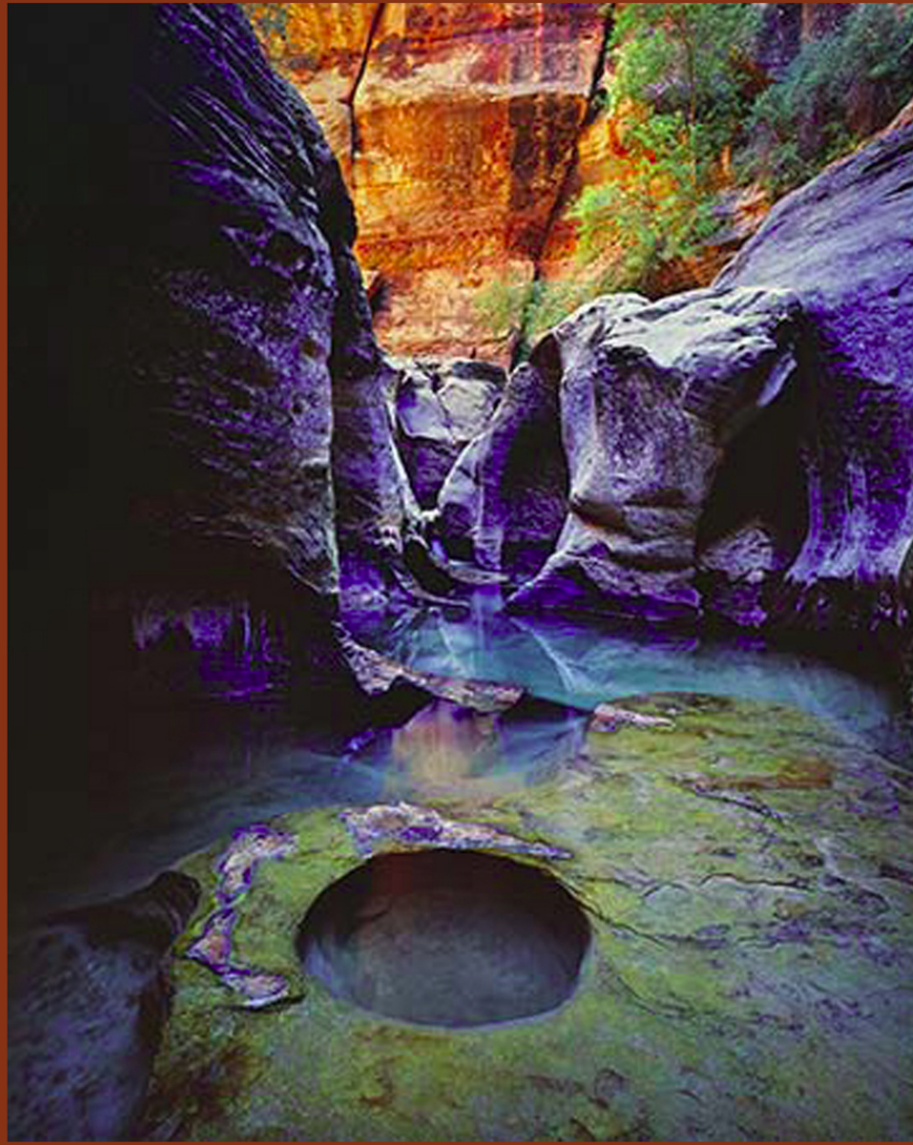


Fotografía de Michael Fatali 'Agua Sagrada'



ERIC ROLF

NANOW

Imagin-Acción

Hazlo rápido, pequeño, simple y completo

Introducción a la Ley de la Confusión y a la Ley de la Claridad
CLAVES Y PRÁCTICAS PARA LA EXPERIENCIA
DE MANIFESTACIÓN//ATRACCIÓN

COPYRIGHT

Diseño de la Portada: Crystal Augusto.

Fotografía de Portada: “Agua Sagrada” de Michael Fatali.

Puedes encontrar otras fotografías de Fatali en: www.fatali.com.

