

**CRISIS,  
¿ESTÁS PREPARADO PARA CRECER?**

Enric Corbera

**CRISIS,  
¿ESTÁS PREPARADO  
PARA CRECER?**

Título: Crisis, ¿estás preparado para crecer?

Autor: Enric Corbera

Fecha de publicación, noviembre de 2021

© Enric Corbera

© para la edición en Latinoamérica, El Grano de Mostaza Ediciones

ISBN: 978-84-124159-2-6

DL: B 16359-2021

El Grano de Mostaza Ediciones, S.L.  
Carrer de Balmes 394, principal primera  
08022 Barcelona, Spain  
[www.elgranodemostaza.com](http://www.elgranodemostaza.com)

«Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra («[www.conlicencia.com](http://www.conlicencia.com)»; 91 702 19 70/93 272 04 45)».

# ÍNDICE

<b>Prólogo</b> .....	13
<b>Prefacio</b> .....	17
<b>Introducción: Aprender a vivir en la paradoja</b> .....	27
<b>Capítulo I. Vivimos en un mundo polarizado</b> .....	31
Las polaridades.....	34
Las polarizaciones en nuestra psique.....	39
Causa-efecto: la polaridad clave.....	41
Hablemos de las crisis.....	43
Gestionar las grandes crisis.....	44
La dualidad en la biología.....	50
Trascender los opuestos.....	51
Reflexiones atemporales con relación a la no-dualidad....	52
Recordemos.....	55
<b>Capítulo II. Somos un campo dentro de un campo</b>	
<b>infinito</b> .....	57
Infinitas capas de comprensión.....	57
Tomar conciencia.....	60
El conflicto.....	63
Vivimos en un campo de consciencia infinito.....	67
La ciencia de la complejidad.....	69
Reflexiones.....	73
La coherencia, la clave para superar las crisis.....	75
La consciencia, un holograma.....	76
Ejercicio.....	78

El tiempo .....	79
Claves para un cambio de conciencia.....	81
Recordemos .....	83
<b>Capítulo III. Vivir en la paradoja .....</b>	<b>85</b>
¿Qué es una paradoja? .....	88
Todo orden tiene un desorden previo.....	89
La pareja .....	89
La vida es una paradoja.....	97
Amar a nuestro enemigo .....	97
Creación y evolución.....	98
Actividad y meditación.....	99
Fluidez y resistencia .....	100
Reflexiones .....	104
Situaciones cotidianas: aterrizaje.....	105
El tesoro de vivir en la paradoja .....	108
Recordemos .....	112
<b>Capítulo IV. El fracaso es la semilla del éxito .....</b>	<b>113</b>
Una mente en calma .....	115
La rendición .....	117
La certeza.....	119
Vivir los tiempos de crisis: las «tormentas» de la vida .....	120
La aceptación de la paradoja .....	123
La paradoja en las relaciones .....	126
La paradoja es creativa .....	128
¿Dónde se encuentra la felicidad? .....	130
La pobreza.....	130
Reflexiones .....	131
Recordemos .....	134
<b>Capítulo V. La conciencia de riqueza .....</b>	<b>137</b>
Somos consciencia.....	137
Libre albedrío.....	138
Abriendo el camino .....	143

La fuente .....	146
El poder de la imaginación .....	153
Ejercicio .....	156
La mente.....	157
Recordemos .....	161
<b>Capítulo VI. Una vez más, eres observador .....</b>	<b>163</b>
Aprender a orar .....	164
El observador .....	165
¿Qué clase de observador eres?.....	169
La mente no distingue entre lo real y lo imaginario .....	172
Hay que observar el «pensamiento creativo».....	174
Muy bien, pero estamos en este mundo.....	175
La importancia de vigilar nuestro lenguaje.....	179
La importancia de saber escuchar .....	180
Recordemos .....	183
<b>Capítulo VII. El propósito de vida .....</b>	<b>185</b>
La vida.....	186
La vida es un viaje perfecto .....	188
¿Qué entendemos por «propósito»?.....	190
Claves para reconocer tu propósito .....	195
El cuento de la bailarina.....	198
Características necesarias.....	199
Recordemos .....	205
<b>Capítulo VIII. La abundancia es tu esencia .....</b>	<b>207</b>
El mundo es hermoso debido a los soñadores y visionarios ...	209
Bienvenido, querido fracaso.....	211
Cuida el alimento de tu mente .....	214
La famosa y vieja excusa del «si...» .....	216
El tesoro de la paradoja «Trabajo y tiempo libre».....	219
Atención a nuestros hábitos.....	221
El agradecimiento .....	226
Recordemos .....	231

