
Prólogo

Cuando nacemos, llegamos a la Tierra conectados a nuestra alma a través de nuestras madres. Si nos gusta o disgusta nuestra madre, no importa, ya que ella siempre será el conducto para la conexión de nuestra alma. Reconocer esto es saber que es la humanidad misma la partera del cosmos. Un chamán siempre honra al Dios Madre-Padre y al despliegue de la humanidad como generadores del cosmos. Cuando llegamos a este mundo, encarnamos la mente subconsciente, que contiene todas nuestras vidas en la Tierra, así como los temas no resueltos de las encarnaciones pasadas. Venimos con un plan antes de encarnarnos que inscribimos dentro de nuestros cuerpos energéticos, y dentro de nuestros chakras. En el despliegue del tiempo, abrimos nuestros chakras para sanar y comprender todas nuestras vidas y hacer las paces, como también, para satisfacer el deseo de volver a ver a alguien a quien hemos perdido en el pasado, o de triunfar y encontrar nuestra independencia del sufrimiento y la dominación.

Como un poste totémico, nuestros ancestros llegaron a la conclusión de que hay muchos mundos interpenetrando este: el mundo de abajo del subconsciente o inconsciente colectivo, el mundo consciente del medio, y la perspectiva más alta del águila, de las estrellas, el panorama general de nuestro Yo Superior. Llegamos con un plan de vida que debemos seguir en nuestras vidas hasta que haya-

mos agotado nuestro encuadre kármico. Nuestras vidas necesitan un encuadre, una perspectiva, que se despliega a través del tiempo para satisfacer deseos, cumplir promesas que hemos hecho en vidas anteriores, y construimos nuestra vida como un mandala. Podemos vivir la vida al máximo con pasión, o resistir nuestras experiencias y escapar de nuestros traumas. La meta es la auto-aceptación; realizarnos como personas completas habiendo aprendido las lecciones; refinando y desarrollando el carácter lo suficiente como para aceptar mayores responsabilidades, integrando los muchos yoés dentro de un patrón más grande.

El propósito de la vida es disfrutarla. Aprendemos que seguir nuestra propia felicidad es muy diferente que tratar de hacer felices a los demás. Nuestro servicio a la vida es hacer de ella algo mejor de lo que era cuando llegamos a este mundo. Cuando nos encarnamos, pudimos elegir nacer de quienes nos mataron antes, para permitir a nuestros actuales padres que nos den oportunidades en la vida, y de ese modo compensen sus errores pasados, y nosotros sanemos nuestras heridas de desamor. Pero si ellos nos traicionan al no desarrollarse ellos mismos por no seguir su plan de vida, nos sentimos traicionados, abandonados, y creamos fuertes deseos de dejar este mundo. Para encontrar nuestro lugar en este mundo a pesar de los planes kármicos a menudo difíciles e intensos, necesitamos la perspectiva del águila para saber que estamos eligiendo todo desde una perspectiva más elevada.

Venimos a la vida sabiendo que somos responsables de nuestras elecciones, desde nuestro nacimiento hasta la muerte, por numerosas razones kármicas. Cuando agotamos nuestro karma, y nos damos cuenta de que ya no podemos hacer que las relaciones imposibles funcionen, nos movemos para ver desde una perspectiva más amplia. El corazón, al romperse, se abre. Cuando no necesitamos ya la aprobación de nuestros padres o cónyuges y finalmente nos aprobamos

nosotros mismos, nos movemos hacia la integridad, la gratitud y el respeto a la vida. No hay dos planes kármicos iguales, pero se entretienen en la trama de la vida y de la consciencia de cada ser viviente. El desenlace de nuestras vidas pasadas y la resolución de todo el karma dan lugar a la liberación, la plenitud, la realización y la simplicidad. Cuando estamos libres de lazos kármicos, estamos despertando a nosotros mismos y nuestra contribución a la vida. Pero como por lo común no somos objetivos con nosotros mismos, a menudo necesitamos una guía como Sarita, para ayudar a facilitar esta apertura a una perspectiva más abierta y desplegada del Ser.

