

JOE VITALE

La plegaria secreta

Tres pasos para atraer milagros



EDICIONES OBELISCO

Si este libro le ha interesado y desea que le mantengamos informado de nuestras publicaciones, escríbanos indicándonos qué temas son de su interés (Astrología, Autoayuda, Ciencias Ocultas, Artes Marciales, Naturismo, Espiritualidad, Tradición...) y gustosamente le complaceremos.

Puede consultar nuestro catálogo en www.edicionesobelisco.com

Colección Espiritualidad y Vida interior

LA PLEGARIA SECRETA

Joe Vitale

1.ª edición: noviembre de 2016

Título original: *The secret prayer*

Traducción: *Mireia Terés Loriente*

Maquetación: *Compaginem, S.L.*

Corrección: *M.ª Ángeles Olivera*

Diseño de cubierta: *Enrique Iborra*

© 2015, Joe Vitale

(Reservados todos los derechos)

© 2016, Ediciones Obelisco, S. L.

(Reservados los derechos para la presente edición)

Edita: Ediciones Obelisco, S. L.
Collita, 23-25. Pol. Ind. Molí de la Bastida
08191 Rubí -Barcelona - España
Tel. 93 309 85 25 - Fax 93 309 85 23
E-mail: info@edicionesobelisco.com

ISBN: 978-84-9111-162-7

Depósito Legal: B-20.694-2016

Printed in Spain

Impreso en España en los talleres gráficos de Romanyà/Valls S.A.
Verdaguer, 1 - 08786 Capellades (Barcelona)

Reservados todos los derechos. Ninguna parte de esta publicación, incluido el diseño de la cubierta, puede ser reproducida, almacenada, transmitida o utilizada en manera alguna por ningún medio, ya sea electrónico, químico, mecánico, óptico, de grabación o electrográfico, sin el previo consentimiento por escrito del editor. Dirijase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

Índice

Prólogo	11
Agradecimientos	15
Hazte una promesa	17
Introducción	19
El primer paso: Gratitud activa	25
Iluminación	27
La pizarra divina	32
El misterio de la plegaria secreta	35
El secreto de la fe	37
La gratitud hace girar el mundo	39
Hazlo por amor	42
Plegarias purificadoras	44
Gratitud activa	49
¿Dónde rezas?	52
La fórmula de los tres pasos	55
La plegaría más difícil	58
El segundo paso: Petición aislada	61
¿Te parece bien?	63
Reza para conseguir ayuda angelical	65
Plegarias Cowboy	68
Reza y atrae el amor	73
La rueda de la plegaria	75
La oración de 3 minutos	78
Confiamos en Dios	82
La plegaria de un padre	86

Cómo detener un huracán	88
La corredora rezadora.	93
Plegarias sin respuesta	98
El lugar secreto de la plegaria	101
Plegaria científica	104
Cómo reforzar el poder de tus plegarias	107
Rezar sin cesar	111
Plegarias por escrito	115
El tercer paso: Acción inspirada.	117
Reza y atrae dinero.	119
Reza y contempla milagros.	123
Reza y adelgaza	126
Reza y olvídate de algo para siempre.	129
La plegaria es una buena medicina	131
La promesa de Lincoln.	135
El poder de la mente vale por dos.	137
¿Dónde está Dios?	139
El tren de Gayatri.	143
El mensaje olvidado	146
Conversaciones de paz	148
Afflatus (inspiración)	153
El círculo del poder	157
Reza por un futuro mejor.	160
Reza por los demás.	164
Epílogo	167
Teléfonos de plegarias	171
Bibliografía	185

Prólogo

Las oraciones de la mayor parte de las personas parecen una carta a Papá Noel.

OBISPO JOHN SHELBY SPONG

Querido lector:

Antes de que inicies el viaje de la transformación que te aguarda en estas páginas, tómate un instante para hacerte tres preguntas:

1. ¿Cómo rezan las personas?

Los seres humanos son individuos distintos y únicos; sus vidas y pensamientos vienen definidos por diferentes circunstancias, culturas y religiones. Y, sin embargo, a pesar de todas estas influencias, las plegarias suelen ser muy parecidas en todo el mundo. Las plegarias de la mayoría de las personas varían ligeramente alrededor de esta muestra:

Querido Dios:

Por favor, dame, dame, dame.

Ah, y dame un poco más.

Gracias.

Amén.

En otras palabras, la mayor parte de las plegarias suplican a Dios que dé algo a la persona que reza, por ejemplo, más salud, un trabajo nuevo, una relación mejor, o una posesión material.

Incluso cuando nuestras plegarias son «para otras personas», la intención oculta de la petición a menudo también es a beneficio propio. Por ejemplo: «Querido Dios, por favor, ayuda a mi hermano a conseguir un trabajo» puede esconder el siguiente mensaje: «¡para que así deje de dormir en mi sofá!». A pesar de que, técnicamente, la plegaria es para tu hermano, *la dices porque te beneficia a ti*.