<b>Capítulo IX. Vivir en el ser</b> .....	233
Sin emoción no hay pensamiento.....	234
Tú no sabes .....	239
Los juicios .....	242
Reflexiones .....	245
Nuestro cerebro es un receptor-emisor .....	246
Recordemos .....	252
<b>Dudas, preguntas y respuestas</b> .....	255
<b>Referencias bibliográficas</b> .....	271
<b>Bibliografía</b> .....	273

## PRÓLOGO

Creo que si algo puedo ofrecer al lector interesado en esta obra es, sin lugar a dudas, una visión más personal y cercana del autor. Por ello aprovecharé esta oportunidad para transmitir mi experiencia a lo largo de todos estos años en contacto íntimo con Enric Corbera: como líder y mentor que es —para mí y para muchos—, pero también como compañero de trabajo y, por supuesto, como padre.

Mi objetivo con la redacción de este prólogo no es otro que mostrar que Enric vive lo que escribe. Cada una de las líneas impresas en este libro transmite su forma de ser y entender la vida. En este sentido, probablemente es una de las personas más aptas para hablar sobre la mentalidad paradójica; se hablará largo y tendido sobre este concepto en las siguientes páginas. No obstante, podemos resumirlo como la capacidad de percibir el carácter ambivalente de cualquier circunstancia que acontece en nuestra vida, que puede interpretarse en sentidos aparentemente opuestos o contradictorios; sin duda, una de las cualidades que más caracterizan a Enric.

En el ámbito laboral, por ejemplo, se encarga de recordarnos a todos los miembros de la empresa «la apariencia de las cosas». Cuando atravesamos momentos difíciles, nos recuerda que estos son necesarios para identificar los errores que cometemos y corregirlos. «Qué es bueno y qué es malo —nos dice—. Estos instantes nos sirven precisamente para fortalecernos y ser capaces de sostener el éxito que está por venir». Y no le falta razón. Solo cuando «vienen curvas» la empresa es capaz de centrarse de verdad en mejorar la eficiencia de su estructura. De este modo, cuando la empresa crece, también crece su capacidad para proporcionar resultados.



Curiosamente, en el momento de dar la bienvenida a cada empleado que empieza a trabajar en el equipo, siempre los saluda diciendo: «Hola y adiós». Todos se quedan un tanto desconcertados al escucharlo. Enric, a continuación, argumenta: «Hola y adiós, porque todo principio también es un final. No sé cuánto tiempo vas a estar con nosotros. Por mi parte, solo deseo que tu estancia aquí te resulte provechosa y te sirva para crecer».

Así es Enric: se compromete al máximo contigo, pero a la vez se desprende de ti. Lo hace con cada una de las personas que asisten a sus consultas: pone todo su ímpetu en que estas puedan mejorar su vida, pero no necesita que lo hagan. Lo mismo sucede con su profesión: rinde al cien por cien y da lo máximo de sí mismo, pero si tuviera que dejarlo mañana, lo haría sin problemas. No se aferra a su trabajo ni se define por lo que hace. Hace ya muchos años que Enric decidió entregar su vida a «la vida» y que sería esta última la que dictaría qué tiene que hacer y adónde tiene que ir. En resumidas cuentas, es capaz de desapegarse de todo aquello que ama. No solo de su profesión, también de sus relaciones más cercanas, precisamente porque las ama de verdad. Esta es una de las actitudes que más admiro de él.

En lo que respecta a la capacidad de crecer frente a la adversidad, es un ejemplo a seguir. Ha atravesado un sinfín de adversidades en su vida, pero hay una que me llama especialmente la atención: tras el divorcio de su primera mujer, decidió irse con lo puesto y renunciar al piso para que vivieran en él tanto ella como su hija Keila, a quien a partir de entonces visitaría un fin de semana cada quince días por la custodia. Cuando al cabo de poco tiempo conoció a mi madre, su actual mujer, unos días después de que empezaran a vivir juntos entraron a robarles. Por extraño que parezca, a los ladrones solo les dio tiempo de llevarse las propiedades de Enric: un reloj de oro que le había regalado su padre y las cuatro chaquetas que guardaba en su armario. Me contaba: «Ese día entendí que no podían arrebatarme nada de lo que soy; no podían llevarse nada verdaderamente importante. Entendí que la vida siempre estaría ahí para sostenerme, pasara lo que pasara». Siempre necesito unos instantes de reflexión cuan-

do recuerdo esta historia. Tener que perderlo todo para darte cuenta de que no te falta absolutamente nada; pocas paradojas generan tanto impacto.