Todo el material de este e-book está protegido y reproducir parte o la totalidad de su contenido, más allá de atribuciones razonables como la de obtener referencias, requiere el permiso expreso del autor.

DEDICATORIA

Este libro está dedicado a cada persona del planeta Tierra con la esperanza de que la esencia de esta información pueda de alguna manera enriquecerlos y capacitarlos para vivir su aventura espiritual aquí, con mayor conciencia y alegría. De manera específica, este libro está dedicado a mis estudiantes, a los que guío u oriento en mis consultas y programas como mentor, a profesores, a amigos y a otros miembros de mi extensa familia que, a través de tantos años me han inspirado a excavar más profundamente en mi interior, con el fin de alcanzar mayores niveles de esencia y simplicidad, y así comunicarme con mayor claridad. Finalmente, transmitir mi reconocimiento a todos mis maestros, tanto en la educación formal como en la informal, en la visibilidad de la materia como en la invisibilidad de los estados espirituales y en cualquier otra dimensión de la vida en la que ellos se encontraban. A todos vosotros, gracias desde lo más profundo de mi corazón. Me habéis ayudado a saborear y a celebrar la alegría como un resultado natural del escuchar creativo y del acto de dar atención a través de la acción correcta.

RECONOCIMIENTO

Me gustaría dar las gracias a todas aquellas personas que de alguna manera han participado en la creación y en la realización de las experiencias y conocimientos que han hecho posible este libro. Deseo especialmente agradecer a Michael Fatali, un querido amigo y seguramente uno de los fotógrafos más entregados, creativos y perspicaces del mundo, por ofrecerme la posibilidad de usar una de sus magníficas imágenes para nuestra portada. También deseo dar las gracias a Jules Twinde por su colaboración y trabajo de ayuda en la organización de los primeros borradores en inglés y a Sara Gómez Alonso y Emilio Gómez Ruiz por su cuidadosa atención en el significado de las palabras en la traducción. También quiero agradecer a Mónica Gronchi por sus cuidadosas correcciones finales, tanto a la gramática como a la traducción, para llegar a un documento completo y pulido. Finalmente, quiero dar las gracias a mi esposa y colaboradora Crystal, por conseguir mantener mi entorno físico despejado y fluido con su dedicación amorosa y atención creativa a todas mis necesidades y por su diseño tan bello de la portada

ACERCA DEL AUTOR

Biografía y datos de contacto.

Eric Rolf es el creador/facilitador del Arte de la **ImaginAcción** y en el Vivir una Vida **ImaginActiva**, un Modelo basado en la espiritualidad para incrementar la Creatividad, la Intuición, la Productividad, la Abundancia y el Bienestar Físico. Esto es vivir en el **NANOAHORA**.

Eric Rolf ha dedicado toda su vida a la exploración de las raíces internas de los procesos humanos creativos y de comunicación. Resultado de ello es el Idioma Creativo Interior- el secreto de cómo funciona la intuición, de cómo la vida nos habla individualmente y de cómo podemos usar nuestros 10 sentidos internos además de nuestros cinco sentidos externos. Este material está a tu disposición en su libro *La Medicina del Alma*. *La Medicina del Alma* está considerado por muchos el más avanzado y eficiente modelo curativo disponible hoy en día. Durante años, ha sido el secreto curativo de Europa mejor guardado. También incluye el Código Secreto del Cuerpo, la piedra Rosetta de la comunicación de los órganos del cuerpo.

Su página web es www.ericrolf.com. Vive en España desde 1981; en Octubre de 2008, se trasladará a Sedona, Arizona.

Sus creaciones incluyen el Código Secreto del Cuerpo, El Paradigma de la Medicina del Alma, el Idioma Creativo Interior, el Modelo de creatividad de ImaginAcción, la Descripción de la Ley de la Confusión y la Ley de la Claridad, La Numerología del propósito del Alma, Cocina y Conciencia, Los Remedios de Oro Silencioso, junto con un número extenso de cursos y conferencias.