Siempre hemos vivido. Somos seres infinitos. Podemos vivir en el mundo espiritual, que es el mundo real. Podemos encarnarnos en este mundo, con sus polos negativo y positivo, para entender la negatividad y crear un equilibrio dentro de nosotros mismos.

Un propósito de la vida es que adquiramos experiencia para tomar decisiones informadas, para liberar juicios. Tenemos el desafío en este mundo, como guerreros, de poder ver a través de nuestras propias ilusiones, que nosotros hemos creado, para sentir el pulso de la divinidad en nosotros mismos y en los demás a través del desarrollo más profundo o más elevado.

La vida es un desafío constante, tal como lo atestiguan las 22 lecciones al ser humano, que se indican en las cartas de los Arcanos Mayores del Tarot y de los caminos y esferas del Árbol de la Vida. Estas lecciones son los caminos de cada alma, descubiertas por el mundo antiguo, y constantemente vivido, entendido y desarrollado en cada encarnación.

Muchas almas nunca se encarnan en la Tierra, y prefieren el mundo espiritual, el aprendizaje solo allí y en otros mundos. Aquellos que vienen a la Tierra son guerreros que, a lo largo de muchas encarnaciones, comienzan a conocer su creación única y a sí mismos.

Llegar a ser agradecidos, buscar la divinidad en la vida cotidiana, y ver desde la perspectiva del águila, ese es el propósito de la vida. Dejar la vida mejor de lo que la encontramos, esa es la meta. La vida es para aquellos que tienen un propósito y establecen objetivos para girar con la rueda de la existencia.

Lo que contribuimos a la rueda de la vida es lo que vuelve a nosotros. La vida es una rueda de la fortuna energética. Creamos nuestra propia fortuna. Lo que ponemos en la rueda de la vida es lo que vuelve amplificado. Esta es la rueda de Buda o la gran rueda medicinal de los chamanes. Somos responsables de lo que ponemos en la vida, cómo respondemos, cómo establecemos nuestras intenciones, cómo sentimos y actuamos. Todo lo que vuelve a nosotros mientras creamos nuestra vida. Somos cien por cien responsables.

Antes de encarnar, elegimos lo que podemos utilizar en una sola vida, y modificamos nuestro plan de vida para lograr que sea factible. Prácticamente, elaboramos planes de vida en detalle como un contrato antes del nacimiento, cuando aún teníamos claridad y conciencia. Sarita ha aprendido esto y lleva a las personas a través de la rueda de la vida, mostrándoles que la verdadera terapia es kármica, y que podemos liberarnos de las relaciones pasadas que nos ataban, y darnos cuenta de cómo estamos sanando nuestras percepciones.

Sarita los guía a través de sus proyectos de vida individuales y del futuro que se está creando en cada acción, decisión y sentimiento. Ella le muestra a usted, a cada lector, cómo el tiempo es una ilusión construida para que maduremos nuestra percepción, ya que estamos en un cuerpo.

Usted aprende en este libro que es un espíritu en la carcasa de un cuerpo. El cuerpo regresa a la Tierra después de la transición de la muerte, y el espíritu viaja de nuevo hacia el mundo del alma, a su verdadero hogar, y celebra sus logros durante su breve tiempo en la Tierra. Cuanto más nos conocemos a nosotros mismos, mejor va-

mos a entender los orígenes de la vida, las primeras madres, y a encontrar nuestro lugar en el cosmos como educadores, maestros, sanadores y seres cósmicos. A través de la celebración de nuestras vidas, nos encontramos con la gracia y la paz interiores, a partir de la perspectiva del águila, que es emocionante, totalizadora, perpetua, y más amplia.

Todos regresamos al mundo espiritual, nuestro verdadero hogar, más allá de la muerte, y Sarita nos recuerda conectarnos con nuestra guía interior mientras estamos en la Tierra, para finalmente aceptarnos a nosotros mismos y tener compasión por nuestras vidas.

