstein sentía que todos estamos conectados. Él dijo,



Un ser humano es parte del todo llamado por nosotros “universo”, una parte limitada en tiempo y espacio. Él tiene la experiencia de él mismo, sus pensamientos y sentimientos, como algo separado del resto, un tipo de delirio óptico de su consciencia. Este delirio es una amable cárcel para nosotros, restringiéndonos a nuestros propios deseos y afectando a unas cuantas personas cerca de nosotros. Nuestra labor debe ser liberarnos de esta prisión al abrir nuestro círculo de compasión para abrazar a toda criatura viviente y la plenitud de su naturaleza en su belleza.

### **“Yo” clama ser**

El “Yo” puede interferir. Puedes decir que el “yo”, a veces, clama y oscurece el *ser*. Cuando estaba escribiendo este libro y tenía una nueva perspectiva — especialmente cuando creía que era una percepción importante — el parloteo interno del “yo” estaba esperando en la banqueta para tomar posesión y traer importancia individual a lo que sólo me inspiraba a mí, oscureciéndolo así e intentando “robar” *ser* de mí. La única manera en que me mantenía centrado era al recordarme a mí mismo que el escribir viene a *través* de mí, pero no *de* mí.

### **Desenredando el *ser* del “Yo”**

Cuando vives *La Percepción*, el “Yo” se muda al fondo y tiene menos agarre sobre ti. Experimentas un cambio sutil en el sentido de quien eres. Ahora, puedes volar fuera de la distracción del “Yo”. Estás empezando a desenredar *ser* del “Yo” y a hacerte un pastor para tu propio ser, siempre alerta



a lo que pueda desplazar y obscurecer tu sentido de plenitud y paz.

### **Tú eres todo y todo eres tú**

Cuando vives *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida*, despertará en ti que eres mucho más de lo que te habían dicho o de lo que pensabas que eras. Tú y tu potencial son ilimitados. Los únicos límites están en cómo tú te *ves* a ti mismo.

Esta realización puede llegarte en cualquier momento: cuando estás hablando con amigos, acostado en la playa, en el agua, relajándote o estando presente al silencio donde tú estás en la experiencia plena y disfrutando la vida. De repente, lo entiendes. Y cuando lo entiendas, sentirás una conexión con toda la vida. Tú no eres una cosa o dos, tú lo eres todo y todo lo *eres* tú. Tú no eres el «Yo» que te mantiene atorado en el contenido de tu vida y te lleva a un espacio de separación con la vida. Tú eres el espacio de conexión con la vida. Tú y la vida sois *uno*.

La experiencia de uno, el ser *uno* con toda la vida, es una consciencia muy profunda. Este entendimiento lo cambia *todo*. Cambia la perspectiva desde la que miras la vida. Cambia la perspectiva que traes a la vida.

Una vez que tu conexión se revela ante ti, no puedes regresar. No puedes aventar lo que se estaba escondiendo de ti de regreso al río del olvido. Tu inocencia está perdida. Nada puede ser lo mismo. Es un momento que te cambia la vida.

Cuando el velo de tu vida se levanta, y el “Yo” ha perdido su agarre sobre ti para llevarte a un espacio de separación con la vida, estás presente a un silencio, donde la vida se te revela como es. Estás en un lugar lleno de paz. Te recuerda algo que siempre has sabido pero simplemente has *olvidado*.

La vida realmente es muy simple, y tendemos a sobre complicarla.

Tú puedes estar fascinado con cómo el «Yo» te distrae, te tienta y trata de seducirte, como una canción de sirenas (Del Inglés “siren-song”), a la importancia de uno mismo y preocupación con el mundo que lleva consigo. Ahora puedes ver el “Yo” por lo que es. Tú ahora ya sólo puedes dejarlo *ser*.

El “Yo” es sólo el “Yo” por *nombre*. “Yo” no es quien *realmente* eres. “Yo” trae consigo la *idea* de ser, no la *presencia* del ser. En la vida, a menudo tiendes a confundir la idea por su actualidad. Eres mucho más que el “Yo” que piensas que eres. Una vez que el “Yo” ha sido revelado por lo que es, la *vida* ocurre diferente.

Al vivir *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida*, tú ahora llegas a un lugar donde estás dispuesto a dejar tu inversión en el “Yo” que te hace ser de *cierto* modo en el mundo, y te vuelves presente a quien *realmente* eres, lo cual te deja con un sentido profundo de conexión a la vida y con una *nueva* libertad de ser.

También te das cuenta que la calidad de tu vida no se determina por lo que tienes, por lo que haces, por lo importante que eres, o por lo que las demás personas piensan de ti. En si, se determina por tu capacidad de *permitir, dejar ser, dejar ir* y mantener tu sentido de *unidad y libertad* de frente con tus retos diarios.

Cuando te restauras a la unidad de la vida, *todas* las cosas te llegarán.

### **“Yo” ya no más es una excusa**

Mientras los “Yo”s pierden agarre sobre ti, tú despiertas a nuevas posibilidades. Eliminas muchas de las declaraciones limitantes que te dices a ti mismo, como “No puedo,” “Soy tonto,” “No soy tan bueno,” “Soy demasiado viejo” y “No lo merezco.” Te das cuenta que estas frases son simplemente excusas que ya no te mantendrán de intentar cosas nuevas y disfrutar plenamente de la vida.

## **Abrazar a tu humanidad**

Nosotros sólo podemos aceptar y abrazar nuestra humanidad y conllevar *gracia* y entendimiento a esos aspectos de nosotros mismos que nos separan de la vida. *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* no se trata de eliminar el “Yo”, o llegar a cualquier tipo de nihilismo pasivo. Sino que se trata de explorar lo que nos permite *trascender* las limitaciones del lenguaje que han colocado sobre nosotros, y restaurarnos a nosotros mismos a la unidad del *ser* — el lugar de felicidad *auténtica*.

### **Desplazar Tu Lenguaje**

1. ¿Qué tipo de actividades puedes tomar para sentir una conexión profunda a la vida?
2. ¿Qué tipo de actividades puedes tomar para tener un sentido auténtico de presencia?
3. ¿Qué tipo de actividades puedes ahora tomar y disfrutar plenamente que previamente no podías, no merecías o eras demasiado viejo para hacerlo?
4. Enlista las áreas en las que puedes dejar ir tu sentido de prepotencia.



## VE TODO TAL COMO ES

**T**odos tenemos posiciones, creencias y expectativas. Llegaron con nuestro lenguaje natal. Pensamos que el mundo debería ser de cierta forma o que debería ser diferente a la manera que es. Yo lo llamo a eso “*musterbación*.” (Del Inglés “*must*”.- deber/obligar). Otro de mis términos favoritos es “*peorización*”, viendo todo con la luz más tenue posible.

Peorizar o *musterbación* interrumpen nuestra capacidad de estar *presente*. Nos inmovilizan y limitan nuestras contribuciones. Todos sus “*deberías*” y “*tienes que*” restringen nuestra autoexpresión y corrompen nuestra propia esencia.

Vivir *La Percepción interrumpe* de manera poderosa nuestras consideraciones de cómo *debería* ser el mundo a diferencia de lo que es. Interrumpe el “*peorizar*” y la “*musterbación*” que nos inmoviliza en nuestra expresión libre de la vida.



*La Percepción* remueve el velo de lo que es, lo cual te permite estar presente a lo que es.

**No más permitiéndote ser victimizado por lo que es.**

Al vivir *La Percepción*, ahora ya experimentas la verdadera naturaleza de las cosas. Te das cuenta que la realidad simplemente es, independiente de lo que exijas o insistas. Ves las cosas tal

como son. Ahora ya desarrollas una capacidad de sólo estar presente, y ahora ya puedes elegir disfrutarla, en vez de permitirte a ti mismo el ser victimizado por tus opiniones y creencias.

En vez de temer días lluviosos, anhélalos. Cuando lleguen, toma la oportunidad de un brinco para cambiar tu rutina. Detente, pausa y disfruta el aguacero. Ponte tus botas y tu impermeable y sal y regocija con la lluvia. Siente las gotas en tu piel, aprecia el brillo que desprende y escucha la música de las gotas al caer y la vida que da la lluvia. Permítete sumergirte plenamente en la experiencia. Empápate.



Desarrolla la capacidad de estar presente a la realidad como es. Empieza por no permitirte a ti mismo el ser victimizado por las opiniones y creencias que obtuviste de tu lenguaje natal. Cambia cómo interactúas con personas, naturaleza y vida.

### Una ligereza al ser

Al vivir *La Percepción*, existe una ligereza del ser. Algunos de tus pesares en tu ser se levantan, ahora que estás dejando ir las exigencias constantes que tiendes a colocar en la realidad.

Tu prepotencia se empieza a desvanecer y notas que tu tendencia a tomar las cosas personalmente empieza a perder su agarre sobre ti. Empiezas a portar el mundo como una manta ligera.

#### Desplazar Tu Lenguaje

1. Enlista tres “deberías” o “tienes que” que estás dispuesto a dejar.
2. ¿En qué tres áreas estás dispuesto a dejar de «peorizar»?
3. Da ejemplos de cómo eres ahora que ya tomas las cosas menos personales.

D I E C I N U E V E

## ACEPTAR LAS IMPERMANENCIAS DE LA VIDA

**A**l vivir La Percepción, estás más presente en vida y ahora expandes tu capacidad para estar con la constante incertidumbre de lo que la vida te ofrece. Eres capaz de dejar ir el “Yo” que quiere estar en control y tiende a colocar exigencias constantes sobre lo que tu percibes como realidad. Ahora ya confías en el porvenir de la vida. Ahora ya eres capaz de dejar ir y confiar en la vida para trabajar algunas de tus preocupaciones continuas.

### **Ya no más confundido por el cambio**

Cuando te das cuenta que no hay nada permanente en tu existencia, tú ya no más estás confundido por el cambio. Te das permiso para dejar ir todos tus apegos y aceptas cambios que llegan a venir. Algunos ejemplos son: el ir repentino de una persona valiosa que ha estado trabajando contigo durante años; cambios que ocurren en tu cuerpo con la edad; una amistad de por vida que termina cuando la persona decide seguir

adelante. Lo que valoramos y a lo que estamos acostumbrados, muy a menudo nos ocurre como el *quedarse allí por siempre y seguir igual*.

Permitir las impermanencias de la vida te permite acoger el porvenir natural de la vida y estar dispuesto a soluciones alternativas. Tu lenguaje se convierte menos acusador y eres menos propenso a quedarte inmovilizado cuando un cambio repentino te pegue. Al confiar en la vida, ahora ya sostienes lo que te está ocurriendo en tu vida como algo fundamentalmente bueno, lo cual te da fuerza para ser con lo que está ocurriendo. Permítelo, quédate en paz con ello, en vez de maldecirlo.

Tú sabes que la vida es fundamentalmente buena y que tú eres lo suficientemente grande para lidiar con el cambio, y rendirte a él.

## **Permitir**

Si estoy dispuesto para aceptar lo que está pasando en mi vida, si le doy la bienvenida, de hecho, expreso gratitud, lo cual es la expresión más alta de mi integridad en la relación con la vida, entonces estoy *abierto* al porvenir.

*Permitir* la experiencia, en vez de resistir lo que está ocurriendo, me lleva al otro lado. Al permitir las experiencias, sin tomar en cuenta lo incómodas que puedan ser, esas experiencias de repente *dan la vuelta* y regresan a mi en *una nueva forma*, y yo noto que he cambiado en la manera en la cual estoy percibiendo y lidiando con la experiencia.

Entonces, mi *permitir* las experiencias, en vez de resistir, revela los tesoros que habían estado escondidos en el porvenir.

Al aceptar lo que te está pasando en la vida, algo brilla.. Puede ser una nueva perspectiva más inclusiva, más aceptadora de la vida o una que te permite crecer en tu esencia espiritual.

El “Yo” crea el engaño de permanencia y continuidad, lo cual te limita y te detiene. Eres más grande de lo que piensas.



No te vas a desboronar o morir si dejas ir tus apegos y permites el espacio para que algo nuevo emerja en tu vida.

**Aceptando la muerte como algo fundamentalmente bueno** La verdad es que, en algún punto, todos morimos. Cuando confías en la vida y aceptas el nacer como fundamentalmente bueno, entonces, la integridad te forma y la valentía llega a ti para confiar en que la *muerte* es también fundamentalmente buena — a pesar de que no la entiendas completamente.

Una vez que aceptas la muerte como algo *fundamentalmente* bueno, la muerte empieza a ocurrir como la posibilidad de algo. Por ejemplo, la posibilidad de completar algo grandioso, pleno, un logro en la vida o la posibilidad de entrar en otra expresión de tu espíritu.



Cuando mi padre murió hace pocos años, estaba triste. También experimenté un sentido de plenitud porque su muerte marcó el término de una gran vida. Mi padre fue un gran hombre; un cirujano pionero y respetado quien hizo una diferencia en la vida de miles de personas. Y fue un padre maravilloso. Si hubiese sido la única persona en la Tierra a morir, entonces estaría *profundamente* triste.

Nacemos en vidas que se llenan de posibilidades y luego nos morimos. Nuestras vidas son como respiros de inspiración en el gran universo.



Cuando aceptas la muerte como fundamentalmente buena, eres verdaderamente libre a ser y la nueva perspectiva para vivir se abre para ti.

Como pensamos en nuestro propio pasar desenmascara inautenticidades fundamentales de cómo vivimos nuestras vidas. La mayoría de nosotros evitamos hablar de muerte

y fingimos que nunca pasará. Evitamos personas que están muriendo. Nos relacionamos con la muerte como algo que no nos permitimos en la *presencia*, como una posibilidad.

### **Creando condiciones para una vida saludable y feliz.**

La manera en que practicamos medicina se organiza alrededor de prevenir enfermedades. En nuestra sociedad, la práctica de la medicina no está orientada a curar y/o se enfoca en ayudar a las personas que conlleven vidas sanas y plenas. No nos damos cuenta que nuestros esfuerzos por prevenir enfermedades, realmente *fortalecen* las enfermedades que estamos tratando de prevenir. Cuando nuestra atención está enfocada en *evitar* la existencia de algo, lo que estamos tratando de evitar sólo crece. Al enfocar nuestra evitación, le damos fuerza y poder.

La sencilla verdad es que no podemos evitar la muerte, pero podemos *elegir* estar en paz con ella *mientras* estamos vivos. Cuando nuestra atención está enfocada en lo que *cura* nuestro ser y contribuye a nuestro sentido de plenitud, creamos la condición para una vida sana y feliz.

Confiar en la vida expresa la integridad máxima en tu relación con la vida.

