

Bestseller N.º 1 en *The New York Times*

PAM GROUT

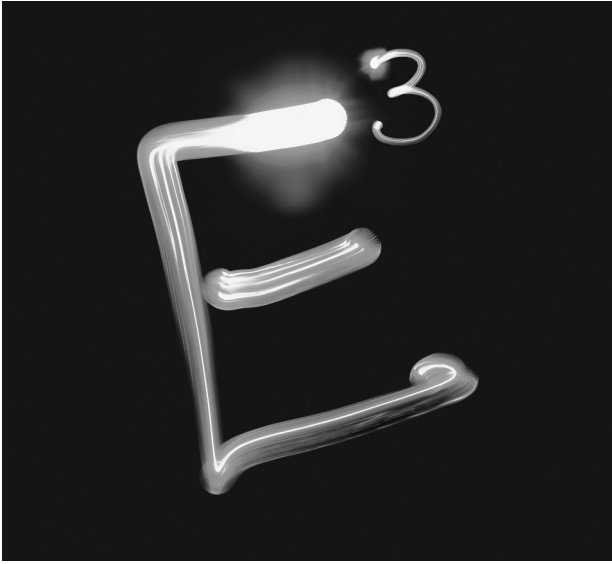


POTENCIA TU ENERGÍA

NUEVE EXPERIMENTOS MÁS QUE DEMUESTRAN
QUE LA MAGIA Y LOS MILAGROS
TRABAJAN A TIEMPO COMPLETO

zenith

Pam Grout



Potencia tu energía

Nueve experimentos más que demuestran que la magia y los milagros trabajan a tiempo completo

Zenith/Planeta

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

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puede contactar con CEDRO a través de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

Título original: *E-Cubed*, de Pam Grout
Diseño original de la cubierta: Amy Rose Grigoriou
Diseño original del interior: Pamela Homan
Traducción de Gloria Padilla

Primera edición: mayo de 2015

© Pam Grout, 2014
Publicado originalmente en inglés por Hay House Inc. USA
© de la traducción, Gloria Padilla, 2015
© Editorial Planeta, S. A., 2015
Avda. Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona (España)
www.zenitheditorial.com
www.planetadelibros.com

ISBN: 978-84-08-14107-5
Depósito legal: B. 8295 - 2015
Fotocomposición: Víctor Igual
Impresión y encuadernación: Egedsa

Impreso en España – *Printed in Spain*

El papel utilizado para la impresión de este libro es cien por cien libre de cloro y está calificado como papel ecológico.

Sumario

<i>Prólogo</i> de Gabrielle Bernstein	11
<i>Prefacio</i>	15
PRIMERA PARTE: ¡Bazinga!	
Capítulo 1: Houston, ¡tenemos un problema!	21
Capítulo 2: Fajas para los recuerdos	33
Capítulo 3: ¡Obvio!	45
SEGUNDA PARTE: Los experimentos	
Los preliminares	69
Experimento 1: Corolario del bailongo (o La importancia de no llamarse Ernesto): <i>Sin el entrenamiento cultural, la felicidad es mi estado natural</i>	81

Experimento 2: Corolario de la pastilla roja (o Un breve curso de repaso): <i>La vida emana de mí</i>	103
Experimento 3: Corolario de Simon Cowell (o Por qué eres incapaz de juzgar cualquier cosa): <i>Nada es absoluto; mi pensamiento es lo único que lo vuelve de ese modo</i>	123
Experimento 4: Corolario de «Soy amoroso y lo sé» (o No hay ningún «ellos»): <i>Amar a todos y a todo me alinea con el CP</i>	137
Experimento 5: Corolario de tu nuevo mejor amigo (o Dinero: ¡No es tan complicado!): <i>El dinero no es más que energía y un reflejo de mis creencias</i>	151
Experimento 6: Corolario de la naturaleza o las noticias (o Por qué deberías salir más a pasear): <i>El campo de potencialidad infinita te ofrece un murmullo divino a todas horas</i>	173
Experimento 7: Corolario de «Si tú lo dices» (o Tus palabras son la varita mágica que moldea tu vida): <i>Traeré abundancia y felicidad a mi vida cuando deje de burlarme de ello</i>	189
Experimento 8: Corolario del placebo (o La verdad sobre cómo doblegar la realidad): <i>La realidad es fluida y está en cambio constante, como reflejo de mis creencias más profundas</i>	205
Experimento 9: Corolario del Yaba-daba-du: (o Trascendencia: esa es nuestra onda): <i>La vida es milagrosa y en realidad no podré morir</i>	217
<i>Epílogo:</i> Experimento extra 10: Corolario de las Bodas de Caná (o ¡Llegó la hora de poner manos a la obra!)	231
<i>Agradecimientos</i>	237

Capítulo 1

Houston, ¡tenemos un problema!