En su etapa adolescente, Enric era un tipo rebelde e inconformista; en realidad, son características que lo han acompañado toda su vida. No obstante, en aquel entonces mostraba una actitud desafiante frente a la autoridad, tanto en la escuela como en casa. Le costaba contener la agresividad y solía enfrentarse a compañeros de la escuela o del barrio. Fue una fase de su vida en la que muchos, en especial su madre, lo percibían como alguien repulsivo, aunque en realidad era un «redentor disfrazado»: el miembro que liberaba la sombra contenida de todo el sistema familiar. Recuerdo que siempre le pedía que me contara alguna de sus «batallitas». Me encantaban.

En el año 2012 recibió el distintivo de «embajador de la paz», un reconocimiento internacional que se les ofrece a aquellas personas que destacan por su aporte en términos de promoción de la paz y el bien común para la sociedad. De nuevo, pude presenciar la mentalidad paradójica de Enric. Tras recibir el premio, me dijo: «Hoy sé que me reconocen como embajador de la paz porque soy plenamente consciente de mi lado oscuro y de lo que este es capaz de hacer». El mismo poeta Rumi explicaba que si todavía no habías visto al diablo, simplemente miraras dentro de ti. Enric es un ejemplo de que la auténtica paz se halla en la integración de la propia sombra.

La mayoría de las personas que se interesan por el mensaje de Enric están deseosas de cambiar su vida en algún aspecto. Algunas andan perdidas sin saber a qué dedicarse profesionalmente; otras están atravesando momentos de dolor en su matrimonio. Algunas sienten que su vida laboral no les llena, mientras que a otras les invade una profunda soledad. A pesar de la disparidad de perfiles, todas ellas comparten un trasfondo común: algo se les ha perdido, sienten un vacío interno que no saben cómo llenar y desconocen la manera de seguir avanzando.

A través de todas sus obras, conferencias y cursos de formación, Enric se encarga de transmitir un mensaje que, a mi parecer, puede resumirse con las siguientes palabras: «Tranquilo; puedes llegar a

conseguir la vida que deseas. Esto que te está sucediendo ahora, por muy duro que pueda parecer, es el preludio de una fase llena de propósito y significado». Estoy convencido de que el lector puede utilizar este libro como una herramienta para encontrar el sentido a aquellas circunstancias que pueda estar viviendo en el presente y que en apariencia resultan negativas y perjudiciales. Deseo de todo corazón que las palabras de Enric le ayuden a esclarecer la mente y le empujen a mejorar su vida. Por mi parte, le estaré eternamente agradecido.

DAVID CORBERA

## PREFACIO

Con este libro pretendo acompañar al lector en la senda que puede conducirnos al equilibrio emocional gracias a la integración de dos polaridades, que pueden parecer contrapuestas pero que en realidad se necesitan mutuamente para existir. Estoy hablando de saber gestionar el poder que encierra «la paradoja», que puede acompañarnos a otro nivel de comprensión distinto de lo que llamamos realidad.

Aceptar la paradoja nos lleva a desarrollar «la mentalidad paradójica», capacidad de integrar aspectos contrarios, y a comprender que la eliminación de uno de ellos nos desposeería del sentido más profundo de la vida: darle sentido. La idea básica queda resumida en esta propuesta o reflexión.

Conocerse a uno mismo a través de los conflictos, de las ideas contrapuestas, del caos implica desarrollar una mentalidad paradójica.

Para la mayor comprensión de mi propuesta, voy a explicar los conceptos que empleo en esta obra. Veamos:

### — MENTALIDAD PARADÓJICA —

Una mentalidad paradójica procura aceptar más que rechazar. La mentalidad paradójica acepta dos ideas contrapuestas, como, por ejemplo, «La vida da sentido a la muerte», «Quien bien te quiere te hará llorar», «No hay mal que por bien no venga», «Compromiso & libertad en una relación», «El sonido del silencio».

