

## PRÓLOGO

El libro que tienes en tus manos contiene enseñanzas extremadamente poderosas. Es un libro de amor, esperanza, paz, abundancia, confianza,... en definitiva, es una exhalación de la conciencia.

A través de sus palabras podrás vislumbrar el gran poder personal que todos tenemos dentro, al tiempo que nos muestra diferentes caminos a seguir para poder hacer uso de forma consciente de ese poder personal.

El trabajo de investigación y síntesis realizado por Ricardo Eiriz en este libro, facilita enormemente el proceso de búsqueda individual hacia el despertar interior, hacia el despertar de la conciencia.

Llevamos recorrido un largo viaje de casi ochocientos millones de vidas. Por el camino hemos olvidado quiénes somos y por qué estamos aquí. Con independencia de la dificultad o bonanza de cada situación, somos nosotros los que siempre elegimos nuestro destino. Afortunadamente estamos en el camino de recordar quiénes somos. Cada vez somos más los que afrontamos la vida eligiendo conscientemente en cada momento. Este libro nos ofrece precisamente la posibilidad de tomar el timón de nuestros barcos, evitando dejarnos llevar caprichosamente a la deriva por el viento.

La forma clara, concisa y práctica con la que Ricardo Eiriz ha estructurado y redactado este libro, permite una fácil lectura y

comprensión. Ha evitado llenar hojas con experiencias de autocuración y auto-superación personal con las que se podrían escribir miles de libros, para dedicarse a aportar múltiples soluciones o caminos con el mismo punto de destino.

Al igual que nuestras enfermedades son habitualmente originadas por desequilibrios energéticos producidos por nosotros mismos, la curación o restablecimiento energético también puede salir de nuestro interior. Como nos muestran los múltiples estudios referenciados en este libro, somos tremendamente poderosos, y no debemos tener miedo a nada, tan solo debemos hacernos conscientes.

Para todos aquellos anclados en lo racional, este libro les permite encontrar cientos de argumentos para abrir los ojos y contemplar esa realidad tan maravillosa de la que formamos parte.

Se trata de un libro que intenta poner orden en las múltiples enseñanzas que nos devuelven el poder que siempre hemos tenido, permitiendo a cada persona centrar su búsqueda en aquello que realmente más le pueda aportar en cada momento.

*Escoge tu camino a la felicidad y el éxito* nos muestra que son muchas las personas en el mundo ayudando en el despertar del poder personal, camino imprescindible hacia el despertar de la humanidad. También nos permite encontrar respuesta a las preguntas de por qué y cómo incrementar el nivel de frecuencia de vibración individual.

Los grandes maestros, como Buda o Jesucristo entre otros, nos dijeron que los milagros los íbamos a hacer nosotros. Ricardo Eiriz ha recopilado en este libro múltiples caminos para hacer realidad esos milagros.

En un momento de cambio de era como el actual, todo aquello que nos ayude al despertar de la conciencia es bienvenido. En consecuencia, deseo darle la bienvenida a este libro y al mensaje alojado entre sus páginas.

Por último, deseo felicitarte por el importante paso que estás dando al convertirte en el dueño de tu propio destino. Te recomiendo que leas el libro con atención. En él encontrarás respuestas que necesitas para continuar avanzando. Y una vez leído, no te detengas hasta experimentar en primera persona la grandeza de tu SER.

OK, Just do it!!!

***Suzanne Powell***

[www.suzannepowell.es](http://www.suzannepowell.es)

## UNAS PALABRAS DEL AUTOR

En el año 2009 tomé una decisión que iba a cambiar mi vida. Decidí que mi profesión a partir de ese momento era SER FELIZ.

Tenía 41 años y una vida que podría ser considerada por muchos como exitosa. Estudios universitarios y de postgrado en una escuela de negocios privada, amplia trayectoria profesional que me había llevado a ocupar un puesto directivo en una gran empresa, profesor en una escuela de negocios durante casi diez años, un salario más que digno, dos hijas maravillosas, un nivel social interesante,...