Solo fíjate en qué nos hemos convertido. Todo está al revés, patas arriba. La religión destruye la espiritualidad, los médicos destruyen la salud y los gobiernos destruyen la libertad.

MICHAEL ELLNER, presidente de HEALTH, una asociación sin ánimo de lucro para la educación en salud

Ya sé qué estás pensando: este libro está mal hecho. Las letras están bocabajo... ¿o está al revés?

Quizá te estás riendo en tu interior, preguntándote a quién van a despedir: ¿al tipógrafo o al impresor o tal vez al atable empleado de la librería?

Así que déjame que te proponga una pequeña tregua, justo aquí, en el tercer párrafo. La página está impresa bocabajo a propósito. Pedí que fuera de ese modo porque ASÍ. LO. QUIERO. YO. PARA. DESTACAR. ALGO. IMPORTANTE.

Desde un principio quiero advertirte que, si sigues leyendo este libro extraño e impreso bocabajo, tu cosmovisión está a punto de dar vueltas. Si has pensado en cómo daba vueltas la cabeza de Linda Blair en *El exorcista*, bueno, prepara un poco de crema de guisantes.

Si estás leyendo este libro en el vagón del metro o en una cafetería y te preocupa que la gente se pregunte «¿Quién será esa analfabeta que está leyendo el libro al revés?», solo tengo dos cosas que decirte.

1. No importa lo que piensen los demás. Eso forma parte de tu condicionamiento anticuado que te insto a dejar en la próxima esquina. De hecho, si *realmente* quieres dejar huella en los demás, ríe taimadamente y eleva un puño al aire cada vez que gires una página. Mientras más te aferres a lo que tú quieres pensar (y no te equivoques, sí puedes decidir) y creas menos en lo que piensan todos los demás, más rápidamente podrás lograr un mayor nivel de bienestar.

2. Lo único que importa es lo que pienses tú. Y lo digo muy literalmente: lo que piensas es lo que consigues. Este libro va de mejorar el pensamiento, como diría el doctor Seuss. Se trata de actualizar tu conciencia, de convertirte en uno de los primeros usuarios de la Cosmovisión 2.0. En cualquier caso, a la larga todos los demás van a captar la nueva realidad, así que ¿para qué vas a esperar?

Entonces, ¿qué es exactamente la Cosmovisión 2.0?

[Acepta] como verdad solo lo que es gozoso.

Un curso de milagros

En pocas palabras, esta cosmovisión nueva y mejorada es el contrario exacto, o la versión inversa, de todo lo que ahora crees saber.

Tiene dos principios esenciales:

1. El mundo energético, ese mundo que no puedes ver, tocar, saborear u oler, es la base sobre la que descansa todo lo demás. Es el pilar —el jefazo supremo— que forma todo lo demás. Los científicos descubrieron esta matriz de energía (que a menudo se

denomina «el campo») hace casi un siglo, pero como es un concepto tan alucinante y abre tantas posibilidades nuevas, muy pocos de nosotros hemos empleado totalmente su poder.

Cien años después, la mayoría seguimos centrados en el mundo material, que es un poco como estar de parte de Wile E. Coyote. A pesar de todos sus planes elaborados y de sus complejos administrativos, el pobre Coyote nunca atrapará al Correcaminos. Y nuestra necesidad («¡bip-bip!») de creer que el mundo definido y mecánico es el principio y el fin de todas las cosas nos mantiene en pañales en un sentido espiritual.

El mundo espiritual, ese mundo que la mayoría no podemos ver, nos conecta con una conciencia vasta y enorme que no tiene bordes, fronteras ni límites en cuanto a lo que es capaz de crear.

2. Todo el mundo consigue un final feliz. Todo lo que existe en el mundo no físico es cooperativo, fácil de usar y beneficioso para todas las partes involucradas. De hecho, al quitarnos la venda de los ojos, el mundo real no se parece en nada a lo que tú piensas. No se parece al escenario de película que fabricaste para que fuera «tu realidad». Sin importar lo que pueda parecer a simple vista, la vida en su estado puro e inalterado (sin la imposición de nuestra conciencia que piensa que «la vida es un asco y al final te mueres») es una caldera que hierve de posibilidades y que está formada de amor puro y perfecto.