A lo largo de los siglos, sacerdotes o pastores airados han vilipendiado a sus congregaciones por el «pecado» de rezar dejándose llevar por el propio interés. Y muchas personas religiosas y devotas han entrelazado sus dedos con resignación al tratar el asunto de las plegarias tipo «dame».

Quizá, y sólo quizá, ha llegado el momento de considerar que el motivo por el cual tantas personas rezan así es que *para nosotros es natural expresar a nuestro Dios nuestros más secretos deseos y esperar que sean escuchados Y cumplidos*. En nuestro ADN está codificada la *certeza* de que la forma para conseguir una vida mejor (con salud, felicidad, amor, prosperidad, paz y satisfacción) es pidiendo a Dios que nos dé lo que queremos.

2. ¿Esa plegaria es eficaz?

Después de haber sido pastor durante más de una década, puedo asegurar que estas plegarias tipo «dame» casi nunca ofrecen los resultados deseados. De hecho, el cómico, filósofo y tábano social George Carlin dio en el clavo cuando observó que las plegarias a Dios y las plegarias al sol casi siempre obtenían el mismo resultado: 50-50.

Ésta es una muy mala predicción. Si la plegaria fuera una máquina expendedora, cuando introdujeras una moneda, una vez conseguirías la botella de agua y la otra, no. La mitad de las veces que tuvieras sed no podrías saciarla. Y des este modo, casi con seguridad, dejarías de utilizar los servicios de esa máquina expendedora.

Y, sin embargo, seguimos pidiendo cosas a Dios. Y cuando no recibimos lo que pedimos, lo racionalizamos con una sonrisa forzada y los dientes apretados y decimos: «Bueno, es la voluntad divina». Y luego rezamos y pedimos otra cosa; así de desesperados estamos para que el Padre, Madre, Dios Universo benevolente oiga nuestras peticiones y nos las conceda.

3. ¿Cuál es el secreto oculto?

Si para nosotros es muy natural pedir a la Divinidad que nos conceda los resultados, experiencias y posesiones que queremos y rezar no funciona, ¿qué ingrediente falta?

Es *La plegaria secreta*. En lugar de una única solución para cualquier conjuro que pretenda encender el poder del Universo a tu alrededor, *La plegaria secreta* es un cambio espiritual que enciende el poder del Universo en tu *interior*.

El filósofo danés Søren Kierkegaard apuntó en la dirección de *La plegaria secreta* cuando dijo: «La plegaria no cambia a Dios, sino que cambia a la persona que reza».

Estás a punto de experimentar un cambio profundo, duradero y positivo en todas las parcelas de tu vida.

Si estás dispuesto a convertir la plegaria en una demostración práctica, entonces estás preparado para *La plegaria secreta*.

Recibe mis bendiciones,
Reverendo Will Bowen

Autor de grandes éxitos internacionales y fundador de A Complaint Free World (.org) Y World Peace 092156 (.org).

Hazte una promesa

*Que seas tan fuerte que nada pueda perturbar tu paz interior.
Que hables de salud, felicidad y prosperidad con cada persona que conozcas.
Que hagas que todos tus amigos sientan que tienen algo especial.
Que veas el lado bueno de las cosas y hagas realidad tu optimismo.
Que sólo pienses lo mejor, que trabajes sólo para lo mejor
y que esperes sólo lo mejor.
Que te entusiasme tanto el éxito de los demás como el propio.
Que olvides los errores del pasado y persigas los grandes logros del futuro.
Que siempre dibujes una expresión alegre con la cara y sonrías a todo el mundo.
Que inviertas tanto tiempo en mejorar como persona
que no tengas tiempo de criticar a los demás.
Que seas demasiado grande para preocuparte, demasiado noble
para enfadarte, demasiado fuerte para tener miedo y demasiado feliz
para permitir la presencia de problemas.
Que pienses bien de ti mismo y lo proclames
a los cuatro vientos, y no a gritos, sino con actos.
Que vivas en la fe de que el mundo entero está de tu lado,
siempre que seas fiel a lo mejor que hay en ti.*

El Credo Optimista original fue escrito por Christian D. Larson en su libro de 1912 *Tus fuerzas y cómo usarlas*.

Introducción

La plegaria es el esfuerzo para conectar el alma humana con el infinito.

WILLIAM JAMES DAWSON

Por lo que veo, las plegarias han existido desde el inicio de los tiempos. Según *The Psychology of Prayer*, el 97 % de los estadounidenses rezan, como mínimo, una vez a la semana. Incluso los ateos admiten que rezan en alguna ocasión.

Pero, como ya sabemos, no siempre funciona.

¿Por qué?

¿Cuál es el secreto para que se cumpla una plegaria?

Eso es lo que descubrirás en *La plegaria secreta*, donde revelo una fórmula de tres pasos para atraer milagros a través de esta plegaria en concreto. Y me refiero a cualquier cosa que puedas etiquetar como «milagro».

Porque, pensándolo bien, ¿qué es imposible?

Puesto que estamos hablando de conseguir ayuda de «Algo» más grande que tú, ¿qué sería imposible atraer?

