

Jesús A. Mármol

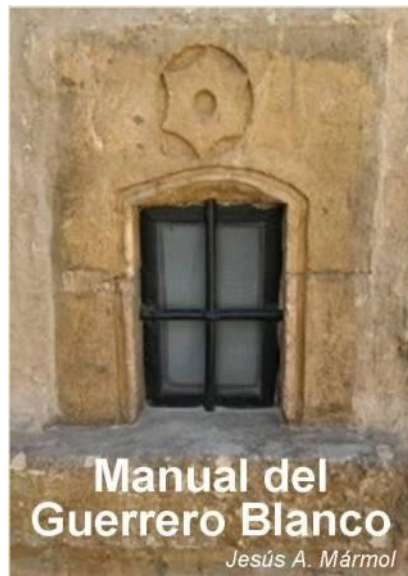
# Manual del Guerrero Blanco







# Manual del Guerrero Blanco



**Jesús A. Mármol**

<http://jesusamarmol.blogspot.com.es/>

© Editorial Bubok, 2013

1ª edición digital

Impreso en España / Printed in Spain

Impreso por Bubok

<http://jesusamarmol.blogspot.com.es/>

Nuestro mundo exterior  
es un reflejo de nuestro mundo interior.

*A mis hijas Carlota y Ariadna,  
maestras de mi viaje hacia la sabiduría personal.*

*A todos los Guerreros Blancos,  
que iluminan el mundo  
con la luz radiante de su compromiso diario.*

# ÍNDICE

## **Introducción, p.8**

## **Bloque I: La Práctica del Hábito del Cambio, p.9**

I.I. El Hábito de la Práctica, p.9

I.II. El Hábito del Cambio Mental, p.9

I.III. El Hábito del Cambio Emocional, p.11

## **Bloque II: Los Seis Maestros, p.15**

II.I. El Maestro de la Impermanencia, p.17

II.II. El Maestro de la Mente, p.21

II.III. El Maestro de la Causalidad, p.27

II.IV. El Maestro del Ritmo, p.31

II.V. El Maestro de la Polaridad, p.36

II.VI. El Maestro del Corazón, p.40

## **Cuento del Guerrero Blanco, p.46**

## **Regla de Maestría, p.57**

# INTRODUCCIÓN

Tienes entre tus manos el compendio de un conocimiento milenario transmitido a lo largo de los siglos por los Guerreros Blancos. Una casta de hombres y mujeres que han pasado desapercibidos a los ojos de la historia, ya que aplican en el mundo la sabiduría de su técnica a través del ejercicio de sus vidas diarias.

Los Guerreros Blancos son personas entregadas a la maestría de la vida, que optan voluntariamente a recorrer el camino de la sabiduría personal en busca del cáliz sagrado de la felicidad, donde el guerrero se funde con el Universo y el Universo manifiesta su diversidad a través del guerrero.

Los Guerreros Blancos descienden de la hermandad entre dos culturas milenarias de monjes guerreros, allí donde el sol y la luna unieron en un solo lazo a Occidente y Oriente, allí donde no existe distinción de raza, sexo o religión, ya que ser un Guerrero Blanco no es luchar contra el mundo sino luchar por el mundo. Puesto que ser un Guerrero Blanco es una actitud personal ante la vida, que entiende la felicidad como un estado de conciencia que se debe trabajar día a día por el bien colectivo de la humanidad, donde el premio individual es vivir la vida que cada uno desea vivir.

El Manual del Guerrero Blanco es la transcripción de un saber que antiguamente solo se transmitía verbalmente entre descendientes e iniciados, pero



como anunciaron ya hace tiempo las estrellas:  
llegó el momento de abrirlo al mundo.

El Manual del Guerrero Blanco, como todo manual es una guía concisa, práctica y de inmediata aplicación en nuestras vidas, y consta de dos bloques fundamentales: la Práctica del Hábito del Cambio y los Seis Maestros.

## **BLOQUE I**

### **La Práctica del Hábito del Cambio**

La Práctica del Hábito del Cambio es el corazón del aprendizaje del Guerrero Blanco, puesto que es tu preparación como iniciado, ya que tú eres el núcleo central sobre el que se centrarán las enseñanzas de los Seis Maestros. Si tú no estás listo, los Maestros no podrán enseñarte a convertirte en un Guerrero Blanco, puesto que los maestros no aparecen hasta que el alumno está preparado.

#### **I.I.-El hábito de la Práctica**

Todo Guerrero Blanco sabe que la práctica lleva a la maestría, pero que no hay práctica sin hábito, ni hábito sin disciplina. Por lo tanto, si tú deseas iniciarte como Guerrero Blanco debes tener la voluntad de integrar en tu vida la disciplina de persistir en la práctica. He aquí la primera regla.

#### **I.II.-El Hábito del Cambio Mental**

Todo Guerrero Blanco sabe que no comienza la iniciación hasta que tú, como pensador, cambies

de mentalidad. Y para cambiar la mentalidad hay que practicar la higiene mental.

La higiene mental tiene un efecto directo sobre los pensamientos, localizados en nuestra Mente, y busca como objetivo el romper los esquemas mentales rígidos y caducos con los que hasta la fecha hemos entendido el mundo y, con él, nuestra vida.

### Práctica:

Al igual que procuras ser limpio exteriormente, así mismo hazlo interiormente con tu mente.

Distánciate de todo aquello que ensucie con pensamientos negativos tu mente, y cada vez que tengas un pensamiento negativo sustitúyelo por su contrario positivo. En un mes habrás reseteado tu vieja mente, modificándola por una nueva.

Para poder sustituir tus pensamientos negativos por positivos debes de mantenerte en estado de vigía con tu mente, debes permanecer en un estado de conciencia despierta de aquello que piensas para que el enemigo, que son los pensamientos negativos, no entren en tu castillo que es la mente.

### Ejercicio:

1. Identifica tus pensamientos negativos y crea su sustitutivo positivo como una oración o mantra personal.

2. Mantén tu mente en estado de alerta frente a la aparición de pensamientos negativos para sustituirlos por los positivos durante 21 días.

3. Como apoyo al hábito del cambio mental para iniciados, créate una tabla de ejercicios diarios en que ejercites la práctica de la sustitución de los pensamientos al menos tres veces al día: al levantarte, al mediodía y antes de dormir.

### **I.III.-El Hábito del Cambio Emocional**

Todo Guerrero Blanco sabe que no comienza la iniciación hasta que tú, como ser emocional, transmutes tus sentimientos. Y para transformar los sentimientos hay que practicar la higiene emocional.

La higiene emocional tiene un efecto directo sobre las emociones, localizadas en nuestro Corazón, y busca como objetivo el limpiar los bloqueos emocionales que enferman nuestra autoestima y nos anclan en un pasado que no permite vivir el presente con el que se construyen los futuros

#### Práctica:

Al igual que procuras ser limpio exteriormente, así mismo hazlo interiormente con tu corazón. Este ejercicio tienes dos partes:

#### Práctica Parte I (Emociones bloqueadas):

Cada vez que sientas el nudo de una emoción negativa bloqueada en tu interior, focalízate en el lugar del cuerpo donde sientas que se encuentra y respírala como si la atravesases, como si la limpiases con la respiración, y ya verás como el nudo se va deshaciendo poco a poco hasta desaparecer. Repite el ejercicio con cada emoción bloqueada tantas veces y durante tanto tiempo como requiera.

Las emociones bloqueadas son como los dolores de cabeza, cuanto más se tarda en tratar más fuertes se hacen, así que el buen Guerrero Blanco no demora la responsabilidad de enfrentarse a ellas tan pronto las percibe con la firme determinación de quien entra en el campo de batalla para salir victorioso, pues de ello depende su salubridad emocional. Ya que las emociones bloqueadas son infecciosas y limitan la capacidad de vivir en el mundo.

Todo Guerrero Blanco sabe que las emociones bloqueadas son atemporales, por lo que cuando se manifiestan interiormente ante una situación externa que las activa emergen a la superficie con la misma intensidad que cuando se crearon, con independencia de los años que hayan transcurrido desde su origen.

### Ejercicio Parte I:

1. Focaliza la parte del cuerpo donde sientas el reflejo físico donde se haya el nudo emocional.

2. Identifica el bloqueo emocional con el pensamiento negativo que lo activa.
3. Transmuta el pensamiento negativo mediante la práctica de la higiene mental.
4. Transmuta la emoción bloqueada mediante la limpieza de la respiración, repitiendo el ejercicio tantas veces y durante tanto tiempo como requiera hasta su sanación.