FOSTER PERRY

El alma de mi hijo

«Nos vamos a volver a encontrar, te quiero; siempre te voy a querer, deja que cada uno haga su duelo, te voy a pedir que me ayudes a hacer el mío, que seas feliz, así voy a ser más feliz aquí, que todo el amor que siento por tí te ayude a encontrar la felicidad. Fui muy feliz viviendo con vosotros, os quise mucho y vosotros me quisísteis mucho a mí; yo me tengo que ir, vosotros estaréis bien. El amor que me tenéis es suficiente para sanar la herida, recordarme con amor pero no con tristeza. Mi misión ya estaba cumplida, yo vine a este mundo a traerte felicidad, para que sepas que puedes ser feliz, espero que te sirva para ser feliz a pesar de que ya no esté».

Este mensaje lo recibí un día en mi consultorio, a través de una paciente que hacía una regresión. Era el alma de mi hijo. Más allá del mensaje personal, nos muestra a todos una verdad sobre la realidad espiritual: nos habla de una misión, de un plan previo, y de un reencuentro. Pero sobre todo, que él está vivo y en otra dimensión,

que está bien, que quiere que estemos bien, que es importante, deseable y posible ser feliz a pesar del dolor, y que la comunicación entre la dimensión física y la espiritual es plenamente posible. Esta señal, recibida después de la muerte de mi hijo, fue confirmándose por muchos otros casos en todo este tiempo, durante regresiones que son las pequeñas historias de las almas que escucharemos y tendrán su espacio en este libro.

Introducción

*«No somos seres humanos teniendo una experiencia espiritual.
Somos seres espirituales teniendo una experiencia humana.»*

PIERRE TEILHARD DE CHARDIN

Este libro comenzó a escribirse sin que yo lo supiera, solo tuve que recordarlo.

Pero no fue fácil, no lo es. No me gusta exponerme ni exponer a los demás. Pido perdón si alguno reconoce en estas páginas su propia historia o se ve reflejado en ellas y no es de su agrado. No es mi intención herir a nadie. Lo pensé mucho, lo dudé mucho... , pero el libro se impuso, quiso nacer.

A todos nos gusta ayudar al prójimo, esta es una gran oportunidad. Gracias en nombre de los lectores a todos mis pacientes, alumnos, amigos y familiares por ser, a través de su testimonio, espejo de su dolor, y también guía en el proceso de sanación. Gracias por la confianza. Gracias por permitirme cumplir mi misión. Y sobre todo, gracias por brindarnos el honor de escuchar sus historias: las historias del alma en su largo camino de evolución. Algunas están en este libro, con nombres y datos personales cambiados para proteger su identidad, otras lo inspiraron y le dieron sustento.

Podríamos decir que esta historia comenzó cuando mi vida cambió abruptamente al morir mi hijo en un accidente a la edad de diez años. Dicen que es el peor dolor que puede atravesar una persona, dicen que no es natural que una madre o un padre vea morir a sus hijos, peor aún si son pequeños. Supongo que ha de ser verdad, aunque es difícil cuantificar el dolor, saber cuánto sufre una persona. Me atrevería a decir que no deberíamos andar comparando el sufrimiento. ¿Acaso podemos asegurar que es peor perder un hijo a verlo sufrir, o que un niño quede huérfano, a que un adolescente quede postrado de por vida, o que una joven atravesase una cruenta enfermedad?

Todos son dolores muy profundos y cada cual los vive a su modo. Hacemos lo que podemos para entender, para sanar, para estar mejor el tiempo que nos toque vivir. A veces las explicaciones que recibimos no alcanzan para comprender lo que nos sucede, las terapias resultan insuficientes y las creencias religiosas no nos consuelan del todo. Por eso, cualquiera que sea la situación dolorosa o crítica que estén atravesando en este momento, lo que deseo brindarles desde la profundidad de mi alma es un poco más de esperanza, y mucha sanación, mostrarles que somos parte de algo superior, que nuestra verdadera naturaleza es espiritual y estamos aquí en la Tierra para vivir nuestra experiencia y aprender, que todo dolor tiene un sentido dentro de un contexto más amplio, que así como morimos, volveremos a nacer.