Sus libros son *La Medicina del Alma*, *Contando con tu Alma*, *Tu Mina de Salud*, *Imaginación y números*, *Nanow*, *Enseñanzas*, *Calidad de vida y tiempo*, *Los Remedios de oro silencioso*, así como varios cuentos, entre ellos *El Minero y la Diosa*, y *Las Dos monedas de oro de Práctico Silencioso*.

Eric Rolf ha sido consejero personal y mentor de un gran número de corporaciones, de importantes agencias creativas y de personalidades conocidas, como John Lennon, Yoko Ono, Paul Simon, Carlos Santana, Patti Page, por citar unos cuantos.

Puedes contactarle directamente en awake895@gmail.com

Tel 00 + 1 + 928 204 58 59

www.ericrolf.com

INDICE

| | |
|---|----|
| Prólogo | 7 |
| Terminología | 9 |
| Capítulo 1: Introducción. La comprensión está llena de vida..... | 11 |
| Capítulo 2: La ley de la Atracción (y Distracción)..... | 15 |
| Capítulo 3: Manifestación..... | 17 |
| Capítulo 4: Cambiando situaciones y situaciones que cambian..... | 18 |
| Capítulo 5: Comprensión..... | 23 |
| Capítulo 6: Los 10 sentidos interiores. Identidad Verdadera y el propósito..... | 28 |
| Capítulo 7: La Ley de la Confusión..... | 31 |
| Capítulo 8: Desde la Confusión a la claridad..... | 36 |
| Capítulo 9: La Ley de la Claridad..... | 37 |
| Capítulo 10: Manifestando Visibilidad en la 3ª dimensión..... | 39 |
| Capítulo 11: Acerca del Proceso Creativo Personal..... | 42 |
| Capítulo 12: El desafío del Sentir y Dar..... | 48 |
| Capítulo 13: Experimento significativo. Más fácil Hecho que Dicho..... | 52 |
| Capítulo 14: <i>Nanomovimiento</i> - Poder enfocado, Atención y Acción en <i>nanopasos</i> | 55 |
| Capítulo 15: Expandiendo el concepto <i>Nanomovimiento</i> por toda tu vida..... | 58 |
| Capítulo 16: Los Alimentos del Alma..... | 68 |
| Apéndice: Podía haber sido George Lucas..... | 84 |

NANOW

Imagin-Acción Hazlo rápido, pequeño, simple y completo.

Prólogo

Bienvenido al mundo del Nanow.

Bienvenido al mundo donde lo realmente pequeño es realmente hermoso, magnífico y la posibilidad más poderosa disponible para nosotros los humanos.

Bienvenido al mundo Nanow donde el NanoPaso puede llevarte fácil y claramente adonde tú desees ir.

Bienvenido al mundo Nanow donde se acepta fácilmente que la experiencia humana es 99% invisible, energía creativa consciente y sólo un 1% visible.

Bienvenido a un Ser-Corazón Nanow y también a un Estar ahí, Nanow, los secretos de la causa creativa, el movimiento perceptivo interior y la NanoAcción.

Bienvenido al lugar donde la acción está dirigida desde el corazón, acción basada en escuchar tu interior y el NanoPaso dado con una claridad mental cristalina y con intención firme.

Bienvenido al mundo de la acción sin dudas con una S:M:I:L:E (Sonrisa) Small Movement Into a Larger Experience (Pequeño movimiento dentro de una experiencia más amplia).

Bienvenido al mundo donde verdaderamente puedes hacer aquello que claramente elijas, si estás deseando comprometerte con ello. Lo que significa darle tu NanoAtención de forma regular.

Bienvenido al mundo donde la Ley de la Confusión y la Ley de la Claridad demuestran la naturaleza fundamental de abundancia de oportunidades y generosidad. Donde hay confusión, hay oportunidad, y cuando hay una elección clara hacia la NanoAcción, hay manifestación.

Bienvenido al mundo de ImaginAcción, donde puedes dirigir (Nanopasos) tu camino hacia una vida liberada haciendo uso de las Leyes de la Confusión y de la Claridad.

Bienvenido al mundo donde la gota de agua se percata de que es también océano, un grano de arena, el mundo, y la partícula acepta su total potencial creativo y sus posibilidades a través de la NanoAcción.