#### Práctica Parte II (Sentimientos negativos):

Cada vez que sientas que emerge dentro de ti un nuevo sentimiento negativo, cámbialo de grado. El Guerrero Blanco sabe que nuestros sentimientos son idénticos en naturaleza pero diferentes en grado. Así, al igual que variando el grado de intensidad de la temperatura podemos sentir frío o calor, lo mismo sucede con sentimientos como: amor-odio, valor-miedo, culpable-inocente, bueno-malo, éxito-fracaso, etc. Este principio, llamado Ley de la Polaridad, permite al Guerrero Blanco cambiar las circunstancias de nuestra vida no transmutando su naturaleza sino cambiando el grado.

El Guerrero Blanco sabe que, con este principio práctico, no hay que ir en contra de nada, sólo buscamos la polaridad opuesta y la aumentamos. Cada uno de nosotros tenemos secretos personales para cambiar la polaridad de un sentimiento (recordar un ser querido, recrear una canción, evocar una imagen, focalizarnos en

nuestro sueño vital, hacer uso de un amuleto, etc.) Estos secretos personales que nos permiten cambiar la polaridad de un sentimiento son nuestra Llave de Poder.

Para poder sustituir tus sentimientos negativos por positivos debes de mantenerte en estado de vigía con tu corazón, debes permanecer en un estado de conciencia despierta de aquello que sientes para que el enemigo, que son los sentimientos negativos, no entren en la sala del trono del castillo que es el corazón.

### Ejercicio Práctica II:

1. Examina tu estado de ánimo e identifica si te han invadido los sentimientos negativos.
2. Encuentra tu Llave de Poder personal.
3. Transmuta tu sentimiento negativo en positivo cambiando su polaridad mediante el uso de tu Llave de Poder.
4. Como apoyo al hábito del cambio emocional para iniciados, créate una tabla de ejercicios diarios en que ejercites la práctica de la sustitución de los sentimientos al menos tres veces al día: al levantarte, al mediodía y antes de dormir.

## **BLOQUE II**

### **Los Seis Maestros**

Los maestros aparecen cuando el alumno está preparado tras introducir en su vida la Práctica del Hábito del Cambio, ya que la disciplina es la única llave que conduce al iniciado por el camino de la



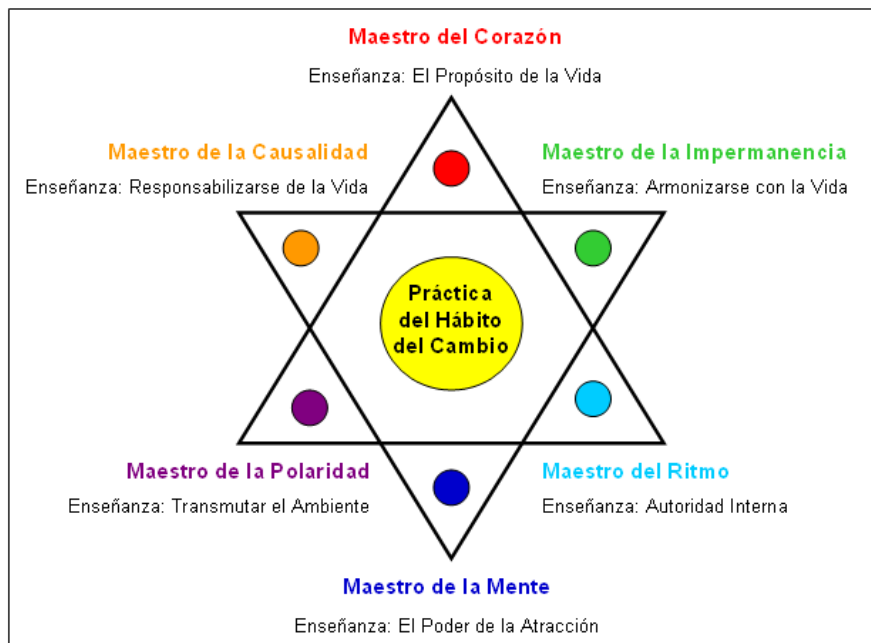
sabiduría personal para convertirse en un Guerrero Blanco de la mano de los Seis Maestros.

El símbolo del Guerrero Blanco es la cruz de las seis puntas, también llamada Estrella de David, Sello de Salomón, el cuarto Sólido Platónico, Cubo de Metatrón, así como Merkaba o Quinto Elemento, una de las figuras geométricas más primigenias e importantes en el Universo considerada la base de todas las formas de la vida biológica.

La estrella de las seis puntas se activa mediante la conciencia, despertando la energía para crear, transformar y materializar en el mundo de las formas, convirtiéndose el Guerrero Blanco de esta manera en arquitecto de su propia realidad.

En cada una de las puntas de la estrella reside un Maestro, cuya maestría tan solo se activa cuando el iniciado tiene la firme voluntad de recorrer su camino de aprendizaje. Si bien cada Maestro enseña un camino de maestría, todos y cada uno de los caminos están interrelacionados entre ellos y con el Guerrero Blanco, que es el epicentro de la estrella tetraédrica.

El iniciado se convierte en un Guerrero Blanco cuando integra en su vida los Seis Maestros.



## II.I.-El Maestro de la Impermanencia

Todo Guerrero Blanco sabe que el Maestro de la Impermanencia nos enseña que nada es para siempre, que nada nunca es siempre igual, que todo cambia en una continua y eterna transformación.

Todo Guerrero Blanco sabe que, de igual manera que uno no puede bañarse dos veces en las mismas aguas de un río porque siempre son diferentes, él mismo como persona es distinto a cada milésima de segundo que pasa, ya que solo a nivel físico cada veinte días cambiamos todas y cada una de las células de la piel, cada mes renovamos todo el agua de nuestro cuerpo (y eso que somos 80 por ciento agua), cada tres meses modificamos la totalidad de las gotas de sangre de nuestro sistema sanguíneo, y cada año cambiamos las más de 60 mil millones de células del cuerpo.

Todo Guerrero Blanco sabe que la vida se encuentra en un continuo flujo de transformación, aunque no lo podamos percibir, puesto que cada naturaleza tiene su propia medida de tiempo y, al ser diferente a la humana, parecen estáticas ante nuestra limitada percepción. Como es el caso por ejemplo del Everest, la montaña más alta del mundo, que surgió del pliegue de rocas fruto del choque entre un gran trozo de tierra que hace millones de años se separó de África y que, tras recorrer kilómetros de océano a la deriva, chocó contra Asia. Ese trozo de tierra lo conocemos hoy en día como la India. Un enorme trozo de tierra que aún en la actualidad empuja contra el

continente asiático provocando que el Everest cada año crezca dos centímetros de altura en dirección norte. De igual manera que, a su vez, a día de hoy parte de África oriental se está desquebrajando hasta que llegue un día en que se separe totalmente de su actual continente.

Todo Guerrero Blanco sabe, a la luz del Maestro de la Impermanencia, que la vida se rige por la ley universal de la impermanencia, donde todo está en continuo cambio y transformación. Así pues, si el Universo es impermanente, es imposible que las cosas que conocemos siempre sean igual y ello incluye nuestra propia vida en cualquiera de sus facetas.

El Guerrero Blanco que profundiza en el camino de la maestría de la impermanencia vive su vida diaria a la luz de dos actitudes:

### 1.-La actitud de la Aceptación:

Solo quien acepta que las cosas han cambiado se desapega de un pasado que ya no existe y permite abrir la puerta a un nuevo futuro lleno de posibilidades. Sin desapego no hay aceptación, y sin aceptación no hay camino que permita reinventarnos.

Vivir en la actitud de la aceptación de la impermanencia es aceptar el principio de armonía de la vida, que nos permite aligerarnos de cargas pasadas y vivir desde un estado de libertad interior.

## 2.-La actitud de Fluir con los Cambios:

Solo quien aprender a saber fluir con los cambios de la vida, vive con la serenidad de espíritu de un sabio que sabe que todo se transforma y que no hay fracasos sino solo experiencias.

Vivir en la actitud de fluir con los cambios es vivir anclado en el presente, lo que no significa dejarse llevar sin rumbo ni dirección, sino que como un marinero que adapta el timón y las velas de su barco a la naturaleza cambiante del mar demuestra un espíritu flexible para disfrutar del viaje sin perder de vista su mapa de ruta que le lleve a su destino. Puesto que vivir en la actitud de fluir con los cambios es centrarse en el destino a alcanzar, sin generarse expectativas rígidas de cómo se desarrolla el viaje.