Quiero hacerles llegar un mensaje sobre una realidad que nos trasciende, contándoles mi propia historia y también las de otros, relatos que llegaron a mí de la mano de sus protagonistas: personas vivas y otras físicamente muertas, algunas conscientes de ese estado, otras no, unas ya en la Luz, y otras detenidas en el plano físico. Pero todas, almas valientes que tienen historias inspiradoras para contar, enseñándonos sobre *la vida, la muerte, y el más allá*.

A través de estos testimonios pretendo demostrarles, queridos lectores, no solo que la muerte como extinción total no existe, sino que, así como estamos vivos en esta vida, lo hemos estado en otras y probablemente lo estaremos en otras más, hasta que salgamos de la rueda de la reencarnación. Esta ley es parte del orden superior que hay detrás del caos aparente. Tal vez querer demostrar suene un poco pretencioso, así que me conformaré con mostrar, dejar ver, despertar una inquietud, y que cada cual tome lo que quiera o lo que pueda.

Muchos de los testimonios los recibí dentro del marco de una técnica psicoterapéutica llamada «*regresión a vidas pasadas con orientación chamánica*». Si bien la regresión no se hace para investigar y obtener información, sino con una finalidad terapéutica —aliviar el dolor, el síntoma, de la persona que consulta—, la historia surge igual, ya que contarla, revivirla, es el mejor remedio para liberar el dolor. Dentro del contexto de esta terapia puede expresarse el alma, la verdad más profunda de cada uno; así como puede expresarse también algún espíritu que está junto a nosotros, y sea la causa de nuestro malestar.

Estos relatos están entrelazados con mi propia historia de sanación.

Escuchemos lo que estas almas valientes tienen para decir; en muchas historias sonará el eco de la nuestra. Es mi manera de dar testimonio de que nuestra verdadera naturaleza es espiritual, que estamos sujetos a la ley de la reencarnación hasta que podamos liberarnos de ella, y que no estamos solos en el Universo.

Les invito a que, por un rato, piensen con el corazón, lean el libro con la mente abierta a nuevas ideas y con el alma libre de prejuicios.

1

Historias que sanan

Los chamanes, reunidos con su tribu alrededor del fuego, cuentan historias. Historias que alimentan el alma de quienes las escuchan. ¿Para qué lo hacen? Para ayudarnos a cambiar la nuestra en lugar de lamentarnos. Tendemos a contar y contar a quien nos quiera escuchar cómo fuimos lastimados, sobre nuestra mala suerte, la maldad del otro, las injusticias de la vida... Lo contamos tantas veces... Le ponemos tanta atención, tanta energía, que hacemos una huella profunda en la memoria hasta quedar atrapados. Y después nos preguntamos por qué seguimos ahí, recreando siempre la misma realidad: la que concuerda con nuestro relato.

Los sanadores y sabios chamanes, *los brujos de la tribu*, hombres y mujeres de los pueblos originarios ya sabían esto, entonces contaban historias diferentes: sobre animales, niños, hombres y mujeres, héroes de sus propias vidas, que después de caer profundamente en el olvido de sí mismos recordaron, escucharon la llamada del alma, y dejando de lamentarse, se pusieron en pie: vencieron dragones, encontraron tesoros, volvieron a la casa del padre, recuperaron su piel de foca, resurgieron de entre las cenizas... o simplemente, volvieron a sonreír.

Los chamanes siguen contando estas historias una y otra vez junto al fuego... , hasta que el alma de quien escucha recuerde, entienda, se alimente y crezca... , salga de la cueva del dragón, del lamento, de la inercia, y empiece a escribir una nueva historia: la que vino a vivir.