A menos que pretendas romper las leyes de la física o albergues la fantasía irreal de pasear sobre el sol a lomos de un unicornio, ¿acaso no puedes tener, hacer o ser *todo* lo que imagines? ¿Acaso los únicos límites son los que tú crees? ¿Acaso tus creencias no están abiertas a revisiones y cambios?

Sin embargo, también quiero ser realista. Muchos seguidores del movimiento New Age proclaman que «todo está bien». Y, aunque todo *esté* bien desde una perspectiva *divina*, desde una perspectiva física todavía tenemos que hacer mucho.

El mundo está lleno de problemas. Hay gente que sufre y pasa hambre. Puede que conozcas a alguien en esa situación. Tal vez seas uno de ellos. Obviar los problemas y los retos de la vida es una forma de negación y autosa-

botaje. Tienes que ser honesto y consciente de los problemas que tenemos ante nosotros.

Y, además, quieres ir más allá de los problemas, hasta el origen. Cuando te concentras en la paz que subyace al problema, empiezas a liberarte de las percepciones que crean y atraen el problema.

Y por eso *La plegaria secreta* es tan útil. Te ayuda a reconectar con la esencia de la vida, con lo divino de la vida, con el origen de la vida. Cuánto más dejes que la plegaria te acerque al corazón, antes anularás los motivos de la separación. Y entonces podrás ver el milagro del ahora.

Me parece conveniente explicar cómo se me ocurrió *La plegaria secreta*. Quizá hayas leído mis libros, hayas escuchado mis audios o hayas visto mis apariciones en alguna película. Quizá me consideres una inspiración, porque escribo libros de autoayuda, o un engañabobos porque vendo ese tipo de libros. Puede que mis métodos te gusten o creas que sólo son diversiones mentales para esquivar una vida de trabajo duro y esfuerzo.

Lo que quizá no sepas es que busco en mi interior, como tú, y lo hago desde la década de 1960, cuando era un adolescente. Muchos jóvenes buscaban emociones en el exterior; yo buscaba despertares internos. Quería saber cómo funcionaba el mundo y quería enseñárselo a los demás. A medida que iba descubriendo cosas nuevas, como el Ho'oponopono, lo compartía en mis libros, como hice en *Cero límites* y *En el cero*. Sencillamente me veía como un aventurero en busca del oro. Y cuando lo encontraba, lo compartía. Y lo sigo haciendo.

Hace unos diez años, obtuve uno de mis doctorados al completar una disertación sobre los sanadores del Nuevo Pensamiento y cómo utilizaban las plegarias y el «tratamiento mental» para ayudar a los demás. Me pareció fascinante, pero no hice nada con toda aquella información.

Y entonces, después de que la película *El secreto* convirtiera *El poder de la atracción* en un superventas, convirtiéndome en un autor conocido en todo el mundo, me pregunté cómo encajaba aquel poder con la plegaria. Y había otros que también se lo preguntaban. La gente quería saber si creía en Dios, o si el poder de la atracción sustituía a Dios, y cosas así. Me llevó a preguntarme cómo utilizamos las plegarias, si es que las usamos, para alinearnos con Dios, o con lo que sea que conozcamos como Ser Superior, para obtener, hacer o ser lo que imaginamos.

¿Era posible?

Como siempre, continué investigando y meditando. Releí los libros de Emmet Fox, un escritor que siempre me ha gustado. Su *The mental equivalent* me ayudó mucho a darme cuenta de que todo empieza con el pensamiento vívido. Releer *La ciencia de hacerse rico*, el famoso libro de Wallace, me recordó que todo nace de un vórtice de gran energía, una energía que perseguimos en pensamiento y acción.

Leer las cartas del hermano Lorenzo, el adorado monje del siglo xvii que nos ofreció «la práctica de la presencia de Dios», y eso quiere decir invertir cada segundo buscando, sintiendo y amando el origen, me ayudó a darme cuenta de que el poder que hay detrás de toda manifestación era ese «Algo» Divino.

Y un día tuve una experiencia reveladora.

En alguno de mis libros, como por ejemplo en *The Awakening Course*, explico que podemos tener vivencias sobre Todo lo que Hay, y esos momentos, en algunas culturas, se llaman experiencias *satori*. Y yo tuve una. De alguna forma, la mezcla de plegaria y Poder de la Atracción produjo una nueva fórmula; una síntesis de ideas que creó un potente sistema nuevo para atraer virtualmente cualquier cosa.

Me emocioné con tanta intensidad como si me hubiera alcanzado un relámpago o el cielo se hubiera abierto y un Ser Superior se hubiera dirigido a mí. Esta plegaria nueva era poderosa. *Es* poderosa. Colgué un audio acompañando a la gente a través de *La plegaria secreta* en www.TheSecretPrayer.com. Enseguida, miles de personas lo abrieron, lo utilizaron y empezaron a entusiasmarse.

¿A ti también te funcionará?

Sí.

¿Cómo lo sé?