### Ejercicio:

1.-Identifica los apegos de tu vida pasada que no te permiten aceptar tu vida presente.

2.-Despídete de tus apegos pasados con espíritu de agradecimiento mediante la Práctica del Hábito del Cambio, hasta que entres en un estado mental y emocional de aceptación de tu vida presente. Es importante hacer uso del pensamiento y sentimiento de agradecimiento en tu higiene mental y emocional para desapegarte de tu

anclaje pasado, ya que posee un gran poder de transmutación y sanación.

3.-Aprende a anclarte en el presente para poder fluir con los cambios mediante la siguiente práctica: allí donde estés céntrate en tu respiración, focaliza tu atención en el acto de respirar, observando cómo el aire fresco entra por la nariz y sale posteriormente ya caliente por la boca, tras haber hinchado y deshinchado pulmones y abdomen. Un sencillo ejercicio que te devuelve a tu aquí y ahora, ya que no se puede pensar y estar centrado en la respiración a la vez. Si practicando el ejercicio te percatas que estás pensando en cualquier otra cosa, esta es la justa señal que te indica que has perdido la atención en tu respiración. La práctica continua del ejercicio te reeducará progresivamente a volver a anclarte en el presente y, por tanto, reaprender a disfrutar del momento del instante y a poder fluir de manera natural con el flujo propio de la vida.

4. Como apoyo al aprendizaje de la maestría de la impermanencia para iniciados, créate una tabla de ejercicios diarios en que ejercites el hábito de la actitud de vida de la aceptación y el fluir con los cambios al menos tres veces al día: al levantarte, al mediodía y antes de dormir.

#### Enseñanza de maestría:

Aprender a vivir en armonía con el flujo cambiante de la vida.

## **II.II.-El Maestro de la Mente**

Todo Guerrero Blanco sabe que el Maestro de la Mente nos enseña que el Universo es una creación mental, que el lenguaje de la mente son los pensamientos, que los pensamientos son una manifestación de nuestra consciencia, y que la energía creadora del Universo sigue a los pensamientos de nuestra consciencia y no al revés.

Todo Guerrero Blanco sabe que todo lo que existe en el Universo es energía, incluido nuestros pensamientos, y que la energía no se crea ni se destruye sino que solo se transforma, por lo que los pensamientos es energía pura lanzada sobre nuestro mundo más inmediato para transformarse en aquello en lo que la consciencia centra su atención.

Todo Guerrero Blanco sabe que la ley natural que rige la energía dicta que en el Universo la energía semejante se atrae, por lo que nuestros pensamientos atraen a nuestra vida el tipo de energía que proyectamos mentalmente.

Todo Guerrero Blanco sabe que el pensamiento se materializa en el mundo de las formas a través de la palabra, puesto que la palabra decreta en nuestra realidad más inmediata la energía pensada, por lo que el Guerrero Blanco es consciente de la sabiduría que reza que somos lo que pensamos.

Todo Guerrero Blanco sabe que la mente solo tiene poder cuando crea desde el presente, que centrarse en el presente es alinearse con el Corazón, y que activar el Corazón es activar la energía de atracción más poderosa que tiene el ser humano para crear nuevas realidades. Puesto que el pensamiento es la energía masculina que da forma a las cosas, pero el corazón es la energía femenina de la que fluye el aliento que da vida a esas formas, así que para crear cualquier nueva realidad en nuestra vida necesitamos dos requisitos imprescindibles:

- 1.-Pensar y sentir al unísono aquello que deseamos crear.

El Guerrero Blanco sabe que no puede generar la magia de la vida si tiene dispersada su energía creadora entre pensar una cosa y sentir otra, por lo que para crear nuevas realidades debe alinear



pensamiento y sentimiento en un solo flujo de energía.

Y, 2.-Sentir aquello que deseamos crear como si ya lo disfrutásemos.

El Guerrero Blanco sabe que no se puede generar la magia de la vida si se siente como una posibilidad futura, por lo que para crear nuevas realidades debe sentir lo que desea con la intensidad de quien lo vive ya intensamente en el presente, puesto que la magia no sabe de futuros sino solo de manifestarse en el aquí y ahora donde concentramos la intensidad de nuestra energía creadora. El Guerrero Blanco no pide, puesto que ello implica invocar un tiempo futuro y proyectar una energía de carencia; sino que ordena, ya que ello representa centrarse en el presente -el único tiempo en el que se genera la magia-, y decretar implícitamente una energía de abundancia.

El Guerrero Blanco que profundiza en el camino de la maestría de la mente vive su vida diaria a la luz de dos actitudes:

### 1.-La actitud de la Conciencia Despierta

Solo quien tiene conciencia del poder de su mente mantiene en un estado de vigía alerta a sus pensamientos, puesto que sabe que estos crean la realidad en la que vive. Así pues, si la realidad se construye sobre aquello que pensamos, es de sabios educar nuestra mente para que centre los

pensamientos tan solo en aquella realidad que queremos vivir.

Vivir en la actitud de la conciencia despierta significa tomar el control de nuestra mente, lo cual conlleva un estado de alerta mental, puesto que el Guerrero Blanco sabe que nuestro mundo exterior es un reflejo de nuestro mundo interior.

## 2.-La actitud de la Fe

Solo quien tiene fe en sí mismo, tiene fe en la vida, y quien tiene fe en la vida, tiene fe en sí mismo. Tener fe en sí mismo es confiar en el poder de uno mismo, así como confiar en que la vida conspira a nuestro favor para atraernos aquello que deseamos. Tener fe es alienarnos con el flujo mágico creador de la vida.

Vivir en la actitud de la fe es proyectar la energía poderosa del que ordena crear una realidad a su medida, y en la energía del que ordena no tiene cabida el sentimiento del miedo que solo atrae la carencia. Por lo que el Guerrero Blanco sabe que, para crear su propio mundo, debe enfrentarse al miedo con la fuerza inquebrantable del guerrero que entra en batalla, sabiendo que ese miedo no es suyo, sino que es un enemigo externo que quiere apoderarse de su voluntad para esclavizarlo en el reino de las sombras donde se prohíbe soñar y atreverse a alcanzar los propios sueños. Ante los miedos paralizantes, el Guerrero Blanco impone su derecho a vivir una vida propia.

## Ejercicio:

Los ejercicios del Maestro de la Mente tienes tres pasos:

- Paso 1: Controlar la mente

1.1.- Ponte en posición de alerta de aquello que piensas. No te extrañes, quien observa a tus pensamientos es tu conciencia.

1.2.- Perfecciona tu actitud de alerta mental con el ejercicio de Anclarte en el Presente del Maestro de la Impermanencia.

1.3.- Una vez que ya has implantado la actitud de alerta mental no es suficiente con vigilar los pensamientos, sino que debes ser tú quien los domine y no a la inversa, como el jinete guerrero que controla su caballo (que es la mente). Para ello ejercita la Práctica del Hábito del Cambio mental.

1.4.- Como apoyo al aprendizaje de la maestría de controlar la mente para iniciados, créate una tabla de ejercicios diarios al menos tres veces al día: al levantarte, al mediodía y antes de dormir. Aumenta la periodicidad de la práctica diaria a medida que vayas avanzando en su integración.

- Paso 2: Alinear pensamientos y sentimientos

2.1.-Somete a la luz de examen de tu conciencia si aquello que piensas tiene el consentimiento de lo que sientes. Si es así, pensamientos y sentimientos están alienados, en caso contrario están desalineados. El Guerrero Blanco sabe que lo que piensa es su flecha y lo que siente es su arco, así que flecha y arco deben estar alienados en armonía para conseguir un tiro efectivo. Si flecha y arco (pensamiento y sentimiento) son uno, la flecha y el arco se hacen uno con el Guerrero (tu conciencia).

2.2.-Para alinear pensamientos y sentimientos ejercita la Práctica del Hábito del Cambio mental y emocional.

- Paso 3: Enfocar el objetivo en tiempo presente

3.1.-Una vez que el Guerrero jinete controla su caballo (mente) y ha aprendido el arte del manejo del arco y la flecha (sentimiento y pensamiento) debe enfocar su objetivo, que es aquello que quiere conseguir. Para definir qué se quiere en un ámbito concreto de la vida debemos tener claro que es lo que no queremos. Así, sobre papel, dibujamos dos columnas, en una escribiremos lo que no queremos y en la otra lo que sí queremos. Comenzamos con la columna de aquello que descartamos, la cual nos ayudará a definir de

manera progresiva el objetivo que deseamos alcanzar. Dedicar el tiempo que necesites al ejercicio.