Cuando confías en la vida y te *atreves* a aceptar la muerte como algo que es fundamentalmente bueno, empiezas a ver el engaño y la inautenticidad que el “Yo” crea alrededor de la idea de permanencia y continuidad.

Cuando acepté y estuve en paz con la inevitabilidad de mi propia muerte, de repente me volví presente a un silencio sereno y un sentir de paz abrumador. La *verdad* llegó al ser. Tenía libertad plena para temer y ahora podía enfrentar cualquier cosa. Mi espíritu estaba liberado.

Un proverbio aborigen australiano dice: “Todos somos visitantes a este tiempo, en este lugar. Sólo estamos de paso. Nuestro propósito aquí es observar, aprender, crecer, amar... y después podemos regresar a casa.”

La vida, toda vida y la vida de cualquiera, es una celebración de espíritu. Cuando estás presente a lo sagrado de la vida, tú naturalmente tienes una reverencia profunda para la vida.

Confiar en la vida y no más temer la muerte, habilita para que vivas tu vida con alegría y encanto, cada momento del día.

Vivir *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* te permite aceptar la impermanencia de la vida y estar en paz con los misterios de la vida. Te deja vivir la vida con una *ligereza del ser*.

### **Desplazar Tu Lenguaje**

1. Enlista los cambios que están ocurriendo en tu vida ahora que estás dispuesto a aceptar.
2. ¿Dónde en tu vida estás dispuesto a confiar en la vida para trabajar con tus preocupaciones continuas?
3. ¿Qué incertidumbre en tu vida estás dispuesto a aceptar?
4. ¿Qué tesoros escondidos podrían llegar a permitir cambios que hasta ahora has resistido?



## EL PODER PARA EXPRESARTE A TI MISMO AUTÉNTICAMENTE

**A**l vivir La Percepción, notas que estás usando un lenguaje diferente. Cuando el “Yo” no más domina lo que dices y escuchas, hablas desde un lugar diferente y te expresas más auténticamente. Estás presente a una nueva apertura ya una nueva consciencia que parece transpirar en la manera en que te comunicas y en cómo las personas te responden.

Para mucha gente, las conversaciones son monólogos de una vía. Bajo la influencia del “yo”, sólo les importa lo que ellos mismos dicen y el levantar su prepotencia, lo cual los separa de aquellos a quienes se dirigen. En vez de conversar, no tienen conexión con otros. Hablan *a* ellos- no *con* ellos.

### **Comunicación como una experiencia participativa**

Nuestro lenguaje natal, el lenguaje del “Yo”, sugiere que la comunicación es la forma de transportar conocimiento desde el interior de una persona al interior de otra. Cuando vives *La Percepción*, el “Yo” se vuelve transparente y estás comunicando desde un lugar diferente. Ahora partes desde un lugar de *unidad del ser*, y la comunicación se vuelve una experiencia participativa

y emocionante. En vez de sólo intercambiar información, tú estás participando en una experiencia compartida que deja a las personas saber quién eres de verdad, lo que piensas y lo que sientes. También das a tus parejas la misma oportunidad. Tus conversaciones son más honestas y reveladoras. Traen consigo la esencia de quien eres.

Cuando el “Yo” es transparente y tú estás completamente presente, tienes el poder de expresar auténticamente.

Comunicación no sólo es el intercambio de información, también es una experiencia participativa. Es un vehículo al descubrimiento, aprendizaje y crecimiento. Conecta y une a las personas. Permite que participemos en lo que se manifiesta.

### **Despertando la verdadera naturaleza de lenguaje**

En un clásico paradigma, el paradigma de nuestro lenguaje natal, nos vemos a nosotros mismos dentro de una dualidad de existencia, desde un lugar de separación; entonces, así es como el lenguaje se expresa a sí mismo de tal manera que nos comunicamos y nos relacionamos el uno con el otro. Deja la esencia de quienes somos intacta y siempre en un estado de lucha e insatisfacción.. Nuestro lenguaje natal, que principalmente es descriptivo por naturaleza, no nos da una forma de expresarnos a nosotros mismos que se alinee con nuestra *verdadera* naturaleza.

Al estar presente a la *unidad del ser*, el lenguaje ya no es descriptivo en naturaleza.

Al estar presente a la unidad del ser, despiertas a la verdadera naturaleza de tu lenguaje. Desplazas de una relación al lenguaje como un medio de *representación* a un medio de *manifestación*. Ahora, el lenguaje expresará la *esencia* de quien eres en la manera que comunicas y un nuevo terreno de comunicación se vuelve disponible para ti.

### **Ser menos creído**

Cuando te expresas auténticamente, tiendes a ser menos creído. Te das cuenta que las opiniones fuertes de las personas son sólo opiniones, nada más. Esa realización puede darte más tolerancia para sus posiciones, más libertad para expresar lo que sientes y suficiente confort, seguridad o convicción para revelar más de ti. En conversaciones auténticas, quien tiene la razón o no, no es importante.

La expresión auténtica resuena en las personas, los inspira. Lo auténtico es el sello distintivo de la integridad y el liderazgo.

### **Siendo real con la gente**

Cuando sientes que es crucial para ti el ser aceptado o quieres evadir el desapruebo o molestar a la gente, es imposible para ti el ser honesto y auténtico con otros. Podrás retraer información o una opinión, darle color, y no compartir plenamente. Estas limitantes autoimpuestas usualmente son productos de nuestro lenguaje de nacimiento y pueden llegar a ser difíciles de romper.

Al vivir *La Percepción*, te das cuenta que las reacciones de las personas no tienen poder inherente para limitar tu autoexpresión. Tu compromiso para ser presente en la vida es más grande que tu necesidad de ser querido. *La Percepción* causa que te des cuenta que la desaprobación no te matará ni te arruinará la vida. Lo sobrepasarás y sobrevivirás. Cuando dejas de preocuparte acerca de cómo otros reaccionarán, empiezas a compartir más de ti mismo. Dejas que la gente vea quien eres realmente.

Cuando sientes que no puedes ser tú mismo plenamente, tu resentimiento subyacente se infecta. Te vuelves insatisfecho con la vida. Usualmente, tratas de llenar ese vacío con objetos externos o diversiones que, finalmente, te hacen sentir aún más vacío. Esas cosas no llenan tu necesidad de ser auténtico.

Cuando vives *La Percepción*, te atreves a comunicar lo que piensas que es importante. Te das permiso para hablar en voz alta y tomar más riesgos.

Exprésate auténticamente y sé real con las personas. Esto es lo que te permite ser verdadero contigo mismo.

### **Desplazar Tu Lenguaje**

1. Enlista los nombres de las personas con quienes podrías tener una comunicación más auténtica.
2. Habla con dos personas por separado, y después de que termines, nota los nuevos descubrimientos que aprendiste en tus conversaciones.
3. ¿Cuáles son los nombres de las personas con quienes puedes ser más libre y tolerable?
4. ¿Cuándo estás dispuesto para hablar en voz alta y tomar riesgos?



## EL PODER PARA SER LIBRE DE SER

Muchas personas tratan de soltarse de sus asuntos, pero cuando lo hacen, inconscientemente se hunden más profundamente en un hoyo peligroso. Hacen sus problemas peores.

A veces te encuentras atrapado en un lenguaje de la vida que forma quien eres y también le da forma a tu vida. Notas — con desaliento — que tu respuesta al lenguaje que te da la experiencia de estar atrapado de hecho *refuerza* el dilema, lo empeora. Habrás tratado de diversas maneras el romper de tu prisión del *ser*, antes de darte cuenta que tus esfuerzos realmente no te liberaron.

¿Has notado que cuando culpas o resistes algo, te mantiene más atorado y atrapado? ¿Has notado que cuando resistes lo que realmente no quieres, obtienes *más* de eso? La atención es una fuerza que da vida. Sea lo que sea a lo que enfoques tu atención, se llena de *energía* y se *expande*. A veces, lo que pensaste que era una solución no lo era, y al contrario, hizo tus problemas aún peores.

En orden de liberarte de caer en la trampa y experimentar una libertad auténtica para ser, los siguientes pasos podrían ser de ayuda:

- **Permitir...** Permitir lo que sea que estés experimentando (tu resistencia, y con lo que no estás en paz).
- **Entendiendo que nada existe para siempre...** Comprendiendo que no tienes que ser de esa manera por siempre. “Esto también pasará.”
- **Pudiendo estar con las reacciones de las personas...** Ser capaz de estar con las reacciones de las personas, ser capaz de “tolerarlo” y reconocer que no te vas a morir o desboronar, cuando eliges permitir lo que estás resistiendo y con lo que no estás en paz.

### **Mi capacidad para permitir me dio de vuelta mi voz.**

Permitir con lo que *no* estás en paz y saber que eso no te define, te libera y te permite evolucionar y ser verdadero contigo mismo.



El momento en que *permití* mi tartamudez, y fui capaz de ser con las reacciones de las personas, la tartamudez dejó de tener un agarre sobre mí. Además, en el momento que yo permití lo que me estaba diciendo a mi mismo, *cómo* la tartamudez me definía — “Soy un tartamudo” — el auto impuesto “Yo soy” perdió su agarre sobre mí.

Me volví consciente de que mi tartamudez no se llevaba quien realmente era y no disminuía mis habilidades. Si las personas pensaban menos de mí por tartamudear, sabía que era *su* problema, *no el mío*.

La mente lineal no puede comprender que *permitir*, en verdad, crea un espacio para que el dilema exista y para que el asunto ya no tenga agarre sobre ti.

Permitir no es estar de acuerdo, ni aceptar, aunque en cuanto a experiencia, ocurre como si estuvieses sentenciándote a ti mismo a ser así para *siempre*.

Al permitir, ya no estás siendo *algo*, sólo estás *siendo*.

Mi capacidad para permitir me dio de vuelta mi voz. Y más tarde que nunca, el tartamudear ya no era un dilema. Aunque ocasionalmente me tropiece sobre una palabra o dos, no me importa.

Vivir *La Percepción* te da un verdadero sentir de quien eres, y te das cuenta que no estás definido por tus “Yo soy”s, sean los que sean. Como podrás haber descubierto, eres mucho más que los “Yo soy”s que te dices (a ti mismo) que te definen. Las etiquetas y definiciones ponen limitaciones sobre ti. No les pongas atención, porque esa atención sólo los fortalecerá. No busques una “causa,” o explicaciones, pero encuentra la valentía para dejar *ser* lo que estás resistiendo.

Permite tus experiencias en la vida, lo cual es la única avenida que tienes disponible para ser *verdadero* contigo mismo.



Permitir te restaura con la *unidad del ser*, que a su vez, te libera de tu trampa y te permite que veas el mundo desde una verdadera perspectiva.

Ten el valor para ser y expándete a ti mismo dentro de tu experiencia de vida. *Aquí* es donde crecerás y serás más compasivo y amable hacia ti mismo y hacia otros.



Confiar en la vida y permitir tus experiencias de vida es donde tu lenguaje cambia de un lenguaje que es *acusador* a un lenguaje de *ser y permitir*.

### **Mantente dispuesto a nuevas experiencias**

En *La Percepción*, te das cuenta que lo puedes hacer. Puedes salir y sobrepasar tu pena para conocer a nuevas y emocionantes

personas. *Puedes* seguir las pasiones que has tenido por tanto tiempo y has estado esperando expresar. Aunque sea cómodo colgarse de algo familiar, recuérdate que el confort te limita, te mantiene atorado y no te deja crecer. *Intenta* nuevas cosas, explora lo desconocido y mantente *dispuesto* a nuevas experiencias.

### **Una nueva perspectiva**

Vivir *La Percepción* amplía tu perspectiva, el cómo ves tu vida. Te sientes más libre de ser. Empiezas a interrumpir hábitos que nunca habías examinado o no eras capaz de retar.

Te ayuda con labores de rutina y obligaciones. Cuando haces la labor doméstica o tareas necesarias, experimentas más que una libertad. Has dejado de limpiar tu casa sólo por no hacerlo. Todavía estás limpiando tu casa, pero ya no más estás viviendo con la creencia de que *tienes* que limpiar, sea que lo necesite o no. Las cosas a tu alrededor pierden su exigencia. Puedes dejar las cosas ser.

Limpias tu casa porque quieres, *no* porque tengas que hacerlo. Este cambio en la perspectiva te da el poder para hacer lo que disfrutas o lo que encuentras lleno de propósito, en vez de creer que deberías hacerlo.

### **Liberándote de las enredaderas**

No te permitas ser inmovilizado por tus preocupaciones con el pasado ni el futuro. El “Yo” te encarcela en un futuro de preocupación y un pasado de culpabilidad. Vivir *La Percepción* interrumpe el “Yo”, te da permiso para dejar ir, y aventar las esposas de tu lenguaje natal, las cuales te inmovilizaban. Cuando lo hagas, te vuelves plenamente presente a la vida, presente al *ser y libre de ser*.

Para ir hacia adelante, no tienes que lidiar con culpabilidad ni preocupación; no tienes que trabajar con todos tus problemas.

Eso es un viejo mito. Estas soluciones sólo fortalecen el “Yo”, y te mantienen mucho más atorado. Tratar de trabajarlos sólo demora tu libertad y extiende tu encarcelamiento. Cuando lidias con tu culpabilidad y tu preocupación, te involucras con ellos — obtienes más de ellos.

Ahora, no te estoy diciendo que dejes de planear para el futuro, ni que dejes de tomar responsabilidad por tus actos en el pasado y aprender de tus errores. Pero no dejes que tu atención sea consumida por el pasado, lo cual no puedes cambiar, o por un futuro que anticipas, pero que puede nunca llegar a ser.

Toma el mando. Ejercita tu elección de cómo tú experimentas la vida.

### **Las etiquetas no definen quien verdaderamente eres**

A la mayoría de las personas les gustan las etiquetas, ¿y a ti? Las etiquetas lo hacen fácil para identificar a las personas y las cosas. A menudo, pensamos que *conocemos* a una persona o algo, cuando las etiquetamos. El problema es que cuando crees en esas etiquetas, las aceptas, las colocas sobre ti, te vuelves a quedar atrapado en ellas. No lo hagas.

No eres tu profesión, tu historia familiar, tu reputación, tu raza, o lo que posees. Ninguno de estos objetos define tu vida a menos que los dejes.

Al vivir *La Percepción*, te sientes conectado a la vida dentro del *estar presente*, en vez de estar dentro de una historia acerca de la vida donde el “Yo” se invirtió. Ahora ya puedes *dejar* tu historia, que expresa prepotencia al saber a quién *conoces*, al saber qué es lo que *haces* o lo que *ienes*. Te das cuenta que ya no *necesitas* una historia que requiera el acuerdo de la gente para sentirte conectado a la vida. Encuentras tu conexión en el *estar presente* y en el ser *verdadero* contigo mismo.

