

# ÍNDICE

Introducción.....	11
-------------------	----

## Primera parte.

### ENCUÉNTRALE EL SENTIDO AL VIAJE DE TU ALMA

1. Poner fin a la guerra interior .....	19
2. Liberarse del microscopio espiritual .....	31
3. De qué forma nos ayuda todo .....	53
4. Equilibrar lo masculino y lo femenino .....	87
5. Los cuatro fundamentos del amor propio.....	107
6. La pregunta de oro .....	125
7. Las cinco etapas de la rendición .....	147
8. El cumplimiento de tu misión .....	169

## Segunda parte.

### LIMPIEZAS, ACTIVACIONES E INTEGRACIONES

9. Limpiezas .....	193
10. Activaciones .....	203
11. La integración de las experiencias .....	209

**Tercera parte.**  
**CREAR UNA NUEVA REALIDAD**

12. Por qué estamos aquí .....	223
13. Prácticas diarias.....	257
Conclusión .....	281
Sobre el autor .....	283
SIMPLIFY YOUR SPIRITUAL PATH.....	285

# INTRODUCCIÓN

Como dicen las antiguas escrituras: «Al principio, existía el Verbo».

Esta es una manera perfecta de describir mi recorrido como persona intuitiva. Me encuentro descansando mentalmente en un espacio abierto y carente de contenidos con la misma emoción que siente un niño que está listo para abrir los regalos en la mañana de Navidad, y cuando llega el momento adecuado surge en mí, de la nada, un torrente de palabras; es una corriente espontánea de sabiduría inspirada. Todo sale siempre perfectamente, en todas y cada una de las ocasiones, pero aun así, siempre siento que estoy en el umbral de uno de los encuentros más intrigantes y emocionantes de la vida, provisto solo del claro impulso del instinto y una voluntad indiscutible de contribuir al bienestar de cada corazón (y, a menudo,

solo dispongo de una bendita hora para transformar radicalmente la vida de alguien a quien no conocía).

Este ha sido el testimonio de la experiencia diaria que he tenido la suerte de vivir en los últimos catorce años. Desde que seguí el instinto de abandonar mis estudios universitarios una fresca tarde de noviembre, cuando declaré audazmente que el universo era la universidad en la que iba a cursar mi educación superior, he sido guiado por una fuerza innegable de conocimiento interno. Es un flujo de conocimiento impecable que ha utilizado cada una de mis experiencias personales para convertirme en el instructor, el *émpata* y el sanador intuitivo que nunca supe que estaba destinado a ser.

Siempre ha sido paradójico el hecho de que, siendo una fuente de claridad espontánea para los demás, no pudiese vislumbrar en absoluto hacia dónde se dirigía mi propia vida. En un viaje que a menudo me parece que empecé ayer, y habiendo impartido más de trece mil sesiones de sanación, me he familiarizado profundamente con la forma en que el sendero espiritual fluye y refluye, de un nivel de expansión a otro. Este recorrido me ha dotado de una amplia perspectiva que me ha permitido comprender por qué personas que a menudo comienzan un viaje espiritual no logran encontrar el verdadero alivio, la paz inquebrantable, la alegría existencial y la claridad profunda que están aquí mismo, esperando a ser descubiertos.

A lo largo de cada sesión, he escuchado con gran interés, fascinado, lo que me ha contado cada persona sobre los diversos caminos, modalidades de sanación y enfoques místicos que ha seguido y los procesos de transformación

que ha vivido. Era como si el universo me estuviera enseñando los entresijos de un viejo paradigma espiritual que debía ayudar a cambiar.

Muy a menudo, me han hablado de los obstáculos o los momentos de confusión con los que se han encontrado al principio de su camino espiritual, y la mayor parte de ello no tenía ningún sentido para mí. Si no fuese por la corriente de claridad que caía en cascada por mi mente en respuesta a cualquier pregunta o preocupación, probablemente me habría sentado frente a cada individuo con total asombro e incredulidad.

A medida que las preguntas de estas personas y mis respuestas intuitivas fueron dando lugar a un diálogo que era necesario para que me pusiese al día sobre cómo la mayoría de la gente perseguía la curación, el despertar y la transformación de la realidad, me daba cuenta de que aparecían unos temas que revelaban las grietas que estaban afectando a un paradigma espiritual deteriorado y obsoleto. Esto me inspiró el deseo insaciable de proporcionarle a cada ser humano las profundas experiencias espirituales que me había ido encontrando a lo largo de la vida.