Pero estaba convencido que algo se me escapaba, que no era yo el que estaba al mando de mi vida. Que eran las decisiones “lógicas” las que me habían guiado durante toda la vida. Que aunque podía disfrutar de muchas cosas buenas, no era del todo feliz, y lo más importante, no estaba yo al mando de mi felicidad.

En algún momento me había resistido y había dado algún giro inesperado, reenfocando mi carrera profesional, renunciando a puestos de trabajo bien remunerados, o divorciandome de mi primera esposa. Pero una vez dado el giro, volvía a la senda de las decisiones “lógicas”. Evidentemente, algo no estaba haciendo bien.

Durante años, leí e intenté poner en práctica infinidad de libros de autoayuda, pero siempre me quedaba un regusto amargo. Siempre me quedaba con un “Sí, pero...”.

Decidí por tanto dar un giro radical, y convertirme en un profesional de la felicidad. Pero no a nivel teórico, sino práctico. Todo lo que hiciese a partir de ese momento debería estar dirigido a convertirme en una persona más feliz.

De este modo, comencé un recorrido que me llevó a renunciar a mi carrera profesional, a ampliar mis conocimientos en distintos ámbitos para salir de la línea de pensamiento general, a realizar otras actividades, quizás menos lucrativas inicialmente, pero sin duda, más satisfactorias, etc. En general, decidí replantearme todo en mi vida y mirarlo todo bajo el prisma de la felicidad que me aportaba.

Dedicar más de una tercera parte de mi tiempo diario a una actividad que no me aportaba más que dinero, no encajaba con mi nueva profesión. ¡Fuera!

Descubrí que el dinero que uno necesita va estrictamente ligado a los deseos que tiene. Cuantas más cosas desees, más dinero necesitas. Y esa es una situación que te convierte en rehén del sistema. Por tanto, tampoco tenía cabida en mi nueva profesión el tener muchas necesidades materiales.

Adquirir cultura financiera me permitió comprender que hay muchas formas de ganar dinero, y que la que yo había seguido, como asalariado, me convertiría en asalariado de por vida. Tan solo se obtiene libertad, en tiempo y dinero, trabajando el concepto de ingresos pasivos. A partir de ese momento, mis actividades “lucrativas” iban a estar dentro de la categoría de ingresos pasivos. ¡Se acabó el vender mi tiempo!

Pero, el mayor descubrimiento fue conocerme a mí mismo. Descubrir de qué está compuesto el mundo en el que estamos y de qué estamos hechos nosotros mismos. Descubrir en primera

persona, que ese gran potencial que siempre había pensado que teníamos sin utilizar, realmente está accesible y podemos utilizarlo. Descubrir que tenemos la capacidad de sanarnos a nosotros mismos. Descubrir que podemos ser como realmente queramos. Descubrir que somos nosotros, consciente o inconscientemente, voluntaria o involuntariamente, los que estamos creando nuestra realidad en cada momento.

Descubrir todas estas cosas y ponerlas en práctica utilizando algunas de las técnicas que encontrarás en este libro, me hizo sentir como si por fin me hubiera separado lo suficiente del árbol que me impedía ver la magnitud del bosque. ¡Y menudo bosque!

En el momento en que accedí a este nuevo mundo, asumiendo el control de mi vida, descubrí la verdadera felicidad, la que todos llevamos dentro, la que no depende de nada externo a uno mismo, la que en realidad es una actitud ante la vida.

***Ricardo Eiriz***

## AGRADECIMIENTOS

Gracias a ti, que estás leyendo este libro, por tu deseo de mejorar como persona.

Gracias especialmente a Jorge Serrano, fantástico coach y mejor amigo. Tu aportación ha sido fundamental en la estructuración y corrección de este libro. Gracias asimismo por el borrador del capítulo *De viaje hacia tus sueños*. Sin ti, posiblemente este libro continuaría siendo tan solo un proyecto. Además, no me olvido que fuiste tú quien me hizo la primera demostración práctica de una de las técnicas descritas, cuando yo ni sabía que existían.