Una nueva historia

Todo comenzó aquella tarde cuando salí de una cabaña de madera en un lugar de montaña, a los tres meses de la muerte de mi hijo de diez años en un accidente. Me invitaron unas personas que yo no conocía a un encuentro poco habitual con una vieja mujer que ya *había partido* no solo de esta vida, sino de muchas más, como ella me dijo cuando le conté que me dedicaba a la Terapia de Regresión a Vidas Pasadas. «*Qué interesante* —me dijo—, *yo he vivido muchas vidas*». No pretendo que me crean todavía, y no son importantes los detalles del encuentro. Solo diré que esta *anciana*, que había vivido en ese mismo lugar años atrás, utilizó, para presentarse ante mí y otras pocas personas que estaban presentes, el cuerpo de un mortal como nosotros: es lo que se llama *mediumnidad*. Para hablarnos, necesitaba utilizar la voz de este buen hombre, que tenía el don de *prestarle su cuerpo* por unos momentos. Mi hijo contactó con ella, o a la inversa, no lo sé. Tal vez coincidió que en esas montañas habíamos pasado juntos nuestras últimas vacaciones. Solo sé que esta *señora* me mandó llamar para comunicarme sus mensajes, diciendo que mi hijo «*quería comunicarse con sus padres antes de Navidad*». Sus primeras palabras fueron: «*Mamá, no tienes que estar triste, vienes de una luz muy pura*». Me aclaró luego que su muerte no había sido *un accidente*, sino la manera que había *elegido él para salir del plano*, su misión ya estaba cumplida. También reveló detalles e hizo gestos, como mor-

derse el guante, que solo él y yo podíamos conocer. Cuando le pregunté a esta *mujer* por el perro de mi hijo, me contestó que no tenía ningún perro (lo cual era cierto, llegó a casa después), «*pero tiene un caballo —agregó—, y quiere que lo dejen suelto en el campo, solo él lo va a montar*». Todavía está ahí, libre, salvaje. Muy especial fue la petición de que le regaláramos su látigo a un niño que había estado con él en el accidente y estaba sufriendo mucho. Un gesto de amor muy propio de mi querido hijo. Al principio nosotros no recordábamos que lo tuviera, creímos que era un error, o peor aún, un indicio de que todo era falso. Llegamos de vuelta a casa, y por *casualidad*, lo encontramos en un rincón sobre la chimenea... ¡Y ahí recordamos: se lo habíamos quitado por pegarle con él a su hermana, y allí había quedado olvidado! Hicimos lo que nos pidió. Fue su manera de decirle al amigo y primo, que «*todo estaba bien*».

Esta *señora*, además, me enseñó a utilizar *el péndulo*, que es un método de adivinación y sanación. Ella había sido una gran experta, dicen. Su péndulo de madera todavía estaba ahí. Gracias Alwine, siempre te recordaremos con mucho amor.

La respuesta que escuché antes de retirarme de esa inusual reunión en la cabaña, a mi pregunta (típica de todo buscador espiritual) «¿cuál es mi misión?», fue lo que dio aliento de vida a este libro: «*tu misión es contar que la muerte no existe*», me respondió.

Demasiado para mí

Para ese entonces, ya había comenzado mi camino de acercamiento al mundo espiritual, después de haber pasado por una etapa en mi vida en la que llegué a tener la certeza de que cuando el cuerpo era depositado en las entrañas de la Madre Tierra, todo el Ser iba con él. No era desesperanza, solo era así nada más: una postura tan res-

petable como otra. Había abandonado la creencia religiosa de la infancia y la espiritualidad había muerto con ella. Agradezco a mi psicoterapeuta de ese entonces, que me acercó la oportunidad de conocer la filosofía oriental y la visión del ser humano que comunicaba el doctor Deepak Chopra a comienzos de los 90. Me capturó su manera de explicar la existencia de lo divino y sacro en el Universo, donde la espiritualidad no era propiedad de ninguna religión. Me formé con él, y pude poco a poco abrirme nuevamente a creer que había algo más allá de la muerte del cuerpo físico. Pero nada evita que el dolor nos atraviese el corazón igual, por más espirituales o *elevados* que seamos. Y así debe ser, para eso tenemos las experiencias: para vivirlas en profundidad, ser transformados por ellas, y «dejarlas ir» cuando llega el momento en que podemos volver a levantarnos.