3.2.-Enfocado el objetivo, realizaremos un ejercicio de imaginarnos en tiempo presente disfrutando del objetivo ya alcanzado. En este punto, Guerrero y objetivo son uno.

3.3.-Como apoyo al aprendizaje de enfocar el objetivo en tiempo presente, créate una tabla de ejercicios diarios al menos tres veces al día: al levantarte, al mediodía y antes de dormir. Aumenta la periodicidad de la práctica diaria a medida que vayas avanzando en su integración, así como los detalles en los que vives en tiempo presente la recreación del objetivo alcanzado.

3.4.-Sé persistente durante tanto tiempo como el proceso requiera reforzando tu fe mediante la Práctica del Hábito del Cambio, para que el flujo de la energía de la atracción no se rompa.

#### Enseñanza de maestría:

Aprender a vivir con el poder de la atracción que crea nuestra realidad.

## **II.III.-El Maestro de la Causalidad**

Todo Guerrero Blanco sabe que el Maestro de la Causalidad nos enseña que toda causa tiene su efecto, y todo efecto tiene su causa, ya que la energía ni se crea ni se destruye solo se transforma.

Todo Guerrero Blanco sabe, a la luz de la maestría de la causalidad y en un universo donde lo semejante se atrae, que el azar no existe más allá de nuestra limitada visión que nos impide ver la correlación de los acontecimientos y que las sincronicidades solo se perciben gracias al conocimiento de la causalidad.

Todo Guerrero Blanco sabe, a la luz de la maestría de la causalidad, que el presente es fruto del pasado, y que el futuro es fruto de nuestro presente, por lo que todo futuro comienza hoy.

Todo Guerrero Blanco sabe, a la luz de la maestría de la causalidad, que no existen futuros absolutos, sino solo futuros posibles, y que de nosotros depende el futuro seleccionado que finalmente se convierta en nuestro presente, por lo que la vida que vivimos siempre se puede cambiar.

Todo Guerrero Blanco sabe, a la luz de la maestría de la causalidad, que existen dos caminos para afrontar el futuro: uno que transcurre por el victimismo ante la vida y el otro que transcurre por la responsabilidad frente a la vida. El primero es una dejadez de nuestro poder personal hacia las ingerencias del mundo externo, mientras que el segundo parte de la firme voluntad de asumir nuestro poder personal. En el primero eligen otros por ti. En el segundo eliges tú por ti mismo. El Guerrero Blanco no elude el derecho y la responsabilidad de ser dueño de su propio futuro, ya que ello implicaría la rendición de su poder personal para generar la vida que quiere vivir y, asimismo, la sumisión frente a una vida que no es propia.

Todo Guerrero Blanco sabe, a la luz de la maestría de la causalidad, que no hay más camino que aquel que se hace al caminar, y que en el caminar por nuestro viaje personal aprendemos aquello que debemos aprender a cada nuevo paso para alcanzar nuestros sueños, ya que el aprendizaje forma parte intrínseca del proceso para proclamarnos dueños de nuestro propio futuro.

El Guerrero Blanco que profundiza en el camino de la maestría de la causalidad vive su vida diaria a la luz de dos actitudes:

### 1.-La actitud de la Responsabilidad:

Solo quien tiene conciencia de su poder personal para crear la vida que quiere vivir se

responsabiliza de sus actos. Solo quien tiene conciencia de que sus actos presentes determinan su mañana, vive su presente como una preciada oportunidad de lograr un futuro.

Vivir en la actitud de la responsabilidad significa, en primer lugar, definir el objetivo a alcanzar en cualquier faceta de la vida y, en segundo lugar, actuar en consecuencia en tu día a día para lograr el objetivo fijado. Asimismo, viajar por la vida con una actitud de responsabilidad requiere de un estado de conciencia de alerta sobre tus actos, sabiendo que estos son el reflejo de aquello que piensas y sientes.

## 2.-La actitud del Aprendizaje:

Solo quien tiene conciencia que la vida nos enseña a través de unas asignaturas personalizadas cuya aula de experimentación y de examen es nuestra propia vida, puede aprender. Solo quien acepta que la vida es una experiencia de aprendizaje, y que no hay aprendizaje sin experiencia, ni experiencia sin el proceso de prueba-error, puede aprender. Y solo quien entiende que no hay aprendizaje sin fracaso y que el fracaso nos acerca cada vez más al éxito, puede aprender.

Vivir en la actitud del aprendizaje representa voluntad de querer aprender, lo que implica la humildad de espíritu necesaria del que entiende que es de sabios rectificar. Es por ello que el Guerrero Blanco entiende que la vida es una experiencia de aprendizaje continuo hacia el



camino de la sabiduría personal, y que la vida solo nos enseña en cada momento aquello que sabe que podemos aprender y superar. Porque en Ti ya hay sabiduría, y solo falta el Sabio en Ti.

### Ejercicio:

1.-Hazte dueño de tus actos mediante la práctica de los ejercicios del Maestro de la Mente.

2.-Refuerza el control sobre tus actos reteniéndolos durante unos breves segundos antes de ejecutarlos, para darte tiempo a que puedas alinearlos con el tándem mente-corazón y así conseguir la triple alineación: pensamiento-sentimiento-acto. Trabaja la suspensión momentánea de tus actos con la práctica de una a tres respiraciones pausadas antes de realizar la acción. La práctica continua del ejercicio se convertirá en un hábito natural integrado en tu vida.

3.-Cada noche, antes de dormir, examina a la luz de la conciencia los actos realizados a lo largo del día para evaluar sus consecuencias y, asimismo, evaluar su grado de triple alineación. Dedícale especial atención a aquellos actos que en tu intimidad no consideres satisfactorios, y reflexiona cómo debería de haber sido tu comportamiento para que puedas rectificar la conducta tan pronto se vuelva a presentar una situación similar.

4.-Haz uso del pensamiento y sentimiento de agradecimiento en tu higiene mental y emocional

para liberarte del peso de culpa o vergüenza de aquel acto realizado del que no te sientas satisfecho, ya que gracias a él has podido ver el camino equivocado y ello te da la posibilidad de aprender para poder continuar avanzando por tu viaje hacia la sabiduría personal.

5.-Integra la práctica de examinar cada noche los actos realizados del día en tu tabla de ejercicios diarios.

#### Enseñanza de maestría:

Aprender a vivir responsabilizándose de la propia vida.

## **II.IV.-El Maestro del Ritmo**

Todo Guerrero Blanco sabe que el Maestro del Ritmo nos enseña que el Universo se encuentra en continuo movimiento pendular, donde todo lo existente está sometido a periodos cíclicos de contraste de expansión y contracción.

Todo Guerrero Blanco sabe que el movimiento pendular es de igual intensidad tanto si avanza como si retrocede, y que es un proceso natural que se manifiesta en todo lo existente: desde el

nacimiento y muerte de una estrella, al cambio del día y la noche o el ciclo de las estaciones, pasando por la alternancia de estilos en la historia del arte, la sucesión de gobiernos de ideologías opuestas o los ciclos económicos de bonanza y crisis, hasta llegar al desarrollo y desenlace de una pelea o la evolución del simple llanto de un niño.

Todo Guerrero Blanco sabe que todo lo existente está sometido a un proceso de desarrollo natural que contiene el ritmo del movimiento pendular en un universo impermanente, y que cada proceso de desarrollo tiene su propio ritmo de tiempo más allá de la unidad de tiempo establecida por el hombre, por lo que hay procesos pendulares más rápidos y otros más lentos a nuestra percepción.

Todo Guerrero Blanco sabe, a la luz de la maestría del ritmo, que la virtud del sabio está en posicionarse en el punto medio de todo proceso, ya que hallar dicho punto representa anclarse en la Autoridad Interna del Guerrero que no se perturba ni descentra ante ninguna situación por virulenta que sea. Ya que Autoridad Interna significa vivir en presencia y la presencia significa vivir en conciencia. Y solo cuando se vive en conciencia de uno mismo es cuando el Guerrero Blanco adquiere el verdadero libre albedrío, ya que su decisión es propia y no ajena al mantenerse alienado en mente, corazón y acto, lo que le convierte en dueño de su vida.

Todo Guerrero Blanco sabe que reconocer la maestría del ritmo en todas las cosas de la vida permite desdramatizar cualquier situación a la que se enfrente, pues le capacita para ser un simple observador del entorno a la espera del mejor momento para actuar.