El hecho mismo de que sigamos viendo angustias, limitaciones y muerte es la prueba de que no entendemos en absoluto la realidad. Nos centramos en una franja muy estrecha de la experiencia y negamos por completo las muchas dimensiones que existen más allá de los cinco sentidos físicos.

Nuestra ignorancia ha erigido una cosmovisión que se basa únicamente en los problemas, en el temor y en protegernos de todas las cosas que *podrían* salir mal. Nos ha conducido a apartarnos de la totalidad y a creer que esta perspectiva limitada, llena de seres individuales, es lo único que podemos utilizar.

En consecuencia, empleamos nuestra enorme e inagotable conciencia para vislumbrar rutas de escape. Cada momento que desperdiciamos pensando en el peor escenario posible socava nuestra capacidad para crear aquello que es verdadero y bello. Cada segundo que pasamos preocupándonos crea un bloqueo entre nosotros y todas las señales y oportunidades y, en efecto, también entre nosotros y el amor absoluto que está aquí con el único propósito de nuestro disfrute. Hemos trastocado el mapa de la Verdad con «hechos» que provienen de nuestra orientación negativa. Cuando surge la negatividad (y *así será*, porque nuestra conciencia plena, sin importar lo alterada y equivocada que esté, es poderosa), sentimos que se nos ha validado. Sonreímos con aire de superioridad y pensamos: «¿Ves? Te lo dije».

Pero como aprenderás en la Cosmovisión 2.0, el paradigma dominante de «la vida es un asco y al final te mueres» no es más que una historia de ficción, un montón de mentiras inventadas que nos hemos estado diciendo durante... qué sé yo... ¿los últimos cuarenta mil años?

Desde pequeños se nos ha adiestrado para colocarnos un par de gafas grises y a mirar al mundo a través del cristal de la derrota y el dolor. Se nos apunta un tanto por detectar los problemas. Esperar lo bueno de la vida y dar por sentado el mejor resultado suena como si «no estuviéramos haciendo frente a la realidad». Existe un prejuicio en contra del exceso de optimismo y felicidad.

Incluso los terapeutas, que se supone que nos aligeran la vida, nos alientan a excavar entre nuestros antiguos problemas y a buscar los esqueletos decrepitos que se esconden en el armario de nuestro inconsciente. Nos felicitan cuando nos damos cuenta de que estamos atascados y cuando prestamos atención a cuánto sufrimos.

Pero todo ello no es más cierto que esas películas de zombis tan populares en la actualidad.

¿Qué cultivas en tu jardín mental?

La realidad está disponible para quien la quiera tomar.

MELISSA JOY, presidenta de Matrix Energetics

En la Cosmovisión 2.0, muy pronto te darás cuenta de que el propósito de la vida es abordarla con euforia y alegría, y que ese dicho de «persigue tus sueños» no es una perogrullada hueca digna de estamparse en una pegatina para el parachoques del coche, sino un plan de acción razonable para tu vida. Si ese no es tu caso, es que algo no funciona, como dice Andy Cordan, el presentador de noticias ganador de un premio Emmy. Si la magia no es algo que te sucede a diario —si no te despiertas todos los días con una sensación de pasión y regocijo— estás viviendo en una película de terror que creaste para entretenerte a ti mismo.

Y eso es lo que *E al cubo* intenta probar: que el viejo modo de pensar ha servido a su propósito y que ahora está llegando el momento de una realidad superior. Lo único que tenemos que hacer es dejarnos de dramas y entender que la película de zombis que consideramos como la realidad es aburrida, redundante y completamente innecesaria.

Así, en este libro voy a pedirte que pongas en pausa la Cosmovisión 1.0 mientras realizas los nueve experimentos de la segunda parte. Me gustaría sugerirte que, al menos durante los siguientes treinta días que se requieren para que los pruebes, aplaces tus creencias y estés dispuesto a dejar de lado la certidumbre y los absolutos.

En *E al cuadrado. Potencia tu energía*, el libro que inspiró este, señalé que la energía se transmite a cualquier estructura que determine nuestra conciencia. Si no encorsetamos nuestros pensamientos y creencias, el mundo permanece en un estado que carece de espacio y tiempo, en el que existen posibilidades en cambio permanente. Si nuestras percepciones limitadas crean una estructura energética que

niega la sustancia inagotable en la que vivimos, terminamos con una realidad pequeña y mayormente temible. Debido a que nos identificamos tan profundamente con esta realidad limitada, nos parece muy real, como si no tuviéramos otra opción. Con toda seguridad no reconocemos que es nuestra obra. La negatividad, arteramente disfrazada de «realidad», se ha vuelto un constructo que, como la capa mágica de Harry Potter, ahora es invisible para nosotros.

