

MEDITACIÓN DEL **CÓDIGO FUENTE**

ACELERA TU EVOLUCIÓN MEDIANTE
LA ACTIVACIÓN DEL CEREBRO
SUPERIOR

Doctor Michael Cotton

“El doctor Michael Cotton es el genio visionario que ha concebido, protagonizado y administrado este proceso capaz de cambiarte la vida. Aunque es complicado, se basa en una investigación científica innegable, y el doctor Cotton simplifica los conceptos para hacerlos accesibles a estudiantes de cualquier nivel. Lo que él enseña funciona. Está cambiando mi vida y las de muchos otros. Está en la vanguardia de algo enorme, y los primeros participantes establecerán los cimientos a medida que esto explote en todo el mundo.”

—Dan Hostetler, director ejecutivo de Above and Beyond Family Recovery Center, y antiguo director ejecutivo del Parlamento de las Religiones del Mundo.

“Qué bendición ha sido haber experimentado el trabajo del doctor Michael Cotton a través de Higher Brain Living y la Meditación del Código Fuente. Estos métodos para energizar las estructuras del cerebro superior y salir del estrés y el agobio del cerebro inferior han cambiado drásticamente mi experiencia interna y externa de la vida. Me interesan estos métodos como medios de desarrollo espiritual. No conozco ninguna otra técnica en el planeta que pueda generar semejante impulso, paz, presencia, intuición y progreso hacia los niveles más expansivos del ser. ¡La Meditación del Código Fuente nos eleva a nuevos niveles de expresión de nuestro propósito, significado, conexión, amor, dicha y libertad!”

—Reverenda y doctora Rachel Wetzteon, ministra, anfitriona de los audios de REV with Rachel, y autora de *Radiantly Free: Recreating Life & Health from the Radiance of You*.

“He estado esperando toda mi vida un programa que aunara siglos de indicaciones casuales de que en esta vida hay algo más por descubrir. Nunca me pareció bien que solo tuviera acceso al 10 % de mi cerebro. Gracias al programa de la Meditación del Código Fuente estoy experimentando un crecimiento exponencial en mi creatividad como música y bailarina, además de sentirme cada vez más conectada a mis círculos sociales y con el mundo en su totalidad.”

—Christine Sotmary, directora de Gonna’ Dance Forever Acupuncture.

“Durante muchos años he sufrido depresión y ansiedad, aunque tomaba medicamentos recetados y hacía terapia. Me sentía apática con respecto a la vida y solo hacía lo mínimo para ir tirando. Ahora me sorprende a mí misma porque miro por la ventana y me maravillo de lo bello que es todo. La gente, tanto amigos como extraños, todos me parecen igualmente hermosos. Me siento admirada, maravillada y agradecida cada día, sin hacer ningún esfuerzo especial y sin que la situación lo requiera. La vida sigue planteándome sus desafíos, pero soy capaz de navegarlos intencionalmente con más facilidad sabiendo quién soy. Practico la Meditación del Código Fuente con ganas y puedo usarla en cualquier momento, incluso esperando en la cola de la tienda de comestibles. He dejado de huir del pasado. Vivo plenamente en el presente y me siento atraída por un futuro chispeante. Me siento feliz de estar viva y viviendo mi vida.”

—Barbara Brouwer, MSOM, LAc, LMT, RScP

“Como científico (físico cuántico) y persona inquieta, he estado durante décadas buscando algo que realmente funcione, algo que pueda aprovechar tanto la ciencia como la espiritualidad, algo que ofrezca la verdadera posibilidad de crear un cambio personal y social masivo, la posibilidad del cielo sobre la tierra, y no un simple desvío espiritual. Lo he encontrado. Mis experiencias con esta tecnología han sido muy profundas e incluso milagrosas, y al mismo tiempo puedo entenderlas científicamente. Y como también ofrezco a los demás este trabajo, mis propios clientes me informan de cambios igualmente reales y profundos en sus vidas. El creador de este método, el doctor Michael Cotton, es un genio y un profesor magistral de este trabajo revolucionario. No hay otra versión más fácil del verdadero cambio evolutivo.”

—Steven Giron, doctor en física de las partículas elementales, maestro facilitador certificado de Higher Brain Living.

“He estado en el camino espiritual la mayor parte de mi vida. He practicado muchas modalidades y técnicas para avanzar y sanar. La Meditación del Código Fuente eleva el crecimiento personal y la sanación a un nuevo nivel. Miro y siento la vida de una manera más pacífica y bendita. Mis cambios de conciencia ocurren rápidamente y son completos. En general, ahora gestiono las situaciones existenciales mejor que nunca.

Me encanta poder contemplar mi vida con más claridad, y por lo tanto evitar la necesidad de reaccionar a situaciones. Seguiré con este programa mucho después de haberlo completado. Lo recomiendo encarecidamente a cualquiera que desee experimentar el cielo en la tierra.”

—Cathi Hampson, hipnoterapeuta certificada, Zenith Energy Master, y facilitadora de Higher Brain Living.