En mi desconsuelo, cuando mi hijo murió, comencé a buscar, a buscarlo. Esto me llevó a interesarme profundamente en el *más allá*. La motivación era obvia: allí estaba lo que había perdido. El mundo espiritual fue mi campo de investigación. No paré hasta encontrar alguna respuesta válida y comprobable, y un mundo nuevo se desplegó ante mí. En ese momento dejé de *creer* para *saber* que la muerte es solo un pasaje a otra dimensión, hacia la que todos vamos y de la que todos venimos en nuestro afán de evolución.

Pero decirle al mundo «*la muerte no existe*», era demasiado para mí todavía.

Mi camino

Cuando me licencié como psicóloga, después de haber probado en otras carreras, aún seguía buscando. No me sentía entusiasmada con la práctica psicoterapéutica tradicional que había estudiado y expe-

rimentado. Al poco tiempo conocí la meditación. Eso cambió mi vida. Supe que la sanación de las personas es incompleta si nos quedamos solo al nivel de la mente. Sentí que me abría por primera vez a una dimensión desconocida, profunda, verdadera. Percibí que había allí un potencial de transformación que apenas había vislumbrado antes. Experimenté la alegría, la paz, el éxtasis y la certeza, que llegan al descorrerse los velos de la ilusión de separación entre nosotros y el Todo. Había tenido un encuentro con mi alma, mi identidad más profunda. Mi visión del ser humano comenzó a cambiar.

Corrían épocas de acercamiento entre Oriente y Occidente: sanación energética, chacras, afirmaciones, meditación, visualización, yoga... La meditación y el yoga ahora son practicados por los empresarios más pragmáticos, los médicos la recomiendan, se incluye en los gimnasios, etc., pero antes no era así. Mis alumnos decían que meditar era egoísta porque uno cerraba los ojos y se dedicaba un rato solo a uno mismo, y no al prójimo. El yoga era extraño. A mi madre le preguntaron si yo estaba en una secta.

Ahora se multiplican las ofertas de todo tipo de terapias con las combinaciones más osadas, los nombres más estrafalarios y con efectos específicos para cada tipo de problema. Los caminos a Roma son casi infinitos, tanto que a veces marea. Pero lo más importante es que la espiritualidad, merced a su emancipación de la religión, pudo permear otras áreas de la vida. Entre ellas la psicología, bueno, no *la oficial*, pero sí la que sana en profundidad, la que considera al ser humano en su totalidad, y posibilita que las personas puedan experimentar su verdadera naturaleza y percibir que la vida posee un sentido mucho más amplio que al que la mente racional puede acceder. Eso es sanador.

La coronación de mi camino en esta búsqueda personal y vocacional fue el descubrimiento de la herramienta de sanación más profunda y eficaz que experimenté conmigo y mis pacientes: La

Terapia de Vidas Pasadas con orientación en Sanación Chamánica, en la que me especialicé y que enseñé.

Estudié Terapia de Vidas Pasadas con José Luis Cabouli y trabajé luego junto a él. Me inicié en la Sanación Chamánica de la mano de Foster Perry. La combinación de estas técnicas sanadoras es una síntesis maravillosa, que ya Cabouli había iniciado. Luego me formé en otras tradiciones chamánicas y en el *chamanismo esencial* de la Fundación en Estudios Chamánicos de Michael Harner. El aprendizaje continúa día a día. Y descubrí mi misión en esta vida.

Ahora con mi experiencia de muchos años, puedo decir que «*soy testigo de una realidad que nos trasciende*». Por ello es que deseo compartir todo esto con ustedes: el aprendizaje alcanzado en mi contacto directo con las almas —elevadas, perdidas y encarnadas—, mi propio proceso de sanación, y algunas reflexiones. Muchas historias, para ayudar a aliviar el dolor de quienes todavía sangran por las heridas del alma.