Gracias a Amalia, mi “pepito grillo” particular, por tu amor, confianza y apoyo continuo. Debo reconocer que es cierto, ¡acostumbras a tener razón!

Gracias a Mari Luz, por ser la primera en abrazarme, alimentarme y hacerme sentir amado. Cualesquiera que hayan sido mis logros, no habrían ocurrido si yo mismo no hubiera creído primero en mí, y tú eres la principal responsable.

Gracias a Alba y María, mis princesas, por ser mi fuente de motivación e inspiración infinitas. En gran medida, este libro está hecho por y para vosotras.

Gracias a José Carlos, mi hermano, amigo y modelo.

Gracias a Jordi Esteve por su confianza incondicional en todos los proyectos que emprendo.

Gracias a Jorge Obiol por su apoyo constante y por compartir tantos momentos, buenos y malos.

Gracias a Peter González por poner en mis manos una herramienta tan potente como es el PSYCH-K. La subrogación ha cambiado mi forma de entender la vida.

Gracias a Aitor Zárte por haberme abierto los ojos a la realidad. Tus enseñanzas de cultura financiera son un verdadero tesoro.

Gracias a Suzanne Powell y a todos sus colaboradores por su elevado nivel de conciencia, de amor incondicional y de generosidad.

Gracias a todos los terapeutas que han hecho posible este libro ofreciéndome sus conocimientos, experiencias y vivencias personales.

Gracias a todos los creadores, fundadores y difusores de las técnicas recogidas en este libro por el beneficio que aportan todas ellas a la sociedad.

Finalmente, gracias a mi padre, quien desde el cielo me apoya en todo lo que hago.

## INTRODUCCIÓN

*“Naciste con potencial.  
Naciste con confianza y bondad.  
Naciste con sueños e ideales.  
Naciste con grandeza.  
Naciste con alas.  
No estás destinado a arrastrarte;  
Tienes alas.  
Aprende a usarlas y vuela”*

Rumi

**E**n la vida, a menudo cargamos con exceso de equipaje. Un equipaje que hemos ido acumulando con el paso de los años y que nos impide vivir con plenitud en el momento presente, limitándonos el acceso a nuestra creatividad y al desarrollo de nuestro potencial. La buena noticia es que ¡podemos librarnos fácilmente de ese equipaje que nos sobra!

*Escoge tu camino a la felicidad y el éxito* es el resultado de más de dos años de experimentación, investigación y documentación en el ámbito de la psicología energética. Por el camino hemos aprendido y puesto a prueba muchas de las técnicas aportadas con resultados asombrosos tanto por su efectividad como por su inmediatez.

Estamos viviendo una época apasionante. La ciencia está demostrando a base de nuevos descubrimientos, que no somos frágiles máquinas bioquímicas controladas por los genes y el

ADN, sino que somos los dueños y señores de nuestras propias vidas y del mundo en que vivimos. La epigenética y la física cuántica han demostrado que el mundo no es, o no funciona, como nos han venido contando; que las personas tenemos muchas más capacidades para crear la realidad que nos envuelve de las que veníamos utilizando; y que tenemos multitud de técnicas o herramientas para tomar el control de nuestras vidas. La ciencia nos está demostrando que en nosotros mismos radica el poder de forjar una vida llena de paz, felicidad y amor.

Este libro está escrito con el propósito de difundir, en un lenguaje sencillo, la realidad del mundo en el que vivimos. Una realidad que la ciencia ha constatado en multitud de experimentos e investigaciones. Una realidad en la que somos extraordinariamente poderosos. Una realidad en la que disponemos de muchas herramientas para hacer uso de ese poder. En definitiva, lo que pretendemos es dotar, a cuantas más personas mejor, del conocimiento que les permita retomar el control de sus propias vidas.