“La Meditación del Código Fuente es la respuesta para los atareados occidentales que quieren despertar al propósito de su alma. Me siento fortalecido porque puedo energizar mi propio cerebro cuando quiero. Nunca he sentido más significado, propósito o pasión. Estoy viviendo una vida que verdaderamente merece la pena. En mis años de búsqueda, nunca he visto nada que produzca transformaciones tan rápidas.”

—Marty Clemons, fundador de SYNC BioResources.

Dedicatoria

Este libro está dedicado al amor de mi vida, Laura Cotton.

*Tu perfecta encarnación del divino femenino
me envolvió con tu amor y creó un espacio sagrado
en el que pudo emerger el propósito de mi vida.*

Este libro no se habría escrito sin ti.

Gracias por nuestra vida juntos, pequeña mía.

ÍNDICE

Preludio – Milagro en México	17
Prefacio – A medio camino entre los dioses y las bestias	21
Introducción	25
<i>Mi historia</i>	25
<i>La gran búsqueda y el descubrimiento</i>	27
<i>El futuro del yoga, la meditación y el movimiento del potencial humano</i>	32
<i>¿Creemos realmente que la transformación es posible?</i>	33
<i>Ahora que es el momento adecuado</i>	36
PRIMERA PARTE – La base	41
1. La base de la Meditación del Código Fuente	43
<i>Tu cerebro de la Edad de Piedra te está comiendo vivo</i>	43
<i>Por qué la “Autoayuda” raras veces ayuda</i>	46
<i>Por qué el cuidado de la salud y el bienestar raras veces produce salud y bienestar</i>	51
<i>La solución</i>	56
<i>Activar la energía de tu cerebro superior</i>	60
<i>La ciencia de la energía de transformación y sus caminos</i>	69
<i>Los mecanismos del cerebro superior y la energía de transformación</i>	72
<i>La base de la Meditación del Código Fuente – Crear el estado de crecimiento biológico</i>	77
<i>Empecemos</i>	82
<i>La base de la MCF</i>	83

2. Meditación del Código Fuente – La primera revolución del cerebro....	89
<i>Los lóbulos ángel – Un nuevo cerebro emergente.....</i>	<i>91</i>
<i>El cerebro superior y las emociones que impulsan el cambio.....</i>	<i>93</i>
<i>El cerebro superior y los pensamientos de orden superior</i>	<i>96</i>
<i>El cerebro superior y la experiencia espiritual.....</i>	<i>98</i>
<i>El síndrome de la sabiduría adquirida: evidencia</i>	
<i>innegable del potencial transformador del cerebro.....</i>	<i>101</i>
<i>La nueva arquitectura de tu cerebro ha llegado pero... ..</i>	<i>103</i>
<i>La zona silenciosa está a punto de rugir.....</i>	<i>105</i>
<i>El renacimiento del siglo XXI.....</i>	<i>107</i>
<i>Piratear la meditación.....</i>	<i>108</i>
<i>Aprende la técnica MCF.....</i>	<i>114</i>
<i>Las nueve cumbres de transformación, resumen breve</i>	<i>116</i>
3. Metateoría integral: tu mapa de la realidad para el siglo XXI	119
<i>Una breve introducción</i>	<i>119</i>
<i>Las cuatro dimensiones.....</i>	<i>121</i>
<i>Mente y cerebro, dos perspectivas irreductibles de un holismo....</i>	<i>122</i>
<i>La retroalimentación del cerebro inferior</i>	
<i>en las cuatro dimensiones de la vida.....</i>	<i>127</i>
4. Estados de iluminación.....	137
<i>Despertar del alma.....</i>	<i>139</i>
<i>Despertar trascendental.....</i>	<i>140</i>
<i>Despertar unitario</i>	<i>143</i>
<i>Piratear la iluminación con la MCF y las nueve cumbres</i>	<i>146</i>
5. Transformaciones verticales de tu cerebro, conciencia, cultura.....	149
<i>Cómo crecemos</i>	<i>153</i>
<i>Las estructuras cerebrales dominantes propuestas/fisiología</i>	<i>155</i>
6. ¿Qué hay de malo en quedarnos donde estamos?.....	157
<i>¿Nos estamos quedando sin tiempo?.....</i>	<i>157</i>
<i>Elementos sombra y circuitos del cerebro inferior.....</i>	<i>161</i>
<i>La quinta época y sus “creativos culturales” –</i>	
<i>posicionados para transformar el mundo</i>	<i>163</i>

7. Sexta época – El emerger del nuevo ser humano	167
<i>¿Una historia de ciencia ficción?</i>	167
<i>El emerger de la sexta época</i>	174
<i>Señales de que estás entrando en la sexta época</i>	177
<i>Piratear (acelerar) la evolución</i>	184
<i>El ADN floreciente del Nuevo Humano</i>	186
<i>El espacio sagrado del “NOSOTROS”</i>	187
<i>El pastel rojo terciopelo (El contexto como agente causativo)</i>	190
<i>Época 6 Ascensión</i>	193

SEGUNDA PARTE – Meditación del Código Fuente y las nueve cumbres de la transformación	203
---	-----