Bienvenido al mundo donde puedes hacer todo de forma rápida, pequeña, simple y completa.

Este e-book básicamente resalta que no se trata tanto de hacer muchas cosas sino de hacer relativamente pocas cosas clave muchas veces; como por ejemplo, respiración consciente o NanowRespiración. También muestra cómo las cosas que hacemos todos los días de rutina y hábito, son extremadamente poderosas cuando sabemos que las elegimos conscientemente. Esto puede ser algo tan simple y cotidiano como abrir tus ojos al despertar, sentarte y levantarte de la cama, ponerte las zapatillas una a una, etc. etc. Se trata de elegir cinco actividades obligatorias cada día

por escrito, hacer algo en cada una de ellas y el resto se cuidará por añadidura de manera asombrosa.

Mi intención personal es que tantas personas como sea posible tengan la oportunidad de leer este e-book. Es en gran parte a través de éste y otros dos de mis libros: “Medicina del Alma” y “Contando con Tu Alma- Numerología del Alma”, que consigo completar una ‘trilogía de cuatro partes’ (con agradecimientos y disculpas al difunto pero oportuno Doug Adams, quien acuñó el término con La Guía del Autoestopista Galáctico).

En España, hay un dicho que dice que un recién nacido viene con un pan bajo su brazo pero sin un manual de instrucciones. Buckminster Fuller dijo algo parecido refiriéndose al planeta Tierra, que es como una nave espacial sin un manual de instrucciones. Quizás esto pueda cambiar.

Este libro es un resumen o el fruto de mis 72 años viajando y explorando a través de ambos: paisajes interiores y exteriores. Muchos han denominado su búsqueda con nombres como: la búsqueda del Santo Grial, la búsqueda del elixir de la vida, la búsqueda de la fuente de la juventud, la búsqueda de la inmortalidad, la búsqueda de significado, la búsqueda de Dios o incluso, quizás, una búsqueda de un sitio para aparcar. Einstein describió una vez su búsqueda como el querer descubrir cómo pensaba Dios. Yo he estado siempre más interesado en cómo funcionaban las cosas, en el proceso creativo de la vida. Hace un año, mientras me encontraba en un tanque de flotación en Huelva, España, me di cuenta de que si mi búsqueda tenía un nombre, podría llamarse la búsqueda del manual de instrucciones que debería acompañar a los recién nacidos. Entonces el RTFM de nuestra memoria militar podría tener un nuevo significado, especialmente que ahora la letra F indica Liberación (Freeing).

¡Lee el Manual de **LIBERACIÓN!**

El ‘cuarto’ en la trilogía es la comprensión de que juntos, los tres libros componen ese manual esencial para vivir una vida vitalmente saludable, creativamente productiva, abundantemente generosa, basada en la espiritualidad y no tomándosela demasiado en serio. También podríamos llamarlo “**El hombre invisible se encuentra con el hombre menguante**”. Este título necesita, sin embargo, para su comprensión, de una cierta edad por parte del lector o al menos la apreciación de los clásicos del cine. Quizás una mención especial debería ir dirigida a Robin Williams y su personaje Mork el extraterrestre en la serie Mork & Mindy. Él decía “Nanu! Nanu!” y yo creía que él decía “Nanow Nanow.”

Eric Rolf © 2008

TERMINOLOGÍA

Una pausa para la terminología

Vamos a tomarnos una pausa para la terminología aquí y vamos a aclarar un término que usaremos continuamente en varias aplicaciones de ahora en adelante, el término / prefijo Nano.

Nano tiene sus orígenes en Grecia y significa enano. En español, que tiene raíces greco-latinas, la palabra “enano” equivale a dwarf o midget en inglés.

En el sistema métrico, Nano es un prefijo que indica una billonésima parte, y en ciencias indica la medida más pequeña de todas. Un nanómetro es la billonésima parte de un metro o un nanosegundo es la billonésima parte de un segundo. Para darte una idea de la velocidad que eso supone, la luz se mueve a 299,338 kilómetros por segundo y eso equivale a 30.48 centímetros por nanosegundo. En términos de espacio, una nanopartícula tiene una superficie de una billonésima de metro. Si puedes imaginar un balón de fútbol en relación con el tamaño de la Tierra, entonces una nanopartícula sería la pelota.