### **Deja a las personas ser**

Encuentro difícil dejar a las personas ser — especialmente, aquellas quienes me importan y amo. A veces, les digo qué hacer, lo cual no ayuda en nuestra relación. Cuando empecé a escribir este libro, me sentía emocionado acerca de las ideas que me venían. No me podía aguantar el compartirlas. Pensaba que podían ayudar a algunos de mis amigos y, probablemente, fui un poco demasiado abrumador cuando hablé con ellos. Aunque realmente esperaba hacer una diferencia, a veces tiene el efecto contrario.

¡Sé un encantador de personas y deja a las personas ser! Dale espacio. Estarás sorprendido cómo tan rápido llegan a atraerse a lo que estás haciendo o a lo que tienes que decir. No le puedes dar a alguien más percepción; la tienen que obtener por *ellos mismos*. En el momento que les di espacio dejé a mis amigos ser, empezaron a estar curiosos e interesados en mis ideas.

### **Permite a las personas ser**

A veces, caminamos en situaciones delicadas. Alguien puede estar estresado, molesto o simplemente de un humor terrible. Si tratas de alegrarlos y tranquilizar la situación, a menudo hace las cosas peores. ¡Frecuentemente, encuentran tus esfuerzos molestos y descargan sobre ti- con ira!

Cuando dejas a las personas ser, la intensidad de sus sentimientos, usualmente, desvanece. Puede tomar algunos momentos, o hasta un poco de tiempo, pero si les das espacio, su irritación pasará. Cuando lo haces, puedes disfrutar de estar con ellos. Al dejar a las personas ser, traes gracia a la relación y la fortaleces.

Dejar que las cosas sean, expande tu capacidad para permitir lo que está ocurriendo en tu vida. Te permite ser más comprensivo y tolerante. También suaviza el impacto

de gatillos que solían molestarte. En vez de quejarte, criticar y rechazar, ahora reaccionas menos intensamente y te vuelves más presente y tolerante. Cuando dejas las cosas ser, tu lenguaje para la vida se convierte más gentil y más saludable, te vuelves más compasivo y considerado. El perdón, la comprensión, el permitir y la generosidad ahora llegan naturalmente a ti. Te sientes más en paz.

### **Deja ser la prepotencia ajena**

Todos conocemos personas quienes parecen ser consumidas por su propia prepotencia. Puedes sentirlo cuando entran a un cuarto. Pueden tener puestos impactantes, títulos, fondos o logros que los llevan a alardear, presumir y actuar como si fueran el centro del universo, la única persona que vale.

Por decir lo menos, lidiar con ellos puede ser agotante. Nos sentimos incómodos. En su presencia, nuestro “Yo” puede sentirse diminuto. Instintivamente, podemos sentir responderles agresivamente, con enojo o ponerlos en su lugar. O nos vamos lejos de ellos tan rápido como podamos.

Cuando vives en *La Percepción*, entiendes que tú no eres el “Yo” que se siente menos. Ya no más sientes la necesidad de reaccionar a la gente que radia prepotencia, estar debajo de ellos o quejarte de ellos. Ahora, sólo *los puedes dejar ser* sin sentirte reducido.

No dejes que te lleven a involucrarte con ellos. ¡Deja que ellos mismos disfruten su prepotencia! ¡Deja que se vayan con eso! Su sentido de prepotencia no tiene nada que ver contigo. Si deciden perderse en su prepotencia, es su decisión — ellos tienen que vivir con ello. Date cuenta que su prepotencia no refleja quienes *realmente* son.

### **Las explicaciones no te liberarán**

Todos buscamos explicaciones porque pensamos que nos ayudarán a resolver nuestros problemas. Por ejemplo, con-

stantemente preguntamos, “¿Por qué soy de la manera que soy?” Nuestro lenguaje natal nos hace obsesionados con la pregunta “¿por qué?” Pensamos que, si encontramos el porqué, esto nos liberará.

Nuestra cultura ha sido cegada por la búsqueda de la explicación. Pensamos que encontrar la explicación “correcta” nos liberará de nuestros problemas. Una industria inmensa está comprometida a explicar por qué las personas son como son. Irónicamente, cuando tratamos de buscar explicaciones, los problemas que indagamos crecen peor. Enfocándonos en esos problemas se les da larga vida y más fuerza.

Nuestra búsqueda de las explicaciones fortalece el “Yo” y amplifica nuestros problemas. Referencias al pasado producen grandes y más serios problemas hoy. Tu lenguaje natal no te puede liberar porque es un lenguaje que creó el problema en primera instancia. Entonces, cualquier intento de salir de tu dilema desde el lenguaje que lo creó, sólo lo hará peor.

Cuando era un adolescente, pensaba que los eventos que ocurrían a temprana edad eran la razón por la que tartamudeaba. Leí todo bajo el sol para averiguar por qué tartamudeaba. También creé una historia para explicar por qué tartamudeaba. Era una historia buena y creíble, pero el tartamudeo continuaba siendo un dilema para mí.

Lo que ultimadamente me liberó fue mi disposición para tomar responsabilidad por mi vida y dejar de buscar explicaciones. Encontré el valor para tartamudear abiertamente, en vez de resistir o tratar de evitarlo. Mi disposición para tomar un riesgo, vivir con la incomodidad y *confrontar* mis temores, finalmente, cambiaron la marea. Habilitó que yo pudiese encontrar mi voz en la vida.

Cuando vives *La Percepción*, te das cuenta que *permitir* lo que está ocurriendo en tu vida y tomar responsabilidad de tu experiencia es lo que te libera. Te vuelves dispuesto a



tomar riesgos que confronten tus temores y te das permiso a no preguntar “por qué”.

### **Las interrupciones son bendiciones**

Las interrupciones pueden sacudir las cosas. Pueden inmovilizarte y darte la oportunidad de tomar un vistazo más cerca a la vida. Puedes examinar dónde estás , a dónde vas y cómo te sientes.

Mi vida ha estado alterada por un número de interrupciones. Algunas, inicialmente parecían desastrosas , pero cuando las permití, vi que realmente eran verdaderas bendiciones. Aunque ellas me sacudieron, no destruyeron mi *ser*. Quien yo era no sólo permaneció intacto, sino que creció más fuerte, más sabio, más feliz, más compasivo y más capaz de ayudar a otros.

### **Centrado en el ser y saber la diferencia**

Entre más me daba cuenta de quien era en verdad y que no era todas esas cosas que pensaba que me definían, obtenía un abrumador sentimiento de paz. Sabía que iba a estar perfectamente bien, aún si fuese a perderlo todo. Eso me dio una libertad del temor. Me dejó liberarme de la historia que había definido mi vida. En ese punto, estaba *centrado* en ser, y sabía la *diferencia*.

#### **Desplazar Tu Lenguaje**

1. ¿Qué es lo que ahora puedes permitir, y con lo que estar en paz, lo cual, como resultado, te da un nuevo sentido de libertad?.
2. ¿A qué nuevas experiencias puedes estar dispuesto que te requieran que dejes ir un “Yo soy” familiar?
3. Nombra tres personas a quienes ahora tú estás dispuesto a dejar ser.
4. Identifica tres de tus problemas de los cuales tú estás dispuesto a tomar responsabilidad y no justificar o explicar.



## EL PODER PARA SER MISERICORDIOSO

**L**a *Percepción* te hace más gentil hacia ti mismo, más compasivo contigo y más misericordioso para ti y otros. Te permites a ti mismo y a los demás cometer errores y estás más en contacto con tu humanidad.

Dejas de criticar y maltratarte. ¡Podemos llegar a ser nuestro propio enemigo! Al vivir *La Percepción*, ves la futilidad en la autocrítica y cómo te debilita.

Cuando te culpas a ti mismo, podrías estar completamente fuera de base. Tu autoevaluación puede no tener nada que ver contigo, lo que hiciste ni por qué lo hiciste. Somos propensos a hacer autoevaluaciones amplias porque nuestro lenguaje natal tiende a calificar nuestra totalidad, nuestro *ser*, y creemos lo que dice. Por ejemplo, a un niño se le podrá haber dicho, “Eres malo,” “Eres travieso,” en vez de, “Recoge tus juguetes,” o “Deja de contestar.” En vez de dirigir actos individuales, tu lenguaje natal habla acerca del niño entero.

Nuestra autoevaluación debilita nuestro *ser*. Puede causar que nos enfermemos o estar con enfermedad con nosotros

mismos. El criticismo que apilamos sobre nosotros puede paralizarnos y causarnos dejar de explorar la vida, incluso hasta evitar la vida misma en orden de prevenirnos de cometer errores. ¡Qué tan ridículo es eso!

Cuando nos calificamos a nosotros mismos y todo nuestro ser, perdemos el enfoque. Nos volvemos *egocéntricos*, en vez de centrarnos en el *problema*. Nos separamos de quienes realmente somos y del mundo, lo cual nos impide crecer y mejorar.

Al vivir *La Percepción*, llegas a estar presente de quien realmente eres. Te das cuenta que *no* eres esta autoevaluación inmovilizante, y que sólo es un hábito que has adoptado, a lo cual ya no estás comprometido, y ahora puedes elegir ignorar.

Deja ir la carga de la autoevaluación. Celebra quien realmente eres, tu magnificencia. Tú no eres todas las cosas malas que te has estado aventando todos e stos años. Eres una persona hermosa. Eres valiosa. Puedes aceptarte plenamente a ti mismo.

### **Dejando ir el resentimiento**

Cuando me mudé a Australia, empecé a trabajar en un pequeño pueblo como practicante médico. En el hospital local, me encontré con algunos dilemas que me parecían injustos y que no estaban en el mejor interés de la comunidad. Ayudé a organizar una junta local para dirigir estos asuntos. Entonces, me acordé de las palabras de Nietzsche. Él dijo,



“Quien lucha con monstruos debería ver que él mismo no se convierta en un monstruo.”

Me di cuenta que, al entrar en este conflicto, había desplazado erróneamente mi energía; lo estaba haciendo completamente mal. Reconocí que sería más efectivo elevar el nivel de consciencia en mi ambiente en vez de pelear contra molinos de viento. *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* es un paso para

completar esa misión.

Desde entonces, radicalmente he soltado mi resentimiento hacia aquellos quienes pudiesen haberme hecho mal o causado tristeza. Solté mi prepotencia. Me di cuenta que mis sentimientos eran tóxicos, que sólo me estaban dañando.

Ahora, les mando a estas personas mi amor. Vivir *La Percepción*, me enseñó que soy la fuente de mis propias molestias y daño. Nada es *inherentemente* molesto en cuanto al comportamiento. Soy la fuente de mis expectativas y de cómo experimento la vida. Soy completamente responsable por mis experiencias en la vida.

Puedes encontrarte lidiando con personas que te han hecho mal en el pasado o tratado injustamente. ¿Estás dispuesto a perdonarlos? ¿Estás dispuesto a soltar tu resentimiento? Podrás pensar, “Oh, pero si hago eso, se saldrán con la suya.” Mi respuesta es: “Y qué!” Esto no es tu asunto. Finalmente, esto es entre ellos y Dios. Tú sueltas esta preocupación al universo.

El perdonar toma valor. Es la declaración máxima al universo que de verdad estás listo para vivir tu vida plenamente: dejando ir tus *cosas*. *Pone en marcha* el liberarte del “Yo”, y es la vía máxima hacia una vida plena.

Cuando dejas ir tu resentimiento, lo que surge *naturalmente* es generosidad y amor. De repente, estás liberado de lo que consume *tu* ser y ha estado limitando lo que es posible en tu vida. Libera *tu* energía. Te libera de la relación con las personas que son parte de tu vida. Eres capaz de mirar más allá del horizonte. Ahora te das cuenta que realmente nunca hubo nada que perdonar desde el inicio.

Dejar tu resentimiento, *cualquier* resentimiento, te coloca libre de ser, lo cual es el regalo más grande que te puedes dar a ti mismo, a otros y a la vida.

### **Desplazar Tu Lenguaje**

1. Identifica situaciones en las que asignas culpa en vez de tomar responsabilidad.
2. ¿Estás dispuesto a dejar ir tu resentimiento?
3. ¿Hay algo de lo cual eres prepotente que estás dispuesto a soltar?
4. ¿De qué estás dispuesto a perdonarte a ti mismo?

## TIENES EL PODER DE CONFIAR EN TI Y SOÑAR

Cuando vives *La Percepción*, eres libre de aceptar o rechazar lo que es verdadero para ti. Eres el único juez, y la única manera en que puedes encontrar *tu* camino es confiar en ti mismo. Discernir entre lo que es *real* y lo que *no* es real es esencial.

Entre más vives *La Percepción*, más obtienes confianza para pensar por ti mismo y confiar en ti. Te vuelves más en contacto con lo que se siente bien y es verdadero para ti. Ahora ya puedes aventar las esposas de lo que las personas te dicen que hagas y de los “deberías o tienes que” que detienen tu vida. Ahora ya puedes descubrir y decidir por ti mismo qué tipo de sabiduría tiene *verdadero* valor para ti y es significativo en el contexto de tu vida. Ahora ya puedes decidir qué acciones son *apropiadas* para quien tú eres y cuáles no lo son. Mientras actúas en lo que es verdadero para ti, tu eficiencia y toma de decisiones mejoran y tú, fácilmente, manejas tus retos diarios. Estás menos disperso, dudoso e inseguro. Reclamas tu *ser* a un nivel fundamental de integridad que habías perdido. Ahora ya sabes que *todo está bien* y puedes estar en paz.

Cuando confías en ti mismo, te da el valor. Tomas decisiones más rápidas y más aseguradas. Ahora ya tienes el valor de confiar en el porvenir de tu vida, *sin importar a dónde te lleve*. Tú, finalmente, acoges la vida mientras se desarrolla en este camino desconocido que se compone al caminar. Sabes que puedes confiar en cada paso que tomas en este viaje que se desarrolla con un camino de sanación. Tú eres tu propia referencia.

Esto es *verdadera* integridad.

### Soñar libremente

Al vivir *La Percepción*, has expandido tu sentido de lo que es posible. Ahora tienes una inclinación natural a expandir tus horizontes y explorar lo que es posible en la vida. Así como el alpinista escocés, W.M. Murray, escribió en sus diarios,



Sea lo sea que hagas, o sueñes lo que sueñes ,  
empiézalo. La audacia tiene genialidad, poder y  
magia en ello.

No hay nada que no puedas lograr. Te desarrollas en un sentido expandido de lo que es posible y en un sentido expansivo de quien eres. Lo oscuro se aclara y lo que se revela te cambia. Nuevos terrenos de posibilidades se abren para ti.