Las nueve cumbres de la transformación	205
<i>CUMBRE 1: Despertar del alma</i>	207
<i>CUMBRE 2: Despertar trascendente</i>	210
<i>CUMBRE 3: Despertar unitario</i>	214
<i>CUMBRE 4: Tu yo auténtico y el propósito de tu alma</i>	218
<i>CUMBRE 5: Mira hacia arriba: promueve</i> <i>la trayectoria vertical del yo auténtico</i>	225
<i>CUMBRE 6: Mira hacia abajo: recupera la espiral del desarrollo</i>	229
<i>CUMBRE 7: Ilumina, libera y transmuta la sombra,</i> <i>convirtiéndola en combustible para el cerebro superior</i>	236
<i>CUMBRE 8: Nuestros códigos vitales</i>	248
<i>CUMBRE 9: Iluminación evolutiva unitaria</i>	259
<i>El estilo de vida floreciente y evolutivo de la sexta época</i>	265

Bibliografía	267
Lista de ilustraciones	281
Agradecimientos	283
Sobre el autor	285

Por favor, toma nota

Si tienes problemas de salud, o problemas mentales o emocionales, consulta con tu médico u otro profesional del cuidado de la salud antes de comenzar a realizar las prácticas que se proponen en este libro. No asumimos responsabilidad por cómo respondas, puesto que cada persona es diferente.

La Meditación del Código Fuente (MCF) no es un sustituto del cuidado médico o psicológico, ni es una modalidad terapéutica. Es cierto que, a medida que las personas crecen, se puede dar la sanación, pero no sustituyas estas prácticas por el cuidado adecuado de la salud. Por favor, si tienes preguntas, consulta con un profesional. Puedes experimentar muchas cosas a través de la MCF, y debes encargarte de encontrar al profesional que pueda apoyarte mejor. La MCF no trata ni diagnostica.

Lo que ocurre surge de tu interior; la manera en que tu cuerpo se expresará o lo intensas que serán las liberaciones y los cambios es algo que no puede predecirse. De hecho, tu propia fisiología está decidiendo qué hacer, y tú eres responsable de lo que vendrá a continuación. Si las cosas se tornan intensas o confusas en algún momento del proceso, busca lo que creas que te va a ser más útil. También puedes formar un grupo de encuentro en tu comunidad y asistir a las comunidades y grupos en línea que están disponibles en: www.sourcecodemeditation.com

PRELUDIO

MILAGRO EN MÉXICO

*“Cuando hayas descartado lo imposible, lo que quede,
por improbable que sea, debe ser la verdad.”*

—SIR ARTHUR CONAN DOYLE

Hace unos meses participé en una profunda y conmovedora experiencia que tuvo lugar en una pequeña ciudad colonial en las montañas situadas encima de Puerto Vallarta, México.

Una larga lista de sincronicidades llevó a un guía turístico, especializado en visitar ranchos y pueblos que no han sido tocados por el turismo, a contactar conmigo e invitarme a un viaje para conectar con la gente local, ver petroglifos raros y experimentar un lado auténtico de México. Acepté sin tener ni idea de adónde me dirigía. Más adelante, el guía turístico comentó sus intenciones de reunir a un pequeño grupo de sanadores para impactar en las vidas de las personas con las que nos encontrábamos, que podrían estar pasando momentos duros en los pueblos apartados que íbamos a visitar.

Después de una gira preciosa por áreas remotas que contenían petroglifos aztecas, llegamos a una ciudad del siglo xvi llamada El Tuito. Aquí Brad se había enterado de que una mujer estaba deprimida y no podía dormir debido a las pesadillas. Estaba separada de sus hijos y la gente de la aldea la despreciaba porque era “arisca”.

Las seis personas del reducido grupo que él había reunido, entramos juntas en su pequeña casa. En el viaje nos acompañaba una vieja camilla de masaje, y nuestro grupo la instaló en el centro de la única habitación de su hogar. Nuestro guía preguntó a la mujer en español si yo podía hacer el “trabajo de curación” con ella. Apenas podía mantener la atención para comprender lo que le estábamos preguntando, pero accedió y se tumbó en la camilla mientras el resto de nuestro grupo se sentaba alrededor y mantenía una actitud de introspección.

Sentí que me llenaba una profunda sensación de asombro y maravillamiento por lo extraño del momento en aquellas montañas de México, con una mujer tumbada en mi camilla, que no hablaba mi idioma y que prácticamente no tenía ningún contexto para enmarcar lo que estaba a punto de ocurrir. Ese momento me acercó mucho al misterio que teníamos delante y también al “misterio” de todas las cosas. De algún modo, todos los componentes de nuestro grupo nos habíamos rendido a una fuerza invisible que nos había dirigido a este momento, en el que, sin saber, anticipábamos lo que estaba a punto de revelarse.

Mientras estaba tumbada con la cara mirando hacia abajo, le tradujeron algunas de mis palabras al español; yo tomé un momento para reconocer la sacralidad de lo que se estaba desplegando y empecé a introducir elementos del protocolo de Higer Brain Living (el trabajo manual del que se deriva la Meditación del Código Fuente). A través del toque introduje la información de un código único, diseñado para liberar energía sutil de su cuerpo hacia su cerebro... y así ocurrió. A los pocos momentos todo su cuerpo comenzó a “respirarse a sí mismo” a medida que las oleadas de energía lo atravesaban, liberando décadas de sufrimiento.