## **Qué encontrarás en este libro**

En los próximos capítulos descubrirás

- que todos nosotros somos energía, y que nuestros pensamientos, palabras, emociones y creencias también son energía,
- que nuestra energía tiene un impacto directo sobre el mundo en el que vivimos, generando realidades distintas en función de la energía que emitimos en cada instante,
- que nuestras emociones son el lenguaje energético con el que nos comunicamos con el mundo exterior,

- que nuestras creencias, almacenadas a nivel subconsciente, son las responsables de nuestras reacciones y emociones,
- que nuestras creencias son las responsables de muchas enfermedades, de tener malas relaciones, de vivir en el odio o el rencor, o de fracasar en todos los proyectos que emprendemos, y
- que tenemos a nuestra disposición muchas técnicas o herramientas que nos permiten acceder a nuestro subconsciente para cambiar las creencias que nos limitan y bloquean.

Encontrarás un sencillo método de autoanálisis que te permitirá conocerte mejor a ti mismo, e identificar las creencias y emociones que te han venido limitado durante años, posiblemente sin ser consciente de ellas.

Encontrarás también, un conjunto de técnicas que te permitirán alcanzar la independencia emocional, o lo que es lo mismo, te darán libertad para desarrollarte y vencer cualquier obstáculo que te impida realizarte totalmente, obteniendo libertad para:

- tener confianza en ti mismo,
- desarrollar con éxito aquellos proyectos que tienes pendientes,
- mejorar tu rendimiento en cualquier deporte que practiques,
- acercarte a las personas con mayor facilidad,
- obtener los ingresos que desees,
- dejar de depender del alcohol, tabaco, comida en exceso,
- ..., en definitiva,
- convertirte en la persona que siempre has deseado ser.

En general, cualquiera de las técnicas mostradas te ofrece la posibilidad de dejar atrás, de forma inmediata, miedos, fobias, ansiedades, ataques de pánico, estrés post-traumático, antojos adictivos, culpas, etc.

Para algunas personas, los remedios rápidos a problemas emocionales “difíciles” o el moldear a placer las creencias o memorias del subconsciente, es considerado una utopía. Choca frontalmente con su sistema de creencias, que establecen que “esas cosas” están profundamente arraigadas en los individuos, y por tanto, debe llevar mucho tiempo resolverlas.

Durante mucho tiempo, ese sistema de creencias dominó ampliamente en nuestra sociedad, hasta que en los años 1980, aparecieron de forma sincronizada multitud de técnicas que, con la experiencia obtenida a lo largo de los años, han demostrado que se trataba de un sistema de creencias totalmente falso.

Si es este tu primer contacto con este tipo de técnicas energéticas, resulta lógico que experimentes un cierto escepticismo, al igual que mostrarán otras personas con las que comentas el contenido de este libro. Tan sólo date la oportunidad de probar una de estas técnicas, la que tú elijas, y vencerás ese escepticismo.

Imagina que eres un equipo de fútbol. Si todos tus jugadores, todas las creencias que tienes dentro, están alineadas y sincronizadas, perfecto, jugarás un gran partido y conseguirás tus metas y deseos. Pero si hay una parte de ti, cualquier creencia, que no apoya tu intención, estarás en riesgo, ya que tendrás jugadores que intentarán sabotearte. Es posible que, cada vez que has tenido mala suerte con el amor, el trabajo, el dinero, la salud, etc., haya una parte de ti que realmente estuviera trabajando para que fracasases. Debemos “sanar” esa parte de tu equipo, para que

todos los jugadores hagan su función y puedas ganar los partidos que decidas jugar.

## **Qué es y qué no es este libro**

Lo que no es:

- No es un libro sobre ciencia, pero la utilizaremos con un lenguaje simple, para explicar el mundo en el que nos encontramos, y demostrar que todas las técnicas y sistemas referidos tienen una base sólida y son realmente eficaces.
- No es un trabajo de investigación al puro estilo académico, ya que no ha sido sometido al proceso de revisión de una junta cualificada, lo que sin duda hubiera alargado el proceso de publicación del libro.
- No es un libro que explique en detalle cómo utilizar una determinada técnica. Al contrario, hacemos una pequeña referencia a muchas técnicas disponibles.
- No es un libro centrado en las experiencias o casos concretos de resultados obtenidos aplicando las técnicas expuestas. Estos resultados suelen ser muy similares en todas las técnicas, y pueden encontrarse fácilmente en la bibliografía recomendada o por internet.