La mentalidad paradójica no se posiciona: trasciende los opuestos, crea situaciones válidas para ambas polaridades. Los grandes genios desarrollaron su capacidad gracias a la aceptación de ideas

en apariencia contradictorias. Un buen ejemplo es la teoría de la relatividad: un objeto puede estar en movimiento o en reposo según la posición del observador.

Convertir las dificultades en grandes ideas necesita personas que sepan vivir con una mentalidad paradójica.

## — NO LINEALIDAD —

Se define un cambio no lineal como «aquel que no se basa en una simple relación proporcional entre causa y efecto; por lo tanto, cuando se usa para referirse a cambios, estos suelen ser bruscos, inesperados y difíciles de prever. Está muy relacionado con la teoría del caos, esto es, comportamientos no predecibles», (<https://www.greenfacts.org/es/glosario/mno/no-lineal.htm>). «Una relación no lineal entre dos variables existe cuando los aumentos y las disminuciones entre ellas no se producen con la misma intensidad. Todo es el ciclo vida-muerte-vida, donde no hay vida sin muerte y donde la vida empieza a surgir en el momento en que algo muere.

El tiempo cíclico lo vemos en la naturaleza, en la salida de sol, las fases lunares, las estaciones, los ciclos del agua, el nacer de los bebés y la muerte de la vida. Este tiempo es como funciona la vida», (<https://tribunadelabahia.com.mx/reflexiones-cotidianas-tiempo-ciclico-20737>).

También a nivel psíquico, si seguimos haciendo lo mismo, tomando las mismas soluciones frente a los mismos problemas, estamos en un ciclo. Envejecemos, pero no salimos del bucle.

## — CONSCIENCIA & CONCIENCIA —

En español, para referirse a la conciencia, se utilizan indistintamente las palabras consciencia y conciencia. Esto conlleva mucha confusión. Por lo tanto: cuando el lector lea conciencia o consciencia lo pondré en minúscula para diferenciarlo de la Consciencia.

En inglés, la diferencia es palpable ya en su escritura, mientras que en español se emplean indistintamente y se crea cierta confusión cuando se trata de diferenciarlas. En el libro acostumbraré a poner Consciencia (*awareness*) con mayúscula y conciencia (*consciousness*) con minúscula para diferenciarlas. «Consciencia» es la unidad primordial, las infinitas posibilidades de manifestación. La «conciencia» es la parte dual, donde la Consciencia se manifiesta. La Consciencia está formada por una infinidad de conciencias, al igual que el océano está formado por una infinidad de gotas. La conciencia individual está hecha a imagen y semejanza de la Consciencia, de igual forma que la gota del océano contiene al océano mismo.

## — LA PRESENCIA —

La presencia, también llamada *Ser*, es la manifestación de la Consciencia. Su presencia lo impregna todo, hay un silencio, el movimiento se ralentiza —se produce un cambio de percepción con relación al tiempo—, aumenta la vitalidad y, lo más importante: comprendes que todo está interrelacionado. Traer la paz y la alegría a los demás es el don de la presencia.

## — ADVAITA —

Es una palabra del sánscrito que significa «no dos»; un sinónimo es «no dualidad». *Advaita* no es una filosofía ni una religión. La no dualidad es una experiencia en la que no existe separación entre sujeto y objeto, un «yo» y el resto del universo, un «yo» y Dios. Es la experiencia de la Consciencia, nuestra verdadera naturaleza, que se manifiesta como felicidad, amor y belleza absolutos.

El *Advaita* trasciende todas las religiones, filosofías y nacionalidades. No divide, sino que une. Los creyentes de las diferentes religiones no se ponen de acuerdo en sus conceptos acerca de Dios, pero los sabios de distintos orígenes nunca podrán estar en des-

acuerdo respecto a su experiencia común de no dualidad. Los fundadores de todas las grandes religiones han sido sabios.

La no dualidad es el núcleo del hinduismo, el sufismo, el budismo zen, el shivaísmo de Cachemira y las enseñanzas de Cristo.

## — VEDANTA —

El *vedanta* se define como “uno de los sistemas filosóficos de la India. Declara que la liberación no puede ser alcanzada mediante rituales, acciones u obras de caridad. La meta del vedanta es el conocimiento del Brahman (la Existencia Absoluta) que está más allá de la ilusión (Maya) del mundo y de la propia mente. La realidad última está más allá de los límites del intelecto y del mundo manifestado”.