El resto del grupo permaneció sentado, asombrado y con profundo respeto ante el poder de esta energía que recorría su cuerpo y ante la profunda verdad que se estaba revelando delante de nuestros corazones y de nuestros ojos. Después de un periodo en el que las energías se disiparon espontáneamente a través de la respiración y las oleadas que recorrían visiblemente su cuerpo —liberando emoción reprimida en cada ápice de ellas—, le pedí que se pusiera de espaldas mientras su corazón se abría y la energía se vertía en las estructuras superiores de su cerebro.

Fuimos testigos de su proceso mientras el “ruido” salía de su mente y su aberrante historia personal era purgada de su fisiología. Transcurrió una hora y media en lo que pareció ser un momento. Ella permanecía aquietada y silenciosa en la paz absoluta de la Divinidad.

Finalmente se sentó; la energía empezó a moverse de nuevo por su cuerpo, y con los ojos y la convicción de alguien a quien se le ha permitido ver la verdad, declaró dramáticamente que sentía que la energía la bañaba desde los dedos de los pies hasta la cabeza, y que pensaba que su cerebro había estado muerto y ahora había vuelto a la vida. Declaró que finalmente era libre, y dijo que se sentía tocada por Dios y que estaba “feliz, feliz, feliz”.

Los ojos de todos los presentes estaban llenos de lágrimas; sabíamos que habíamos sido testigos de lo sagrado.



Contemplé profundamente el significado de este evento y la facilidad y la belleza con las que se había desplegado, reflexionando sobre cómo contrastaba con nuestro estado de ánimo postmoderno, y el desencanto que esta visión del mundo habita tan ciegamente. Me di cuenta de que años de condicionamiento habían hecho que el cinismo y el nihilismo fueran la norma. Pero no son normales. El cinismo es para los perezosos y el nihilismo atañe a los que están perdidos. Pretender que nuestras creencias racionales, occidentales y materialistas revelan la realidad última no es intelectualmente honesto.

Debemos trascender las viejas formas, aunque incluyendo lo mejor de ellas. No queremos abandonar la conciencia racional, pero, por otra parte, DEBEMOS aprender a buscar la fuente de nuestra verdad en algo más profundo. *Ese algo habita dentro de nosotros*. Tenemos tantos condicionamientos que deshacen la maravilla, que se ha vuelto fácil vivir una vida de desesperación callada.

Pero, en realidad, este mundo no es sino puro encanto. Simplemente lo hemos olvidado. La historia de nuestros orígenes comienza con un universo que explota y viene a ser de la nada hace 13,8 miles de millones de años. Entonces y ahora, las partículas cuánticas surgen bailando continuamente de ninguna parte y llegan inexplicablemente al espacio y al tiempo. Un Eros que no vemos está dirigiéndolo todo hacia mayores grados de complejidad biológica y hacia mayores grados de ese misterio de misterios: la conciencia. Y pensemos: si somos verdaderamente honestos, no tenemos ni idea de por qué hay algo (cualquier cosa en absoluto) y no, más bien, la nada. Todo es radicalmente incognoscible y me recuerda una cita de san Agustín: “Si lo comprendes, no es Dios.”

Y así es. En este reino relativo del espacio y del tiempo, estamos aquí mismo, ahora mismo, y somos la evolución haciéndose consciente de sí misma; todo el misterio está codificado en nuestro ADN, los 13,8 miles de millones de años del devenir cósmico anidan en nuestro cuerpo, la conciencia omnipresente que lo impulsa todo hacia delante nos ha dado el mismo “ser” que conocemos absolutamente como nuestra existencia personal.

Y allí estaba yo, en aquella montaña mexicana, siendo testigo de un milagro más en la interminable sucesión de milagros. Pero, ¿qué significa este milagro? ¿Cuál es mi responsabilidad por haberlo visto? ¿Qué debemos hacer cuando se nos ha permitido ver? ¿Qué poderes yacen verdaderamente dentro de nosotros?

Preludio

El 16 de febrero de 2017, en Tuito, México, unos pocos toques suaves despertaron una inteligencia dormida y liberaron un alma perdida. ¿Qué potenciales dormidos esperan todavía que los descubramos? ¿Quiénes somos realmente? ¿Adónde vamos a partir de aquí?

Michael Cotton
Chicago, IL, 2017

PREFACIO

A MEDIO CAMINO ENTRE LOS DIOSES Y LAS BESTIAS

Hace casi dos mil años, en la antigua ciudad de Alejandría, el sabio filósofo Plotino declaró: *“La humanidad está a medio camino entre los dioses y las bestias.”* Creo que lo entendió muy bien, y creo que la neurociencia moderna lo confirma. Nosotros, los humanos, tenemos una región inferior del cerebro, primitiva e inconsciente, cuyo propósito era asegurar nuestra supervivencia en un mundo peligroso, brutal y hostil. Esta parte antigua de nuestro cerebro evolucionó en un tiempo en que en el entorno había muchos depredadores, y aunque los depredadores ya no acechan detrás de cada roca y de cada árbol, este cerebro nuestro “de la Edad de Piedra” sigue funcionando a plena capacidad de vigilancia, generalmente sin nuestro conocimiento o elección.