La idea de pequeño y rápido es lo que se aplica a nuestro uso de la palabra Nano en nuestra vida cotidiana. También he utilizado una ‘N’ mayúscula como indicador de una actividad consciente y por ello mucho más potente. El término más utilizado será el NanoPaso; significa la acción completa más pequeña y rápida que uno puede hacer. Así mismo nos referiremos a la NanoRespiración en el sentido cualitativo de que una respiración consciente, repetida muchas veces a lo largo del día, puede tener un gran impacto positivo en nuestra vida.

También menciono estar en el NanoAhora (Nanow); un indicador de nuestra conciencia a modo de cambio Nanoestructural. Estas cuestiones son en cierto modo la naturaleza transitoria de nuestra identidad. Tanto los yoguis como los físicos afirman que la vida no es continua a pesar de que lo parezca. Los yoguis dicen que nacemos y morimos con cada respiración. Los físicos señalan que el universo se enciende y se apaga en un Hilbert espacio / tiempo, un fenómeno matemáticamente definido. Una comparación aproximada puede ser la de una raya negra que separa los fotogramas de una bobina o película de cine. Nuestro uso del término NanoMovimiento es un movimiento consciente, pequeño, que no provoca mucha resistencia, una especie de acción instantánea sin esfuerzo.

En el vocabulario moderno, Nanociencia es el campo que investiga este tipo de fenómeno, mientras que la nanotecnología es la disciplina en ingeniería que hace dispositivos útiles para su uso. La palabra tecnología significa la aplicación de un conocimiento científico con propósitos prácticos.

En cierta forma, estamos ofreciendo un tipo de “NanoAhora (Nanow) ingeniería y tecnología espiritual” dirigida a la aplicación más útil del proceso creativo humano y con el propósito de obtener la liberación personal. Nada es más práctico que una acción consciente, única, simple, pequeña y rápida, la cual es altamente potente e integral o completa. Puedes también considerarlo en términos de ingeniería de fe personal.

La referencia al mundo del NanoAhora, es un reconocimiento de que la vida visible en verdad existe a los niveles más pequeños, específicamente hasta el punto donde lo invisible hace un salto liliputiano hasta las sombras de la visibilidad. Después que una partícula comienza a entrar en nuestra dimensión visible, rápidamente se asocia en una especie de red social con otras de la misma clase y de propósito similar para crear una entidad mayor, manteniendo aún así su exclusividad.

Nuestra realidad y la identidad personal final tienen sus raíces en nuestro único NanoAhora que es en sí mismo parte del misterio creativo siempre en expansión de la vida. Tú estás aquí, allí y en todas partes, ¡NanoAhora!

Capítulo 1. - INTRODUCCIÓN - La comprensión está llena de vida

Uno de los principios fundamentales de la teoría de la comunicación es que “toda información cobra sentido dependiendo del contexto en el que se dé- cambia el contexto y el significado cambia instantáneamente.”

Dicho de otra manera, el mundo que ves depende de quién eres y de dónde te encuentras; desde qué “perspectiva” miras y con qué objetivo en mente.

Esto es una consideración significativa para el material que sigue. Es nuestro contexto perceptivo en nuestra propia experiencia de vida, cómo vemos un acontecimiento y desde qué punto de percepción lo hacemos en cualquier momento dado, lo que determina nuestra comprensión.

Cada uno de nosotros tiene una multitud de puntos de vista, y no siempre vemos y evaluamos lo que a los demás les puede parecer “el mismo hecho” de la misma manera. A medida que nuestra experiencia de vida crece y cambia, también lo hace ese crecimiento de vida en nuestra percepción y comprensión.

Otra verdad acerca de la información significativa, aunque no siempre un hecho obvio, es que contesta a una pregunta o que implica una pregunta no formulada. Se parece al conocido juego de televisión Jeopardy, en el que te dan la respuesta, y tú tienes que proporcionar la pregunta. Por ejemplo, el presentador dice: “¿El primer hombre en correr una milla en menos de cuatro minutos?” La respuesta correcta es: “¿Quién es Roger Bannister?”