Ver nuevas posibilidades te infusionan con un nuevo sentido de emoción y viveza. Te hace más curioso, interesado y ansioso por aprender y crecer.

Te das cuenta que la vida ahora puede ser emocionante y una aventura intrépida. Todo depende de ti. No sólo puedes soñar, puedes seguir tus sueños y puedes hacerlos verdad.



Sigue tus sueños — ve por el oro, agarra la magia en  
la vida.



## Reclamar tu poder para manifestar

No descuentes tu poder y el poder del universo. Chuang Tzu, el erudito Taoista, nos pidió por un momento olvidar el lapso del tiempo y tomar un paso dentro “el eterno ahora”. Si lo haces, verás que lo que sueñas como potencial ya existe. Manifiesta esa potencialidad en realidad al experimentarlo *como si ya existiera*. Evita la ilusión de dualidad de existencia que obtuviste de tu lenguaje natal y lo que te dio la noción del tiempo como un fenómeno pasante, y alinéate con la vía de la *unidad* — la manera del universo.

Antes de que conociera a mi esposa, estaba viviendo en Los Ángeles y ella viviendo en Melbourne, Australia. En ese tiempo, ella tenía una imagen mental muy clara del hombre con el cual quería casarse. De hecho, ella hizo una lista y no estaba dispuesta a negociar. Con la urgencia de un amigo, ella se unió a un sitio de citas por internet. Afortunadamente, yo había publicado mi foto y mi perfil recientemente. Francesca vio mi perfil y me contactó.

Intercambiamos correos y luego la llamé. Tuvimos un entendimiento inmediato. Platicamos durante una hora y reímos como niños de escuela primaria. Le pregunté cuándo me podría visitar en Los Ángeles. Cuando dijo dentro de dos semanas, le contesté, “¿Por qué no mañana? Accedí a viajar a Los Ángeles dentro de pocos días. Quince minutos después de conocernos en Los Ángeles, le dije que le quería hacer una pregunta. Ella me dijo que ya *sabía* qué era lo que le iba a preguntar, pero quería escucharlo de mí . Le pedí matrimonio. Eso fue en 2002, y nosotros, junto con nuestra hija Carmen, somos una familia feliz llena de amor.



Dejando el matrix del “Yo” detrás, te lleva a la libertad.  
Eres libre de soñar. Sea lo que sea, lo puedes empezar.  
El universo te guiará en tu destino cuando te *atreves*  
a ser verdadero contigo mismo.

Cualquier cosa es posible, incluyendo tus sueños. Cuando vives *La Percepción*, se abren puertas y *puedes* hacer manifestar tus sueños.

### **Desplazar Tu Lenguaje**

1. ¿Qué puedes hacer ahora o dejar de hacer que te dará más paz o te hará sentir más vivo?
2. ¿A qué te puedes comprometer para explorar lo desconocido y expandir tus horizontes?
3. ¿A qué sueños audaces y atrevidos estás comprometido?
4. ¿Cuáles son tus sueños para la humanidad?

## ILUMINANDO EL DIAMANTE DEL SER

Mientras pasas por los capítulos de este libro, cada Perla de Sabiduría te dará un sentido incrementado de paz y un sentido de *presencia* — un despertar. *Vivir La Decisión* y *La Percepción* es un camino del despertar a la esencia de quien eres y la *posibilidad* de la vida.

Mientras te desplazas hacia *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida*, notarás cómo cada *Perla de Sabiduría* se desarrolla con las otras ; cada *Perla* ilumina una faceta única y diferente del diamante del ser, colocándote en un lugar de *unidad con el ser* — lo cual es tu verdadera naturaleza.

Te sientes más *presente*, más *auténtico* en tu comunicación. Tienes un nuevo sentido de *libertad* para ser y estar más *conectado* a la vida. Eres más *misericordioso*, *agradecido* y lleno de *gracia*. Has elevado tu vida a un nivel más alto de *integridad*. Te sientes *lleno de energía* en tu sentido de plenitud.

Desplazarte a *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* permite el *diamante* del ser — Tú — para brillar plenamente en todo tu maravilloso esplendor.

### **Iluminando el *diamante del ser*:**

1. ¿Qué Perlas de Sabiduría te inspiraron más?
2. ¿Cómo es que cada Perla de Sabiduría te ha impactado — tu ser en el mundo, tu capacidad de estar presente, para relacionar y expresarte a ti mismo?
3. ¿Cómo han interconectado Las Perlas de la Sabiduría contigo?
4. ¿En qué áreas ahora has sentido más gracias y facilidad en la manera que vives tu vida?
5. ¿Cómo es que el restaurarte con la unidad del ser afectó tu medio ambiente y cambió cómo las personas actúan hacia ti

PARTE TRES

TRANSFORMANDO  
TU REALIDAD  
ACTUAL



## DESPERTANDO A UNA NUEVA CONSCIENCIA

Un compromiso para ser feliz, pleno y contento, sin importar qué, cambia la vista que tienes de ti mismo y te da una probada del ser. Estás despertando a la *unidad del ser*. Esta nueva consciencia cambia el lenguaje que usas para ser más gentil y sano.



Cómo te ves forma tu lenguaje y determina cómo te expresas y experimentas la vida.

En *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida*, ya no te expresas a ti mismo en un lenguaje que es acusador (un lenguaje de culpa, encontrar fallo, “deberías y tienes que”, o en un lenguaje del quejarte), sino te expresas en un lenguaje que está alineado con la *unidad del ser*, con tu verdadera naturaleza. Tú notas que:



Te expresas en un lenguaje de *permitir, ser y unidad*. Adoptas un lenguaje para la vida donde “Yo” ya no limita quien eres ni lo que es posible para ti en tu vida.

Ya no inviertes en el “Yo” con el poder de separarte y quitarte de la *presencia* de la vida y tu *verdadera* naturaleza.

Te liberas de las esposas que el “Yo” pone en el *ser*.  
Dejas de identificarte *como* el “Yo.”

Te liberas del esforzarte y luchar.

Despiertas en el *silencio* del *ser*, hacia una nueva conciencia. Tú estás en paz con la vida. Una *presencia* divina te toca en el hombro y *sabes* que todo va a estar bien.

### **Cuando te expresas con un lenguaje del permitir:**

- Te das cuenta que tu mera presencia es lo que hace una diferencia
- Te das cuenta que tú *eres* vida. La vida ya no más ocurre como algo separado de ti. Naturalmente tienes reverencia *por* la vida y actúas en referencia *en* vida.
- *Confías* en la vida y permites vida. Sostienes lo que te está pasando en tu vida como algo fundamentalmente bueno, lo cual te da la fuerza para *ser* con lo que ocurre en tu vida. Te deja permitirlo y estar en *paz* con él, en vez de condenarlo.
- *Abrazas* tu *propia* humanidad.
- Ves las interrupciones con la vida como *la manera* en que el universo te guía para crecer en tu esencia espiritual.
- Estás presente a una fuente *profunda* y *perdurable* de paz interna. No te molesta lo que pase y, al mismo tiempo, te importa *sumamente*.
- Eres capaz de *dar* sin esperar nada a cambio.
- Tu lenguaje *naturalmente* se convierte más pleno e inclusivo, es más gentil con la vida.



## DEJANDO LA MONTAÑA

Una probada de *ser* nunca te deja ir. Ya no puedes regresar y estar completamente inmerso en el sueño de separación. Una vez que se te despierta a una nueva consciencia, quieres expresar esta nueva consciencia en tu experiencia de vida diaria. Esto es lo que significa ser *verdadero* con uno mismo.

### **Bajando de la montaña**

Si tú vas a convertirte en lo que *puedes ser*, debes *dejar* de ser lo que eres.

Un *Nuevo Lenguaje Para La Vida* te trae a una nueva consciencia. Ves cómo habitualmente vivías tu vida, los patrones que has formado.

Una cosa es escalar la montaña, donde tienes la vista perfecta, y otra cosa es retener esa visión cuando bajas. Una cosa es tener la experiencia de lucidez, y otra cosa es completamente estar liberado de tu condición, desde tu forma habitual de *ser*. La experiencia de lucidez es difícil de retener cuando no has roto tus viejos hábitos, porque desplazarán tu nueva consciencia.

Ahora tienes que traer esta nueva consciencia a tus hábitos. La manera habitual de *ser* ahora se mostrará a sí misma en tu

nueva consciencia. Cuando estás presente, ahora *notarás* tu comportamiento. Estarás asombrado por todas las cosas que has hecho repetidamente con las cuales estás en desacuerdo, o te das cuenta de que *no* son tú. Puedes decir genuinamente: “*Verdaderamente* quiero continuar con todo esto?” Aquí es donde tu viaje realmente empieza.

Ahora, tu reto es incorporar tu nueva consciencia en tu vida diaria. Mientras lo haces, esa consciencia reemplazará esos viejos hábitos que ya no quieres más. Mantente consciente de tu nueva consciencia, continuamente recuérdatelo, porque tus viejos patrones podrían estar profundamente enterrados. Enfócate en hacer de tu nueva consciencia una parte central de tu vida. Sé firme, disciplinado, párate erguido y no dudes en las tormentas de la vida.

### **Transformando tu realidad actual**

Bajar de la montaña y vivir *Un Nuevo Lenguaje de La Vida* es donde transformas tu realidad actual, y la vida nunca será igual.

Cuando hayas tomado esos pasos, estarás listo para empezar tu viaje hacia *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida*. Mientras lo haces, sé paciente, muévete lentamente y no trates de cambiar todo al mismo tiempo. Lentamente, mueve el horizonte, centímetro por centímetro. Disfruta los cambios que haces. Celebra tu crecimiento.

Cada día, atraviesa el espejo del “Yo” al hacer un esfuerzo concertado para ser amable, gentil y generoso. Escucha y no juzgues. *Permite* lo que está ocurriendo en tu vida. *Decide* en qué dirección quieres ir.

### **Dejando la montaña y manifestando tu nueva consciencia en tus relaciones, podrás:**

- Experimentar un sentido *genuino* de paz en tus relaciones.
- Estar presente a *pura* alegría en tus relaciones.
- Ya no estar “enganchado” con el humor de otras personas.
- Abrazar las decisiones de las personas.
- Poner límites.
- Darte cuenta que tu *presencia* es lo que hace la diferencia.
- *Dar* sin esperar nada a cambio.
- Entender la *esencia* de las personas y ayudarlas a ser lo que son *capaces* de ser.
- Ser más compasivo y *misericordioso*.
- Inspirarte a ti mismo y a otros a la *excelencia*.
- Vivir *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida*, revela lo que siempre supiste, pero simplemente habías *olvidado*.



PARTE CUATRO

TRASCENDER  
TU REALIDAD  
ACTUAL



VEINTISIETE

## RECLAMAR EL PODER DEL LENGUAJE

**E**stamos viviendo en tiempos asombrosos y retadores. Un sin número de crisis nacionales y globales están amenazando nuestro futuro, y muchos de nosotros nos encontramos preocupados por el estado del mundo y nos preguntamos qué es lo que haría una diferencia.

Ser ajeno al sueño de separación nos mantiene atrapados en ciclos de crisis y estar abrumados en esta era de cambio sin precedentes. Las personas se concentran en sus intereses egoístas y, en hacer dinero. No piensan en el medio ambiente, ni en el efecto a largo plazo de nuestras acciones, del hombre, como un todo, lo cual ya no es sustentable para nuestro planeta. Al agotar los recursos de nuestro planeta, podemos perder la frágil red de la vida que nos sostiene en nuestro planeta Tierra.

### **Nuestra crisis actual**

En la cara de nuestros cambios recientes y dramáticos de socio-economía, donde la seguridad laboral ya no está garantizada y el orden mundial está en un estado de cambio constante, pronto descubrimos que las viejas maneras de ir por la vida

ya no funcionan muy bien. Nos damos cuenta que nuestros problemas actuales no se pueden resolver al nivel que fueron creados. Las actuales crisis nos recuerdan que no hay *nada* permanente en existencia — la verdadera naturaleza de la vida.

Cuando nuestra solución familiar ya no funciona, es tiempo para que nosotros tomemos una nueva mirada hacia nosotros y cómo lidiamos con nuestros retos. Nuestra crisis actual es nuestra oportunidad. Nuestra disposición para surgir de la ocasión nos *llama* para traer consciencia a nuestras limitaciones presentes. Ya no podemos depender de lo que es familiar para nosotros.

Nuestro lenguaje natal es un lenguaje de *permanencia*. En nuestro lenguaje natal estamos esperando para que la vida funcione y para que *otros* nos ayuden cuando nuestras circunstancias son difíciles. En el lenguaje de permanencia, *suponemos* que la sociedad nos apoya y nos provee con oportunidades laborales. En el lenguaje de permanencia, *suponemos* que la vida seguirá igual.

### **Trascendiendo tu realidad actual**

Cuando las maneras familiares de lidiar con tus circunstancias fallan, y cuando has tratado todo, *elige* lidiar con la crisis usando un lenguaje que es acusador o un lenguaje que *te* coloca a cargo de tu vida. Al acoger un lenguaje de responsabilidad, uno que te pone a *ti* a cargo, traes hacia adelante nuevas capacidades que te permiten *manifestar* tu vida como la sientes y desea de verdad tu corazón. Esto es donde *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* te habilita a trascender a tus circunstancias actuales, y la vida se ve más brillante.

Un compromiso para ser feliz, pleno y contento, *sin importar qué*, te restaura con la *unidad del ser*. Cuando estás en un lugar, donde tienes que trascender las limitaciones que el lenguaje pone sobre ti — y ya no estás dividido — descubres un mundo:



- Más allá de tus horizontes presentes.
- Más allá de las limitaciones de tus etiquetas.
- Más allá de suposiciones y explicaciones.
- Más allá de luchar, esforzarse y sufrir.
- Donde hay pura alegría de *ser*.
- Lo cual no se haya dentro ni fuera de ti mismo.
- De lo infinito y eterno.
- Donde existencia no está definida por temporalidad.
- De posibilidades ilimitadas.
- Donde nada es carente.
- Donde sólo *eres*.

## Confianza en la vida

Einstein dijo,



Pienso que la decisión más importante que hacemos es si creemos que vivimos en un universo amigable u hostil.

*Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* te invita a ver el cosmos como amigable. No debes nada más que la *esencia* de tu verdadera naturaleza.

Cuando tomas la vida como amigable, cuando confías en la vida, te alineas con la *unidad* de la vida, y estás en contacto con las fuentes de vida. Al confiar en la vida, puedes pensar que has perdido el control pero, de hecho, has *recobrado* control al alinear con la vida.



