

**LA CURACIÓN  
ESPONTÁNEA DE LAS  
CREENCIAS**

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, Ciencias Ocultas, Artes Marciales, Naturismo, Espiritualidad, Tradición...) y gustosamente lo complaceremos.

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

Título original: THE SPONTANEOUS HEALING OF BELIEFF

Traducido del inglés por Miguel Iribarren

Diseño de portada: Editorial Sirio, S.A.

© de la edición original  
2008 Gregg Braden

Publicado inicialmente en inglés en el año 2008 por Hay House, Inc., en Estados Unidos.  
Para oír la radio de Hay House, conectar con [www.hayhouseradio.com](http://www.hayhouseradio.com)

© de la presente edición

<b>EDITORIAL SIRIO, S.A.</b>	<b>EDITORIAL SIRIO</b>	<b>ED. SIRIO ARGENTINA</b>
C/ Panaderos, 14	Nirvana Libros S.A. de C.V.	C/ Paracas 59
29005-Málaga	Camino a Minas, 501	1275- Capital Federal
España	Bodega nº 8 , Col. Arvide	Buenos Aires
	Del.: Alvaro Obregón	(Argentina)
	México D.F., 01280	

[www.editorialsirio.com](http://www.editorialsirio.com)

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

I.S.B.N.: 978-84-7808-666-5

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.*

GREGG BRADEN

**LA CURACIÓN  
ESPONTÁNEA DE LAS  
CREENCIAS**

editorial  irio, s.a.



En el instante en que tomamos nuestra primera respiración, se nos infunde la mayor fuerza del universo: el poder de plasmar las posibilidades de nuestras mentes en la realidad de nuestro mundo. No obstante, despertar plenamente nuestro poder requiere un cambio sutil en lo que pensamos sobre nosotros mismos, un cambio en nuestras CREENCIAS.

Tal como el sonido crea ondas visibles al viajar por una gota de agua, nuestras «ondas de creencias» atraviesan el tejido cuántico del universo para convertirse en nuestros cuerpos y en la curación, la abundancia y la paz —o la enfermedad, la carencia y el sufrimiento— que experimentamos en la vida. Y tal como podemos afinar un sonido para cambiar sus pautas, podemos refinar nuestras creencias para preservar o destruir todo lo que atesoramos, incluyendo la vida misma.

En un mundo maleable en el que todo, desde los átomos hasta las células, está cambiando para adaptarse a nuestras creencias, sólo estamos limitados por nuestra manera de pensar con respecto a nosotros mismos.

Este libro está dedicado a nuestra aceptación de este poder tan impresionante, y a nuestro conocimiento de que sólo estamos a una creencia de distancia de nuestro mayor amor, de nuestra más profunda curación y de los mayores milagros.



---

## Introducción

---

*Déjate atraer silenciosamente por el fuerte  
tirón de lo que realmente amas.*  
—RUMI, (c. 1207 d. de C.-1273 d. de C.), poeta sufí

El físico pionero John Wheeler dijo en una ocasión: «Si no has descubierto algo extraño durante el día, no puedes decir que haya sido un gran día».<sup>1</sup>

Para un científico, ¿qué podría ser más extraño que descubrir que por el simple hecho de observar nuestro mundo en un lugar, hemos cambiado lo que ocurre en otro lugar? Sin embargo, esto es exactamente lo que nos revela la nueva física. Ya en el año 1935, el físico Albert Einstein, ganador del Premio Nobel, reconoció lo inquietantes que pueden ser estos secretos cuánticos, y los llamó «espeluznante acción a distancia». En un trabajo del que fue coautor con los famosos físicos Boris Podolsky y Nathan Rosen, declaró: «No cabe esperar que ninguna definición razonable de la realidad permita esta [acción a distancia]».<sup>2</sup>

En la actualidad, son precisamente estas extrañas anomalías las que han puesto en marcha una poderosa revolución en nuestra forma de pensar con respecto a nosotros mismos y al universo. Durante la mayor parte del siglo XX, los científicos se esforzaron por comprender lo que las extrañezas cuánticas nos dicen con respecto al funcionamiento de la realidad. Por ejemplo, es un hecho documentado que, bajo ciertas condiciones, la conciencia humana influye en la energía cuántica, la sustancia de la que está compuesto todo. Y este hecho ha abierto la puerta a una posibilidad que amplía los límites de nuestras anteriores creencias con respecto a nuestro mundo. Actualmente, una larga serie de pruebas sugieren que estos resultados inesperados son algo más que excepciones aisladas. La pregunta es: ¿Cuánto más?

¿Son los efectos de los observadores al influir en sus experimentos un poderoso indicador del tipo de realidad en la que vivimos? Si es así, debemos plantearnos: «¿Están estos efectos diciéndonos también *quiénes somos* nosotros dentro de esa realidad?». La respuesta a ambas preguntas es sí: éstas son exactamente las conclusiones que sugieren los nuevos descubrimientos. También son la razón por la que he escrito este libro.