Pagamos un precio terrible por esta dominancia del cerebro inferior en el mundo moderno. Las percepciones y reacciones del cerebro inferior primitivo detienen nuestro desarrollo hacia la conciencia superior y reducen nuestro potencial de mayor creatividad, entendimiento, y de tener una existencia más significativa. Damos vueltas continuamente a los mismos pensamientos (incluso si son negativos), circunstancias, relaciones y entornos que nos son familiares porque, para el cerebro inferior, seguir igual es equiparable a seguridad.

En nuestras vidas del siglo xxi, estos mecanismos de supervivencia primitivos del cerebro inferior se enfrentan con el potencial de nuestro “yo superior”, un potencial que yace dormido en el recién emergido, y en gran medida durmiente, *cerebro superior*. El cerebro superior humano busca la creatividad, el cambio y el crecimiento, pero, por debajo de nuestro umbral de conciencia, el viejo cerebro inferior sigue dominando nuestra existencia. El cerebro inferior inconsciente reacciona ante la posibilidad de un cambio de vida significativo (incluso si es positivo), como si estuviera

zambulléndose en lo desconocido, y lo desconocido muy bien podría albergar peligrosos depredadores. Así, el cerebro inferior se resiste al cambio y siempre regresa por defecto a lo que nos mantendría seguros en un mundo pre-moderno, hostil y con abundantes depredadores. Para decirlo llanamente, seguridad significa: no cambies lo que has estado haciendo, porque lo que has estado haciendo te ha mantenido vivo.

De modo que aquí estamos, “a medio camino entre los dioses y las bestias”, a medio camino entre el cerebro superior y el inferior. Atascados. Tenemos vislumbres de trascendencia, y sin embargo siempre volvemos a sentirnos empujados a los viejos patrones que nos son familiares. ¿Estamos destinados a vivir en los estados del cerebro inferior, caracterizados por el miedo, por que todo siga igual, por el estrés, la ansiedad y la apatía? ¿A limitarnos a “sobrevivir”? De ser así, ¿por qué estamos equipados con este cerebro superior en gran medida dormido? La neurociencia moderna nos informa de que el cerebro superior humano y particularmente el “córtex prefrontal”, cuando se energiza, está asociado con la intuición y la comprensión, con estados emocionales elevados y con estados avanzados de conciencia. Sin embargo, esta parte tan notable de nuestro cerebro duerme.

En gran medida, el potencial de nuestro cerebro superior está en silencio, y por más notable que este potencial sea, parece que no es lo único que duerme en el cuerpo humano. ¿Tal vez hayas oído hablar de una “energía durmiente” en el cuerpo? Una energía de cuyo despertar se ha hablado desde tiempo inmemorial en las doctrinas sagradas. Esta energía aquietada ha sido conocida, al menos parcialmente, durante milenios, y las antiguas artes curativas y las tradiciones de sabiduría la han reverenciado tanto en Oriente como en Occidente. Los textos sagrados nos informan de que, cuando esta energía se activa, fluye a lo largo de rutas ocultas de nuestro cuerpo, impactando positivamente en nuestra salud y bienestar, y expandiendo la conciencia.

Imagina los cambios que nos estarían esperando si comprendiéramos esta energía en términos científicos modernos y pudiéramos movilizarla y cultivarla consistentemente para que “active” el cerebro superior. ¿Qué pasaría, escucha bien, si esta fuente de energía corporal hubiera evolucionado con las nuevas estructuras del cerebro superior y fuera parte de un circuito que pudiera aportar un combustible muy necesario para el logro más avanzado de la evolución, llegando a los confines más elevados del cerebro humano? ¿Y si el cerebro inferior no soltara su dominio en la medida suficiente como para que esta energía

sublime pudiera “alinearse”, completar su circuito en el cerebro superior y traer a la vida el potencial revolucionario que encierran los aspectos más elevados de nuestro sistema nervioso central?

Creo que, como especie, nos encontramos exactamente aquí.

Ahora, miles de años después del descubrimiento de estas rutas misteriosas en el cuerpo y de la energía que albergan, *se ha descifrado un código*. Se ha descubierto y desarrollado una técnica consistente, repetible y enseñable que activa delicadamente estas rutas y proporciona una liberación de la energía latente, que a continuación se dirige hacia el cerebro superior y lo despierta.

De esta manera, nuestro cerebro superior, la “corona de la creación” que todavía no metaboliza lo suficiente y no está plenamente despierta, puede empezar a completar su potencial evolutivo. Y creo que dicho potencial supone un nuevo comienzo para la humanidad. Implica trascender la vida motivada por el miedo y basada en la supervivencia, que ha de ser reemplazada por un nuevo ser humano y una cultura del estar despiertos e iluminados, siempre en estado de evolución consciente.