Cuando descubres que *ya* eres merecedor y que *ya* estás viviendo un milagro por el cual estás agradecido (primer paso de la fórmula), no puedes detenerte ahí. *Ya* has atraído algo increíble. Pero si le añades los dos pasos siguientes, petición aislada y acción inspirada, está por completo garantizado que obtendrás más resultados.

He escogido el nombre plegaria «secreta» porque tus plegarias deberían quedar entre tu conexión interior con Todo lo que Hay y tú. He aprendido que compartir tus plegarias con otras personas puede debilitarlas. En lugar

de dar pie a dudas o negatividades, guárdate las plegarias para ti. Deja que sea un «secreto» entre lo Divino y tú.

Exploraremos juntos todo esto a lo largo del libro. Para empezar, aquí tienes el guion básico de *La plegaria secreta*:

1. *Gratitud activa.*
2. *Petición aislada.*
3. *Acción inspirada.*

Si sólo has leído hasta aquí y, en futuras plegarias aplicas esta perspectiva, no te decepcionará. Aunque, claro, espero que sigas leyendo porque voy a analizar en profundidad cada uno de estos tres pasos, y ofreceré datos fascinantes que satisfarán tu curiosidad acerca de la plegaria.

La experiencia me ha demostrado que la mayor parte de la gente no cree en sus plegarias. Rezan sin la convicción real de que alguien les esté escuchando o la creencia de que vaya a suceder algo. Sencillamente, «lanzan» una oración al cielo, como el náufrago que lanza un mensaje en una botella a la inmensidad del océano. Esperan que alguien lo recoja. Y luego, que alguien haga lo que les piden.

La desesperación es otro problema. La mayor parte de las plegarias son súplicas. La gente suplica ayuda, soluciones, milagros, curación, dinero y mucho más. Sin embargo, cuando rezan, lo hacen porque no ven otra salida y suplican una intervención.

Incluso cuando obtienen una respuesta o una inspiración, casi nadie reacciona. Es algo habitual en el mundo de la metafísica. La gente suele creer que rezar es la única acción que debe llevar a cabo. Puede que sea *una* acción, pero eso no garantiza los resultados. La plegaria es una forma de activar el Poder de la Atracción solicitando una intención e invitando a la inspiración.

Como he escrito y dicho en muchos lugares, no siempre es fácil distinguir de dónde nace una idea. ¿Es la voz de lo Divino? ¿O del avisado ego?

Pero esta vez no.

Cuando oí la llamada para escribir este libro, inmediatamente supe que procedía de lo Divino. Podía *sentirlo*. Y enseguida me puse manos a la obra. Sabía que quería que no sólo fuera un libro inspirador, sino también fresco,

interesante, divertido y revelador; incluso juguetón. Cuando empecé, recibí todavía más acompañamiento e inspiración sobre cómo hacerlo (qué libros leer, qué historias explicar y a qué autores referirme, tanto conocidos como desconocidos). Este libro es el resultado de dicha petición.

Ahora mismo tienes entre las manos la respuesta a mi propia plegaria secreta.

Rezo para que te ayude con la tuya.

Espera milagros.

Con amor,

Dr. Joe Vitale

Austin, Texas

www.mrfire.com

Enero 2015

PD: Te quiero.

El primer paso: Gratitud activa

Una broma...

Cuando entras en la rueda de las plegarias, es bastante difícil salir de ella. Rezas. Normalmente para pedir algo por lo que luego estarás agradecido. Puedes recibirlo o no. Si es así, rezas y das las gracias. Si no, rezas y vuelves a pedir por lo que luego estarás agradecido. Lo acompañas con una genuflexión y lo repites hasta la muerte.

Iluminación

Pero en realidad nuestras propias ideas sobre la lógica y cómo deberíamos llegar a conclusiones acerca de la naturaleza de la realidad se forman por las presuposiciones, que por lo general pasan desapercibidas, del mundo en que vivimos. Así pues, el primer paso cuando intentamos pensar en milagros es ver las presuposiciones que aportamos a nuestros pensamientos.

ERIC METAXAS, *MIRACLES*

A mediados de 2014, envié un correo electrónico para realizar una encuesta a mis suscriptores. Quería saber qué título les interesaría para un libro que versaba sobre el adelgazamiento. Yo había transformado mi cuerpo y quería compartir mis opiniones y vivencias en un libro. Pero no sabía cómo titularlo. Incluí varias opciones sobre salud, *fitness*, adelgazamiento y longevidad. Y, en un momento de pura inspiración, añadí un par de títulos más que se me ocurrieron: uno sobre visualización y el otro sobre plegarias.

Eran títulos inventados, insertados tan sólo para que nadie pensara que estaba amañando la encuesta para que sólo votaran por un libro de adelgazamiento. Y, a pesar de que era justo lo que estaba haciendo, me sorprendió que casi nadie quisiera leer un libro sobre adelgazamiento firmado por mí. La mayoría, en cambio, quería un libro sobre plegarias.

