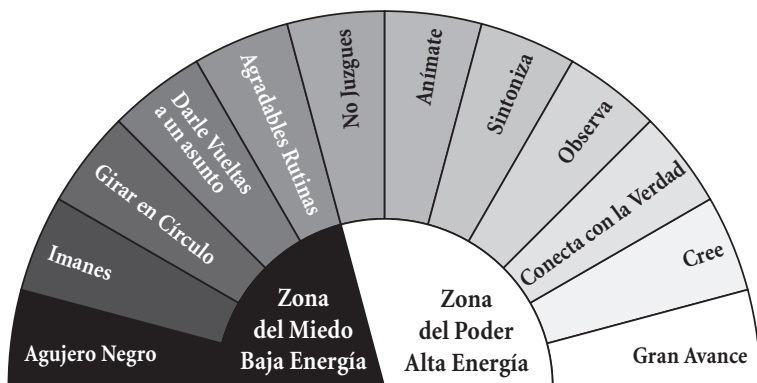


## PRIMERA PARTE

# Las diez elecciones energéticas que configuran tu vida





# 1

## El campo cuántico

¿Has experimentado alguna vez un gran avance de manera repentina? ¿Conoces la sensación de hacerse realidad lo que habías imaginado y desear pellizcarte porque no puedes creer que pueda ser verdad? ¿O de tener uno de esos momentos de claridad y el mayor de tus problemas se esfuma de pronto al abordarlo de otro modo? ¿O de encontrar la solución perfecta en el momento más inesperado? En esas ocasiones es cuando estás bajo el influjo del campo cuántico.

Cuando iba a la universidad, viví una maravillosa experiencia al vivir en el campo cuántico. En los dos últimos años de mi carrera tuve la suerte de ir a estudiar a Inglaterra y Alemania. En aquella época, mi principal medio de transporte fuera de las ciudades era hacer dedo, al igual que tantos otros jóvenes. Durante una de las vacaciones semestrales, mi amiga Mary y yo decidimos visitar el Lake District, al norte de Londres. Hicimos autoestop en la M-5, una de las principales autopistas, y al final del día acabamos en la pequeña carretera rural a la que queríamos dirigirnos.

Caminamos bajo la lluvia y la niebla durante horas, pero los pocos coches que pasaban por aquella carretera no se detuvie-

ron. Empezaba a hacerse de noche. Estaba todo tan oscuro que no podíamos ver más allá de seis metros de distancia, y empezamos a asustarnos. Los graves ataques de asma que yo había sufrido de niña me habían enseñado que si me concentraba en mi miedo, sólo iba a sentirme más desesperada aún. Se lo comenté a Mary y decidimos olvidarnos del miedo. Las dos lanzamos un suspiro. Mientras seguíamos andando, nos pusimos a charlar sobre lo bien que nos lo estábamos pasando recorriendo Europa, y enseguida nos sentimos mejor. En nuestro fuero interno nos dijimos que al final pararía alguien y que todo iría bien.

Al cabo de diez minutos, cuando la niebla se había vuelto más espesa aún, vimos de pronto los faros de un coche. Timothy, un inglés ya mayor de unos cincuenta años (¡bueno, en aquella época por supuesto que nos pareció una persona mayor!), detuvo su autocaravana y, bajando la ventanilla, nos preguntó amablemente: «¿Os habéis perdido, jovencitas?» Admitimos que así era. Él nos respondió que estaba de vacaciones y que, aunque no solía pasar por aquella carretera, sin saber por qué había decidido ir por ella, y que ahora se alegraba de haberlo hecho. Después nos llevó a un camping y preparó la cena mientras nosotras nos secábamos y calentábamos junto a una hoguera. Aquella noche nos dejó dormir en su caravana y él se acostó en la cabina del conductor.

En lugar de dejar que el miedo dominara nuestros pensamientos y acciones, y de caer en el pánico y la torpeza, Mary y yo elegimos conectar con el poder del campo cuántico al exponer con una gran claridad lo que queríamos. La aparición de Timothy en medio de aquella fría y lluviosa noche tal vez parezca un golpe de suerte o una casualidad, pero ¿qué es exactamente lo que esto quiere decir? Incluso Timothy había comentado que no sabía por qué había cogido aquella carretera. Cuando tu inten-

ción es clara, el Campo empieza rápidamente a organizar la realización de tus deseos. Algunos lo denominan sincronicidad. Pero yo lo llamo vivir en el campo cuántico.