Si bien el viaje espiritual siempre ha consistido en una transición fundamental del ego al alma, empecé a ver que quienes iban en busca de la verdad no necesariamente lo hacían desde la perspectiva del alma. En lugar de ello, exploraban muchas facetas del crecimiento interno desde el punto de vista del *ego*. En mi primer libro, *Ama todo lo que surja* (Editorial Sirio, 2017), definí la naturaleza del ego como la identidad imaginaria de un sistema

nervioso sobrestimulado. Estos patrones de sobrestimulación se crean en nuestros primeros años de desarrollo al creer, inconscientemente, que les gustaremos más a los demás si somos más como ellos. Esto crea un capullo psicológico de condicionamiento humano en el que habitará el alma hasta que esté lista para despertar y expandirse hacia la luz de su potencial más elevado. Basta con decir que el ego son las creencias limitantes, las elecciones contraproducentes y los puntos de vista estrechos de la conciencia durmiente. Cuando la conciencia empieza a despertar, las creencias limitantes se van disolviendo, las elecciones contraproducentes dejan de resonarnos y los puntos de vista estrechos son sustituidos por perspectivas más amplias.

El propósito de nuestra evolución es salir del ego y pasar a brillar como el alma, pero esta finalidad a menudo se malinterpreta cuando se tiene la impresión de que el ego y el alma están separados. Si bien el ego y el alma pueden existir como dos experiencias diferentes, ambos son aspectos de una Fuente omnipresente de inteligencia divina.

Esta verdad resalta la interconexión existente en el universo, según la cual *todas las cosas están unidas como si fuesen una sola*, independientemente de lo separadas que parezcan estar o de la distancia que haya entre ellas. Mientras que el ego es el alma en su estado más inactivo de incubación, el alma es una expresión plena de la energía de la Fuente. Entre estos dos aspectos, se despliega el viaje espiritual.

Para que un viaje espiritual ofrezca las experiencias más gratificantes, la cuestión clave es si se está efectuando desde la perspectiva del ego o la del alma.

Si uno aborda el crecimiento espiritual desde el punto de vista del ego, va a permanecer en el ego, por más trabajo interior que lleve a cabo. Y si uno aprende a evolucionar desde la perspectiva del alma, podrá tener experiencias vitales más vívidas. Dado que el alma es una expresión consciente de la energía de la Fuente, resuena con una claridad profunda que es tan armoniosa, inclusiva y amable como directa, efectiva y potente.

En respuesta a haberme encontrado con tantos seres energéticamente sensibles cuyos caminos solo parecían volverlos más dubitativos, avergonzados y críticos de sí mismos, me di cuenta de lo importante que es seguir un camino centrado en el corazón para liberar a nuestra verdadera naturaleza, que es inocente, de cualquier grado de esclavitud espiritual.

## **EL FIN DE LA GUERRA INTERIOR**

*Todo está aquí para ayudarte* constituye un apoyo emocional que pretende sacarte de la guerra interna del ego y llevarte a la presencia iluminada del alma. Dado que el ego es el comportamiento inconsciente de las creencias limitantes, las elecciones contraproducentes y los puntos de vista estrechos, la «guerra interior» que se está resolviendo obedece a la necesidad evolutiva de integrar el ego, lo cual nos ayuda a purgar los patrones del condicionamiento humano que a menudo hacen que nos sintamos como víctimas de nuestras circunstancias, en lugar de los pioneros del despertar de la humanidad.

Para ayudar a poner fin a la guerra interior de la manera más enriquecedora, he escrito este libro con el fin

de explorar los niveles más cruciales de la expansión del alma de forma clara y sencilla. Vamos a realizar, juntos, un viaje en el que vamos a cultivar nuestras cualidades divinas más elevadas y a equilibrar las energías masculina y femenina en nuestro interior, así como a transformar nuestras relaciones a través de los regalos del espacio y el amor hacia nosotros mismos. Este viaje nos conducirá más allá de cada punto de fricción y nos llevará al gozo inherente a nuestra más sincera rendición.

Este libro también incluye cuestiones interesantes sobre las que reflexionar a lo largo de cada capítulo, así como mantras codificados energéticamente y repetición de declaraciones y afirmaciones destinados a activar y despertar el potencial ilimitado de la vida.

Si bien muchas de las ideas que se ofrecen a lo largo de esta obra te parecerá que encajan mágicamente en su lugar, otras tal vez chocarán con las capas del ego o la densidad del estancamiento interno y no podrás asimilarlas de entrada. Pero si permites que el amor lidere la marcha, el éxtasis de aventurarte más allá de todos los límites y obstáculos será menos abrumador y agotador y más excitante e instintivo.

*Dando un paso compasivo tras otro, la verdad de nuestra naturaleza eterna puede revelarse, sin que haya la necesidad de que seamos algo en absoluto distinto de aquello que hemos venido a ser.*