Lo que sí es:

- Es un libro que te permitirá hacerte consciente de una realidad que te sitúa en el centro del poder de tu vida.
- Es un libro que te ayudará a identificar las creencias limitantes que te han impedido conseguir algunos de tus objetivos.

- Es una guía (o buffet libre) de técnicas, sistemas o herramientas que permiten tomar el control de tu propia vida.
- Es un libro que utiliza los resultados de las investigaciones científicas para demostrar la validez de las técnicas expuestas.

En definitiva, este libro te proporcionará información suficiente para conocerte mejor a ti mismo, y para conocer mínimamente algunas de las muchas técnicas de psicología energética y de medicina energética que tenemos a nuestra disposición. Te animamos también, a que una vez llegues al final del libro, no te pares. Escoge la técnica que consideres que más te va a aportar en ese momento, y profundiza en ella. Seguro que será la mejor inversión (en tiempo y dinero) que hayas hecho en tu vida.

## **Cómo leerlo y usarlo**

*Escoge tu camino a la felicidad y el éxito* pretende transmitir, no solo por medio de la lectura, sino a través de la emoción. Por eso es importante detenerse a realizar los ejercicios y reflexiones que hemos introducido a lo largo del capítulo *¿Qué crees que puedes conseguir?*, y que llamamos ¡Atrévete! Estos ejercicios y reflexiones te permitirán trasladar los conceptos clave del libro a sentimientos y emociones.

Lo que se lee se retiene únicamente durante pocos días. Si se oye y se ve, se puede recordar semanas o meses. Lo que se aprende a través de la emoción, son lecciones que se almacenan en el subconsciente y se conservan toda la vida. Es por esta razón que te animamos a detenerte cada vez que encuentres un ¡Atrévete! y dedicarle los escasos minutos que lleva el proceso. Es

en tu propio beneficio. En ningún caso permitas que los ejercicios propuestos en el capítulo 2 te impidan avanzar en la lectura, ya que éstos no son la base fundamental del contenido.

El capítulo *De viaje hacia tus sueños* es muy importante para conocerte a ti mismo y sacarle todo el provecho posible al libro. Tus reflexiones y conclusiones serán lo que te permita seleccionar las técnicas que mejor se adapten a tus necesidades. Como verás, cada técnica es diferente, tanto en los métodos utilizados al abordar un cambio de creencias, como en la aproximación que hacen a las propias creencias, de modo que es fundamental que sepas lo que estás buscando para poder elegir correctamente.

Aunque con todas las técnicas se pueden conseguir resultados similares, la velocidad para conseguirlos puede ser diferente, y lo que te ayudará a escoger bien es el trabajo que hayas realizado en el capítulo *De viaje hacia tus sueños*.

En el capítulo ¡Adelante!, encontrarás información estructurada de una gran variedad de técnicas, así como una pequeña referencia de muchas otras. En total, hacemos referencia a más de cincuenta técnicas energéticas y programas formativos de desarrollo personal. En todas ellas hemos incluido referencias bibliográficas o direcciones de internet a las que se puede recurrir para profundizar en su conocimiento y/o aprendizaje.

Una forma alternativa que tienes para afrontar la lectura de este libro consiste en no detenerte en los ejercicios propuestos en los capítulos 2 y 3, y volver a ellos una vez finalizada la lectura del libro.

**¡Eres afortunado!**

El libro que tienes en tus manos puede haberte llegado por diferentes vías. Quizás lo hayas descubierto casualmente en tu librería o por internet, quizás te lo hayan regalado, puede ser que te lo hayan recomendado o simplemente prestado. Lo cierto es que no es casual el hecho de que lo estés leyendo, y en breve, posiblemente lo consideres un regalo caído del cielo.

*“La felicidad es el sentido y el  
propósito de la vida, el objetivo y el  
fin de la existencia humana”*

Aristóteles