No había pensado demasiado en las plegarias. Yo rezaba cada día y lo sigo haciendo. Llevo años haciéndolo. Pero nunca me había planteado escribir un libro entero sobre ese tema. Para ponerme a prueba, escribí un artículo sobre una fórmula de tres pasos para obtener resultados mediante la plegaria. Los tres pasos surgieron de la meditación. Parecían inspiradores. El artículo me ofreció una visión de conjunto de los tres. Lo colgué en mi blog. Luego,

envié un correo electrónico a mi lista de seguidores, y les invité a que lo leyeran. Lo hicieron y les encantó.

Era evidente que tenía que escribir un libro sobre la plegaria.

Empecé a reflexionar y decidí titularlo *La plegaria secreta*. Como he comentado en la Introducción, es «secreta» porque queda entre tu Creador y tú. Y luego lo vinculé con *El poder de la atracción* y con mi aparición en la película *El secreto* con el título y el subtítulo: *La fórmula de tres pasos para atraer milagros*.

No obstante, todavía no me sentía preparado para escribir un libro. Así que decidí contratar a un negro para que empezara el proyecto. Le pedí que escribiera capítulos breves sobre la plegaria y rezar. Dejé que la escritora generara sus propias ideas. Y, mientras lo hacía, yo me dediqué a reflexionar y a investigar. Empecé releendo antiguos libros sobre la plegaria, y leyendo alguno nuevo. Me sorprendió la cantidad de libros que se han publicado sobre este tema. Nadie parecía tener una forma concreta de rezar. Nadie ofrecía garantías sobre una manera de rezar. Me resultaron curiosos, pero vacíos.

Mientras tanto, mi escritora me entregó varios capítulos. Estaban muy bien escritos, y eran interesantes, pero no revelaban ningún gran secreto. Yo quería profundizar más. Quería descubrir las verdades que se encuentran ocultas detrás de la plegaria. Di las gracias a la escritora por sus servicios e inicié mi propio camino hacia las profundidades.

Mientras reflexionaba sobre la plegaria, descubrí libros tan interesantes como una biografía desconocida de Emmet Fox firmada por Harry Gaze. Fox fue el profesor del Nuevo Pensamiento que escribió grandes éxitos, incluido un importante cuadernillo titulado *The Mental Equivalent*. Fox me pareció fascinante. Parecía un hombre sincero, centrado y articulado a la hora de explicar que, para nosotros, la plegaria es la forma de hacer las paces con Dios, no la forma para que Dios haga las paces con nosotros.

En la biografía también se mencionaba a alguien llamado hermano Lorenzo y su mensaje de «practicar la presencia de Dios». Yo nunca había oído hablar del hermano Lorenzo pero, por lo visto, su práctica influyó mucho a Fox, así que seguí investigando.

Resulta que el hermano Lorenzo era un monje en el París del siglo xvii que había tenido un despertar a los dieciocho años. Estaba mirando una hoja

(algunas historias dicen que estaba contemplando un árbol sin hojas) y, de repente, vio que contenía el pasado, el futuro, la muerte, la vida y todo lo demás. Fue el punto de partida de una experiencia que le permitió descubrir que Dios estaba en todo. A partir de ese instante vivió su vida, hasta su muerte con ochenta años, haciendo todo lo humanamente posible para ser consciente de la «presencia» de Dios en todo momento. Sus enseñanzas, disponibles en un pequeño cuaderno recopilado después de su fallecimiento y titulado *La práctica de la presencia de Dios*, todavía siguen influyendo en las personas.

Incluyéndome a mí.

Leí las palabras del hermano Lorenzo y, en cierto modo, desperté a la realidad de lo Divino en nuestro interior y a nuestro alrededor. De repente, la vida resplandeció; una especie de luminosidad; una iluminación. Yo miraba el mundo con los mismos ojos, pero todo lo que veía tenía un brillo distinto, como si de repente todo hubiera adquirido vida y se hubiera empoderado de forma todavía más vital. Sonreí. Me despertó la sensación de querer y ser querido.

Y mientras escribo estas palabras, esa iluminación está justo a mi lado. Me he dado cuenta de que, mientras siga recordándome que la «presencia de Dios» me rodea, esa luminosidad persiste. En cuanto mi mente se desvía hacia la preocupación, la duda o se dispersa con las actividades del día a día, la luz se apaga.

En esos momentos de desconexión, siempre he podido volver a encender la luz pensando en el hermano Lorenzo y en Emmet Fox. Ambos nos recomendaron que nos detuviéramos y meditáramos sobre la presencia en el instante. Y eso me ayudó. Y si necesitaba más ayuda, practicaba la plegaria sanadora hawaiana Ho'oponopono: *te quiero, lo siento, por favor perdóname, gracias*. Sencillamente, repetía esas frases como una especie de plegaria de purificación.

Y, mientras lo hacía, me di cuenta de que toda la vida es una enorme representación teatral. El mundo que veía y en el que vivía era una película. Las personas eran personajes. El drama de la vida era el guion. Y, detrás de todo, dirigiendo el programa, está Dios/lo Divino/la Naturaleza/el Ser Superior. Y el objetivo de la obra era que Él se educara y se entretuviera a través de mí y, por supuesto, a través de ti.