En *E al cuadrado*. *Potencia tu energía* insté a los lectores a empezar a ver el mundo a través de la mirada de «¿Qué podría salir bien?», en lugar del paradigma más popular de «¿Qué podría salir mal?». Esa obra proporcionó los fundamentos para este nuevo paradigma radical: en *E al cubo* estamos listos para emprender el vuelo.

Vértigo cuántico

Ya no podemos considerarnos como simples espectadores que no tienen efecto sobre el mundo que observamos... El mero acto de observación es un acto de creación.

JOHN WHEELER, físico teórico estadounidense

Vivimos en una era cuántica en la que la gente puede enviar al instante un texto al otro lado del mundo, reparar el desprendimiento de retina simplemente con un rayo láser y utilizar pequeños dispositivos manuales para conseguir ofertas que les permiten ahorrar dinero. Sin embargo, en nuestro pensamiento, en la aplicación que damos a estas nuevas verdades, estamos muy rezagados. En efecto, seguimos utilizando un pensamiento de la época de la revolución industrial, no usamos el increíble poder de nuestra conciencia, de esa conciencia que es capaz de crear mundos y que, de hecho, lo hace.

Ya ha transcurrido más de un siglo desde el principio de esta

nueva realidad cuántica y apenas hemos cedido en nuestro modo de pensar. Ni siquiera hemos comenzado a usar estos sorprendentes procesos nuevos en nuestras vidas personales. En lugar de ello, invertimos nuestros pensamientos —nuestro poder, por decirlo de algún modo— en la victimización, en esa idea de que la vida *nos* sucede. Esta perspectiva distorsionada de la realidad no sería ningún problema si nuestros pensamientos no fueran más que una voluta de humo que se traslada por el aire con la brisa.

Pero nuestros pensamientos son terriblemente poderosos.

Como señales de radio, nuestros pensamientos transmiten nuestras creencias y expectativas al campo cuántico (o como me gusta llamarlo: el campo de potencialidad o CP), que devuelve a nuestras vidas un equivalente con la misma vibración. Los expertos en física cuántica han probado que no podemos ver algo sin tener un impacto sobre ello, lo que se conoce como el *efecto del observador* y aunque causa estragos en todo lo que creíamos saber, en realidad es bastante emocionante, porque significa que:

1. No estamos atrapados en la realidad tridimensional que creemos que «es».
2. No somos víctimas indefensas.
3. Y hay todo un contingente de dimensiones múltiples que nos animan y que están esperando a que nos comprometamos con el programa.

Lo que ahora sabemos es que todo lo que pensamos que es el mundo objetivo «que está allá afuera» no es más que el reflejo de lo que existe aquí. Y con «aquí» me refiero a la conciencia, que es la que ejerce la observación.

Ya lo has oído antes, pero cuando tus pensamientos se centran en la alegría, el amor y la paz, tu experiencia de vida será de alegría, amor y paz. No obstante, cuando tu conciencia sigue sintonizada con la emisora de radio JO-DI2 —y que es la banda sonora domi-

nante en nuestra cultura, la banda sonora del dolor y la angustia—entonces estás... no tengo que decírtelo, ¿verdad?

Mira lo que tus pensamientos metieron en casa

Los que están aislados han inventado muchos «remedios» para lo que consideran como «los males de este mundo», pero lo que no hacen es cuestionar la realidad del problema.

Un curso de milagros

Nuestra conciencia es como el gato doméstico que con gran orgullo nos trae a casa una ardilla o un pajarito que ha cazado lanzándose ávidamente sobre él. Es su forma de decir: «Oye tú, ser inferior que eres mi dueño, mira lo que te he traído».

Es más que fabuloso que tus pensamientos tengan este tipo de influencia: significa que tú, junto con una imaginación relativamente activa, puedes crear todo lo que desees. Al enviar tus pensamientos como exploradores al campo cuántico, te traerán todo tipo de riquezas. Simplemente pregunta a los lectores de *Potencia tu energía*, cuya expansión de conciencia manifestó todo tipo de cosas, desde una aparición en el programa del *Dr. Oz*, pasando por seis coches deportivos eléctricos de la marca Tesla, hasta la aceptación de agentes literarios como William Morris, Creative Artists Agency, ICM Partners y United Talent Agency.