¿Por qué no podemos crear estos resultados mágicos todo el tiempo? Ahora más que nunca necesitamos poder hacer grandes progresos. El mundo está cambiando y nos hace falta recibir nuevas instrucciones para actuar en él. La vida actual cada vez es más acelerada, y nos encontramos en una nueva frontera al comprender que nuestro mundo es más cambiante, más peligroso y menos íntegro que antes, hasta unos extremos que nunca hubiéramos imaginado. Estamos sobreestimulados y vamos a tope. Algo bueno tiene que darnos a cambio.

Y así es. De un modo que quizá no hayas imaginado.

La ciencia está a punto de demostrar que todo cuanto existe es dinámico y está interconectado. Cada vez son más las personas que están considerando como una posibilidad lo que no hace demasiado tiempo se consideraba el pensamiento alternativo New Age de unos físicos renegados. Esta nueva cosmovisión se refleja en los descubrimientos científicos fundamentales que Einstein inició hace un siglo, y en la actualidad se aceptan de forma tan amplia que en el 2005 fue celebrado por el Año Mundial de la Física. El campo cuántico se está volviendo cada vez más conocido y personal para un mayor número de personas. Sólo hemos de ver cómo esta nueva conciencia del Campo se expresa en nuestra cultura: las populares clases de crecimiento interior y las prácticas espirituales ayudan a la gente a «estabilizarse» y a «centrarse». Las audiencias televisivas están fascinadas con el montón de programas que hay de niños y adultos dotados de poderes especiales. Los anuncios de los móviles nos prometen «mantenernos conectados», y el mismo Internet es una metáfora de la red interconectada que cada vez más personas estamos experimentando.

Incluso la práctica de la abogacía refleja esta conexión. En Sudáfrica, Nelson Mandela apoya la Ley de Promoción de la Unidad Nacional y Reconciliación, de 1995. Este «proceso de la verdad y la reconciliación» se basa en *ubuntu*, una palabra zulú o xosa que significa «tener humanidad hacia los demás». Si sigues haciendo daño a las personas que te lo han hecho a ti, la situación nunca se resolverá. Todos estamos conectados. En la medicina cada vez son más las prácticas holísticas que reconocen que el cuerpo no está separado de la mente y del espíritu. Que actúan juntos. Las fuerzas económicas más importantes a escala global están comprendiendo que no pueden ignorar las dificultades económicas de otras naciones por los efectos que podría tener en el mercado bursátil, ya que todas ellas están interconectadas. Además, las religiones del mundo que tradicionalmente se habían cerrado a otros puntos de vista se están ahora tendiendo la mano para explorar una realidad que las conecta entre sí y que todas deben respetar y honrar. En la actualidad aumentan las Iglesias sin denominación.

Estos provocativos atisbos en distintas áreas de la vida son metáforas imperfectas de lo que la mayor parte del mundo está empezando a reconocer: que existe una realidad mucho mayor de lo que jamás habíamos imaginado. Estamos a punto de experimentar un enorme cambio en nuestro modo de ver el mundo que transformará por completo nuestra forma de vivir.

Para explicarlo en términos sencillos, todos y todo cuanto existe en el mundo actúa en un único campo energético, y cada uno de nosotros tiene mucho más poder para crear nuestra vida del que nunca habíamos imaginado. Según el diccionario, un *campo* es una «región o espacio donde existe un determinado efecto». Probablemente has oído hablar de los campos magnéticos, como los que se forman alrededor del microondas. O quizás

has percibido los campos de lugares sagrados como las pirámides, Stonehenge y Tierra Santa. Las personas también tenemos unos campos personales. ¿Has notado alguna vez cómo algunas personas te producen una sensación cálida y atrayente, y otras, en cambio, parecen emanar una especie de energía que dice «¡No te me acerques!»? Aunque sólo hayas experimentado el Campo durante breves instantes y en distintas áreas de tu vida, la gran revelación para la mayoría de nosotros es que esos atisbos están conectados a este único campo y forman parte de él. Imagínatelo como una inmensa red en la que todo forma parte de ella. No hay nada que esté «fuera de la red», aunque uno así lo crea o desee.