Imagina un mundo en el que el cerebro inferior todavía estuviera a nuestra disposición cuando lo necesitáramos, pero que el “centro de mando” cerebral cambiara al nuevo cerebro que se ha desarrollado más recientemente. Esta parte superior del cerebro despertaría en la totalidad de la humanidad, y podríamos dirigir sus estados empoderados hacia todas las áreas de la vida.

¿Podrían la alegría, el propósito, la pasión y el significado convertirse en el nuevo punto de partida de nuestra vida? ¿E incluso la iluminación? ¿Podríamos crear el cielo en la tierra? Creo que podemos. Si una “minoría significativa” de nosotros se compromete a realizar este cambio de la tensión del cerebro inferior a la iluminación del cerebro superior, y si aprendemos las maneras más eficaces de vivir desde este nuevo estado despierto, el resultado último solo puede ser un precioso nuevo mundo para todos. ¡Esta posibilidad me pone a cien!

¿Te unes a mí?

INTRODUCCIÓN

MI HISTORIA

Era un lunes, aparentemente como cualquier otro lunes. Sin embargo, en ese lunes particular mi vida estaba a punto de cambiar de manera radical e irreversible. Ese lunes concreto, sin yo saberlo, se iba a poner en marcha el comienzo de mi “nueva vida”. No a causa de algún suceso externo dramático; al contrario, mi vida estaba a punto de transformarse debido a algo que estaba ocurriendo *dentro* de mi cerebro.

El humo que salía de la soldadura y el aluminio quemado llenaban mis sentidos, mientras otro día normal de trabajo se desplegaba de la manera habitual, tal como la mayoría de los demás días de mi vida se habían desplegado antes. Sin embargo, antes de que acabara ese día mi vida habría cambiado para siempre. Sintíendome ausente y soñando despierto en el trabajo, había estado pensando en irme de fiesta el fin de semana siguiente. Me encontraba a mediados de la década de los ochenta, en un taller industrial, completamente distanciado de mi trabajo y de mi vida, como siempre. Era otro día en el que iba haciendo mis movimientos rutinarios, miraba el reloj y rezaba para que acabara la jornada laboral y pudiera encontrar un modo de distraerme de la existencia sin sentido que me había creado.

Mi vida estaba llena de tensión, miedo y apatía. Había sido expulsado de la universidad en el segundo año, y retornar a ella estaba descartado por mis malos resultados académicos. Tenía 26 años y me sentía sin rumbo. De repente, todo cambió. Mientras estaba allí, encorvado, junto a una máquina industrial que emitía un agudo zumbido, en mis viejos tejanos cubiertos de grasa, una sensación de empoderamiento descendió sobre mí, y en aquel mismo momento contemplé mi asombroso potencial. Estaba allí, clavado en medio del taller, transfigurado por una fuente de energía que recorría mi cuerpo y por un conocimiento profundo en mi alma.

Las imágenes, los sonidos y los olores de mi entorno se detuvieron y todo desapareció, excepto mi sentimiento interno de empoderamiento

y la sensación clara de cómo iba a ser mi *nueva vida*. El denso humo de la soldadura y el áspero ruido de aquella fábrica de acero y aluminio, en mitad del Medio Oeste norteamericano, desaparecieron dentro de la nueva atmósfera de mi mente, de la asombrosa visión de lo que estaba por venir: esa visión de una nueva vida cristalizó, y fue lo único que quedó en mi conciencia.

El tiempo se detuvo, esta realización me inundó y de repente rebosaba confianza. En ese momento supe que estaba a punto de transformar mi vida, y que no había nada que pudiera detenerme. Desde este nuevo lugar de empoderamiento, claridad y conocimiento, dejé inmediatamente aquel trabajo y volví a la universidad. Pasé de ser un universitario fracasado a tener un lugar en el cuadro de honor y asumí una carga de créditos por semestre que era el doble de la media. Me matriculé en todas esas clases para poder ser aceptado en una escuela profesional cuanto antes. En cuanto acabé los cursos obligatorios de pregrado, fui admitido en la escuela de quiropráctica y completé un doctorado de cuatro años de duración en solo tres. Me gradué con honores y entré en la lista nacional de la excelencia académica que publican los decanos.

Esto solo fue el comienzo de mi nueva vida, que ahora incluye muchos logros profesionales, como el de ser dueño y gestionar un negocio de éxito en la industria del bienestar y el desarrollo personal, y dar conferencias ante miles de personas. Por último, a comienzos del siglo XXI descubrí y desarrollé el método Higher Brain Living® (HBL), y ahora he desarrollado la Meditación del Código Fuente y las nueve cumbres de transformación. He sido dueño y he dirigido numerosos centros de HBL, he entrenado y certificado a cientos de facilitadores de esta disciplina y actualmente dirijo la sede mundial del Instituto HBL y de Meditación del Código Fuente en Chicago, Illinois. He viajado por el mundo ofreciendo retiros, dando conferencias, enseñando y formando, mientras escribía el libro que ahora tienes en tus manos.