El *Vedanta* sostiene que «la dualidad no es más que una creencia producida por la ignorancia de la naturaleza de la realidad, no un hecho». En efecto, la realidad es no dual; esto significa que la distinción entre sujeto y objeto realmente no existe. El sujeto no es diferente de los objetos. Tanto el sujeto como los objetos son manifestaciones aparentes del sí-mismo o Consciencia.

## — EL OBSERVADOR —

Pretendo dejar muy claro que es preciso desarrollar la capacidad de observar al observador, distanciándose emocionalmente del yo que cree que lo que observa es la realidad: «el observador confuso».

La acción del observador consciente, también llamada «observación interna», puede ver las distintas personalidades con las que se identifica el yo. Al distanciarse del observador confuso, permite descubrir su yo, su esencia, y crea esta distancia que le permite tomar decisiones que no se basan en posicionamientos en contra de nada ni de nadie. Aquí reside la capacidad de la mentalidad paradójica, la que trasciende los opuestos, la que te lleva al equilibrio emocional. Gracias al desarrollo de la capacidad de observar, en lugar de en

«mí», la persona se ha convertido en «eso», tiene sus hábitos, sus gustos, sus aversiones, pero estos carecen de importancia.

El observador toma plena conciencia de que nadie piensa, sino que es la mente la que piensa. No tiene sentido apartar los pensamientos, pues estos siempre vuelven. La mente se alimenta de la Consciencia, que es lo que le da la vida y sustenta sus creencias y programaciones. El observador sabe que no es nada de lo que la mente expresa; entonces se abre a la capacidad de desarrollar la escucha, la auténtica escucha, la que oye al Ser, a la presencia.

## — LA RENDICIÓN —

Antes que nada hay que dejar muy claro que «rendición» no es lo mismo que «resignación». Esta última lleva a la inacción, a la parálisis, al resentimiento.

La rendición siempre te llevará a una acción, y esta siempre se encontrará revestida de aceptación. La plena aceptación te conduce a la rendición, que te centra en el ahora, en el momento presente. Te invita a aceptar la incomodidad; no hay lucha, pero sí acción. La rendición está libre de resentimiento, es un estado mental en el que la energía fluye.

Como dice el maestro Eckhart Tolle «rendirse es aceptar el momento presente de manera incondicional y sin reservas». Todos estamos conectados a la presencia. Aquieta tu alma y escucha; siempre hay respuesta.

Cuando sientas que tu alma está oprimida, tu corazón encogido y tu mente llena de dolor y resentimiento, ríndete. Deja de tratar de hacer tu voluntad, ríndete y entrega al Ser tu verdad, tus razones y tu lucha por que las cosas sean como a ti te gustaría que fueran. Ríndete; simplemente, ríndete.

## — HOLOGRAMA —

Nos muestra que «el todo contiene la parte y esta contiene el todo. La teoría del universo holográfico nos dice: toda la información



contenida en cierto volumen de un espacio concreto se puede conocer a partir de la información codificable sobre la frontera de dicha región.

El pensamiento holográfico permite inferir que lo que usted piensa bajo un proceso mental holístico, espiritual y trascendental, y lo que se manifiesta siempre coinciden, todas las veces, sin excepción; es difícil aceptarlo, pero cuando somos capaces de abrirnos a ello, las posibilidades de manifestación son sorprendentes.

En un objeto holográfico, cada fragmento del objeto refleja la totalidad del mismo. Tomemos como ejemplo una fotografía holográfica de una manzana: cuando pasamos un rayo láser por una pequeña parte de la fotografía, siempre sale proyectada la imagen de toda la manzana. Esto nos demuestra que el Todo se manifiesta en la conciencia, la parte, y al hacer un cambio en nuestras vidas esto se manifestará en nuestro entorno. Parafraseando a Einstein, nosotros no podemos cambiar lo que vemos, pero si cambiamos un pensamiento en relación con nuestra percepción, cambiará nuestro universo. El particular, por supuesto.