Siempre que mi mente parecía desviarse o hacerse preguntas, me recordaba que el espectáculo estaba en marcha y que yo era un personaje de esa ficción. Lo único que me impedía ver la belleza del ahora eran sencillamente los datos/creencias /programaciones que me limitaban la visión. Cuanto más conseguía estar en el aquí y ahora y disfrutar de las cosas, y del espectáculo, mayor era el milagro en que se convertía la vida.

Cuando miraba a los demás, veía la programación invisible que hacía que se comportaran de aquella manera. Sus personalidades eran nidos de creencias. Se convirtieron en personajes interesantes, dirigidos como marionetas para decir y hacer lo que yo veía. Me di cuenta de que contemplaban sus vidas a través de filtros mentales. La mayoría se consideraba víctima y pocos sabían que la mentalidad de víctima derivaba de la programación de víctima. Estaban dando vida a sus creencias. Sus vidas externas eran una proyección de su mundo interior. Como escribió Emmet Fox en *Sparks of Truth*, «Todo lo que experimentes en la vida únicamente es el reflejo de tus propios pensamientos y creencias». Sin embargo, pocas personas conocen de primera mano esa realidad.

Descubrí que, si era capaz de ver más allá de la caracterización y el personaje, podría ver la luz en el interior de todo el mundo. Podía ver lo Divino en el interior de las personas, seguramente como el hermano Lorenzo cuando vio que el mundo entero se desplegaba ante su mirada mientras observaba una hoja o un árbol desnudo.

Durante todo este tiempo, y mientras volvía a casa después de haber ido a visitar a mi familia, entré en una librería del aeropuerto. Y ahí, justo delante de mí, estaba un libro titulado *Miracles* («milagros»). Sonreí, y no me sorprendió. Cuando estás en el flujo, accedes al conocimiento. A veces, suceden pequeñas «coincidencias» que no orquestamos ni tú ni yo. El Ser Superior nos empuja para ayudarnos a avanzar en nuestro camino. A mí me empujó hacia una librería para que viera un libro. Fue una señal. Y tiene sentido: milagro, en griego, es *simaios*, que significa «señal».

Y, más tarde, mientras leía *Miracles* en el avión, me encontré con esta frase: «A pesar de que las plegarias no se rezan tan sólo para obtener un resultado, casi nadie duda de que la mayor parte de los milagros son el resultado de una plegaria».

El mensaje implícito es que debemos confiar mientras rezamos. Sabemos que todo es Divino, y hacemos nuestras peticiones basándonos en lo que

creemos que es bueno para nosotros. No obstante, no podemos fingir que *realmente* sabemos lo que es bueno para nosotros. Si existe una inteligencia detrás de todo, llámala como quieras, tiene acceso a todas las posibilidades que, desde nuestra diminuta visión del mundo, es imposible que nosotros veamos. Y esa inteligencia tiene un plan mucho más grande para todos nosotros.

De modo que, con agradecimiento, ponemos en práctica la presencia de lo Divino (el primer paso), pedimos lo que queremos (el segundo paso) y, con todo, permitimos que esa presencia dirija el espectáculo a través de nosotros (el tercer paso).

Cuando algo nos apremia a actuar (lo que yo llamo acción inspirada, el tercer paso), actuamos. Eso también es una muestra de lo Divino, que vive a través de nosotros. Es lo Divino que nos da pie para que salgamos al escenario. Y, por extensión, la muerte es cuando lo Divino nos hace salir de escena. Ya hemos interpretado nuestro papel. Hacemos una reverencia y nos vamos. La representación continúa.

Ahora siento la «presencia de lo Divino» en cada instante, y puede que ésa sea la mayor plegaria secreta de todas.

Y lo mejor es que tú también puedes hacerlo.

Siente a Dios.

Deja que entre.

Exprésalo.

Si practicas esto como tu primer y único paso, ya estarás experimentando el milagro. Todo lo que venga después es un regalo; una continuación del milagro.

Mira a tu alrededor.

A ver si puedes localizar «la presencia» ahora mismo.

Este instante es el milagro.

Tú eres el milagro.

La pizarra divina

Consigue un equivalente mental y la cosa vendrá hacia ti.

EMMET FOX

Desde 2005, aproximadamente, he venido usando el término «pizarra en blanco» para referirme al poder superior que llena de vida nuestras existencias. El motivo por el cual utilizo «pizarra en blanco» es porque mucha gente tiene tantos prejuicios con las palabras Dios o Universo que son incapaces de ver el enorme regalo que la está esperando. Está demasiado ocupada juzgándolo para utilizarlo.

Cuando hablo de la Pizarra en blanco de la vida, me refiero al «testigo» de fondo que hay detrás de todos tus pensamientos, sentimientos y comportamientos. Quiero que lo entiendas, así que acompáñame en esta breve meditación:

Tienes pensamientos, pero no eres tus pensamientos. Puedes observarlos de modo que, en cierta forma, no estés unido a ellos. ¿Qué parte de ti observa tus propios pensamientos?