Lo que es particularmente interesante con relación a la historia personal de mi transformación es que no había nada en mi pasado que pudiera haber predicho este cambio tan positivo en mi vida. Pasé de ser un niño estresado, ansioso, y medicado porque sufría migrañas crónicas, y de abandonar la universidad (en realidad fui expulsado, puesto que mis notas eran demasiado bajas para continuar) a convertirme en un triunfador casi de la noche a la mañana. En mi pasado no había absolutamente nada que pudiera predecir un cambio tan profundo en la dirección de mi vida. Entonces, ¿qué estaba pasando exactamente? ¿Por qué yo? ¿De

dónde vino esta nueva dirección, este estado de empoderamiento, esta sensación de confianza, claridad y conocimiento?

Crecí en el Medio Oeste de Estados Unidos y tuve un buen hogar y unos padres que cuidaron de mí. Sin embargo, mi sólida crianza no impidió que fuera por el mundo aturdido, confuso y temeroso. Iba dando tumbos por la vida, sin saber adonde me dirigía, y, de repente, ahora disponía de la claridad y la energía para la transformación. ¿Qué fue lo que me despertó? Y lo que es incluso más importante, ¿qué fue lo que me impulsó a actuar y a transformar radicalmente mi vida? La respuesta a esta pregunta, y el deseo de ayudar a otros a experimentar un cambio transformador en su existencia, se convirtieron en la pasión de mi vida.

Quiero ser muy claro aquí: no estoy sugiriendo que tuve una experiencia de conversión completa, ni que alcancé el estado de iluminación última durante aquella epifanía que me ocurrió a los 26 años. No obstante, lo que sí experimenté fue un cambio muy radical en mi cerebro y en mi conciencia que me llevó a una nueva vida que era casi irreconocible con respecto a lo que había vivido hasta ese momento. Sigo siendo una obra inacabada, tal como todos lo somos cuando adoptamos un modelo evolutivo, pero soy muy diferente de como era antes, y tú también puedes serlo. Aplico cada día los principios y las técnicas de la Meditación del Código Fuente (MCF) y continúo creciendo y evolucionando. Tengo la esperanza de que mi evolución personal, y la tuya, no acaben nunca.

La gran búsqueda y el descubrimiento

Así empezó mi viaje en el confuso mundo del autodesarrollo y del movimiento del potencial humano. Después de mi transformación a la edad de 26 años, me embarqué en una búsqueda de más de dos décadas para averiguar qué hace que se produzca la transformación en algunos individuos aparentemente afortunados, pero no en la mayoría. La mayoría de nosotros, como Henry David Thoreau nos recordó dolorosamente, “vivimos vidas de desesperación callada y vamos a la tumba con nuestra canción todavía en nosotros”. Cuando la mayoría llegamos a la vida adulta, cualquier clase de transformación drástica de la conciencia parece eludirnos, aunque el deseo de liberación existe en millones de personas de todas las culturas y continentes.

Los historiadores, los teóricos integrales y los psicólogos del desarrollo han investigado y perfilado las etapas de la evolución de la mente que

producen maneras radicalmente nuevas de crear significado y de interpretar el mundo. Asimismo, los grandes sabios, tanto de Oriente como de Occidente, han apuntado hacia una experiencia unitaria y última de la conciencia que lanza a la persona a un profundo éxtasis divino. Sabemos que existe la posibilidad de la transformación, pero hasta ahora no hemos tenido un medio o mecanismo para que las masas la alcancen, ni hemos sido capaces de crear algún tipo de cambio vertical (evolutivo) que sea sostenible. Hemos estado avanzando en la oscuridad durante demasiado tiempo, sin una manera adecuada de catalizar y conseguir este precioso despertar para la humanidad. Para la mayoría de nosotros, sentirnos libres de las ataduras a este mundo de sufrimiento y separación parece un sueño que no tiene ninguna verdadera esperanza de ocurrir.

Y el pequeño porcentaje de individuos que experimentan mejoras y transformaciones drásticas en su vida generalmente no entienden cómo ni por qué ocurren. ¿Qué esperanza tenemos la mayoría de nosotros de mejorar nuestra vida de cada día, y mucho menos de alcanzar el potencial exaltado del estado de unidad, conocimiento y conexión? ¿Cómo podríamos esperar alcanzar esta forma avanzada de conciencia iluminada de la que hablan los santos y sabios tanto de Oriente como de Occidente?

De acuerdo con el historiador del misticismo y del yoga Gopi Krishna: “Solo escasísimos seres humanos” han alcanzado alguna vez este estado último del ser en cualquier momento de la historia. Parecería que la suerte ha sonreído a ciertos individuos y les ha garantizado la exaltación. ¿Pero qué pasa con el resto de nosotros? *El floreciente nuevo sendero que se explica en este libro apunta hacia un nuevo camino que puede crear un suelo fértil para nuestro despertar.*



Lo que descubrí después de dedicar mi vida a esta búsqueda fue chocante: en los métodos de transformación personal existe un “eslabón perdido”, y hay una *llave* oculta que debe girarse para que casi cualquier tipo de cambio positivo adquiera el impulso necesario para arraigarse en nuestra vida. Este “eslabón perdido” también nos mantiene a la mayoría de nosotros alejados de las mejoras ordinarias de nuestra existencia, como perder peso, enriquecer nuestras relaciones o expandir nuestro futuro profesional. Este “eslabón perdido” empaña nuestra alegría,

aplana nuestra pasión y oculta nuestro propósito vital. Incluso reduce nuestra capacidad de vivir una espiritualidad profunda y auténtica, y los estados de iluminación.