Sean cuales sean tus circunstancias, la vida no te da nada que no puedas manejar. *Un Curso en Milagros* dice: "Si supieras quién camina al lado de ti en todo momento en este camino que has elegido, no tendrías miedo alguno."

Al confiar en la vida, dejas de depender en esos aspectos de ti mismo que están fundamentalmente desconectados de tu fuente de vida. Estás rindiéndote a *algo más* que al contenido de tu vida con el que tiendes a identificar.

Confiar en la vida abre un espacio del permitir, donde tu comprender eso que te está ocurriendo en la vida es fundamentalmente bueno. Esto te da el permiso, valor y fuerza para permitir lo que te está ocurriendo en la vida. Estar en paz, en vez de resistir o condenarlo, solamente afirma el sueño de separación.

### **Manifestar la vida tal como lo sueñas**

Cuando nuestras circunstancias son difíciles, corremos desesperadamente por sobrevivir. En la constante búsqueda por la sobrevivencia no hay posibilidad; no hay libertad. Es difícil encontrar paz y mantener perspectiva cuando la sobrevivencia tiene tal agarre sobre ti.

Al confiar en la unidad de la vida y permitir lo que está ocurriendo es en donde encuentras verdadera *paz*. Confiar en la vida te requiere ser valiente y estar *dispuesto* a tomar responsabilidad al cien por ciento de cómo experimentas la vida.

Al acoger un lenguaje de responsabilidad, descubrirás un mundo más allá de tus horizontes presentes — un mundo, donde *unidad* es la agencia gobernante y donde la vida se *alinea* contigo al manifestar tus más profundos deseos de corazón.

Al permitir, entras en otra dimensión — otro *terreno* de *existencia*, donde la vida se manifiesta *tal como eres*. Al permitir, tú trasciendes tu circunstancia actual y manifiestas vida como la *presencia* que permites. Ya no estás resistiendo tus circunstancias y preocupado por hacer las cosas, sino en un lugar lleno de *paz*, donde existe un *saber* que la vida te responde tal como eres.



En tu lenguaje natal, tú *resistes* tus circunstancias y haces esfuerzos para *cambiar* tu vida. En *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida*, tú *permites* las circunstancias de tu vida para ocurrir y *manifestarse*.

Manifestarse es *permitir* que algo sea parte de tu vida. Manifestarse no se logra en el mundo del observador ni el de a quien se observa, el mundo del “Yo” — tu lenguaje natal. Manifestar *no* es atraer, lo cual implica traer algo a tu vida que percibes como algo externo a ti. Manifestar ocurre en la dimensión cuando el observador y a quien se observa son *uno* y la dualidad de existencia no más *vive* para ti como una *condición* en la que vives, sino como un *modo* desde lo que piensas.

Manifestar ocurre en un espacio de *permitir*, donde tú eres *uno* con la vida. Esto te restaura con la *unidad del ser* — y el lenguaje ahora ya no más es descriptivo en naturaleza, sino que *manifiesta* vida tal como eres. Ahora ya estás limpio como un lienzo. Como el artista, *tú* sostienes la brocha de tu lenguaje y eres libre de pintar *tu* versión de la vida. Tú eres ahora libre de manifestar vida *tal como lo sueñas*.



Al permitir, tú reclamas el *poder* del lenguaje.

Permitir es el espacio de manifestar. Es el lienzo *nuevo* de tu vida, donde todo es posible. El espacio de permitir es un espacio de *magia*, donde todo lo que tú siempre habrías querido está allí para que lo experimentes. Al permitir, ya no más ves el mundo separado de ti mismo, sino que ves el mundo *como eres*. Ahora estás en un lugar, donde *permitir* el mundo en donde vives, te permite *manifestar* el mundo en donde vives.

Donde hay *manifestación*, existe el permitir. No hay *manifestación* donde el permitir *carezca*.

### **Vivirlo es clave para manifestarlo**

Cuando *lo vives* en un espacio de plenitud, tienes una energía más fuerte alrededor del éxito, en vez de un fracaso. Tú, simplemente, dejas de sobrevivir dentro de tus circunstancias. Ya no más te permites ser inmovilizado por los “y si..” de tu vida. Tú ya *eres* lo que pretendes manifestar.

Vivir en el *espacio* de resultados positivos, te deja considerar la unidad de resultados positivos — recolectas en la ventana de tu mente los elementos que componen resultados positivos — y los traes *a la presencia*. Ahora estás siendo el resultado positivo.

La unidad trae consigo *ser*. Cuando consideras la unidad de algo, se vuelve disponible para que tú te involucres con una *presencia*. Unidad implica *ser*. Ser implica *unidad*.

Donde hay *unidad*, hay *ser*. No hay ser donde la unidad *carece*.

Vivir en el *espacio* de resultados positivos, te deja pensar en la *unidad* de lo que estás considerando, en vez de pensar en la dualidad de ello. Al vivirlo, ya no existe la dualidad del observador y a quien se observa, y lo que *pienses* internamente ya no vive fuera de ti. Ahora, ya no estás *esforzándote* para alcanzar tu meta, sino trayendo de frente a la *presencia* de lo que estás considerando. Ahora, estás *siendo* lo que estabas considerando, en vez de esforzarte para alcanzarlo. Has entrado al *terreno de la existencia*, donde la vida se *manifiesta como tú eres*.



Vivir en el espacio de plenitud, te deja vivir en la unidad de lo que estás considerando. Creas una relación con lo que estás considerando como *si ya existiera*, así haciéndolo disponible para ti y para que puedas involucrarte con la *presencia*.

Hacer esta distinción es la diferencia entre vivir una vida de lucha, esfuerzo y sufrimiento, y vivir una vida de magia, auto-expresión auténtica y alegría, *sin importar qué*.

*Vivirlo* es la clave para manifestar. Vivir es intención *sin* esfuerzo. Vivir carece de temporalidad. Vivir no es ni esperar ni desear. Vivir es permitir por el *silencio* que escarbe lo que ves. Mientras *vives* en el espacio de plenitud, traes al lenguaje una presencia de lo que estás considerando. *Vivir* es *estar* en un espacio, donde tú convocas lo que vendrá.

Manifestar es *permitir* a la presencia en tu vida para venir hacia adelante. Permites que esa presencia surja a través del poder de tu imaginación. En un plano más elevado de existencia — donde la vida se manifiesta tal como *eres* — tú convocas la presencia de lo que pretendes manifestar al vivir en el espacio de su plenitud.

Mientras lo haces, empiezas a estar presente a la plenitud de tus intenciones como si *ya hubiese ocurrido*.

### **Tú vives en el espacio de plenitud de tus intenciones al:**

- *Elegir* pensamientos y sentimientos como si ya estuvieses en la presencia de la plenitud de tus intenciones.
- *Visualizando* y haciendo real la plenitud de tus intenciones como si ya estuvieses en la presencia de la plenitud de tus intenciones.
- *Alcanzar* un punto de *saber* que todo esto es *real* para ti. *Decir*, “Y que así sea.”

Cuando alcanzas un punto donde tú experimentas una *gratitud* abrumadora mientras haces esta meditación, sabrás que tus intenciones se manifestarán.

### **Vivir en la plenitud de tus más sinceros deseos:**

1. Requiere que seas específico y detallado en lo que pretendes que se manifieste sobre el lienzo de tu vida. Establecer un nivel de detalle y especificación *como si ya existiera* te permite ser responsable por la realidad que estás creando. Esto puede involucrar una cantidad significativa de investigación para ser capaz de involucrarte con lo que estás considerando como una *presencia*.
2. Se te revela qué tipo de acciones son apropiadas y correlacionadas con la visión que tú estás sosteniendo en tu mente. Agendando y siguiendo hasta el final con esas acciones, construye la integridad que el universo te responderá. Manifestar no te suelta de implementación.

Cuando visualicé una exitosa campaña de marketing para este libro que haría, *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida*, más que sólo un libro, sino un *movimiento*, una manera de vivir que se hereda y se comparte por tantas personas, todavía necesitaba hacer más trabajo. Tenía que identificar con el mercado de libros, investigar qué personas y organizaciones podrían alinear con su visión y educarme en cuanto a cómo acercarme a ellos, responsable y éticamente, como socios promocionales.



Vivir en la plenitud de tus deseos más sinceros coordina tus acciones dentro de la vía de unidad y permite para que la vida se organice a si misma en sincronidad con la presencia con la cual se vive.

### **Presencia hace manifiesto**

Al manifestar, el mundo es como eres. Tu acto de observar, experimentar y sentir tus deseos más sinceros manifiesta lo que sueñas.

De acuerdo a la física cuántica, la transición de lo posible a lo actual toma lugar *durante el acto de observar*. Una partícula *sin* observar no existe. Al nivel sub particular, es la *observación* la que conlleva posibilidades latentes al ser. Vivir en el espacio de plenitud y hacer algo disponible como una presencia para involucrarte es un *acto* de observar. Ahora tú eres lo que estás considerando, lo cual permite que se presente. Ahora ya estás presente *dentro* de otra dimensión y presentas a primer plano la unidad del *ser* que es de otra dimensión. Después de esto, el universo nunca será el mismo.

### **Manifestar es primero dar y servir, entonces tú recibirás.**

Manifestar no significa visualizar, acostarte y no hacer nada. Manifestar no se trata de pedir y recibir. Manifestar, en *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida*, es primero dar y servir, *entonces* ya, después recibirás.

### **Tú eres el elemento decisivo**

La capacidad de manifestar vida como eres no te puede ser mostrada . Solamente puede ser creada *por* ti, en *tu* disposición para permitir lo que está ocurriendo en tu vida.

En un espacio de permitir, te das cuenta que tú eres el elemento decisivo. Te das cuenta que es tu humor diario lo que hace el clima. Te das cuenta que cuando *tú* estás en paz, esa paz radia alrededor de ti. Te das cuenta que está en *tu* capacidad manifestar vida tal como la sueñas.

### **La manera de unidad eterna**

*Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* te trae a un nivel más alto de consciencia de quien eres, lo cual desplaza el contexto de tu vida. Ahora, cualquier cosa es posible. Este es el lugar donde te mudas de la manera del “Yo”, y llegas a *la manera*

*de la unidad eterna.* Este es el lugar, donde *tú*, la oruga se convierte en una mariposa.



¿Tienes el valor para considerar otra dimensión?

¿Tienes el valor para tomar un paso más allá del espejo del "Yo", y pisar dentro de un mundo de magia, donde la vida se manifiesta *como eres*?

¿Tienes el valor de decidir en qué camino quieres ir?

### **Considera los siguientes pasos al manifestar tus deseos más sinceros:**

- *Desconecta* tu atención de lo que te ha estado consumiendo.
- *Tráete* a un estado de *siempre servir y dar*. Busca en dónde puedes servir. Sé *amable* con las personas. Muestra interés *genuino*. Esta generosidad en tu ser expresa abundancia y te trae a un lugar que permite para que la *abundancia* se manifieste en tu vida.
- *Enfoca* tu atención en lo que puedes ser agradecido. Que ésto sea una práctica diaria.
- *Haz* un compromiso radical para *perdonar* a cualquiera en tu vida con quien mantengas un resentimiento o rencor. Envíales tu amor. Recuerda que el perdón es esencialmente un regalo que te das a ti mismo. Deja ir tu resentimiento al universo. Deja ir, *deja ser*. Suelta, sé *unidad*.
- Cambia tu lenguaje de un lenguaje que es acusador a un lenguaje de permitir. Confía en la vida, que eres lo suficientemente grande para manejar cualquier experiencia.
- Sé el espacio de permitir. Permite gracia.



- *Vive* en la *infinita* abundancia del universo. Haz *real* para ti que la vida es abundancia infinita. Deja que un abrumador sentido de *paz* y *gratitud* se apoderen sobre ti. Date cuenta que todo *está bien* y que *nada* hace falta. Esta práctica te permitirá mover de un estado de lucha por la abundancia a un estado de *ser* abundancia.
- *Sé específico* en lo que te comprometes a cumplir.
- Visualízalo. Imagina cómo trabajará en tu vida diaria. Sé lo más detallado posible. Articula a lo que estás comprometido en un lenguaje de cumplimiento.
- *Vive* en un *espacio* de plenitud. *Imagina* qué es lo que estarías pensando y sintiendo si la plenitud de tus intenciones ya fuera *real* y *verdadera*. Haz el compromiso real *como si* ya hubiese ocurrido.
- Mantén *esto* en tu mente y se manifestará en tu vida.

### **Algunos Pensamientos Finales En Cuanto Al Manifestar**

No siempre necesitas reconocer el poder del lenguaje y tu responsabilidad en la manera que piensas acerca de ti mismo y la vida. Está en la *naturaleza* del lenguaje a manifestar, pero lo *que* se manifiesta está determinado por el lenguaje y el espacio en el que vives.

Si estás viviendo en un espacio, o lenguaje del cual no tienes suficiente, *carencia* es cómo el mundo ocurre para ti — ya sea dinero o amor en tus relaciones. Sientes que nunca tendrás suficiente, *sin importar lo que hagas*. Nunca estarás satisfecho, *sin importar qué*. Siempre tendrás duda y estarás dudoso acerca de la manera en que tu vida se desarrolla. Siempre habrá lucha y sufrimiento al manifestar tus afirmaciones.

Si puedes reconocer el espacio en el que estás viviendo, entonces puedes ser responsable por la manera en que se

desarrolla tu vida. Entonces, puedes *elegir* cualquier momento a manifestar vida en alineación con la manera de unidad y manifestar el poder del lenguaje en tu vida.



La vida se *manifiesta* como el lenguaje en que vives.

Por el grado que tú resistas lo que está ocurriendo en tu vida, se vuelve una *condición* en el cual vives y del cual ya no estás a cargo en tu vida. La única manera de *liberarte* de tu trampa del *ser* es estar en contacto con tu verdadera naturaleza, y al tomar cien por ciento la responsabilidad por la realidad de lo que es tu vida. Sólo en un espacio de *permitir*, es donde experimentas la vida como es, puedes trascender la dualidad de existencia, y reclamar tu capacidad de manifestar vida *como eres*.

Tú sólo puedes manifestar tus más sinceros deseos cuando se construyen sobre una fundamentación de integridad — un lugar de *unidad del ser*. Necesitas perdonar. Dejar ser, dejar ir y *dejar a uno*. Sé servicial y sé humilde. Sin este fundamento de unidad, tú simplemente estás tratando de obtener lo que quieres al costo de ti mismo y de otros.

Manifestar tus deseos más sinceros crea una vida llena de *riqueza*, la calidad y riqueza de tu vida van más allá que el dinero.