Tienes sentimientos, pero no eres tus sentimientos. Distingues cuándo estás triste o contento, de modo que no eres esos sentimientos. Si estás separado de tus sentimientos, ¿quién eres?

Tienes un cuerpo, pero no eres tu cuerpo. Puedes sentirlo, observarlo, notarlo y utilizarlo pero, de alguna forma, no eres tu cuerpo. Si lo usas, ¿quién es ese «tú» que lo emplea?

Dicho de otra forma, si no eres tus pensamientos, ni tus sentimientos, ni tu cuerpo, entonces, ¿quién es el observador o el testigo de todo esto?

El testigo de fondo es lo que yo llamo la pizarra en blanco. Es como el cielo y las nubes, que son los pensamientos que flotan por el aire. Es como el lienzo de un artista y lo que dibuja son los sentimientos que experimentas y observas el cambio.

La pizarra en blanco es el origen de la vida. Puedes lanzarle peticiones (mediante la plegaria secreta) y puedes recibir inspiración (también mediante la plegaria secreta).

Cuando te relajes para poner en práctica la plegaria secreta, va bien siempre tener en la mente la imagen de la pizarra en blanco. Te puedes imaginar dando las gracias al poderoso origen de la vida y también escribiendo peticiones en esa pizarra en blanco. Asimismo, te puedes imaginar que la pizarra en blanco te manda imágenes a modo de inspiraciones.

La pizarra en blanco únicamente es una imagen neutral para ayudarte a utilizar la plegaria secreta con mejores resultados. No es para sustituir a Dios o cualquier otra palabra que tú uses para representar a esa poderosa fuerza de amor. Sólo es una opción; una herramienta más para ayudarte a concentrarte en dar las gracias, pedir y escuchar.

Y esto es muy importante porque todos los sanadores que he estudiado tiene una cosa en común: miran *más allá* del problema o petición y observan el testigo que hay detrás. Los sanadores puede que escuchen tu súplica de sanación o tu petición de una manifestación, pero ellos miran *detrás*, miran lo que yo llamo la pizarra en blanco.

Dicho de otra forma, muchos seguidores del movimiento New Age proclaman que «Todo está bien». Y, aunque todo *esté* bien desde una perspectiva *Divina*, desde una perspectiva física todavía tenemos mucho que hacer. El mundo está lleno de problemas. Hay gente que sufre y pasa hambre. Puede que conozcas a alguien en esa situación. Tal vez seas uno de ellos. Obviar los problemas y los retos de la vida es una forma de negación y autosabotaje. Tienes que ser honesto y consciente de los problemas que tenemos delante.

Y, además, quieres ir más allá de los problemas, hasta el Origen. Repito que, para mí, lo subyacente a todo esto es la pizarra en blanco. Cuando te concentras en la paz que hay detrás del problema, empiezas a limpiar las percepciones que crean y atraen el problema.

Y por eso la plegaria es tan útil. Te ayuda a reconectar con la esencia de la vida, con lo Divino de la vida, con el Origen de la vida. Cuanto más dejes

que la plegaria te acerque al corazón, antes anularás los motivos de la separación. Cuanto más te identifiques con la pizarra en blanco, que puedes llamar Dios, Naturaleza, Energía, Universo o como quieras, antes podrás empezar a ver, sentir y experimentar el milagro del ahora.

Permite que te ofrezca otro punto de vista. Yo mismo creé un método de autoayuda llamado el espejo secreto para ayudarte a ir más allá de tus problemas. La idea es mirarte en un espejo, pero intentar mirar al interior de la imagen. Al principio, por supuesto, te verás a ti mismo, pero a medida que te vayas mirando a los ojos, empezarás a ver tu *esencia*. Y para tener, hacer o ser lo que imaginas, debes concentrarte en esta esencia. La esencia en tu interior es la pizarra en blanco.

Otra forma de mirar esta esencia interior es reflexionando sobre la palabra *pneuma*. En griego antiguo, significa «espíritu», «alma» o «el Dios interior». Recordé el término mientras leía un libro menos conocido de Emmet Fox, *The Science of Living*, donde el autor se refiere a él como a nuestro yo Divino.

Todas estas palabras deben servirte para ir más allá del peso de las definiciones y alcanzar tu yo real; la esencia detrás de todo. Tu yo divino.

El misterio de la plegaria secreta

El secreto es ir de la mano del misterio.

Doctora JUDITH ORLOFF

El otro día fui al cine a ver *Magia a la luz de la luna*, una película de Woody Allen ambientada en la década de 1920 y protagonizada por Colin Firth y Emma Stone. Me la recomendó una amiga, aunque sólo me comentó que me gustaría.

Al final, resultó que era distinta a como me la había imaginado, y no tanto por la historia sino por cómo me afectó.

Y explico por qué: ¿Cómo es posible que la película supiera que estaba escribiendo un libro sobre la plegaria?

Parece mentira, ¿verdad? Pues es lo que pensé cuando, hacia el final del filme, el personaje de Colin Firth, un ateo abrupto y egoísta que venera a la escuela de la lógica fría, empezó a rezar y a hablar del «poder de la plegaria».

