

SOÑAR  
CON  
VALENTIA

Si este libro le ha interesado y desea que lo mantengamos informado de nuestras publicaciones, escribanos indicándonos qué temas son de su interés (Astrología, Autoayuda, Naturismo, Nuevas terapias, Espiritualidad, Tradición, Qigong, PNL, Psicología práctica, Tarot...) y gustosamente lo complaceremos.

Puede contactar con nosotros en  
[comunicacion@editorialsirio.com](mailto:comunicacion@editorialsirio.com)

título original: COURAGEOUS DREAMING  
Traducido del inglés por Pere Muñoz Avellaneda  
Diseño de portada: Editorial Sirio, S.A.

© 2008 Alberto Villoldo  
Publicado inicialmente en inglés por  
Hay House Inc., USA en el año 2008

Emisión radiofónica de Hay House en [www.hayhouseradio.com](http://www.hayhouseradio.com)

© de la presente edición

**EDITORIAL SIRIO, S.A.**  
C/ Panaderos, 14  
29005-Málaga  
España

**EDITORIAL SIRIO**  
Nirvana Libros S.A. de C.V.  
Camino a Minas, 501  
Bodega nº 8 , Col. Arvide  
Del.: Alvaro Obregón  
México D.F., 01280

**ED. SIRIO ARGENTINA**  
C/ Paracas 59  
1275- Capital Federal  
Buenos Aires  
(Argentina)

[www.editorialsirio.com](http://www.editorialsirio.com)  
E-Mail: [sirio@editorialsirio.com](mailto:sirio@editorialsirio.com)

I.S.B.N.: 978-84-7808-665-8  
Depósito Legal: B-

Impreso en los talleres gráficos de Romanya/Valls  
Verdaguer 1, 08786-Capellades (Barcelona)

*Printed in Spain*

*Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra sólo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, [www.cedro.org](http://www.cedro.org)) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.*

Alberto Villoldo

SOÑAR  
CON  
VALENTIA

editorial  irio, s.a.



A mi hija, Alexis, y a mi hijo, Ian.  
¡Que siempre ensoñéis valientemente!



## INTRODUCCIÓN

# *El ensueño valiente*

*Somos lo que pensamos.  
Todo lo que somos surge con nuestros pensamientos.  
Con ellos creamos el mundo.*

BUDA

Tanto si nos damos cuenta como si no, todos estamos creando el mundo soñándolo. En lo que estamos metidos no es en el acto de soñar con el que tan familiarizados nos encontramos, sino más bien en un tipo de ensoñación que hacemos con los ojos abiertos. Cuando no somos conscientes de que compartimos el poder de cocrear la realidad con el propio universo, ese poder se nos escapa y hace que nuestro sueño se convierta en una pesadilla. Entonces empezamos a sentir que somos las víctimas de una desconocida y espantosa creación que somos incapaces de influenciar, y los sucesos parecen controlarnos y atraparnos. El único modo de acabar con esa terrible realidad es despertar al hecho de que eso también es un sueño... y entonces reconocer nuestra capacidad de escribir una historia mejor, una en la que el universo trabajará con nosotros para manifestarla.

La naturaleza del cosmos es tal que sea cual sea la visión que tengas de ti mismo el mundo, la hará realidad. Tan pronto como despiertes el poder que tienes, empezarás a ejercitar los músculos de tu coraje. Entonces podrás soñar con valentía: desprendiéndote de tus creencias restrictivas y superando tus miedos. Podrás comenzar a confrontar un sueño verdaderamente original que germinará en tu alma y dará frutos en tu vida.

El sueño valiente te permite crear, desde el origen, la sopa cuántica del universo, donde todo existe en un estado latente o potencial. Los físicos entienden que en el mundo cuántico nada es «real» hasta que es observado. Los definidos paquetes de energía conocidos como «cuantos» (compuestos de partículas de materia y de luz) no están ni «aquí» ni «allí»; en cierto sentido, están en todas partes del espacio/tiempo hasta que tú o yo decidimos prestarles atención. Cuando lo hacemos, los sacamos de la red de infinitas posibilidades y los hacemos precipitar en un suceso en el tiempo y el espacio. A esos cuantos de energía les gusta conectarse los unos a los otros una vez han seleccionado una forma particular de manifestación. En cuanto se manifiestan, la realidad se vuelve fija: nuestra realidad está «aquí» en lugar de, posiblemente, en cualquier otro sitio.

Pero los sucesos cuánticos no tienen lugar sólo en el laboratorio. También ocurren dentro de nuestro cerebro, en esta página y en cualquier sitio a nuestro alrededor. Incluso si están separados por millones de kilómetros, o por días o semanas, esos cuantos de energía permanecen estrechamente conectados; por consiguiente, si interactúas con uno, afectas al sistema entero del que esa energía es parte. Cuando accedes a cualquier parte del sueño, la gran matriz de la creación, puedes cambiar la realidad y alterar todo el sueño, y sus efectos se expandirán hacia el pasado e influirán en el futuro.



La física moderna está describiendo lo que los antiguos guardianes de la sabiduría de las Américas saben desde hace mucho tiempo. Estos chamanes, conocidos como «los Guardianes de la Tierra», afirman que estamos creando el mundo al soñarlo mediante el mero acto de presenciarlo. Los científicos creen que sólo somos capaces de hacer eso en el diminuto mundo subatómico. Los chamanes entienden que también podemos soñar un mundo más grande de lo que lo experimentamos con nuestros sentidos.