## LLEGANDO A CASA

Cuando te embarcas en Un Nuevo Lenguaje Para La Vida, desarrollas una nueva consciencia. Entonces, tienes que incorporar esa consciencia con las personas en tu vida y en tu mundo de vida diaria. Yo le llamo a esto *llegar a casa*.

Cuando llegas a casa, espera que las personas sigan entendiéndote como si fueras la persona que conocían. Puedes escucharte y actuar completamente diferente, pero la mayoría de las personas te tratarán exactamente como si fueses el viejo tú.

Es como si tomaras un viaje, te fueras , y ahora llegaras a casa. Mientras te habías ido, cambiaste, pero ellos no lo hicieron. Y podrán no estar dispuestos o no ser capaces de aceptar quien eres ahora. Entonces, que no te sorprenda si las diferencias surgen entre tú y tu pareja, esposa, amigos, colegas, familia y otros en tu vida.

La gente encuentra difícil el relacionar con el cambio — especialmente cambio en otros — tantos tendrán dificultad en relacionar con el nuevo tú. Algunos podrán sentir que hay algo mal con la relación, o que has perdido interés en la relación. También puede ser difícil para ti relacionarte con

la gente que no han tomado tu viaje. En el baile de la vida, tu pareja o esposa puede estar fuera de ritmo con quien eres, y tú puedes estar fuera de ritmo con ellos.

Para evitar el pisarse el uno al otro, intenta traer tu pareja al viaje de *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida*. Comparte la experiencia, atravesadlo juntos. A parte de construir comprensión, fortalecerá tu relación.



Sugiero fuertemente que leas el libro *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* en conjunto con tu pareja. Éste dará a ambos la oportunidad de compartir tu experiencia con cada uno y crecer juntos.

Si, sin embargo, tu pareja decide no vivir *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida*, sé tolerante, paciente, y comprensivo. Trata de no molestarte con él o con ella. Si lo haces, *no* reacciones, sólo déjalo ser. También, no desees que él o ella sea diferente, ni te digas a ti mismo que él o ella “no te entiende,” o “debería intentar más duro comprenderte.”

### **Gentil consejo**

- *Sé consciente* de cómo “Yo” puede interferir y seducirte para volverte prepotente en tu nueva consciencia. O puede tentarte a sentirte especial en lo que se manifiesta en tu vida.
- *Sé agradecido*. Libérate de tus logros al expresar gratitud por lo que se manifiesta en tu vida y por la abundancia que está fluyendo a través de ti. Date cuenta de que el presente de lo que se manifiesta viene a través de ti, pero no de ti.
- *Sé humilde* en tu nueva consciencia y sincronicidad que se está manifestando en tu vida.

- *No impongas Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* sobre otros. Ni trates de convertirlos a tu nueva percepción.
- *No tengas expectativas*. No le des a alguien a quien conoces el libro con la expectativa que la siguiente vez que lo veas haya despertado con una nueva consciencia. Respeta la singularidad de una persona. Respeta sus decisiones
- *No corrigas* a otras personas, aunque creas que se expresan en una manera que no se alinea con *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida*.
- *No presumas* cuando tus deseos más sinceros se manifiestan. Si lo haces, estarás yendo en contra ti mismo.
- Sé un encantador de *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida*.

### **Tomar Responsabilidad**

Para que puedas compartir tu nueva perspectiva con otros, identifica cómo te habías relacionado con ellos en el pasado. Por ejemplo, ¿fue que tu relación se centró alrededor de las quejas, chismes o infelicidad? O ¿fue que era para ayudar el uno al otro, avanzar en carreras o simplemente para disfrutar de su compañía? Sea lo que sea, toma responsabilidad por ello.

Al tomar responsabilidad por cómo te relacionaste en el pasado, abres canales para nuevos niveles de comunicación con los cuales puedes seguir construyendo. A través de esos canales puedes expresar en quién te has convertido, pero ve despacio. No seas sobre-abrumador. Dales a las personas la oportunidad de ajustar al nuevo tú, para comprender cómo has cambiado, y la opción de unirse contigo en tu viaje.

Si te das cuenta que has estado usando quejas e infelicidad para controlar una relación, rompe ese patrón. Dile al individuo,



Tú sabes que, estoy harto de quejarme siempre, de ser infeliz. Desde ahora en adelante, me comprometo a ser feliz y pleno, sin importar qué. Estoy haciendo este cambio, y tú no tienes que hacer nada con ello.

Abrir nuevos canales de comunicación tomará algo de valor, pero lo vale. Te dará una nueva vida, y fortalecerá e inspirará tu relación.

### **Resistencia**

A pesar de todos tus esfuerzos, tu pareja, amigo o colega pueden estar resistentes al nuevo tú. Él o ella pueden estar apegados al viejo tú; estar amenazados con el nuevo tú, o pensar que tú sólo estás pasando por una fase, un cambio temporal; y que pronto regresarás al mismo, buen, viejo tú. Cuando cambias, las personas a menudo se resisten porque ellos temen que puedas haber perdido interés en la relación o que tu comportamiento ya no pueda ser predecible.

Sé compasivo y comprensivo. Evita ser prepotente, inflexible y antipático, lo cual no debería ser difícil. Ya que ahora tienes *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida*, has evolucionado y los cambios que has hecho serán parte de la manera en que interactúas con tu pareja, amigo o colega. Te comunicarás a un nivel más alto, más gentil y más cariñoso.

Cuando tomas responsabilidad por quien eras antes de tu viaje, y si eres compasivo y paciente, podrás ser capaz de crear un nuevo lenguaje común para la vida que celebra tu relación.

### **Llegando a casa con amigos**

*Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* te enseñará en dónde están las personas en tu vida y la naturaleza de tus relaciones pueden cambiar. Podrás ya no tener los mismos intereses o

conversaciones que tenías antes. Hasta tus amigos de toda la vida te pueden ver diferente, y las voces de aquellos quienes unas veces te inspiraron, podrán ya no tocarte. Podrás notar una carencia de integridad o inautenticidad, del cuál no habías estado consciente o lo pudiste haber ignorado fácilmente

La vida es una serie de cambios constantes y, continuamente, debemos tomar decisiones. A lo largo del trayecto, tenemos que elegir, y al hacerlo, personas y cosas salen de nuestra vida o toman diferentes roles.

¡Ya que Un Nuevo Lenguaje Para La Vida coloca un alto valor sobre los amigos y las relaciones, por favor, sé cuidadoso! No seas impulsivo e imprudente. Tus amistades pueden estar basadas en conexiones que corren largo y profundo. Pueden haber tomado años de forjar. Antes de que hagas que se desvanezcan o desaparezcan, piensa en lo que puedes estar perdiendo y removiendo de tu vida. No rompas esas conexiones a menos que sientas que no tengas otra elección.

### **Llegando a casa con familia**

Llegando a casa con tus padres, hermanos o hijos es la prueba del ácido. Ellos son tu familia y no puedes desear que se vaya tu familia. Tu familia está allí para ti, para siempre, incluso si decides no verlos. Puedes cambiar tu consciencia, puedes cambiar tu trabajo, puedes cambiar donde vives, pero tu familia siempre será tu familia — sin importar donde estés.

Aunque puede no ser aparente, tu familia realmente te ama y tú los amas. Por eso, los desprecios y desacuerdos pueden llegar a doler tanto. Lo que hagan tus familiares o digan es su única expresión de amor por ti — pero frecuentemente no lo tomamos en esa manera.

Interacciones familiares tienden a caer en patrones que causan problemas que parecen imposibles de lidiar. Y cuando tratamos de romperlos o cambiarlos, estos problemas pueden

escalar. Entonces, hemos desarrollado maneras de lidiar con nuestras familias que generalmente no funciona. De hecho, nos separan más.



*Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* nos muestra que no tenemos que estar atrapados por patrones familiares tradicionales. Ahora ya podemos tomar responsabilidad por la manera en que respondemos hacia ellos. Si peleamos y discutimos, sólo le agregaremos más fuego a la lumbre y haremos nuestros desacuerdos más intensos.

Aunque la tendencia es alejarse y evitar estas batallas molestas, *mantente con ello*. Aguanta la incomodidad y vuela más allá de la insignificancia que usualmente es inherente en interacciones familiares. Puede ser difícil, incluso experiencias intensas, pero es vital para tu crecimiento. Hasta que puedas hacer paz con tus padres y familia, no puedes estar feliz y completo; es crucial para tu paz interna.

Vivir *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* te da oportunidades de ser misericordioso. Deja ser a las personas a quienes quieres. La familia es tu maestro más grande. Estar en paz con tu familia y honrar la dignidad de su espíritu, te trae libertad y apertura al abrazar a la vida *plenamente*.

### **Llegando a casa a la comunidad**

Cuando empecé a compartir mi nueva consciencia con personas en mi lugar de trabajo, estaban tan inspirados que me pidieron que organizara un taller para que ellos pudieran aprender más de *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida*. Después del taller, el grupo por completo sintió que el beneficio que habían obtenido fue la realización de que ninguno de nosotros estábamos solos en nuestra humanidad.



Pensamos que nuestras preocupaciones son personales e individuales, pero no lo son. De hecho, son lo que tenemos en común. Cuando las personas se juntan y hablan de sus preocupaciones, el “Yo” se vuelve transparente. Lo que emerge es *nuestra humanidad compartida* y la realización de que todos estamos profundamente relacionados. Nos damos cuenta que el “Yo” que nos separa no es personal. Cuando exploramos vida y somos capaces de ver más allá del horizonte del “Yo”, despertamos a nuestra humanidad común. Somos electrocutados por la posibilidad de *ser* y comprender que todo es posible. Inspira nuestro espíritu.



*Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* es mi invitación para que tú explores la vida desde una perspectiva diferente. Es una manera para que tú explores tu humanidad común y te expreses a ti mismo en un lenguaje que es auténtico a tu verdadera naturaleza, *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida*.

## **Construyendo comunidad**

Si estás inspirado, empieza tu propio proyecto de *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* en tu comunidad. Puedes unir gente de una mentalidad similar, invitarlas a explorar la vida en un ambiente de comunicación, lo cual es estar en contacto con el espíritu de *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida*. Ayúdalos a compartir su humanidad común, cambiar su lenguaje y crear soluciones para problemas a nivel individual, o niveles comunitarios que están basados en responsabilidad, integridad, confianza, valor, dar y servir.



## PERMANECER CENTRADO

Cuando tienes *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida*, no siempre será un navegar pacífico. Retos e interrupciones son parte de la vida. La vida te avienta dardos. Esos dardos pueden ser expectativas falladas, algo que alguien te dijo, eventos desafortunados que te sacan fuera de balance.

Cuando pasan, tu prioridad principal es re-centrarte en *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida*. Libérate de lo que ha estado consumiendo tu atención y quédate en paz con ello. Toma un paso al nuevo baile que te restaura a la unidad del *ser* y te deja libre de ser. Otras respuestas como culpar, encontrar culpa, hacer explicaciones o encontrar excusas no te dejarán libre. Te harán más “atorado.”

### **Mantente centrado en tu nueva consciencia**

Recuerda lo que puede mantenerte fuera de centro y lo que puede desplazar la libertad, el sentido de plenitud y la conectividad que ahora estás experimentando.

Es tu labor mantenerte centrado en tu nueva consciencia y aguantar los esfuerzos del “Yo” que te jalen a un lenguaje de prepotencia, egoísmo o, peor aún, auto-invalidación y victimización. Regresa al compromiso de vida.

Múdate de tu lenguaje natal, y los mensajes que te bajaban. Muévete hacia *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida*. Te liberará al darte dirección y paz.

### **Toma responsabilidad**

No regreses a un lenguaje acusador. Toma responsabilidad. No digas,

Mira lo que \_\_\_\_\_ me ha hecho.

Me haces daño.

Es tu culpa.

Toma responsabilidad de tus acciones. Si estás molesto porque regresaste, te garantizo, *no* es por los eventos que sucedieron. Es por ti. Tú, y sólo tú, te *permitiste* estar distraído y fuera de centro por esos eventos.

Frecuentemente, un simple gesto de misericordia te liberará. Dejar el resentimiento, *cualquier* resentimiento, también te ayudará a bloquear la canción de la sirena del “Yo” cuando trata de jalarte de nuevo a sus modos familiares.

### **Quédate *quieto* dentro del ruido**

¿Has despertado temprano por la mañana y no puedes volver a dormirte? Tu mente está inundada con pensamientos que no puedes sacudir. Sigues pensando acerca de alguna ocurrencia reciente, reflexionando una y otra vez, invalidándote y examinando *ad náuseam*. Preguntándote qué pudiste haber hecho diferente o mejor.

Todos hemos tenido esos momentos. Nos cansan y drenan, y usualmente no nos ayudan a resolver nuestros problemas. El momento en que tú te *involucras* con el ruido — si tratas de entenderlo, discutir con él, resistirlo — tendrás más de él. En vez de reprimir el ruido, lo alimentas, lo apapachas y fortaleces su vida.

El arte de vivir es desarrollar la capacidad de sólo *dejarlo ser*. Confía en eso en algún punto, el ruido perderá el agarre sobre ti. Mi experiencia personal es que el ruido tiene una vida de caparazón de 24 horas y luego desaparece. Al mantenerte *quieto* dentro del ruido, dejando *ser*, y no alimentándolo con tu atención, usualmente desaparece dentro de un día, y obtienes verdadera perspectiva. Tienes el poder de decidir dónde poner tu atención. Al no darle atención al ruido, *permítelo*, eventualmente desvanecerá al fondo y se irá.

### **¡No tienes que arreglarlo!**

Cuando surgen problemas, nuestra tendencia es tratar de arreglarlos. Frecuentemente, es la estrategia correcta, pero no siempre. Te das cuenta que no tienes que resolver cada problema cuando vives *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida*. Ciertamente, cuando eres confrontado con serios asuntos médicos y financieros, actúa *rápidamente* para obtener ayuda. No esperes hasta que los problemas se agudicen.

Tratar de arreglarlo a menudo te aleja de estar centrado en la vida. Algunas personas exageran. Invierten años tratando de arreglarlo. Compran cada libro, toman cada curso, todo tipo de tratamiento y consejos, sólo para terminar con sus vidas en un estado constante de “espera.” Durante el proceso, se separan de sus amigos, familia y vida. Pierden su capacidad de disfrutar y participar en la vida plenamente.