Lo que ahora sé es que el profundo cambio que se produjo en mi vida hace 25 años solo es el comienzo de lo que le espera a la humanidad si estamos dispuestos a abrirnos a una nueva historia y a comprometernos con un nuevo movimiento que promete revelar un nuevo y asombroso paisaje de posibilidades. Se trata de una posibilidad que solo ahora está empezando a emerger, y que apunta hacia una nueva visión del potencial humano. Lo que llegué a entender es que la clave misma de nuestro crecimiento y de nuestra evolución como individuos y como comunidad mundial reside en energizar los potenciales latentes más elevados de nuestro cerebro. En todos los casos, desde las mejoras comunes que buscamos en nuestra vida diaria, como estar menos estresados y tener mejores relaciones, hasta el potencial para alcanzar los estados de iluminación y transformación de la conciencia, el “eslabón perdido” es el mismo. Este “eslabón perdido” de la transformación personal es la parte de nuestro cerebro altamente evolucionada a la que todavía no hemos accedido y que permanece dormida. La Meditación del Código Fuente es la llave para ponerla en marcha.

Lo que este libro revela no es solo teoría, sino también una nueva manera práctica de girar la llave que nos da acceso al potencial del cerebro superior, a fin de poder “despertar” y usar este nuevo estado cerebral para transformar nuestras vidas.

Es trágico que la parte inferior de nuestro cerebro, que produce estrés y activa sus programas de supervivencia por debajo de nuestro nivel de conciencia, esté secuestrando nuestro potencial y reforzando las áreas problemáticas de nuestra vida. Como aprenderemos, el cerebro inferior alberga el imperativo biológico primitivo de que las cosas se mantengan igual, porque *equipara esa igualdad con la seguridad*.

El concepto es simple; cuando ciertas áreas de tu vida no mejoran, ¡el cerebro inferior está controlándolas! Para que las áreas atascadas de la vida puedan cambiar, el cerebro inferior tiene que soltar y el cerebro superior tiene que activarse. La MCF es una llave, una nueva manera de energizar el cerebro superior inutilizado, liberando su potencial latente para producir un estado emocional empoderado y una conciencia elevada en todas las áreas de la existencia que desees mejorar. ¡Pronto aprenderás a posibilitar este cambio cerebral en ti! Y todavía hay más buenas noticias: cuando un número suficiente de nosotros haga este cambio al cerebro

superior, estoy convencido de que alcanzaremos la masa crítica y se producirá un amplio cambio social positivo. Este cambio cerebral colectivo alterará el estancamiento existente en nuestro mundo y nos abrirá a nuevas posibilidades sobre lo que significa ser plenamente humanos.

En la página web www.sourcecodemeditation.com/demos puedes ver demostraciones de la técnica que se enseña en este libro. Verás la dramática respuesta que se produce en el cuerpo humano cuando el cerebro superior se carga de energía. Para el final de este libro, y con un poco de práctica, serás capaz de hacer lo que ves en estas demostraciones, que ayudarán a poner en perspectiva la profundidad de lo que estás a punto de descubrir.



A medida que avances en este libro, voy a llevarte a realizar la misma búsqueda con la que he estado comprometido en los últimos veinticinco años. Viajaremos a lo profundo del mundo del potencial humano y te mostraré lo que he descubierto. Vamos a recorrer un camino que comenzó hace casi 5.000 años en las cuevas de India. Allí, los adeptos espirituales fueron los primeros en descubrir una misteriosa energía en el cuerpo humano, y dedicaron su vida a investigar prácticas y técnicas para despertarla.

Dichos adeptos destinaron todas sus horas de vigilia a la rara posibilidad de dirigir esta energía sagrada hacia el cerebro para transformar la mente. Habían dado con el “eslabón perdido” y estaban experimentando y buscando la clave que, según creían, podría acabar con el sufrimiento humano y salvarnos de la desesperación de nuestra mortalidad inminente. Se aislaron de las distracciones de la sociedad y se dedicaron durante décadas a practicar, con la esperanza de movilizar esta misteriosa energía y de alcanzar la transformación de la conciencia.

En esta transformación de la conciencia que buscaban, lo más avanzado eran las “experiencias de iluminación”, tan radicalmente separadas de la realidad ordinaria que ofrecían al asombrado buscador respuestas directas e inmediatas a las preguntas inmemoriales: ¿Quién soy yo? ¿Por qué estoy aquí? ¿Qué significa todo esto? Al alcanzar la experiencia de iluminación, uno sentía como si hubiera estado durmiendo toda su vida y acabara de despertar de un sueño. Esta conciencia iluminada confería una experiencia de unidad, conexión y pertenencia que no tenía que ser (y no podía ser) intelectualizada ni “investigada”. Este nuevo estado simplemente ofrecía comprensión a un nivel profundo, más allá