El Guerrero Blanco que profundiza en el camino de la maestría del ritmo vive su vida diaria a la luz de dos actitudes:

### 1.-La actitud de la Presencia:

Solo quien acepta vivir en presencia de uno mismo en el mundo, encuentra el camino para ser dueño de su vida. Solo quien vive en presencia no cede su poder a terceros, al igual que el guerrero no se desprende de su espada. Solo quien vive en presencia puede ser consciente de sus pensamientos, de sus sentimientos y, en consecuencia, de sus actos.

Vivir en la actitud de la presencia significa entender la máxima que rige nuestra vida: nuestro mundo exterior es un reflejo de nuestro mundo interior. El Guerrero Blanco sabe que nuestro mundo exterior se manifiesta a través del efecto que produce nuestros actos, y que nuestro mundo interior, que son los pensamientos y los sentimientos, son los que generan dichos actos. Así pues, todo guerrero es consciente que si se quiere cambiar su mundo exterior, es necesario cambiar su mundo interior, y para ello hay que mantenerse en presencia frente a la maestría del

ritmo que rige todos los procesos de la vida. Esta presencia que permite estar en un estado de conciencia despierta con uno mismo y en relación al mundo es la Autoridad Interna del Guerrero Blanco.

## 2.-La actitud de la Templanza:

Solo quien entiende la virtud del punto medio de la maestría del ritmo alcanza la templanza que rige la vida de todo Guerrero Blanco, que no es más que la actitud manifestada de la Autoridad Interna.

Vivir en la actitud de la templanza significa tener presencia, y no hay presencia sin estar anclado en el presente, lo que permite disfrutar plenamente de la intensidad de la vida, ya que la vida no se expresa en pasado o en futuro sino a través del momento del instante presente. Asimismo, vivir en la actitud de la templanza significa no perder la Autoridad Interna que alinea mente-corazón-acción, lo que permite a todo Guerrero Blanco saber cuando y cómo debe actuar frente a cualquier situación que se le presenta, ya que él domina la situación y no a la inversa. Vivir en la actitud de la templanza es como esperar paciente a que amaine una tormenta, mientras se ven las nubes pasar.

## Ejercicio:

1.-Practica la observación del desarrollo de situaciones cotidianas en tu vida diaria como una riña de pareja, un enfrentamiento entre

desconocidos, una disputa en el trabajo, una rabieta de un niño, etc. Observa cómo estas situaciones nacen, se desarrollan y desencadenan en otro acontecimiento para tomar conciencia del desarrollo natural de la evolución de los acontecimientos o, lo que es lo mismo, de su movimiento pendular.

2.-Una vez practicada la observación del movimiento pendular, practica la actitud de la presencia en una situación concreta a través del ejercicio de Anclarse en el Presente del Maestro de la Impermanencia.

3.-Una vez practicada la actitud de la presencia en una situación concreta, practica la actitud de la templanza a través de los ejercicios de Alinear Pensamiento-Sentimiento del Maestro de la Mente y del Control de los Actos del Maestro de la Causalidad.

4.-Una vez practicada la actitud de la presencia y de la templanza en situaciones concretas de tu vida diaria, aumenta el ejercicio en situaciones más trascendentes de tu vida como tu ámbito personal, social o profesional.

5.-Cada noche, antes de dormir, examina a la luz de la conciencia la actitud de presencia y de templanza en los acontecimientos realizados a lo largo del día para evaluar su resultado y, asimismo, evaluar tu nivel de Autoridad Interna.

6.-Haz uso de la Práctica del Hábito de Cambio mental y emocional para reforzar tu Autoridad Interna.

7.-Integra la práctica de examinar cada noche la fortaleza de tu Autoridad Interna en tu tabla de ejercicios diarios.

Enseñanza de maestría:

Aprender a vivir desde la Autoridad Interna.

## **II.V.-El Maestro de la Polaridad**

Todo Guerrero Blanco sabe que el Maestro de la Polaridad nos enseña que todo lo que existe en el Universo es dual, y que en dicha dualidad los opuestos son idénticos en naturaleza pero diferentes en grado.

Todo Guerrero Blanco sabe, tras la práctica del Hábito del Cambio y a la luz de la maestría de la polaridad, que todos nuestros pensamientos y sentimientos son idénticos en naturaleza pero diferentes en grado. Así, al igual que variando el grado de intensidad de la temperatura podemos sentir frío o calor, lo mismo sucede con pensamientos y sentimientos como: amor-odio, valor-miedo, culpable-inocente, bueno-malo, éxito-fracaso, sano-enfermo, etc.

Todo Guerrero Blanco sabe que la maestría de la polaridad nos permite cambiar las circunstancias de nuestra vida no transmutando su naturaleza sino cambiando el grado, por lo que es un saber



muy práctico, ya que no hay que ir en contra de nada, sólo buscamos la polaridad opuesta del pensamiento y sentimiento que nos genera la situación a la que nos enfrentamos y la aumentamos.

Todo Guerrero Blanco sabe, tras la práctica del Hábito del Cambio emocional, que para cambiar el grado de la polaridad de una situación que vivimos hay que hacer uso de la Llave de Poder que todos guardamos en nuestro interior. Llave de Poder que para cada guerrero tiene una naturaleza diferente, personal e intransferible, con la que se invoca la energía transmutadora necesaria para cambiar la vibración de una situación.

Todo Guerrero Blanco sabe que la transmutación de un ambiente es similar a la técnica que realiza un maestro de artes marciales que, frente a una situación adversa, aprovecha la fuerza de su contrario no para ir en contra, sino para utilizarla a su favor. Ya que todo Guerrero Blanco sabe que lo que se resiste, persiste.

Todo Guerrero Blanco sabe que la maestría de la polaridad se fundamenta en transmutar una energía existente por otra, ya que la energía ni se crea ni se destruye, solo se transforma. Y que la energía del ambiente no se transforma desde el propio ambiente, sino desde el interior del Guerrero.

El Guerrero Blanco que profundiza en el camino de la maestría de la polaridad vive su vida diaria a la luz de dos actitudes:

### 1.-La actitud del Pragmatismo:

Solo quien entiende la naturaleza dual de todo lo existente resuelve las situaciones desde una postura pragmática, siendo pragmática aquella persona que no gasta energías innecesarias sino que las gestiona de manera eficiente, económica e inteligentemente, pues todo Guerrero Blanco es consciente de la importancia del uso y la focalización de la energía.

Vivir en la actitud del pragmatismo significa apreciar el alto valor de la energía, ya que no tan sólo es nuestra razón de ser, ya que somos energía; sino que vivir en la actitud del pragmatismo también significa entender su poder, ya que nuestra realidad se construye allí donde ponemos nuestra atención, o dicho en otras palabras, donde focalizamos nuestra energía vital. Y cada vez que utilizamos nuestra energía, no tan solo transformamos nuestro entorno, sino también nos transformamos a nosotros mismos y, en este ejercicio, estamos consumiendo nuestra fuerza vital.

### 2.-La actitud de la Trascendencia:

Solo quien es consciente de la naturaleza dual de todo lo existente, y a la luz de la maestría de la polaridad, entiende que todo se puede trascender

cambiando nuestro enfoque hacia el objeto de nuestra atención. Y que no solo podemos trascender a nuestros propios pensamientos y sentimientos, como hemos visto en la Práctica del Hábito del Cambio, sino que gracias a dicha sencilla práctica podemos trascender nuestro ambiente más inmediato y, con él, nuestra manera de entender y comportarnos en el mundo.

Vivir en la actitud de la trascendencia significa entender que el enemigo en nuestras vidas no son los obstáculos en sí mismos, sino nuestra reacción mental y emocional a los mismos. Por lo que son nuestros pensamientos y sentimientos los que nos encadenan o liberan frente a una situación.

#### Ejercicio:

1.-Pon atención en las situaciones de tu vida cotidiana para utilizarlas como espejos de aquello que no te gusta.

2.-Una vez consciente de la situación que no te gusta, desde el ejercicio de la Observación de las Situaciones del Maestro del Ritmo (que implica adoptar la actitud de la presencia y la templanza), identifica las polaridades de la naturaleza de esa situación en la que te encuentras.

3.-Tras reconocer sus polaridades, desde el interior de la situación transmuta el ambiente a tu provecho mediante la Práctica del Hábito del Cambio mental y emocional.