Del otro lado, el mejor curso con muchos problemas, es sentarse y dejar *ser*. Dejar ser difiere de ignorar el problema. Te permite estar con el problema, darle tiempo. En *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida*, tú confías en la vida, lo cual te da el valor a *permitirte ser* con el problema y resistir la tentación de tratar de arreglarlo. Cuando te permites ser con ello *plenamente*, notas, con sorpresa, un cambio en quien eres, en relación con el problema y cómo lo experimentas. Tienes más libertad en

relación con el problema. Te vuelves presente a *todos* los aspectos del asunto actual. Entonces, si te sientes desesperado o no sabes cómo proceder, el problema de repente dará un *giro* y lo verás desde una nueva perspectiva. Te volverás presente a los aspectos del problema que nunca habías considerado. Una perspectiva más clara brillará a través de todo.



Confianza puede ser la respuesta; confiar en la vida.

Si tú crees que la vida es fundamentalmente buena, serás capaz de estar con el asunto y resistir la tentación para tratar de arreglarlo siempre. .

### **Sé compasivo contigo mismo**

Mantenerte en el camino puede ser difícil. Puedes despertar una mañana y darte cuenta que has perdido tu solución. Tu viejo lenguaje, el cual está profundamente grabado, está tratando de jalarte de regreso. Cuestionas tu nuevo lenguaje para la vida, y te preguntas si puedes mantenerlo vivo.

La vida te lanza retos, los cuales pueden desplazar tu atención. Sabes que las cosas que pasarán en tu vida cambiarán tu energía, pero cómo te levantes dentro de estas circunstancias es como tú expandes y creces como ser humano. *Eso* es tu entrenamiento; *lo cual* es tu crecimiento.

Ahora te das cuenta que las pequeñas cosas que a veces te molestaban son *regalos* para ti, para regresar a un espacio de compasión, generosidad, gentileza, comprensión y conectividad a la vida.

Trátate amablemente, sé compasivo contigo mismo. *Permítete* hacer errores. *Date cuenta* que cometer errores te da la capacidad de crecer y expandirte.

## **El camino se hace por los caminantes**

Toma práctica para ser maestro de cosas nuevas. Para ser exitoso, reorganiza tu humanidad, sé gentil contigo mismo, céntrate en *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida*, y toma otro paso hacia adelante.

El camino se hace por los caminantes, tomando acción. Puedes tomar esos pasos cuando confías en el universo y la integridad de tu espíritu. Ahora, puedes pisar sobre tierra firme donde no hay camino. El camino llega a la existencia sólo cuando eliges observarlo.

## **Trazando tu viaje**

Apéndice A: *Cambiando Tu Lenguaje*, te hará ver qué tan lejos has viajado en este viaje. Saber en dónde estás revelará cuánto terreno has cubierto y qué tan lejos has ido. No sólo dónde estás, checa a dónde puedes ir, lo cuál indicará dónde en tu vida aún necesitas crecer.





## CAMBIANDO EL SUEÑO

**D**urante mi viaje al corazón del bosque Amazónico hace muchos años, tuve el privilegio de compartir tiempo con las personas Achuar. Fue una experiencia de transformación. Sentí que, al escribir este libro, fui guiado por la sabiduría de las personas Achuar y por la visión que informa La Alianza Pachamama — la organización que me invitó en este viaje. La Alianza Pachamama nació de una invitación de las personas de Achuar para trabajar como socios con ellos para preservar su tierra y cultura, mientras traían al frente una nueva perspectiva mundial que honra y sustenta vida.

    Mi propia relación con *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* es que es un mensaje — un mensaje de paz, armonía y conciencia elevada, y que este mensaje ha llegado *a través* de mí, pero no proviene *de mí*. Creo que el mensaje de *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* es una alineación con el llamamiento de la gente Achuar para cambiar el sueño del mundo moderno.

### **El águila y el cóndor**

La gente Achuar es uno de los grupos indígenas más remotos del mundo. Es una cultura de ensueño antigua, similar a la

gente aborigen de Australia, y viven en armonía dentro de sus tierras ancestrales. En la profecía Achuar, “el águila y el cóndor,” el águila representa sociedades que son materialistas y científicas, y el cóndor representa sociedades más espirituales e intuitivas. De acuerdo a la profecía, cuando el águila y el cóndor se reúnen y vuelan juntos en *un solo cielo*, los seres humanos evolucionarán a una especie más consciente, y vivirán en armonía con el mundo natural, y el uno con el otro.

*Hoy*, muchas personas indígenas creen que el tiempo ha llegado, donde hay potencial para el águila y el cóndor para volar juntos en un solo cielo y para que la humanidad despierte a un nuevo nivel de consciencia.

En *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* — el lenguaje del corazón — el águila es libre de volar alto y bailar con el cóndor en *un solo cielo* — un baile que es saludable, armonioso y lleno de paz; un baile que da surgir a una consciencia que se ha despertado a la unidad de la vida. En *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida*, tenemos el *potencial* para despertar del sueño de separación, y despertar a la unidad de la vida y la unidad del ser.

### **Cambiando el sueño**

Los chamanes indígenas y los mayores del Amazonas nos enseñan que “el mundo es como lo sueñas.”

En *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida*, estamos invitados para hacer un cambio radical desde un lenguaje que, principalmente, está orientado alrededor de luchar, y convertirlo en un lenguaje que es inclusivo del *ser*, *permitir* y *unidad*. Tenemos la oportunidad de cambiar el sueño de nuestro mundo moderno, de esfuerzos a estar llenos de paz, de separación a plenitud, y desde “escasez a suficiencia.”

En *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida*, tenemos la oportunidad de mover la obscuridad a la luz y entrar en la “Era de Lucidez,” o “La Era de Unidad.”

*Ahora* es el tiempo, como muchas personas indígenas lo creen, para que seres humanos del mundo moderno *elijan* y *respondan* al llamado de los guardianes de la sabiduría, y permitan para que el águila y el cóndor se reúnan y vuelen juntos en *un* solo cielo.



## PENSAMIENTOS FINALES

Mientras *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* se va a la imprenta, estamos acercándonos a la fecha cuando el calendario Maya predice que la humanidad comenzará un nuevo ciclo. El ciclo previo corrió por 26,000 años. De acuerdo con los Mayas, una gran transformación está por ocurrir que le dará a la humanidad la oportunidad de actualizar a nuestro potencial más alto y liberarnos de nuestras formas habituales de ser.

Aunque quieras o no aceptarlo, ahora vivimos en un mundo de cambio. La tecnología ha transformado nuestras vidas drásticamente, y el orden mundial está en un estado de cambio. Cambios que alguna vez tomaron años, hasta décadas, ahora ocurren instantáneamente. Es una nueva era; una era del cambio.

Para conocer las demandas de esta nueva era, nosotros también debemos cambiar. De hecho, debemos cambiar radicalmente la manera en que nos vemos a nosotros. Estamos en un cruce, y ahora debemos elegir cómo entramos hacia el futuro.

Cómo nos vemos a nosotros mismos forma nuestro lenguaje y determina cómo nos expresamos. Nuestro lenguaje natal, que principalmente es descriptivo en naturaleza, no nos da una manera de expresarnos que sea verdadera a nosotros, y que se encuentre alineado con nuestra *verdadera* naturaleza. Nuestro lenguaje natal ya no es suficiente para alcanzar las exigencias de la nueva era emergente.

En el clásico paradigma de nuestro lenguaje nato, nos vemos a nosotros dentro de la dualidad de existencia. Nos vemos desde un lugar de separación, lo cual se refleja en cómo el lenguaje se expresa en la manera que nos comunicamos y relacionamos el uno con el otro. Deja la esencia de quienes somos *intacta*, y nos deja siempre en un estado de lucha y ser insatisfecho, *sin importar cuáles* sean las circunstancias de nuestras vidas. Nos deja no confiando en nosotros mismos, vulnerables a las influencias de las personas, y no siendo capaz de ser *verdaderos* con nosotros. El resultado es un estado perpetuo de lucha y sufrimiento.

### **Bienvenido al nuevo lenguaje...**

Hoy, una nueva manera está emergiendo, la cual habilita que las personas hablen y se compartan dentro de la vida. Es emocionante ver que estos elementos se están juntando como *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* y son una parte de un *nuevo movimiento*. Es un lenguaje donde personas comparten un vocabulario similar; un lenguaje, donde confiar en la vida y confiar en nosotros es parte del nuevo vocabulario; un lenguaje que honra nuestra individualidad única sin separarnos de nosotros mismos; un lenguaje que señala al *ser* y a la *sincronicidad* en una manera que expresa responsabilidad; un lenguaje que habla de la manifestación de la vida en tal manera que expresa propiedad de nuestro destino; un lenguaje que *nos* habla.



El tiempo ha llegado para que *tú* tomes un nuevo acercamiento, para abrazar al *nuevo* lenguaje para la vida que te permite ser *verdadero* contigo y acomodarte a un nivel más alto de consciencia por ti mismo.

Encontrar ese centro auténtico dentro de ti, y accederlo a través de tu propio lenguaje es *urgente*, es un asunto de vida o muerte. Como individuos, como una sociedad, ya no podemos permitirnos continuar para actuar en contra de los intereses del mundo natural y los intereses de la humanidad.

Este libro, *SER Feliz: ¡Cómo ser feliz realmente!*, conlleva una variedad de conceptos y los integra completamente en una manera comprensiva, poderosa y utilizable que abrirá tus ojos y cambiará tu vida.

*Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* es un nuevo acercamiento de cómo te ves a ti mismo y a la vida. Es un lenguaje que no se localiza en el mundo del *observador y a quien se observa*, los cimientos de tu lenguaje natal, sólo se originan desde un lugar de nuestra humanidad común — un lugar de *unidad del ser*, un lugar de relacionar y comunicar que *trasciende* nuestra dualidad de nuestra existencia, nuestro sufrir y lucha.

Al elegir ser feliz, sin importar qué, tú tomas responsabilidad de tu vida y elevas tu vida a un nivel más alto de integridad. Tu lenguaje cambia, y tú ya no inviertes en el “Yo” con el poder de separarte y alejarte de la *presencia* de la vida y tu *verdadera* naturaleza. Al elegir ser feliz, trasciendes las limitaciones que el lenguaje coloca en ti y tú te restauras a *la unidad del ser* — sin importar qué.

*Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* lo hará claro en cómo podemos hacer lo mejor del futuro. *No* es un sistema de creencia, sino un acercamiento que nos mostrará cómo confiar en

nosotros, confiar en la vida, crecer, y vivir más felices, más productivos y vidas más plenas en alineación con nuestra verdadera naturaleza y el mundo natural — sin importar qué.



En *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida*, tomas un paso más allá del espejo del “Yo,” y te adentras a otra dimensión; una dimensión, donde el lenguaje ya no es descriptivo, sino que trae consigo una *presencia* que es compartida con la conversación; una dimensión, donde el lenguaje toca la *esencia* de quien eres.

Al radicalmente cambiar la manera en que te ves, descubres un mundo más allá de tus horizontes presentes; más allá de la culpa, más allá de la limitación de tus etiquetas; y un mundo más allá de suposiciones y explicaciones. Tú vives dentro de un mundo que no está localizado ni “dentro” ni “afuera” de ti, sino un mundo que es dado por la *unidad del ser*, donde el lenguaje *manifiesta* vida como eres.

### **Cambiando el sueño**

Los chamanes indígenas y los mayores de las Amazonas nos enseñan que “el mundo es como lo sueñas.”<sup>7</sup>

Al radicalmente cambiar la manera en que te ves, te permite cambiar de un lenguaje de lucha y ser a un lenguaje de *ser*, de *permitir* y de *unidad* — el lenguaje del corazón — y te da la oportunidad de cambiar el sueño de nuestro mundo moderno de lucha a lleno de paz, de separación a plenitud, y desde “escasez a suficiencia.”<sup>8</sup>

*Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* se trata de cada uno de nosotros ejercitando responsabilidad y control por nuestras vidas y nuestro planeta. Está predicado en la creencia que cada uno de nosotros tiene la habilidad de elevar el nivel de nuestra consciencia, y que el efecto acumulativo de ese



esfuerzo beneficiará a la humanidad. Generará un nivel universal de consciencia donde nosotros:

- Seamos más gentiles con nosotros mismos, con otros, y con la vida;
- Escuchemos a la Tierra y hablemos el lenguaje de la naturaleza para construir y sustentar comunidades;
- Somos guardianes de nuestro planeta Tierra para generaciones futuras;
- Confiemos que la vida es fundamentalmente buena;
- Confiemos en la vida para que se arreglen nuestras preocupaciones, cuando estemos *alineados* con la unidad de la vida; y
- Reclamemos el poder del lenguaje y manifestemos la vida *como la soñamos*.

En *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida*, tienes la oportunidad de tener una vida próspera y feliz que honra la dignidad del espíritu humano dentro de los límites ecológicos de nuestro planeta Tierra — sin importar qué.

Gracias por trabajar para traer *La Decisión* y *La Percepción* a tu vida. ¡Gracias por cambiar el sueño de la humanidad!



# NOTAS FINALES

## **P A R T E U N A**

De Hua Hu Ching: La Enseñanza Desconocida de Lao Tzu, de Brian Walker, publicado por HarperOne

## **P A R T E D O S**

De Albert Einstein, Carta de 1950, como citado en el New York Times y el New York Post.

De Más Allá del Bien y del Mal, de Friedrich Nietzsche, publicado por Penguin Classics.

De La Expedición Escocesa a los Himalaya, de W.H. Murray, publicado por J.M. Dent & Sons, Ltd.

## **P A R T E C U A T R O**

De El Mundo Como Lo Sueñas, de John Perkins, publicado por Destiny Books.

De El Alma del Dinero: Reclamar la Riqueza de Nuestros Recursos Internos, de Lynne Twist con Teresa Barker, publicado por W.W. Norton & Company, Ltd.

Ibid. Ibid.

Cada intento fue hecho para dar crédito a toda fuente siempre que sea aplicable. A alguien más con información adicional se le anima a contactarme directamente a través del sitio <http://www.louiskoster.com> Cualquier error será corregido en impresiones futuras.



# LA SIGUIENTE EXPRESIÓN

## **UN NUEVO LENGUAJE PARA LA VIDA — LA SERIE**

*Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* es siempre una conversación que evoluciona, ya que la vida siempre está evolucionando y siempre hay más que decir.

*SER Feliz: ¡Cómo ser feliz realmente!* es parte de *La Serie de Un Nuevo Lenguaje Para La Vida*, el cual cubre temas diferentes que honran la unidad del ser y apuntan a elevar el nivel de la consciencia humana.

## **NUEVOS TÍTULOS EN PROGRESO :**

Adiciones a *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida La Serie* te apoya en tu viaje continuo.

