



# PRÓLOGO

La pobreza –la falta de resultados en cualquier área de tu vida: dinero, relaciones, amor...– no es otra cosa que el desconocimiento de las leyes espirituales que rigen la vida; o dicho de otra manera, tu falta de conexión con la Fuente.

El mundo es abundancia en todos los sentidos: hay mucho de todo para todos. El universo, como diría Deepak Chopra, “es un catálogo de infinitas posibilidades”. Lo que deseas está ahí esperándote. De lo que se trata es de aprender –y aplicar– los principios y pautas para que esa abundancia se refleje en nuestra vida.

Existen dos limitaciones muy frecuentes en los seres humanos: la primera, es creer que muchas cosas no son posibles; la segunda, que siendo posibles, están fuera de nuestro alcance y solo son accesibles para unos cuantos.

La Fuente es el origen y el principio de todo, de la que emanan todas las cosas, y nosotros, como parte de esa Fuente, poseemos las mismas características.

Imagínate una tarta. Ahora, imagínate que cortamos un trozo de esa tarta. ¿Qué es ese trozo de tarta? Ese trozo de tarta es la tarta. La Fuente sería la tarta, y nosotros como parte de ella, el trozo de tarta. Ambas cosas –Fuente y nosotros– son la misma cosa, pero una (Fuente) es más grande que la otra (nosotros).

La Fuente está en todo y en todos, y nosotros como parte de ese todo, participamos de la creación. Existe una conexión invisible con esa Fuente que, según sea más o menos armoniosa, los resultados serán más o menos agradables.

Siempre estamos conectados a la Fuente, pero ese vínculo puede estar oxidado y bloqueado haciendo que la conexión (energía) no sea fluida. La forma de saber cómo de bien (mal) sintonizamos con la Fuente es observando los resultados de nuestra vida. Si tu vida no es como te gustaría que fuese hay algo que no sabes o no estás haciendo bien.

Y precisamente sobre ello trata este texto: de cómo conectar con la Fuente y vivir con abundancia; abundancia no sólo en sentido material –que también– sino como plenitud –felicidad– en sentido vital. Todo ello explicado a través de 100 “maneras” para que ese vínculo fluya.



Probablemente, si estás leyendo este libro es que tu vida no marcha como desearías en alguna parcela. Tranquilo, no importa tu pasado ni tus circunstancias particulares actuales. Hay buenas noticias: las puertas de la sabiduría –de la Fuente– están siempre abiertas para quien quiera entrar (conectar). Tampoco caducan. En cualquier momento –ahora mismo– puedes empezar a actuar de una cierta manera. Por otro lado, son impersonales, no discriminan y se aplican a todos por igual.

Este no es un libro cómodo de leer, como nada que merece la pena. Descubrirás cosas que te removerán. Te tocarán la fibra en ciertos momentos. Estarás leyendo, y de repente, necesitarás parar para digerir lo leído. Si te escuece lo que lees, probablemente estés en el buen camino.

Como periodista de trincheras que conoce la calle, Arnau baja a tierra las cuestiones haciéndolas accesibles. Engarza lo espiritual con lo terrenal –ambas son dos caras de la misma moneda, la segunda es expresión de la primera– de manera sencilla, comprensible y pedagógica.

No habla de lo espiritual, como muchos, desde la distancia, escondido en un refugio alejado de la civilización. Eso no tiene mérito. “No es sabio el que medita aislado –decía Eduardo Punset– sino el que interactúa con el mundo”. La vida es muchas veces contradicción, desorientación, duda y desesperación. Todos –los que viven– pasan por ello, de lo que se trata es de reconectar con la Fuente cada vez que nos alejamos de ella para enderezar nuestro rumbo.

También hay que agradecerle al autor que sea humilde. Frente a otros discursos dogmáticos, el mensaje central del texto es: *tú eres tu único maestro*. Nadie puede cambiarte, solo tú puedes cambiarte a ti mismo. Lo que sí se puede –y que Arnau hace muy bien– es inspirar a otros, ayudar a tomar conciencia de ciertos aspectos de la realidad que hasta ese momento habían pasado desapercibidos.

Tomar conciencia no es otra cosa que despertar a la vida: a mayor conciencia, mejores decisiones, mejores comportamientos, y por tanto, mejores resultados. La conciencia –que merece o no merece la pena– nos libera. A partir de ahí es responsabilidad de cada uno –tu responsabilidad– actuar o no actuar en un sentido u otro.