4.-Integra la práctica de examinar cada noche la capacidad personal de transmutar los ambientes en tu tabla de ejercicios diarios.

Enseñanza de maestría:

Aprender a vivir nuestra vida transmutando el ambiente de las situaciones.

## **II.VI.-El Maestro del Corazón**

Todo Guerrero Blanco sabe que el Maestro del Corazón nos enseña que nuestra Mente es el Yo de

los otros, mientras que el Corazón es nuestro Yo verdadero. Ya que la Mente se construye sobre la lógica no universal de ver, entender y relacionarse con el mundo de aquellos que nos educan desde la infancia, mientras que en el Corazón radica nuestra esencia genuina como individuos que traspasa toda lógica cultural y que guarda la potencialidad de nuestra conciencia personal, íntima e intransferible con la que hemos venido a este mundo y cuyo reflejo observan las estrellas.

Todo Guerrero Blanco sabe, a la luz del Maestro del Corazón, que el camino hacia la sabiduría personal tiene como punto de partida el reencuentro con uno mismo, y que no hay reencuentro personal sin la conexión con nuestro Corazón.

Todo Guerrero Blanco sabe, a la luz del Maestro del Corazón, que la puerta de entrada hacia el estado de conciencia de la felicidad y la paz interior con la vida es el Corazón, y no la Mente cuya puerta solo da paso al mundo exterior.

Todo Guerrero Blanco sabe, a la luz del Maestro del Corazón, que solo desde el Corazón se Es, mientras que desde la Mente se Hace. Y que no hay Guerrero Blanco sin Ser, para así poder Hacer consecuentemente en el mundo exterior. Ya que el Guerrero Blanco Es y por sus obras le reconoceréis.

Todo Guerrero Blanco sabe, a la luz del Maestro del Corazón, que solo desde el Corazón se activa la energía creadora del Universo, y que solo posteriormente la Mente ayuda a materializarla en el mundo de las formas. Por ello la Mente del Guerrero Blanco se alinea con su Corazón, y no a la inversa, y en esta alineación el Guerrero Es y se reafirma en su Autoridad Interna.

Todo Guerrero Blanco sabe que el verdadero Maestro es el Corazón, y no la Mente, por lo que el alfa y el omega del Guerrero es Ser fiel a su Corazón.

Todo Guerrero Blanco sabe que el lenguaje de la Mente son los pensamientos, mientras que el lenguaje del Corazón son los sentimientos. Y que para escuchar al Maestro del Corazón hay que permanecer en estado de conciencia despierta de qué sentimos en cada momento ante una nueva situación, antes que dicho sentimiento pueda ser racionalizado por la Mente, ya que toda información del mundo exterior la percibimos en estado puro primero desde el Corazón, para instantes después perderse y filtrarse por el laberinto de la Mente.

Todo Guerrero Blanco sabe que reconocerse y seguir el camino del Maestro del Corazón es profundizar e integrar en el Maestro de la Impermanencia, de la Mente, de la Causalidad, del Ritmo y de la Polaridad. Ya que seguir la maestría del Corazón es completar el círculo de la estrella

de las seis puntas, donde el iniciado ya se convierte en un Guerrero Blanco cuyo viaje por el camino de la sabiduría y la felicidad personal seguirá toda la vida.

El Guerrero Blanco que profundiza en el camino de la maestría del corazón vive su vida diaria a la luz de dos actitudes:

### 1.-La actitud de Soñar:

Solo quien es consciente que Ser un Guerrero Blanco es reencontrarse consigo mismo, entiende que el lugar de la reconexión es el Corazón. Y solo quien es consciente que el Corazón tiene el poder de atraer la energía creadora del Universo para construir nuevas realidades, entiende que la manera para activar ese poder ilimitado es soñar.

Vivir en la actitud de soñar significa, en primer lugar, trascender la lógica cultural que limita, e imaginar una nueva realidad alternativa. Vivir en la actitud de soñar significa, en segundo lugar, alinear Corazón y Mente. Vivir en la actitud de soñar significa, en tercer lugar, enfocar un objetivo en tiempo presente. Y vivir en la actitud de soñar significa, finalmente, activar el poder de materializar algo nuevo que anteriormente no existía en nuestra vida.

### 2.-La actitud de la Fidelidad:

Solo quien es consciente que para crear hay que soñar, entiende que hay que ser fiel a los sueños, y que ser fiel a los sueños es ser fiel a uno mismo. Solo quien es consciente que hay que ser fiel a uno mismo, entiende que en la motivación de esa fidelidad radica el verdadero propósito de su vida. Pues solo se manifiesta la triple alineación Corazón-Mente-Acción cuando hayamos nuestro Propósito, o dicho a la inversa, sabemos que hemos hallado el Propósito de nuestra vida cuando se manifiesta la triple alineación. Y al vivir desde la triple alineación es cuando el Guerrero Blanco alcanza todo su poder, puesto que ya Es.

Vivir en la actitud de la fidelidad con uno mismo significa buscar y encontrar nuestro Propósito en la Vida. Y todo Guerrero Blanco sabe que lo ha encontrado, no solo porque siente la integración de su Ser alineado en Corazón-Mente-Acción más allá de cualquier estereotipo social, sino porque es consciente que ocupa el sitio que le corresponde en el mundo, viviendo realmente quién es y en el espacio que le pertenece, ya que al vivir en la triple alineación redescubre sus dones innatos y su medio natural para desarrollarlos.

### Ejercicio:

Los ejercicios del Maestro del Corazón tienen tres pasos:

- Paso 1: Identificar el sueño personal



1.1.-Busca un espacio de intimidad y ponte a soñar, rompiendo los esquemas lógicos del mundo, hasta que encuentres un sueño de una realidad alternativa que te haga sentir bien y donde tú seas el protagonista.

1.2.-Examínate si sueñas o piensas. Sabrás que sueñas si la recreación del sueño te hace sentir feliz, es decir, si todas y cada una de las células de tu Ser vibran con alegría, y ese estado de euforia te empuja a desear alcanzar ese sueño en tu vida con la máxima celeridad posible. En caso contrario, estás pensando, por lo que debes reiniciar el ejercicio.

1.3.-Para aprender a soñar, refuerza la posición del Corazón como Maestro sobre la Mente mediante el ejercicio de Anclarse en el Presente del Maestro de la Impermanencia.

- Paso 2: Reconocer el Propósito de vida

2.1.-Practica la recreación del sueño, al menos una vez al día, durante un mes.

2.2.-Observa si al recrear el sueño durante un mes persiste en el tiempo la sensación de felicidad personal que hace vibrar todo tu Ser. En caso afirmativo, has encontrado tu Propósito de Vida en tu actual punto evolutivo de desarrollo personal. En caso contrario, sé generoso contigo mismo y

date tiempo para descubrirlo reiniciando el ejercicio de identificar tu sueño personal.

2.3.-Verifica si el sueño que te hace vibrar es tu verdadero Propósito de vida observando si en él te ves desarrollando alguna de las aptitudes o dones personales con los que has nacido y que, aun no habiéndolos puesto en práctica hasta el momento, los reconoces en la intimidad de tu Ser.

- Paso 3: Vivir conforme a tu Propósito de Vida

3.1.-Una vez encontrado el Propósito de Vida, alinea Corazón y Mente para que tus Actos tomen el sendero que conduce a una existencia vivida desde tu Propósito personal.

3.2.-Apoya el viaje del camino hacia tu Propósito de Vida mediante la Práctica del Cambio de Hábito y la integración de las enseñanzas de los Seis Maestros, siendo consciente que toda maestría se alcanza mediante la práctica, y que no hay práctica sin hábito, ni este sin disciplina.

3.3.-Sé y vive como un verdadero Guerrero Blanco, ya que tuyo es el poder y la sabiduría de alcanzar tus sueños.

Enseñanza de maestría:

Aprender a vivir siguiendo el propósito de nuestra vida.

## **CUENTO DEL GUERRERO BLANCO**

Érase una vez un joven que quería convertirse en un Guerrero Blanco, porque había oído decir en la ciudad que los Guerreros Blancos eran felices porque conseguían vivir el tipo de vida que deseaban. Así pues, buscó a un Guerrero Blanco y se presentó ante él:

-Quiero ser un Guerrero Blanco, -le dijo.

El maestro se lo miró, y le preguntó con una sonrisa:

-¿Ya te has limpiado para presentarte como candidato a Guerrero Blanco?

El joven, extrañado, se acercó aún más a él para que pudiera verlo bien y le contestó:

-Por supuesto. Míreme, voy impecable. Lo primero que hago cada mañana es ducharme y ponerme ropa limpia.