Según la antigua forma de pensar, el taxi que coges para ir al aeropuerto es un campo. Y el avión al que te subes para ir a tu destino es otro. Esta manera de pensar nos limita. En cambio, según la nueva mentalidad, el taxi, el avión, el cielo y el universo son un solo Campo. El poder del Campo es que puedes conectar con todo cuanto hay en él. Y cuanto mejor equipado estés para aceptar esta nueva cosmovisión, más podrás llevar este nuevo estilo de vida.

De lo que realmente estoy hablando con relación al campo cuántico es de posibilidades. Piensa en el campo cuántico como el conjunto de todas las posibilidades y potencial que encierra, al que puedes acceder a voluntad si sabes cómo hacerlo. Cualquiera que estudie la física cuántica sabe que tus pensamientos te conectan con este campo de posibilidades. Parafraseando al célebre físico Fred Alan Wolf, «la realidad depende de qué es lo que elegimos observar y de cómo decidimos observarlo. Estas opciones a su vez dependen de nuestra mente o, para ser más exactos, del contenido de nuestros pensamientos»<sup>1</sup>. Para cumplir con el propósito de este libro voy a centrarme en las opciones que tienes

para que descubras físicamente por ti mismo el campo cuántico lleno de posibilidades. Explicaré este concepto en un lenguaje sencillo y mediante unos ejemplos cotidianos de los que puedas aprender y practicar, de modo que al terminar el libro hayas experimentado directamente el poder del campo cuántico.

## La era de la responsabilidad

En la actualidad se hace mucho hincapié en la responsabilidad personal. Los cambios religiosos, políticos, empresariales y culturales nos están pidiendo que nos hagamos responsables de las decisiones que tomamos y de los resultados que creamos. Ahora ya no se lleva trabajar toda la vida en la misma empresa, nos hemos hecho responsables de nuestra trayectoria profesional. Con los cambios producidos en la asistencia médica y los seguros médicos, ahora nos hemos hecho responsables de nuestra salud. Y los que no podemos contar con los beneficios de la Seguridad Social, nos ocupamos de nuestra propia jubilación.

Ha llegado la hora de expandir este sentido de la responsabilidad a cada instante y a cada decisión que tomamos. Al vivir en el Campo, es posible que nos volvamos más responsables de nuestras propias decisiones. Aunque ninguno de nosotros quiere ser esclavo de ningún sistema o persona, seguimos esclavizados a algunos de nuestros pensamientos y acciones. Pero ya no queremos sentirnos como si no pudiéramos hacer nada para cambiar nuestra vida. Y si aprendes a vivir en el campo cuántico, tendrás la suficiente fuerza como para cambiarla.

Vivir en el campo cuántico consiste en vivir y usar tu energía de una forma responsable. Cuando decides no conectar con él, te sientes una víctima con más facilidad y te olvidas de que tus de-



cisiones son poderosas. En el pasado, al conectar con el campo cuántico tal vez hicimos auténticos milagros, persuadiendo a las masas para que cambiaran de opinión, o logrando que un adolescente volviera al redil. En otras ocasiones elegimos manipular a los demás o controlarlos, una decisión que quizá tenía sentido en aquellas circunstancias. Ahora, sin embargo, podemos acceder a nuestro verdadero poder y conservarlo la mayor parte del tiempo... si aprendemos a hacerlo.

El Campo brinda las mismas oportunidades a todo el mundo. No importa si eres un ama de casa, un ejecutivo de altos vuelos, un camarero que sirve a los clientes tras una barra o una azafata que se ocupa de los pasajeros cada día. De ti depende hacer las elecciones que optimizarán tu vida. En el Campo todo es posible. Y además te permite satisfacer tanto las necesidades de tu familia como las tuyas. Sólo has de abordar la vida de otra forma. Ahora es el momento idóneo para adoptar una nueva manera de vivir que te permitirá manifestar todo tu poder y hacerte responsable de tus actos al máximo.