De repente, esta comedia romántica alcanzó nuevos niveles de conversación y significado. Me quedé de piedra, inmóvil en la butaca.

Está claro que la película no «sabía» que estaba escribiendo un libro sobre esta materia, pero *algo* sí que lo sabía... algo en mi interior. Y ese algo me empujó a ver ese filme en ese momento para escuchar esa conversación en la pantalla.

Este fenómeno es lo que se conoce como *sincronicidad*, que el diccionario define como «la simultaneidad de dos sucesos vinculados por el sentido, pero de manera acausal».

Es decir: comedia romántica + soliloquio sobre la plegaria + espectador escribiendo un libro sobre plegarias = sincronicidad.

Según la doctora Judith Orloff, autora de *Sexto sentido*, «la sincronicidad es una señal de que estamos conectados de forma intuitiva no sólo a nuestra familia y amigos más cercanos, sino también al gran colectivo».

Dice que es «un estado de gracias», y estoy de acuerdo con ella.

En ese momento, supe que al escribir este libro iba por el buen camino. La idea se me había ocurrido en lo que yo sentí como un episodio de inspiración divina, y esto lo confirmaba.

He escrito mucho acerca de este estado de gracia, puesto que se refiere a ti y a tu relación con lo Divino, con lo que a veces he denominado Cero. Para mí, te sitúa de lleno en el reino de la magia y los milagros.

Es un lugar muy poderoso.

Y ahora, la pregunta del millón de dólares: ¿cómo llegas hasta allí?

¿Cómo accedes a tu conexión única con algo que existe en tu interior, una fuente (lo llames Divino, Dios, Espíritu o como quieras) que te ofrece la respuesta a cada problema y cada deseo que puedas querer?

La respuesta es lo que yo llamo la plegaria secreta.

El secreto de la fe

Lo que experimentas en la vida sólo es el reflejo de tus propios pensamientos y creencias.

EMMET FOX

En cualquier caso, ¿qué o quién dirige el planeta?

Cada cultura, cada religión y cada filosofía tienen una teoría. Incluso hay grupos que creen que no hay nada que dirija el planeta y que sólo somos un accidente de la naturaleza.

¿Quién tiene razón?

Al fin y al cabo, si tú o yo rezamos, ¿a quién rezamos?

En 1927, un publicista y escritor de grandes éxitos redactó el siguiente párrafo en su libro *What Can a Man Believe?*

Fe en los negocios, fe en el país, fe en uno mismo, fe en los demás; éste es el poder que mueve el mundo. ¿Y por qué es poco razonable creer que dicho poder, que es mucho más fuerte que cualquier otro, sea sencillamente un fragmento del Gran Poder, que dirige el universo?

Barton no tuvo necesidad de ponerle nombre a ese «Gran Poder» para que tú y yo estemos de acuerdo en que hay *algo* detrás de todo esto. Varias religiones y filosofías ponen nombre a este «algo», pero todos señalan en la misma dirección. Incluso los ateos, cuando dicen que lo único que dirige el mundo es la naturaleza, están llamando *Naturaleza* al «Gran Algo».

En resumen, todos estamos de acuerdo en que hay algún tipo de poder misterioso detrás de todo lo que vemos. Puede que sea invisible, pero lo sen-

timos. Y aunque puede que sea invisible a simple vista, es inteligente y nos da la vida.

Por eso, el primer paso de la plegaria secreta es tan importante. La Gratitude Activa se refiere al momento en que nos damos cuenta de que se nos da la vida. No la hemos pedido ni la hemos comprado. Nos la han *dado*.

Y la vida en sí misma, el «Gran Algo», nos ayuda controlando el planeta, ofreciéndonos oxígeno y luz solar, evitando que salgamos volando gracias a la gravedad y muchas más cosas. Incluso nuestros cuerpos se regulan con flujo sanguíneo y actividad del sistema nervioso, a pesar de que ni lo pedimos ni lo hemos comprado. Eso también nos lo han *dado*.

Incluso si no estás de acuerdo en cómo o por qué la vida te está ayudando, y quién o qué está detrás de todo eso, debes admitir que pasan muchas cosas de las que no eres responsable de manera consciente. Te las han dado.

La Gratitude Activa es el paso más importante de la fórmula, porque es todo lo que necesitas para atraer más cosas buenas a tu vida. Si mostrases una actitud de auténtica gratitud hacia tu vida, incluso por los malos momentos, empezarías a atraer más cosas buenas por las que deberías dar las gracias.

Por favor, no creas que es una tontería. La idea de que crece aquello en lo que te concentras pertenece a William James, el gran psicólogo. Éste afirmó: «La mayor revolución de nuestra generación es el descubrimiento de que los seres humanos, al cambiar las actitudes internas de sus mentes, pueden cambiar aspectos externos de sus vidas».

El «Gran Algo» ya te ha dado la vida. Dale las gracias y recibirás más cosas buenas... de forma automática, fácil, sin esfuerzo y de manera natural.