-Sí, ya veo que por fuera estás limpio. ¿Pero también te has limpiado esta mañana la mente y el corazón y te has puesto pensamientos y sentimientos limpios?, -le pregunta el maestro.

-Pues, no -contesta dubitativo el joven-, creo que llevo los mismos desde hace tiempo. Fue entonces que el Guerrero Blanco enseñó al joven el arte de la higiene mental y emocional como base de la Práctica del Hábito del Cambio, y le invitó a que se marchara y que no volviera hasta que integrara en su vida diaria la disciplina del hábito de la práctica de limpiar sus pensamientos y sus sentimientos.



Al cabo de un tiempo, el joven volvió a presentarse frente al maestro y le dijo sin disimular su orgullo:

-Quiero ser un Guerrero Blanco. Ahora ya voy limpio por fuera y por dentro. Cada mañana limpio mi cuerpo, mi mente y mi corazón, y procuro que durante el día no se ensucien.

El maestro se lo miró, asintió con la cabeza y le preguntó con una sonrisa:

-¿Te gustan las flores?

El joven gesticuló con cierta indiferencia.

-Me gustaría que me hicieras una flor con la técnica del collage y utilizando pétalos de colores de otras flores. Pero con una condición, los pétalos no pueden estar pegados sobre la superficie del collage, -le dijo el maestro.

El joven, sorprendido, regresó a su casa y se puso a hacer lo que el maestro le había pedido. Todo iba bien hasta que se dio cuenta que cada vez que acababa el collage, a la hora de moverlo para llevárselo al maestro, los pétalos que dibujaban la flor salían volando por el aire al no estar pegados, lo que le obligaba a tenerlo que comenzar de nuevo. Así estuvo varios días, lo que le producía una enorme frustración y ansiedad, hasta que al final cogió el ramo de flores de donde extraía los pétalos, se fue a buscar al maestro y allí, en su presencia y sin mover el collage de sitio, le hizo la flor que le había pedido. Tras finalizar las manualidades, el maestro le miró con una sonrisa.

Fue entonces que el Guerrero Blanco enseñó al joven la enseñanza del Maestro de la Impermanencia, y le invitó a que se marchara y que no volviera hasta que integrara en su vida diaria la disciplina del hábito de la actitud de la Aceptación y de Fluir con los Cambios.



Al cabo de un tiempo, el joven volvió a presentarse frente al maestro y le dijo sin disimular su orgullo:

-Quiero ser un Guerrero Blanco. Ahora ya voy limpio por fuera y por dentro, y vivo el día a día en armonía con el flujo cambiante de la vida.

El maestro se lo miró, asintió con la cabeza y le preguntó con una sonrisa:

-¿Te gusta el tiro al arco?

El joven, sorprendido, le respondió que no lo había practicado nunca. A lo que el maestro le puso frente sí un arco y una flecha y le dijo:

-El arco son tus sentimientos, y la flecha tus pensamientos, y para dar a un blanco deben de ser uno.

-¿Y a qué debo de disparar?.

-¿Ves aquel jarrón? Pues justo encima de él hay una pequeña pieza de fruta. Debes darle a la fruta,

pero sin tirar el jarrón, el cual aprecio mucho ya que es un legado de familia.

El joven veía como una tarea imposible lo que el maestro le pedía, y para colmo le invadió un profundo sentimiento de miedo que le paralizaba de solo pensar que podía romper el jarrón.

-Al igual que el arco y la flecha, sentimiento y pensamiento deben ser uno. De igual manera, tú que eres la conciencia del arco y la flecha debes ser uno con tu objetivo, para que la flecha pueda dar en el blanco. Y no hay mejor manera de dar en el blanco que tener la firme creencia que ya lo has conseguido. Tómame el tiempo que necesites.-Y dicho esto, el Guerrero Blanco se retiró.

El joven sentía que la situación le sobrepasaba. Lo único en lo que podía pensar era en el jarrón, que sin remedio ya lo veía roto, puesto que no se creía capaz de poder superar la prueba ni por asombro. Así estuvo un día, y dos, y tres, dando vueltas en el lugar, atrapado entre el miedo a no conseguirlo y la decepción de no poder continuar su aprendizaje como Guerrero Blanco. Hasta que al final optó por practicar y probar. Pero no lo haría con el jarrón, sino con otros blancos que le daban menos respeto. Enseguida se dio cuenta que sus sentimientos iban en una dirección y sus pensamientos por otros, y que tampoco sentía el blanco como un objetivo ya alcanzado, por lo que necesitó practicar durante un tiempo hasta que se percató que las técnicas del Hábito del Cambio era

todo lo que necesitaba para lograr la alineación entre sentimiento, pensamiento y acción, y asimismo superar su miedo.

Pasado un tiempo, el joven se sintió con la fortaleza interna necesaria para disparar a la pieza de fruta que descansaba sobre el jarrón de familia del Guerrero Blanco. Se tomó su tiempo, se conectó internamente consigo mismo y, tras alinearse primero con el arco y la flecha y después con el objetivo, disparó para dar en el blanco sin tocar el jarrón. Tras el disparo, el maestro le miró con una sonrisa.

Fue entonces que el Guerrero Blanco enseñó al joven la enseñanza del Maestro de la Mente, y le invitó a que se marchara y que no volviera hasta que integrara en su vida diaria la disciplina del hábito de la actitud de la Conciencia Despierta y de la Fe en sí mismo.



Al cabo de un tiempo, el joven volvió a presentarse frente al maestro y le dijo sin disimular su orgullo:

-Quiero ser un Guerrero Blanco. Ahora ya voy limpio por fuera y por dentro, vivo el día a día en armonía con el flujo cambiante de la vida y he aprendido a vivir con el poder de la atracción que crea nuestra realidad.



El maestro se lo miró, asintió con la cabeza y le preguntó con una sonrisa:

-¿Sabes jugar al ajedrez?

El joven, sorprendido, le dijo que sí, ya que de pequeño había jugado en la escuela. Así que el maestro sacó un juego de ajedrez y se pusieron a hacer una partida. El joven, que movía las fichas sin pensar demasiado, perdía partida tras partida, y así pasaron varios días para aburrimiento de él. Al séptimo día, el joven preguntó:

-¿Hasta cuándo vamos a seguir jugando?

El maestro se lo miró y con una sonrisa le dijo:

-Hasta que aprendas que cada movimiento que haces tiene un efecto que determina tu situación y tu siguiente movimiento, lo que determina tu futuro.

Y dicho esto, fue entonces que el Guerrero Blanco enseñó al joven la enseñanza del Maestro de la Causalidad, y le invitó a que se marchara y que no volviera hasta que integrara en su vida diaria la disciplina del hábito de la actitud de la Responsabilidad y del Aprendizaje.



Al cabo de un tiempo, el joven volvió a presentarse frente al maestro y le dijo sin disimular su orgullo:

-Quiero ser un Guerrero Blanco. Ahora ya voy limpio por fuera y por dentro, vivo el día a día en armonía con el flujo cambiante de la vida, he aprendido a vivir con el poder de la atracción que crea nuestra realidad y a responsabilizarme de mi propia vida.

El maestro se lo miró, asintió con la cabeza y le preguntó con una sonrisa:

-¿Te gustan los niños?

El joven, sorprendido, le dijo que sí sin demasiado entusiasmo. A lo que el maestro le llevó a una guardería para que se encargase del cuidado de unos niños. No pasaron ni cinco minutos que el joven se tuvo que enfrentar a explosiones de rabietas, llantos y peleas en una situación que se le escapaba de las manos para su desesperación. Parecía que no tenía el don de la oportunidad, ya que cada vez que intentaba mediar en una pequeña crisis conseguía el efecto contrario. Hasta que pasados unos días se dio cuenta de cómo se producían, evolucionaban y se desarrollaban cada una de las situaciones conflictivas. Así, desde la observación, pudo entender cómo y cuando actuar en cada uno de los casos para poder gestionar adecuadamente los diferentes conflictos para su interés. Llegado el último día de estancia en la guardería, el maestro observó su comportamiento y le miró con una sonrisa.

Fue entonces que el Guerrero Blanco enseñó al joven la enseñanza del Maestro del Ritmo, y le invitó a que se marchara y que no volviera hasta que integrara en su vida diaria la disciplina del hábito de la actitud de la Presencia y de la Templanza.