Todas las personas y todo cuanto hay en el mundo están actuando en un único campo energético, y cada uno de nosotros tiene mucho más poder del que nunca habíamos imaginado para crear nuestra vida.

## ¿Por qué cambiar?

Lynne McTaggart, una premiada periodista de investigación, dice que muchos científicos punteros siguen coincidiendo con Einstein respecto a su teoría del campo unificado, la existencia de un solo campo que lo contiene todo (interacciones gravitatorias y

electromagnéticas). La mente y el cuerpo humano no son distintos de su entorno ni están separados de él, sino que son unos haces de palpitante energía que están constantemente interactuando con ese inmenso campo energético. «Pero lo más significativo de todo es que estas partículas subatómicas no tienen sentido aisladas unas de otras, sino tan sólo en relación con todo lo demás», dice McTaggart<sup>2</sup>.

Es decir, todos estamos conectados. Los mismos átomos que forman parte de todo cuanto existe son interdependientes, están siempre interactuando unos con otros. Los acontecimientos del 11-S y los desastres naturales ocurridos en el mundo en los últimos años han hecho que esta conexión sea tangible. Las diferencias que existen en el mundo desaparecieron cuando casi todos los habitantes del planeta se sintieron vinculados al impacto y al dolor que sufrieron las víctimas.

Aunque en el Campo esta conexión siempre esté presente, sólo nos acordamos de lo interdependientes que somos cuando sufrimos un gran estrés, una pérdida o un catastrófico desastre. En el Campo estamos conectados energéticamente: con los demás, con los resultados de nuestras decisiones y con nuestro futuro. La próxima decisión que tomes afectará directamente a lo que te ocurrirá a continuación. Aunque la física no te interese, probablemente sí te interese lo siguiente: tú tienes mucho más poder del que habías imaginado, porque formas parte de lo que está ocurriendo, no eres un simple espectador. En vez de esforzarte más para alcanzar tus objetivos, puedes elegir conectar con este campo energético y crear lo que tú quieres.

Eso es a lo que la gente se refiere al decir que está «en la zona», ese estado en el que sientes una gran sincronidad y que todo te sale como querías. Las puertas se abren. Los obstáculos se desvanecen. Las oportunidades de oro se materializan. Pero en

los días en que todo te sale mal, no das pie con bola y caes en lo que parece ser un Agujero Negro, también sigues actuando en el Campo. Lo que ocurre es que las elecciones que estás haciendo amplifican esta realidad.

Así que quizá me preguntes: ¿por qué no podemos actuar «en la zona» a voluntad? Sí que podemos. Y te mostraré cómo hacerlo. Pero has de recordar que el Campo siempre está presente, tanto si eres consciente de él como si no. Por cierto, esto me ha traído a la memoria el año que viajé a Australia el 7 de septiembre y llegué el 9 a mi destino. Mi cumpleaños es el 8 de septiembre. O sea que técnicamente me lo perdí. ¿Cumplí un año más? ¡Claro que sí! Y suponer lo contrario sería ridículo, porque el tiempo pasó. Con el Campo ocurre lo mismo. Siempre está presente, lo sepas o no. Pero si eliges ser consciente y vivir en él, puedes cambiar tu vida en este mismo instante.

La tecnología del siglo XX se centró en las formas de energía mundanas, aunque los científicos de ese siglo (como Einstein y otros) intentaran comprender el Campo. En el área de la comunicación, por ejemplo, hemos evolucionado desde los teléfonos de disco rotatorio a los satélites y al Internet inalámbrico. Y estos avances no son nada comparados con el poder del Campo. En el siglo XXI estamos intentando descubrir una tecnología del Campo que sea utilizable, y las películas como *¿Y tú qué sabes?*, de 2004, están empezando a llevar estas ideas al gran público. Galileo sabía que el Sol, y no la Tierra, era el centro de nuestro sistema solar antes de que el resto del mundo aceptara esta verdad. Colón sabía que el mundo era redondo. Tanto los egipcios como los griegos ya habían demostrado estas dos realidades más de un milenio antes, pero la mayoría de la gente de la época de Galileo y Colón no aceptaban estas verdades fundamentales de la naturaleza.