- Las Relaciones: Cómo Ser Real
- El Camino de la Unidad
- El Arte de Permitir
- Cómo mostrarle a la mosca la salida de la botella
- Los 4 Caminos Mágicos
- Los 5 Axiomas de la Verdad
- Despertar

Subscríbete al boletín De *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* y recibe los capítulos de cada libro nuevo como un boletín de noticias.

Visita nuestro sitio para más información: [www.louiskoster.com/ser-feliz](http://www.louiskoster.com/ser-feliz)



# APP DE UN NUEVO LENGUAJE PARA LA VIDA:

**Un Nuevo Acercamiento A La Felicidad, Libertad,  
Autenticidad E Inspiración Para La Mujer Y Hombre  
Conscientes**

## **Descripción de la App:**

¡Descarga GRATUITA!

*Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* está liderando un movimiento que revela exactamente qué es lo que se necesita para despertar a tu verdadera naturaleza, ser tu propia verdad y vivir una vida auténtica y plena.

*Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* es una idea del cual ha llegado su tiempo.

Somos el máximo recurso para la Mujer y Hombre Conscientes.

Ésta es nuestra primera APP que se sumerge profundamente en la “cocina del ser,” y descubre qué es lo que se necesita para que la mujer y hombre conscientes lleven su vida al siguiente nivel. Reconstruye exactamente CÓMO las más grandes mujeres y hombres espirituales alcanzan un estado de claridad, y

se traduce a CONSEJOS ACCIONABLES, TRABAJABLES Y LLENOS DE SENTIDO.

Optimizada específicamente para iOS, tenemos contenido en video dentro de la App, dándote percepción fantástica para alcanzar el éxito.

*En Un Nuevo Lenguaje Para La Vida*, queremos enseñarte exactamente qué es lo que se necesita para manifestar una vida inspiradora y ser el viajero espiritual máximo.

En cada video serie, cubriremos temas que incluyen:

- **Felicidad** – Si estás harto de ir paso por paso, o aún peor, si quieres experimentar más de lo que el conjunto de tus opciones te puede ofrecer.
- **Libertad** – Si ya no quieres sentirte jalado por la tiranía de tus pensamientos que surgen, si quieres descubrir la libertad de actuar en tu propia naturaleza.
- **Autenticidad** – Si estás harto de esa voz en tu cabeza diciéndote qué hacer, si estás anhelando para encontrar tu propia voz y expresarte fantásticamente.
- **Inspiración** – ¿Estás actuando desde tus pensamientos que surgen que te dicen quién eres, o estás siendo guiado por tu verdadera naturaleza?
- **El Arte De Permitir** – ¿Qué tal si la vida trata de descubrir tu verdadera naturaleza en cada encuentro, en cada oportunidad que llega a tu camino y lo que te ofrece la vida?

*Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* es la forma perfecta para ayudarte a vivir una vida plena, libre, auténtica e inspirada, y manifestar tus deseos de corazón. ¿Entonces, por qué no descargar nuestra APP GRATIS, y ver a dónde *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* te puede llevar? *Prueba la DESCARGA GRATUITA* [www.louiskoster.com/App](http://www.louiskoster.com/App)



# APÉNDICES

**A:** Cambiando Tu Lenguaje

**B:** Retrato de Una Persona Viviendo  
*Un Nuevo Lenguaje Para La Vida*

**C:** Manifiesto de *Un Nuevo Lenguaje*  
*Para La Vida*



## DESPLAZANDO TU LENGUAJE

### **Lenguaje Natal**

Lenguaje del “Yo”  
Limitar quien eres  
Exclusivo  
Restrictivo  
Divisivo  
Disperso  
Consumido  
Adjunto a lo que es  
Vanidoso  
Quiere hacer una impresión  
Auto-destructivo  
Astuto  
Resistente  
Toma las cosas personales  
  
Necesita  
Flojo  
Calculado  
Egoísta  
Manipulativo  
Inexpresivo  
Discordante  
Adquisitivo  
Querer cambiar  
Separar de la vida  
Inquieto  
Culpable, Preocupado

### **Nuevo Lenguaje**

Lenguaje del “Ser”  
Expandir quien eres  
Inclusivo  
Expansivo  
Completamente Sano  
Enfocado  
Libre  
Abierto a las posibilidades  
Evoca una presencia  
Inspirar  
Modesto  
Humilde  
Permite  
Experimenta las cosas por  
lo que son  
  
Seguro  
Energético  
Natural, Espontáneo  
Centrado en el problema  
Auténtico  
Expresivo  
Balanceado, Armónico  
Generoso  
Dejar Ser  
Conectado a la vida  
Lleno de Paz  
Asegurado

Cauteloso, Dudoso	Confiable
Culpando a otros	Tomando responsabilidad
Mente cerrada	Mente abierta
Enfoque reducido	Perspectiva Amplia
Necesidad para estabilizar	Habilidad de estar con la incertidumbre
Orientado al resultado	Orientado al proceso y orientado al resultado
Todo es negocio	Juguetería
Escasez	Riqueza
Codicioso	Servidor, dispuesto a dar
Infeliz	Contento
Superficial	Espiritual
Comodidad	Crecimiento
Irrespetuoso	Reverencia por la vida
Forzado	Poder confiar, dejar ser
Controlar	Inspirar
Esfuerzo	Facilidad
Ocupado	Medido

## RETRATO DE ALGUIEN QUIEN VIVE *UN NUEVO LENGUAJE PARA LA VIDA*

Una persona quien vive *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* es:

- Libre de elegir el como él o ella responderán a lo que surja en la vida.
- Consciente de que cada momento es una elección para la vida.
- Un individuo quien ama la vida y no hay duda al expresarlo, no se inmoviliza por eventos adversos.
- Amigable, bienvenido, y emana buena energía. Otros se sienten bien en su presencia.
- Capaz de disfrutar la paz interna; posee una buena base.
- No se queja ni hace chisme.
- Capaz de rebotar cuando él o ella se sienten bajos o decepcionados.
- Profundamente agradecido para lo que venga en su vida.
- Dispuesto a dejar las cosas *ser*.
- Desprovisto de un sentido de prepotencia
- Auténtico en compartirse y no se inmovilizan por las opiniones de otros.
- Capaz de estar plenamente *presente*. Auténtico con otras personas.

- No vivir en el pasado. Para él o ella, el futuro ocurre como una posibilidad, no como una limitación.
- Dispuesto a confiar y rendirse al porvenir de la vida.
- Alguien quien sabe escuchar.
- Confiable y estará allí para ti.
- De la más alta integridad.
- Inspira.
- Dispuesto a servir.
- Misericordioso y lleno de gracia.
- Sincero sin llegar a ser ofensivo.
- Apasionado, imparable y visionario.
- Enfocado a las posibilidades, en vez de términos de lo que no es posible.
- Emocionado de tomar nuevos retos en la vida y explorar la vida.
- Capaz de crear su propio destino.
- Competente en el mundo lineal de causa y efecto.
- Humilde
- Feliz *porque* es feliz.

## MANIFIESTO DE *UN NUEVO LENGUAJE PARA LA VIDA*

*Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* acomoda una nueva y radical perspectiva de ti, lo cual te conduce a que te expreses y experimentes la vida en *una nueva manera*.

*Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* se origina de nuestra humanidad en común — viene de un lugar de *unicidad del ser*, un lugar de relacionar y comunicar que *trasciende* dualidad de existencia, sufrimiento y esfuerzo.

Tú *eres* vida. Vida ya no está separada de ti.

Tu *presencia* es lo que hace la diferencia.

La manera de la unicidad es lo que te guía en la vida.

Tienes una reverencia *por* la vida, y actúas en referencia *a* la vida.

Tu lenguaje es saludable e inclusivo; es *gentil* con la vida.

*Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* es un lenguaje de paz, armonía, permitir y unicidad.

*Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* es un lenguaje del corazón.

En *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida*, tus herramientas de navegación son integridad y tu confianza en la unidad de la vida. Tus virtudes son valor, imaginación, autenticidad, gracia, misericordia y humildad.

*Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* te despierta a la verdadera naturaleza del lenguaje. Lenguaje ya no ocurre como un medio de *representación*, pero ocurre como un medio de *manifestación*.

Navegas a través de vientos y tormentas de la vida desde una profunda y perdurable fuente de paz interior. No te molesta lo que suceda y al mismo tiempo, te importa *profundamente*.

*Aceptas* con brazos abierto y te *adueñas* de tu humanidad. Trasciendes el “Yo” como lo eres. Has roto el hechizo del “Yo.” El “Yo” ya no existe al *costo de ser* en tu propia vida, pero existe en el *servicio de ser*.

En *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida*, tu lenguaje no es acusador, sino expresa responsabilidad — es un lenguaje de ser, permitir y unicidad.

Tú *confías* en la vida y *permites* que la vida sea. Sostienes lo que esta ocurriendo en tu vida como algo *fundamentalmente* bueno, lo cual te da la fuerza para *ser* con lo que esta ocurriendo en tu vida, *déjalo ser*, y *mantente en paz* con ello, en vez de condenarlo.

Ves la muerte como *fundamentalmente* buena — no como algo que temer o condenar.

Ves las interrupciones en tu vida como una manera en que el universo te ayuda a crecer en tu esencia espiritual

*Confías* en la vida para ayudarte a resolver tus problemas y preocupaciones cuando estas *alineado* con la unicidad de la vida.

Reconoces *unicidad* como la agencia *gobernante*. El “Yo” ya no más es la fuerza *dominante* en tu vida.

Tú tienes el poder para manifestar vida *como eres*.



## RECONOCIMIENTOS

**A**l escribir este libro, quisiera reconocer a las siguientes personas:

Ante todo, mi esposa maravillosa, Francesca, quien ha estado en este viaje conmigo desde el principio. Somos uno del otro. El escribir este libro surgió durante nuestra relación. Cuando nos conocimos hace muchos años, todo esto ya estaba allí. Muchas gracias por tu amor y por ser mi pareja espiritual.

Nuestra hermosa hija, Carmen, por elegirnos como sus padres y ser un regalo en nuestra vida.

Gracias a Laura Wijsman por nuestra gran amistad e inspirar conversaciones hace muchos años, que me inspiraron en un viaje de toda la vida de indagar en la naturaleza de un nivel elevado de consciencia, la naturaleza de la realidad y comunicación, y dar vida como mi verdadera naturaleza.

Dr. Ewald Einoder me dio sabiduría y perspectiva que me permitió expandir mis horizontes, para nuestra amistad que perdura, y por nuestras conversaciones llenas de inspiración hasta el amanecer.

Muchas gracias Martin Heidegger por abrir nuestras preguntas que me habilitaron para escribir este libro. Hubert Dreyfus por sus enseñanzas Web de filosofía que me abrieron

un espacio lleno de inspiración de indagar en un mundo de posibilidad y perspectiva por su interpretación de Heidegger.

Muchas gracias Lynne y Bill Twist y La Alianza Pachamama [www.PachaMama.org](http://www.PachaMama.org) por invitarme a unirme con ustedes en un viaje dentro del corazón del bosque de las Amazonas hace muchos años, donde tuve el privilegio de compartir tiempo con la gente Achuar. Reconozco a la gente Achuar por extender la mano para crear una unión con el mundo moderno y por ser guardianes de una sabiduría antigua.

También quiero reconocer la ayuda y gentileza de Sherrileen Sheehan, Kerry Thaxter, David Beattie, Eddie y Madeleine Lieberman, Kate Kootmans, Damian Saunders – una persona indígena de Australia – Kandis Leigh, Mark Boyce y otros por su generosidad en compartir conmigo cómo el vivir La Decisión y La Percepción han hecho una diferencia en sus vidas. Escribir este libro fue como un rompecabezas. Cada contribución al libro por alguien viviendo La Decisión y La Percepción abrió una ventana a un panorama más amplio de ser, sin importar cuales fueran las circunstancias de sus vidas. Tu contribución a la evolución y expansión de este libro es invaluable.

Reconozco Judith Briles, [www.TheBookShepherd.com](http://www.TheBookShepherd.com), y [www.AuthorU.org](http://www.AuthorU.org), por ser un verdadero pastor de los libros. Mark Steisel por su brillantez y su dominio del lenguaje al editar el manuscrito y ayudarme a simplificar y definir mis conceptos.

Reconozco Daniel Hall por ser mi campeón y mi mentor. John Kremer, [www.BookMarket.com](http://www.BookMarket.com), por ser una luz quien guía para la publicación y mercadotecnia.

Finalmente, quisiera reconocer a todas las personas en mi vida quienes me han ayudado, a quienes no he mencionado en este reconocimiento y quienes han hecho una diferencia a mi desarrollo espiritual.

¡Gracias!

## ACERCA DEL AUTOR



Por más de diez años, el Dr. Louis Koster, un distinguido humanitario, sirvió como doctor médico para Doctores Sin Fronteras y otras organizaciones humanitarias en lugares con dificultad alrededor del mundo. Ha trabajado en zonas de guerra en Bosnia, Sudán, Angola, Liberia y con los refugiados Afganos en Paquistán y refugiados Cubanos en la Bahía de Guantánamo. Por sus esfuerzos humanitarios, el Dr. Koster ha recibido numerosos premios y ha aparecido en televisión, radio y programas de noticias.

Un nativo de Holanda, él ahora practica medicina en Australia, donde vive con su esposa e hija.

Como un experto en salud pública internacional, 'él ha tenido la oportunidad de observar en primer plano los lenguajes del mundo.

Con la habilidad de hablar seis diferentes idiomas, él trae sabiduría y *Un Nuevo Lenguaje Para La Vida* a grupos y organizaciones a nivel mundial.

El Dr. Louis Koster puede ser contactado para cita o conferencia, entrevista, seminario o entrenamiento individual a través de su sitio.

*[www.louiskoster.com](http://www.louiskoster.com)*

## ACERCA DE EWALD EINODER



Dr. Ewald Einoder es un pensador de alto nivel en psiquiatría en Australia. Su brillante mente investigadora y humanitaria le hace darse cuenta tempranamente en su carrera las limitaciones, inconsistencias y paradojas de una práctica médica estándar al lidiar con la enfermedad humana y sufrimiento, lo cual lo guió, al principio, a la psiquiatría. Lo último resultó en una exploración constante de participación en áreas desde biología molecular, filosofía, religión, espiritualidad, ecología, práctica de energía como Qi-Gong, medicina China y acupuntura.

La gentileza del Dr. Ewald Einoder, simplicidad y humildad son reflejadas en su cuidado hacia sus pacientes. Él, actualmente, trabaja como psiquiatra consultor en medicina holística en Melbourne, Australia.

Dr. Ewald Einoder puede ser contactado en:  
*[www.louiskoster.com/contact/](http://www.louiskoster.com/contact/)*