Con cuidado sentido estético –exquisito, diría yo– Arnau no solo cuida el fondo sino también la forma. Le da belleza al texto a través del lenguaje. contenido y continente forma un conjunto armónico que hacen agradable de leer el texto. Y es que la estética es la belleza del alma. Los detalles importan y mucho.

La capacidad de síntesis –decir mucho con poco– también es de agradecer. Cada “manera” ocupa apenas dos o tres páginas y es independiente de las demás, lo que permite beber sorbos sin atragantarse. No hay excusa para no leer (reflexionar) sobre al menos una de ellas cada día.

No somos ajenos a la realidad que vivimos, así que, en un mundo de redes sociales dejo varias reflexiones a modo de 140 caracteres tuiteables que nos regala Arnau y que extraigo literalmente del texto. Me han gustado especialmente:

- √ Crecer duele, pero a la larga te darás cuenta de que duele más no hacerlo.
- √ Creer en uno mismo marca la diferencia entre una vida en escala de grises o una vida a todo color.
- √ El error del pasado es tu sabiduría de hoy.
- √ Acostúmbrate a descansar o la vida se encargará de obligarte.
- √ Cuanto más tiempo te recrees en la duda, el miedo a saltar irá incrementándose.

He dado sólo unos brochazos sobre lo que lector va a saborear en estas páginas. Son muchas y variadas las cuestiones que Arnau nos trae aquí, pero si me pusiesen en el compromiso de tener que elegir solo una de las “maneras” de conectar con la Fuente, en mi caso sería una combinación de dos: la “manera” 11 (Agradece) y la “manera” 19 (Confía).

Respecto a la “manera” 11, la gratitud es el puntal sobre el que descansa una vida abundante: *si no eres agradecido por lo que eres y tienes, tampoco lo serás con lo que seas y tengas*. La explicación es sencilla: en lo que te concentras, se expande. Donde va tu atención, allá va tu vida. Somos conciencia creadora. Como bien escribe Arnau: “Dar gracias a la vida no es resignación, es aceptación del momento presente como único e incontestable (...) Acepta también a quien te rodea en este peldaño de tu vida y tendrás un buen apoyo para ascender la escalera junto a tu equipo, tu familia, tu pareja”.



La gratitud es una manera de ver que cambia nuestra mirada. Cuando empiezas a ser agradecido –por todo lo que te pasa– empieza a cambiar tu forma de relacionarte con el mundo, y por tanto, también lo que atraes y te sucede. La vida siempre te responde, en un sentido u otro. Dicho de manera resumida: *Aunque nada cambie, si yo cambio, todo cambia.*

Respecto a la “manera” 19, hay que tener claro que nada es mucho ni poco para la Fuente. Para la Fuente no existen las metas grandes (pequeñas). Grande o pequeño es simplemente una creación mental. La frontera que separa lo posible y lo imposible es el producto de nuestra propia actitud mental. No existen los límites, lo único que existen son las limitaciones, que son limitaciones mentales. Si conectas con la Fuente –si confías–, la Fuente pondrá en tu camino las circunstancias, situaciones y personas precisas para que vayas materializando tus deseos. Existe una conexión entre la realidad invisible y la visible. Pero tienes que creer. El esquema sería: decide, actúa y ten Fe. Todas las cosas son posibles para el que cree.

La etimología de la palabra Confianza es inspiradora. Procede del latín *Cum-Fidia*, esto es, *Cum* (Con) *Fidia* (Fe). Quien confía es quien tiene Fe. Quizás esa es la palabra más importante del diccionario: Fe, que no es otra cosa que certeza sin evidencia. Saber por anticipado que nada puede ir mal, que el resultado está hecho de antemano. Arnau lo expresa así de claro: “La confianza es la puerta que te permite elegir cómo vivir. Confía y actúa. La vida nunca te va a fallar si tú haces por no fallar. Y aunque sientas que a veces te falla, confía”.

Conectar con la Fuente es una responsabilidad personal con nosotros mismos. ¿Por qué? Porque la diferencia entre estar conectado o desconectado es la misma que existe entre navegar a favor del viento o en contra del mismo.

Acabo aquí. Gracias Arnau por ayudarnos y enseñarnos a conectar, a ser más abundantes, a ser más felices. GRACIAS.

**Francisco Alcaide Hernández**

**Conferenciante, formador y escritor en management y desarrollo personal.**

**Autor del bestseller *Aprendiendo de los mejores* y *Aprendiendo de los mejores 2***

**[www.franciscoalcaide.com](http://www.franciscoalcaide.com) @falcaide**