El Campo es otra verdad fundamental de la naturaleza, aunque aún no sea visible ni medible. Sin duda has experimentado esta conexión con el Campo que trasciende el tiempo y el espacio. Como cuando piensas en alguien que está en otra región y al cabo de varios minutos te llama, o cuando sabes que tu hijo tiene algún problema antes de que él te lo diga. Las casas y los negocios también irradian su propia energía. Puedes sentirla en el momento que cruzas la puerta. Y también puedes sentir la energía de la música. Como ha demostrado el estudio sobre el efecto Mozart, el cerebro funciona de distinta manera según la música que escuchemos. En Japón, el doctor Masaru Emoto demostró que los cristales del agua cambian cuando los investigadores cambian sus pensamientos o exponen el agua a distintas clases de música o de fotografías<sup>3</sup>. Las implicaciones de esta interconexión son asombrosas, y no necesitamos entender todos los estudios científicos realizados para experimentar y recibir sus beneficios. Se parece mucho a Internet. Yo puedo enviar un *e-mail* desde los Emiratos Árabes con mi ordenador portátil y un amigo mío recibirlo en Chicago al cabo de pocos minutos. Para disfrutar de las ventajas de esta nueva herramienta no es necesario saber exactamente cómo funciona.

En cierto modo, las mujeres estamos especialmente preparadas para dar este salto. Nosotras siempre hemos sido dinámicas, al igual que el campo cuántico, nuestros estados de ánimo y química fluctúan con los ciclos lunares, e incluso somos sensibles a los más ligeros cambios en nuestro entorno. Muchas mujeres están en sintonía con lo que está sucediendo ahora mismo. Su estado natural es el de estar conectadas con todo cuanto las rodea, y suelen crear los resultados deseados sin necesidad de usar la fuerza. El campo cuántico confirma lo que las mujeres de alguna forma siempre hemos sabido: que las habilidades yin, «femeni-

nas», más suaves, tienen el mismo poder que la arremetadora fuerza yang masculina, o que incluso la superan. Las mujeres sentimos la energía del Campo y sus conexiones. Nuestra forma de responder a los distintos entornos, o a otra persona, es una experiencia energética. En realidad, la mayoría de mujeres hemos experimentado el Campo en forma de intuición, pero algunas ignoran que pueden acceder siempre a él.

En el Campo es donde se crea todo, incluyendo todas las posibilidades que ahora se extienden ante ti. Al mencionar la «energía» del Campo no me estoy refiriendo a si por la mañana te sientes cansado o fresco como una rosa, a si tienes energía para afrontar el día, o a si te ves con ánimos de subir por las escaleras en lugar de coger el ascensor cuando llegas a tu lugar de trabajo. Cuando hablo de energía me estoy refiriendo a esta conexión invisible que existe. ¿Has visto alguna vez en Internet las imágenes de un satélite enfocando con el zoom la Tierra y después el continente, la región, la ciudad, el barrio y la casa donde vives? Pues conectar con la inmensa energía del Campo es lo mismo pero a la inversa: en lugar de fijarte en tu pequeña realidad, expandes la mente para incluir una enorme cantidad de realidades y posibilidades, la mayor parte de las cuales te permiten vivir una vida más espaciosa y gratificante.

Aunque todos hayamos tenido esta clase de experiencias, la mayoría de nosotros no sabe vivir de este modo en la vida cotidiana. El potencial del Campo constituye el elefante en cuya habitación nadie habla en un lenguaje coloquial. La energía está presente en cada transacción e interacción que llevas a cabo. Se encuentra en el correo electrónico que acabas de escribir. En el artículo que acabas de leer. Y también en la colada que aún no has planchado y en la chequera que no has tenido tiempo de actualizar. Se encuentra en la sensación que te producen

los platos sucios en la pila. En la intención con la que afrontas una reunión de trabajo o las vacaciones familiares. En la presentación que acabas de hacer. Y en el pensamiento que acabas de tener sobre un ser querido. Se encuentra en todo cuanto dices o haces.

## Cuando recibes mucha más energía de la que has puesto

Si puedes olvidarte de la antigua idea de que todos estamos avanzando con dificultad en la vida solos y conectas con la poderosa energía que te rodea, podrás superar las situaciones que normalmente te deprimen. Todos podemos acceder al Campo. De ti depende cómo decidas conectar con él. Aunque te sientas agotado y creas que no tienes elección, siempre tienes alguna.