## — LA TEORÍA DEL CAOS —

«El aleteo de las alas de una mariposa se puede sentir al otro lado del mundo». Este proverbio chino es el origen, junto con las investigaciones del matemático y meteorólogo Edward Lorenz, de una de las más cinematográficas teorías físicas: el efecto mariposa. Según este concepto vinculado a la teoría del caos, el aleteo de un insecto en Hong Kong puede desatar una tempestad en Nueva York. Pero, en realidad, ¿es factible que el aleteo de una mariposa en Sri-Lanka pueda provocar un huracán en EE. UU.? En un sistema no determinista, los cambios pequeños pueden conducir a consecuencias totalmente divergentes. Una minúscula perturbación inicial, mediante un proceso de amplificación, puede generar un efecto considerable a medio y corto plazo. El movi-

miento desordenado de los astros, el desplazamiento del plancton en los mares, el retraso de los aviones, la sincronización de las neuronas; todos son sistemas caóticos o «dinámicos no lineales».

El cuerpo humano es un sistema caótico, flexible e impredecible. La medicina no puede predecir la evolución del cuerpo de un individuo determinado. Sin embargo, el cuerpo humano es resistente a los cambios, mantiene una forma más o menos parecida durante más de setenta años, a pesar de que ningún átomo de los que hoy forman nuestro cuerpo era el mismo hace siete años, y resiste a las enfermedades y a los condicionantes externos.

(NATIONAL GEOGRAPHIC: EFECTO MARIPOSA: ¿EL ALETEO DE UNA MARIPOSA EN SRI LANKA PUEDE PROVOCAR UN HURACÁN EN EE.UU?).

Querido lector, quédese con esto: todo caos (desorden) crea un nuevo equilibrio (orden). Es la paradoja del orden y el desorden, y la propuesta del libro: todo caos (crisis) crea un nuevo orden (abundancia).

## — LA SOMBRA —

Según Carl G. Jung, nuestra psique está dividida en consciente e inconsciente. Nuestro consciente refleja la imagen que queremos mostrar al mundo, lo llamaremos «identidad» o «yo». Nuestro inconsciente alberga todo aquello que nos negamos a nosotros mismos y que no queremos mostrar al mundo. Normalmente proyectamos nuestra sombra en lo que rechazamos en los demás y en nosotros mismos. Aquí tenemos una paradoja de la psique: nosotros somos lo que creemos que somos y lo que creemos que no somos.

Para profundizar en este tema, les recomiendo la lectura del libro *Encuentro con la sombra*, editado por C. Zweig y J. Abrams.

## — PROPIEDADES EMERGENTES —

Las propiedades emergentes se definen como «propiedades o atributos de una comunidad que no se aprecian en los individuos o comunidades, y que se hacen evidentes solo cuando coexisten poblaciones en un espacio dado».

Veamos varios ejemplos:

La resiliencia, que sería la velocidad a la que una comunidad o persona vuelve a la normalidad tras sufrir una perturbación o crisis.

Los diferentes niveles de organización, por ejemplo, frente a una crisis, serían propiedades emergentes.

Otro ejemplo con relación a la naturaleza: el aumento de especies incrementa la estabilidad de la función ecológica. La contribución de cada especie afecta a la función ecológica por el aumento de interacciones entre las especies.

Un ejemplo muy claro: un pájaro no puede crear figuras en el aire. Una bandada de ellos crea figuras maravillosas. Las figuras son propiedades emergentes.

## — REVELACIÓN —

La revelación no es algo especial que les ocurre a personas especiales; es una consecuencia de vivir en un estado mental. Toda revelación viene precedida de un silencio, de una escucha que trasciende las percepciones duales de la separación. Es la mente que el observador utiliza para hallar la comprensión desde la premisa de que todo está interrelacionado, de que la causa está en uno mismo, de que evita posicionamientos a ultranza, de que sabe que todo necesita su contrapunto, su opuesto, su complementario. Esta percepción lleva a la mente a una quietud mental, a una escucha profunda en la que el observador no se identifica con el mundo. Estas condiciones promueven que una nueva información se manifieste en la mente del observador. Es algo que siempre ha estado ahí, pero no podía ateri-

zar en la mente porque no contaba con el espacio ni con el silencio necesarios.

Querido lector, espero y deseo que estas aclaraciones respecto a los conceptos expuestos en el libro le ayuden a integrar la información y le permitan aplicárselos a su vida para hallar un mayor bienestar emocional.

Muchas gracias.

ENRIC CORBERA