En mi carrera de comunicación, que ha incluido artículos en periódicos y revistas y la presentación de programas de radio, así como consultas y seminarios, siempre he sentido debilidad por las entrevistas. He estado en ambas partes, como entrevistador y como entrevistado. Una de las razones tenía que ver con el formato pregunta/respuesta en el cual la pregunta genera un contexto apropiado para la respuesta y ayuda a mantener el flujo de información, bien centrado y con un alto grado de claridad.

Con esto en mente y considerando que este e-book describe las leyes de la confusión y de la claridad, que pueden parecer un poco abstractas a veces, incluso cuando todos las conocemos por experiencia, he decidido usar el formato pregunta/respuesta. Espero que esto mantenga los conceptos en segmentos más pequeños y manejables, y sostenga un mayor grado de claridad y significado posible.

El formato pregunta/respuesta parece añadir también una especie de comunicación personal, mano a mano, que considero fundamento de toda comunicación, incluso hablando con grupos grandes, que son de hecho un conjunto de individuos, cada uno buscando respuestas a sus propias preguntas e inquietudes. Efectivamente, la vida nos habla a cada uno de nosotros de forma totalmente personal. Este es uno de los secretos de cómo funciona la intuición, que yo describo en términos del Idioma Creativo Interior y que exploro más a fondo en La Medicina del Alma.

Una ventaja de ser el interrogador y a la vez el que responde es que puedo determinar el foco y mantenerlo; mientras que a menudo los entrevistadores se sienten estimulados por algo dicho y

entonces se salen por la tangente. Naturalmente, el objetivo de la mayoría de las entrevistas no es producir un libro o un documento altamente especializado. Mientras que esto puede resultar interesante desde el punto de vista del oyente o lector, difumina el objetivo cuando se intenta compartir nuevos conceptos con claridad.

¿Por qué escribes esto en formato e-book?

Escribo este material a modo de e-book pequeño e independiente simplemente para poder compartirlo tan rápidamente como sea posible.

En última instancia, la información también formará parte de un contexto más amplio llamado **“IMAGIN-ACCIÓN”**, los secretos de la **“IMAGIN-ACTIVA”** forma de vida. Esto se impartirá en cursos o a través de Internet.

“IMAGIN-ACCIÓN” es un contexto creativo y que incluye metodologías en el arte de permitir y experimentar directamente: el alinearse con el alma, la responsabilidad personal creativa, el amor, la alegría, la buena salud, la abundancia y el bienestar. Se trata de avanzar suavemente desde la visión creativa a través del ciclo creativo hasta la elección altamente intencionada, la acción espontáneamente planeada, la realización visible, el compartir, la celebración y el desapego.

Gran parte de la esencia del material se incluye aquí de forma resumida.

¿Por qué tanta prisa?

La prisa, o el porqué ahora, está relacionado con el éxito del libro / película **“The Secret”**, que fue lanzada inmediatamente después de **“¿Y tú qué sabes?”** y otras películas relacionadas con la conciencia de los últimos años. Básicamente ha habido dos resultados:

La primera es un renovado interés por la llamada Ley de Atracción. La idea de que atraemos/ creamos los acontecimientos de nuestras vidas directa e indirectamente.

La segunda es el considerable malentendido y la confusión relacionados con la comprensión de esto y, especialmente, con su aplicación tratando de conectar con resultados específicamente deseados. La mayor confusión se da en términos de lo que se requiere por nuestra parte. El Dr. Robert Anthony, conocido por ser en gran parte inspirador del proyecto, decía lo siguiente:

*“Estoy agradecido a Rhonda Byrne por mencionarme en su libro como el inspirador de **“The Secret”**, una obra que en esencia trata de la Ley de la Atracción, algo sobre lo que he estado enseñando estos 30 años. Una de las razones por las que rechacé involucrarme en el proyecto fue porque sentí que el mensaje era demasiado **“light”**. Cubría tan solo una parte de la ecuación de la Ley de Atracción, pero no hacía referencia al componente de la Acción o al proceso de continuación. Ni tampoco hablaba de nuestras creencias inconscientes, y de cómo la mayor parte del tiempo no somos conscientes de lo que estamos manifestando desde nuestra mente inconsciente. El efecto conseguido es que muchas personas se inspiraron en un primer momento, pero después quedaron algo decepcionadas o desorientadas cuando intentaron aplicar **“The Secret”** en sus vidas de forma continua.”*

¿No te gustó la película?