En la actualidad, tanto las empresas como las personas quieren aumentar sus recursos y sacar la mayor rentabilidad posible del dinero, de los negocios, de los clientes y de la vida. En las reuniones de negocios suele oírse hablar de la «rentabilidad sobre fondos invertidos» o «ROI, *return on investment*». Las empresas tienen unos recursos limitados y en ellas se planea, investiga y busca las mejores estrategias para rentabilizar los recursos invertidos. El mismo principio puede aplicarse también a la energía. Si estás invirtiendo una cantidad importante de energía en una situación, asegúrate de que sea proporcional a lo que te aporta. Es decir, asegúrate de recibir una alta ROE, o rentabilidad sobre la energía. Tanto en los negocios como en la vida a veces te da la impresión de no poder elegir cómo y dónde inviertes tu energía, pero sí puedes hacerlo. Cada día tomas algunas decisiones cruciales. Si conduces tan deprisa que las ruedas giran en falso y no

llegas a ninguna parte, debes entender que son tus elecciones de alta o baja energía las que están creando esta situación. Cuanto más familiarizado estés con la variedad de elecciones de una alta y baja ROE, más fácilmente verás cuándo estás llevando una vida responsable y poderosa. Por ejemplo, si sabes que discutir con tu pareja siempre te aporta una baja ROE, pregúntate por qué inviertes tu energía de ese modo y para, incluso en medio de una frase.

Tú eres el único que puede controlar cómo respondes a las situaciones de la vida y decidir hacer siempre elecciones de una ROE alta. Las elecciones de una ROE baja reducen tus recursos y originalidad y crean más dramas en tu vida. En cambio, las de una ROE alta te permiten ser más eficaz. La energía no desaparece. Sólo cambia de forma. Tú eres el que elige la forma, basada en el poder (una ROE alta) o en el miedo (una ROE baja). Lo que ocurre es que, al estar estresado, actúas sin recordar que puedes conectar con algo mucho más inmenso que la siguiente acción que hagas.

## **La antigua forma de actuar: a través de la fuerza**

Si eres como la mayoría de la gente, significa que intentas controlar y manejar las cosas usando tu energía para forzar y manipular a las personas y las situaciones. En lugar de hacerlo, si eliges estar atento y vivir en el Campo, puedes lograr que tu vida cambie en el acto. Al principio esta nueva forma de actuar quizá te confunda y desorienta, porque el Campo funciona de un modo opuesto al de la causa y el efecto. En lugar de hacer algo para conseguir un resultado, expones con claridad tu intención, y entonces el resultado «te encuentra» a ti. Tu reto consiste en «dejar» que te en-

cuentre. La intención es la clave para acceder al poder del Campo. En lugar de intentar conseguir un resultado a base de esfuerzo o a través de la fuerza, concéntrate en lo que quieres. Pero no te concentres en *cómo* lo quieres, sino en *qué* quieres. La mayoría de nosotros nos pasamos la vida intentando alcanzar algo, pero con esta actitud le estás diciendo al Campo que ha de trabajar para que ocurra. En cambio, cuando sabes que puedes hacerlo partiendo del poder, no necesitas esforzarte tanto por alcanzarlo. Por ejemplo, si vas a una fiesta y quieres contactar con una determinada persona, puedes intentar forzar la situación planeando cada pequeño detalle: desde lo que te vas a poner hasta lo que le dirás y harás, o bien establecer la intención de conectar con ella a un nivel profundo e ir luego a la fiesta. Piensa en el tiempo y la energía que te ahorrarás al no intentar controlar ni planear lo que va a ocurrir.

Considera el Campo como si fuera la versión cósmica del QVC, el popular canal de las compras desde casa. Ambos tienen todo cuanto puedes desear, «funcionan» las veinticuatro horas del día y están esperando a que les hagas un pedido para servirte. La única diferencia es que con el QVC ves en la tele lo que quieres, y en cambio con el QVC cósmico te lo imaginas y no has de decidir si haces el pedido por Internet o por teléfono, ni indicar la talla y el código del modelo que necesitas o la tarjeta de crédito que vas a usar. Sólo has de saber con claridad qué es lo que deseas crear en tu vida.