El aspecto inconveniente de tus pensamientos exploradores es que cuando tu perspectiva del mundo y de ti mismo, y de todo lo que está entre ambos, está tan sesgada por el pasado —o por lo que sucedió ayer o por un montón de paradigmas anticuados y obsoletos que te anuncian carencias, limitaciones y hasta congestión nasal—, tus pensamientos, al igual que el gato, te meten en casa un montón de sorpresas asquerosas.

En lugar de disfrutar de la abundancia de este mundo, en lugar de ver todos los días como una oportunidad completamente nueva para que tu alma baile de placer, tus pensamientos te traen a casa esa ardilla o ese pájaro muertos.

Quiero dar una patada en el suelo y decirte con todas mis fuerzas: «¡Deja de hacer eso!», pero en vez de eso he escrito este libro.

Así nos las gastamos

Vamos a llevarlo al máximo, nena.

TAMA KIEVES, exabogada y actual coach

La verdadera Realidad (que todos somos uno y que el mundo es abundante y extrañamente complaciente y que el amor es la última respuesta) está empezando a surgir en los corazones y en las mentes de los individuos en todo el planeta, de personas que están poniéndose en pie para proclamar: «Esto no puede estar bien. ¡*Tiene* que haber una forma mejor de hacer las cosas!».

Desde mi punto de vista, tan solo hay dos cosas que necesitamos saber:

1. El universo nos apoya.
2. Todo va a salir bien.

Son nueve simples palabras. Todo lo demás es tan solo una gran treta que nos trajeron de regreso nuestros pensamientos equivocados cuando los enviamos a explorar el campo de potencialidad infinita. Así que, en efecto, en este libro te ofreceré nuevos experimentos energéticos adicionales. Aquellos que se sientan impulsados a lograr grandes cosas, incluso, se enfrentarán al reto de transformar el agua de una copa en su vino tinto favorito. Pero más que nada, este libro

habla de enviar a los exploradores (también llamados creencias, esas ondas vibratorias omnipotentes) en búsqueda de cosas diferentes, para «entender» que la dicha es tu estado natural y que debería ser el faro que te guíe en tu viaje en esta tierra. Divertirte y sentirte bien es tu propósito, es la razón por la que estamos aquí y también es el secreto de todo.

Si has seguido mi blog (y si no lo has hecho, tengo una pregunta muy importante para ti: «¿Por qué no?...») a través de estas líneas te invito a unirme a la diversión; para los novatos, es <www.pamgrout.com>), probablemente sabes que hace nueve años que escribí *Potencia tu energía*. Se publicó bajo un título diferente, alrededor de la misma época que la película *El Secreto* y mucho antes que el libro y las muchas copias subsiguientes, pero en lugar de capturar la imaginación del público como supuse que haría, se hundió en el gran océano de los aspirantes literarios y en poco tiempo quedó descatalogado. Ondeé la bandera blanca, me centré en escribir tres libros de viajes para *National Geographic* y no pasé demasiado tiempo obsesionada con ello (bueno, un poco sí).

Hace un par de años, lo desempolvé, le puse un nuevo título y lo envié a Hay House, una editorial que especializada en este tipo de libros. Como quizá ya sepas, *Potencia tu energía* se convirtió en un éxito internacional. Aunque con títulos diferentes, ambos libros son esencialmente iguales. ¿Por qué uno se tropezó de camino a la pista de baile y el otro se catapultó hacia el estrellato internacional?

Esto es lo que pienso. El título *Potencia tu energía (E²)* quizá sea un poquito más atractivo que *God Doesn't Have Bad Hair Days* [Dios no tiene malos días]. Y sí, el momento es preciso (la evolución en la conciencia y todo eso), pero en realidad creo que la variable más importante es que cambió mi vibración; actualicé mi conciencia. Como los personajes de Hans y Franz en *Saturday Night Live*, les dije a mis canales de felicidad: «Voy a tonificar esos músculos».

Me libré de gran cantidad de ramitas negativas que tapaban las

cañerías... y aunque suene algo polémico, me comprometí a vivir en un estado de alegría constante. Empecé a notar todas las bendiciones en mi vida que, como también he dicho en mi blog, ahora me perseguían por todas partes, como Freddy Krueger.

Y a medida que me volví feliz, mi mundo externo, que no es más que el proyector de mis pensamientos internos, empezó a mostrar una imagen diferente.

En retrospectiva pienso que debí haberlo visto venir.