Al igual que los aborígenes australianos, los Guardianes de la Tierra viven en un entorno en el que el tiempo del sueño no ha sido confinado en el dominio del dormir como ha ocurrido con el resto de nosotros. Ellos saben que toda la creación surge de esa matriz creativa y regresa a ella. El tiempo del sueño infunde toda la materia y la energía, conectando cada criatura, cada roca, cada estrella, y cada rayo de luz o mota de polvo cósmico. El poder de soñar, entonces, es el poder de participar en la misma creación. Soñar la realidad no es sólo una capacidad, sino también un deber, uno que todos los humanos han de llevar a cabo con gracia para que nuestros nietos hereden un mundo en el que puedan vivir en paz y abundancia.

Ya hemos entrado bastante en detalle para crear nuestro universo soñándolo. Inmediatamente después del Big Bang, el 99,99% de toda la materia y antimateria del cosmos salieron para aniquilarse la una a la otra. Las estrellas y galaxias que vemos a nuestro alrededor hoy son lo que quedó, una minúscula porción de lo que fue una vez. Si la proporción de materia con respecto al espacio en el universo hubiese cambiado tan sólo una milmillonésima parte, las leyes de la física que permiten que surja la vida no habrían sido posibles. El Big Bang tuvo que estar tan perfectamente orquestado y calculado que únicamente produjo una parte de materia en 10 elevado a la potencia cincuenta

de polvo de estrellas. Eso es dividido por 10 seguido de cincuenta ceros, ni más ni menos. Que eso ocurriese simplemente por casualidad sólo es posible si contemplamos la existencia de un enorme número de universos en el cosmos, idonde un suceso improbable como la creación de nuestro propio universo habría sido posible!

Lo que es aún más desconcertante es el ajuste de los parámetros del universo que se dio en la superficie de la Tierra, y que ha mantenido un equilibrio de temperatura perfecto entre los puntos de congelación y ebullición del agua durante más de mil millones de años. La improbabilidad de esas proporciones que permiten la aparición de la vida sugiere la presencia de una fuerza inteligente, no un creador o un dios, sino un poder del universo, que los Guardianes de la Tierra llaman «el tiempo del sueño» o «infinito».

Los Guardianes de la Tierra con los que he estudiado en los Andes y el Amazonas creen que sólo podemos acceder al poder de esa fuerza elevando nuestro nivel de conciencia. Cuando lo hacemos, nos volvemos conscientes de que somos como una gota de agua en un inmenso océano divino, distinguible pero inmersa en algo mucho más grande que nosotros mismos. Es justo cuando experimentamos nuestra conexión con el infinito cuando somos capaces de soñar poderosamente. De hecho, en primer lugar, es nuestra sensación de separación del infinito lo que nos atrapa en una pesadilla. Si esto te suena a pensamiento circular, estás en lo cierto. ¿Qué es primero, la pesadilla o la sensación de separación del infinito? La respuesta es que ocurren simultáneamente.

Para acabar con la pesadilla, para reclamar tu poder de soñar la realidad y crear algo mejor, necesitas algo más que reconocer cómo funciona ese proceso. Necesitas tener una comprensión visceral de tu poder de ensueño y experimentarlo en

cada célula de tu cuerpo. El entendimiento intelectual de tu capacidad para crear la realidad imita, pero luego impide, el tipo de ensueño del que eres capaz. Si no llegas más allá de la mera comprensión intelectual del concepto, acabarás impidiendo el paso y creando una experiencia del mundo mucho menos gloriosa y hermosa de lo que eres capaz. Con una comprensión visceral de tu poder de ensueñar, te das cuenta de que puedes compartir esa experiencia de infinito aquí y ahora, y dejar de sentirte disociado y desconectado.

Se requiere coraje para probar el infinito. Según la mitología griega, los dioses castigaban inmediatamente a cualquier mortal que se atreviese a ascender al monte Olimpo y probar el poder divino. Pero en última instancia recompensaban a aquellos que habían tenido el coraje de subir hasta su reino, como Hércules y Psique. De igual modo, en la tradición judeocristiana, tan pronto Adán y Eva desobedecieron a Dios y comieron de la fruta del árbol del conocimiento del bien y del mal, haciendo a los humanos más parecidos a Dios, fueron expulsados del Jardín del Edén, «no sea que ahora [la humanidad] alargue su mano y tome también del árbol de la vida, coma de él y viva para siempre» (Gén. 3, 22). Pero a pesar de ese pecado original de la humanidad, a hombres y mujeres se les promete una oportunidad de morar en el cielo al final de los tiempos.

Una vez experimentas el ensueño, te das cuenta de que todo en tu vida se está desarrollando con perfecta sincronidad. Los sucesos puede que no salgan del modo que te gustaría, pero dentro del gran esquema de las cosas, están ocurriendo en una armonía superlativa. Por ejemplo, pierdes el tren para ir al trabajo el día en que los terroristas atacan el *World Trade Center* y sobrevives (lo cual, por cierto, le ocurrió a un alumno mío). O tu hijo te dice que le han aceptado en la universidad que había escogido la misma semana que tú consigues el ascenso que