Mi amiga Jessica sabe cómo «hacer un pedido». Quería casarse y tener un hijo. Sus intenciones eran muy concretas. No se preocupaba sobre *cómo* lo lograría. Los años fueron pasando y las manecillas de su reloj biológico iban rodando, y como aún no había encontrado al hombre de su vida, decidió adoptar un niño. La mayoría de la gente espera casarse y tener hijos. Pero



Jessica no se quedó atrapada en esta idea preocupándose por la secuencia. Probablemente has adivinado el resto de la historia. Varios meses más tarde conoció a su esposo, un padre sin pareja, en un evento escolar al que no habría asistido si no hubiera tenido un hijo. Los que dominan esta forma de ser, los que pueden conectar con el Campo y fluir con él la mayor parte del tiempo, son las personas de las cuales decimos que tienen suerte. Lo que pasa es que la mayoría de nosotros no creemos que también podamos tener «suerte».

David R. Hawkins, psiquiatra y director del Instituto para la Investigación Teórica Avanzada, da algunas pautas para actuar en este nuevo mundo. Descubrió un sistema para medir los niveles de energía que comportan las distintas elecciones, y para calibrar cómo el hecho de actuar en esos distintos niveles influye en nuestra forma de vivir como individuos, familias, grupos y países. La extensa investigación de Hawkins ha relacionado distintos niveles energéticos con estados emocionales, actitudes, percepciones, procesos mentales, visiones del mundo y creencias espirituales para crear un Mapa de la Conciencia que delinea y cuantifica los distintos niveles de crecimiento personal. Su idea fundamental es que «aunque la fuerza nos produzca satisfacción, sólo el poder nos da felicidad. La victoria sobre otros quizá nos produzca satisfacción, pero la victoria sobre *nosotros mismos* es lo que más felices nos hace»<sup>4</sup>.

Según Hawkins, aquello en lo que nos concentramos crea un campo predominante. En su libro cuenta cómo descubrió unos patrones energéticos ocultos que llamó *atractores*: «Los patrones energéticos atractores poseen armónicos, como las notas musicales. Cuanto más alta sea la frecuencia de los armónicos, más alto será su poder»<sup>5</sup>. Considera tu «frecuencia» como el nivel desde el que actúas y la señal que envías. Es un radiorre-

ceptor, un buscador, tu «sonar» personal que transmite una señal y atrae las personas y las experiencias con una frecuencia similar. Cuanto más alta sea la frecuencia, más fácilmente accederás a las elecciones, personas y situaciones de alta energía. Y cuanto más baja sea la frecuencia, más fácilmente accederás a las elecciones, personas y situaciones de baja energía. Hawkins destaca el poder que la intención tiene en el Campo: «El sincero deseo de cambiar nos permite buscar unos patrones de más alta energía atractora en sus diversas expresiones»<sup>6</sup>. Para mí esto significa que cada mañana al levantarnos, tanto si lo sabemos como si no, conectamos con un patrón energético que crea el día que nos espera. En este libro explicaré el poder de actuar en unas frecuencias altas o bajas y qué es lo que cada una de ellas crea en nuestra vida.

La mayoría de nosotros usamos nuestra energía para controlar y manipular a los demás y las situaciones, en lugar de utilizarla para conectar con el Campo. La hemos usado para obtener algo a través de la fuerza y no del poder. Pero si alguien no quiere hacer algo, tú no lograrás que lo haga, por más que lo intentes. Y en el mundo de los negocios especialmente nos dejamos seducir por la fuerza. El siguiente ejemplo ilustra lo fácil que es caer en este estado mental.

Durante los quince años que estuve en una empresa, Patrick, una de las personas con las que trabajaba, se ocupaba de la región más lucrativa de Estados Unidos. Era uno de los mejores vendedores que he conocido en toda mi vida, y también uno de los peores administradores. Un mes sí y otro no yo cogía el avión para ir a verle a Texas, y en cada visita le recordaba que había de entregarme los informes semanales de rigor. Pero siempre que lo perseguía para que me los entregara a tiempo, ninguno de los dos conseguíamos lo que queríamos.