## No hay observadores

Los científicos nos han demostrado que podemos creer que sólo estamos observando el mundo, pero de hecho es imposible simplemente «observar» nada. Tanto si nuestra atención se concentra en una partícula cuántica durante un experimento en un laboratorio como si se concentra en cualquier otra cosa —desde la curación de nuestros cuerpos hasta el éxito de nuestras carreras profesionales y nuestras relaciones—, tenemos expectativas y creencias con respecto a lo que observamos. A veces somos conscientes de estas expectativas, pero a menudo no lo somos. Y estas experiencias internas llegan a formar parte de aquello en lo que nos enfocamos. Al «observar», nos convertimos en parte de lo que estamos observando.

En palabras de Wheeler, esto nos convierte en «participantes». ¿Cuál es la razón? Cuando enfocamos nuestra atención en un lugar

determinado en un momento dado, involucramos nuestra conciencia. Y en el vasto campo de la conciencia, parece que no hay un límite claro que nos diga dónde acabamos nosotros y dónde empieza el resto del universo. Cuando pensamos en el mundo de este modo, queda claro por qué los antiguos creyeron que todo está conectado. En cuanto energía, *lo está*.

Mientras los científicos continúan explorando lo que significa ser participantes, las nuevas pruebas conducen a una conclusión inevitable: que vivimos en una realidad interactiva en la que podemos modificar el mundo que nos rodea cambiando lo que ocurre dentro de nosotros mientras observamos, es decir, cambiando nuestros pensamientos, nuestros sentimientos y nuestras creencias. De esto se infiere que desde la curación de la enfermedad hasta la duración de nuestras vidas, o nuestro éxito profesional y en las relaciones, todo lo que experimentamos como la «vida» está directamente vinculado con nuestras creencias. La conclusión: cambiar nuestras vidas y relaciones, curar nuestros cuerpos y llevar paz a nuestras familias y naciones requiere un cambio simple y preciso en nuestra manera de usar las creencias.

Para quienes aceptan lo que la ciencia nos ha llevado a creer durante los últimos trescientos años, el simple hecho de considerar que nuestra experiencia interna puede afectar a la realidad es una herejía. Esta idea difumina la zona de seguridad que ha separado tradicionalmente la ciencia de la espiritualidad, y a nosotros de nuestro mundo. En lugar de pensar en nosotros mismos como víctimas pasivas de las cosas que «ocurren» sin razón aparente, esta consideración nos hace directamente responsables de nuestra vida.

En esta posición hemos de afrontar pruebas innegables que confirman que somos los arquitectos de nuestra realidad. Esta confirmación también nos lleva a ver que tenemos el poder de hacer que la enfermedad quede obsoleta y de relegar la guerra a un recuerdo del pasado. De repente, la clave

**Creencia 1:** los experimentos muestran que enfocar nuestra atención cambia la realidad misma, y sugieren que vivimos en un universo interactivo.

para catapultar nuestros mayores sueños hacia la realidad está a nuestro alcance. Todo vuelve a nosotros: ¿dónde encajamos en el universo? ¿Qué se supone que hemos de hacer en la vida?

¿Qué podría ser más importante que responder a estas preguntas, comprendiendo las consecuencias de esta revolución para nuestras vidas, y descubriendo lo que significa para *nosotros*? En un mundo donde las mayores crisis de la historia conocida amenazan nuestra supervivencia, podemos decir que nuestro futuro está en juego.

### Las falsas suposiciones de la ciencia

Aunque la revolución en nuestra manera de pensar con respecto a nosotros mismos comenzó hace casi cien años, es posible que no fuera reconocida por las personas de a pie dedicadas a sus rutinas cotidianas. El cambio que aporta a nuestras vidas aceleradas de apretadas agendas, relaciones por Internet y programas de telerrealidad está ocurriendo a un nivel tan sutil que pocas personas se dan cuenta de que ya ha comenzado.

Es poco probable que hayas leído sobre esta revolución en el periódico matinal, por ejemplo. Y es poco probable que la cuestión de la «realidad» haya sido el tema de conversación en tu reunión semanal del personal, o en la máquina de café del trabajo... a menos que seas un científico que trabaja por comprender la naturaleza de la realidad. Para estas personas, la revolución es como un enorme terremoto cuyo registro se sale de la escala, al tiempo que echa por tierra algunas de las creencias más sagradas para la ciencia. Sus efectos atronadores resuenan en los laboratorios, aulas y libros de texto como un estallido sónico interminable. Y su estela está dejando un amplio rastro de enseñanzas desfasadas, junto con la dolorosa reevaluación de muchas creencias largo tiempo sostenidas, e incluso de profesiones que están quedando obsoletas.

Aunque puede parecer tranquila, la transformación que esta revolución produce en nuestras vidas ha erupcionado con una fuerza que no es comparable con nada del pasado, porque los mismos descubrimientos que han provocado las preguntas también llevan a la conclusión de que los «hechos» en los que hemos confiado durante trescientos años