Al cabo de un tiempo, el joven volvió a presentarse frente al maestro y le dijo sin disimular su orgullo:

-Quiero ser un Guerrero Blanco. Ahora ya voy limpio por fuera y por dentro, vivo el día a día en armonía con el flujo cambiante de la vida, he aprendido a vivir con el poder de la atracción que crea nuestra realidad, a responsabilizarme de mi propia vida y a vivir desde la Autoridad Interna.

El maestro se lo miró, asintió con la cabeza y le preguntó con una sonrisa:

-¿Cuál es el lugar donde no te gustaría vivir?

El joven, sorprendido, le respondió que en casa de un amigo suyo, cuya pareja le sacaba de juicio.

Y dicho esto, el maestro le invitó a que fuera a vivir con ellos una temporada y que no volviera hasta que sintiera que dominaba internamente la situación. Y así lo hizo, llamó a su amigo y le pidió pasar unos días en su casa. El día a día se hizo más duro de lo que pensaba, ya que la personalidad de la pareja de su amigo, que se

mostraba exultante en su ambiente, le superaba. Hasta que llegado un punto, en vez de dejarse arrastrar por la situación, decidió firmemente ser él quien dominara la situación, no cambiando el ambiente sino cambiándose él mismo, pues entendió que el enemigo no era el ambiente, sino su reacción al mismo. Y cuando creyó que ya lo había conseguido, se marchó para presentarse nuevamente frente al maestro, quien al verlo de regreso lo miró con una sonrisa.

Fue entonces que el Guerrero Blanco enseñó al joven la enseñanza del Maestro de la Polaridad, y le invitó a que se marchara y que no volviera hasta que integrara en su vida diaria la disciplina del hábito de la actitud del Pragmatismo y de la Trascendencia.



Al cabo de un tiempo, el joven volvió a presentarse frente al maestro y le dijo sin disimular su orgullo:

-Quiero ser un Guerrero Blanco. Ahora ya voy limpio por fuera y por dentro, vivo el día a día en armonía con el flujo cambiante de la vida, he aprendido a vivir con el poder de la atracción que crea nuestra realidad, a responsabilizarme de mi propia vida, a vivir desde la Autoridad Interna y a transmutar el ambiente de las situaciones.

El maestro se lo miró, asintió con la cabeza y le preguntó con una sonrisa:

-¿Sueñas?

El joven, sorprendido, le respondió que sí, que de vez en cuando había días en que recordaba los sueños de la noche anterior.

El maestro se puso a reír.

-Te pregunto si tienes un sueño en la vida.

-Sí, el de ser un Guerrero Blanco, -respondió efusivamente.

-Ser un Guerrero Blanco no es un sueño -contestó el maestro-, sino que es una actitud de vida para conseguir los sueños. ¿Sabes cuál es el tuyo?

El joven negó con un ligero movimiento de cabeza.

-Pues entonces, de nada te servirá ser un Guerrero Blanco, -sentenció el maestro, pues tu vida carece de un objetivo a alcanzar.

Fue entonces que el Guerrero Blanco enseñó al joven la enseñanza del Maestro del Corazón, y le invitó a que se marchara y que no volviera hasta que integrara en su vida diaria la disciplina del hábito de la actitud de Soñar y de la Fidelidad con uno mismo.



Al cabo de un tiempo, el joven volvió a presentarse frente al maestro y le dijo con pose sencillo y humilde:

-Quiero ser un Guerrero Blanco. Ahora ya voy limpio por fuera y por dentro, vivo el día a día en armonía con el flujo cambiante de la vida, he aprendido a vivir con el poder de la atracción que crea nuestra realidad, a responsabilizarme de mi propia vida, a vivir desde la Autoridad Interna, a transmutar el ambiente de las situaciones y a vivir siguiendo el propósito de mi vida.

El maestro se lo miró, asintió con la cabeza y le dijo con una sonrisa:

-Ya eres un Guerrero Blanco, ahora solo te toca recorrer tu propio camino. Sé y vive como un verdadero Guerrero Blanco, ya que tuyo es el poder y la sabiduría de alcanzar tus sueños.

Y dicho esto, el maestro le entregó un colgante con una cruz de seis puntas para que recordase las enseñanzas de todo Guerrero Blanco en el viaje por su vida.

Ya cuando se marchaba, el joven Guerrero Blanco se volvió hacia su maestro y le preguntó por última vez:

-¿Por qué nos llamamos Guerreros Blancos?

-Por que en tu viaje personal iluminas el camino de aquellos con los que te cruzas,-respondió el maestro.

## **REGLA DE MAESTRÍA**

La Regla de Maestría es una tabla semanal de ejercicios para practicar el hábito de los Seis Maestros y profundizar en sus enseñanzas que nos permiten alcanzar nuestros sueños.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Práctica del Hábito del Cambio	Práctica del Hábito del Cambio	Práctica del Hábito del Cambio	Práctica del Hábito del Cambio	Práctica del Hábito del Cambio	Práctica del Hábito del Cambio	Práctica del Hábito del Cambio
Maestro del Corazón -Soñar -Fidelidad	Maestro del Corazón -Soñar -Fidelidad	Maestro del Corazón -Soñar -Fidelidad	Maestro del Corazón -Soñar -Fidelidad	Maestro del Corazón -Soñar -Fidelidad	Maestro del Corazón -Soñar -Fidelidad	Maestro del Corazón -Soñar -Fidelidad
Maestro de la Impermanencia -Aceptación -Fluir	Maestro de la Mente -Conciencia -Fe en uno	Maestro de la Causalidad -Responsabl -Aprendizaje	Maestro del Ritmo -Presencia -Templanza	Maestro de la Polaridad -Pragmatismo -Trascendenc	Maestro del Corazón -Soñar -Fidelidad	Previsión Semana Entrante
Práctica del Hábito del Cambio	Práctica del Hábito del Cambio	Práctica del Hábito del Cambio	Práctica del Hábito del Cambio	Práctica del Hábito del Cambio	Práctica del Hábito del Cambio	Práctica del Hábito del Cambio

La Regla de Maestría articula los ejercicios del día en tres franjas horarias bien diferenciadas: mañana, mediodía y noche.

## 1.-Franja Horaria de la Mañana

-Momento idóneo: Al levantarse de dormir.

Este ejercicio puede realizarse de manera independiente o compaginándolo con el aseo físico matinal.

-Tiempo estimado: 5 minutos

-Ejercicio: Práctica del Hábito del Cambio



-Objetivo: Realizar la higiene mental y emocional previa a iniciar el día, haciendo la puesta a punto positiva de nuestros pensamientos y sentimientos para afrontar la previsión de acontecimientos del día.

## **2.-Franja Horaria del Mediodía**

-Momento idóneo: Antes de comer

Este ejercicio puede realizarse de manera independiente o compaginándolo con el trabajo. Es recomendable establecer una hora fija para coger hábito, por ejemplo a las 12h, y hacer su recordatorio diario mediante el uso de la alarma del reloj o del teléfono móvil.

-Tiempo estimado: 5 minutos

-Ejercicio: Práctica del Maestro del Corazón

-Objetivo: Redirigir diariamente nuestras energías para que no se despisten de continuar focalizadas en nuestro Propósito de vida. Reforzar nuestro voto de fidelidad a alcanzar el sueño de vida que deseamos vivir.

## **3.-Franja Horaria de la Noche**

-Momento idóneo: Antes de irse a dormir.

Este ejercicio debe realizarse de manera independiente.

-Tiempo estimado: 10 minutos

-Ejercicio de Lunes a Sábado: Práctica de los Seis Maestros y del Hábito del Cambio

-Objetivo de Lunes a Sábado: Profundizar e integrar cada noche las maestrías de cada uno de los Seis Maestros, evaluándolas respecto al día realizado, así como corregir aquellos aspectos mejorables a través de la higiene mental y emocional de manera específica sobre las experiencias del día vividas.

-Ejercicio de Domingo: Examen de conciencia semanal de la práctica de la enseñanza de los Seis Maestros y previsión de enseñanzas y actitudes a reforzar para la semana entrante.

-Objetivo de Domingo: Profundizar e integrar las maestrías de cada uno de los Seis Maestros, evaluándolas respecto a la semana realizada, así como corregir aquellos aspectos mejorables a través de la higiene mental y emocional de manera específica sobre las experiencias destacables de la semana vividas y en previsión de las experiencias a vivir en la semana entrante.

*Esta obra, si bien finalizó el 3 de abril del  
2013, se inició con los  
albores de la humanidad.*

El Autor