Personalmente, considero la película “The Secret” excelente, bien concebida y entretenida. Es una presentación básica y estimulante de lo que algunos llaman la ley de atracción, aunque implica limitaciones de superficialidad propias del cine y de este guión. La película emitía un punto básico, algo que era nuevo para muchos, y repetía y repetía el mismo mensaje a través de la voz y el testimonio de varios reconocidos (ahora incluso más) profesores de éstos y otros principios espirituales relacionados.

Sí, ha sido definitivamente una contribución positiva y creativa a la caja de herramientas de percepción de nuestra actual cultura y ha servido para motivar a la gente hacia un tipo de acción diferente, algo para lo que el cine es especialmente apropiado.

¿Qué reservas o críticas tienes hacia la película?

Sería más exacto decir que debido a ciertas limitaciones en la percepción, especialmente por parte de la audiencia (pero también por parte de los productores de la película), ha generado una igual cantidad de confusión. Aprecio la naturaleza de la confusión y el valor de la claridad. Siento que yo puedo hacer una contribución en esta área. He dedicado mi vida entera a explorar en profundidad los procesos humanos creativos y de comunicación. La ley de atracción es una pieza de información valiosa que tiene significado en el contexto de la creatividad personal y la comunicación.

La sutileza no es una cualidad de las masas, a pesar de que, a la vez, cada individuo sea capaz de alcanzar considerables grados y profundidades de sutileza perceptiva. Depende principalmente del área de interés y del contexto en el que el sujeto mantiene ese interés en su vida. Cuanto más grande y profundo sea el interés y la experiencia personal, más grande será el potencial de sutileza perceptiva. Y viceversa también.

También es cierto que oímos mayormente lo que esperamos y lo que queremos oír. Lo que la mayoría quiere oír es algo cercano a una píldora mágica o a una solución que requiera poca o ninguna acción de nuestra parte, incluso aunque digamos todo lo contrario. A menudo encontramos personas que aseguran estar dispuestos a hacer lo que sea por cambiar su vida u obtener un resultado deseado, y de hecho son las que menos hacen, o incluso no hacen nada.

Vivir es una acción, un movimiento, un hacer, interna y externamente; y un contexto de percepción. Ese conjunto dinámicamente interactivo de valores, creencias, experiencias e interiorizaciones es el que determina el mundo que habitamos a cada instante junto con nuestra experiencia de ello.

¿Cuál es tu intención con este libro?

Mi intención con este e-book es aclarar la comprensión de la ley de atracción (hacia dónde señala concretamente más que a lo que dice literalmente) desde una estructura de percepción ligeramente diferente. Considero que esta transformación de la confusión a la claridad permitirá a cualquiera aplicar esos principios y obtener los resultados que desean con el objetivo de liberarse.

Me refiero a “ser libre”, ser creativo, sentir, hacer y cuidarse libre, generosa y alegremente, desde una óptica espiritual más que desde una perspectiva material.

Todos estamos aquí en una aventura espiritual para escuchar, sentir y dar; para explorar el amor, la alegría, la creatividad, el movimiento, la expansión, la evolución y, sobre todo, la liberación de los límites que nuestra personalidad visible pueda imponer en el alineamiento con su esencia espiritual o alma. Parece una pérdida de tiempo e incluso triste sugerir que lo transformamos todo en una especie de extravagancia comercial cósmica.

En este libro, también comparto por primera vez, los Nano conceptos y la comprensión creativa así como la descripción de la ley de confusión y la ley de la claridad.