Conversaciones con mi hijo

Transcribo ahora un fragmento de lo que yo titulé *Conversaciones con mi hijo*. Recibí el mensaje a través del método del péndulo que me había enseñado esa amable *señora* de la cabaña en la montaña. El péndulo es simplemente un peso que pende de un hilo o cadena y al tomarlo con dos dedos, los brazos relajados y la intención puesta en alguna pregunta, esperamos la respuesta que nuestra consciencia capta y se manifiesta en el movimiento del péndulo. Puede moverse contestando por *sí* o por *no*, o dirigirse en un diagrama como abanico a una respuesta en particular, o ir formando la frase letra por letra. Este fue el método que utilicé para esta conversación con el alma de mi hijo:

«(...)

—¿Algo más me querés decir?

—TE QUIERO.

—¿En qué puedo ayudar a otros?

—En mostrarles *CÓMO HONRAR HIJOS PERDIDOS*.

—¿Cómo se los honra?

—*SIENDO FELICES*.

—¿!Pero cómo!?

—*PERDÓN A TI MIZMO* (él era un poquito ceceoso)».

El cuaderno de tapas doradas

Un lunes 8 de diciembre, salía del templo de Abydos, al norte de Luxor, Egipto. Este templo está dedicado a Osiris, llamado *el dios de los muertos*. «Osiris, al ser asesinado por su hermano Seth, creó el mundo astral, el mundo más allá de la muerte. Lo que creó Osiris en la tierra de los muertos era más vida, un mundo maravilloso donde los muertos podían vivir; el lugar de La Justicia, el lugar de La Verdad: el Jol. Él les enseñó a las almas que vivían para siempre cómo construir casas hermosas y maravillosas para vivir en ellas», narra Foster Perry, gran chamán y contador de historias, en un viaje con él a Egipto. Al salir del templo, en mi cuaderno de tapas doradas, escribí esta frase:

«La muerte de mi hijo fue la llave de acceso a mi crecimiento espiritual».

Pero no fue tan simple llegar a esta conclusión. Fue un largo proceso. Pensamientos, emociones, alegrías y desilusiones que las antiguas piedras de Egipto trajeron a mi memoria. Recuerdos que habían permanecido enterrados como las pirámides en la arena, por

ser demasiado dolorosos. En el desierto de Luxor, fui evocando mis primeros pasos, cuando comencé a levantarme de una caída que parecía sin fin.

Los primeros pasos

Todos aquellos que hayan perdido a alguien muy cercano o atravesado un dolor muy grande, saben a lo que me refiero, los que no, les cuento: es como si la Tierra se hubiera abierto de golpe y nos tragara un abismo oscuro e interminable. Pero termina. Un día nos damos cuenta de que no nos hemos hundido, ni nos fuimos a ninguna parte, solo parte del alma se fue y hay que recuperarla, y lo que es seguro, el cuerpo quedó aquí en la Tierra... ¡Y necesitamos recomponerlo! A veces esto es una desilusión, habríamos preferido que la tierra nos tragara. Pero la tierra no traga (salvo en los terremotos). Sentimos que no tenemos fuerza ni interés, pero hay que volver, traer nuevamente el alma al cuerpo. Y eso es muy difícil, no porque no se pueda, sino porque *no estamos tan convencidos de que sea eso lo que queremos*. Pero no hay opción.

Al menos no hay opción sana, de las otras hay muchas, pero no las recomiendo porque solo alargan el sufrimiento. Si en lugar de pararnos temblorosamente sobre nuestro pies y ensayar nuestros primeros pasos —aunque no sepamos hacia dónde, solo que es para adelante—, decidimos —sí, decidimos— seguir tirados sin avanzar, sumidos en la desesperanza, en la desolación, en la ira contra el Creador, contra la vida misma, corremos el riesgo de volvernos a hundir.

Por eso digo que *no hay opción, hay que levantarse*. Para nuestra consternación el mundo no se paró: el cuerpo pide comida, el diario sigue llegando todas las mañanas, los pájaros cantan, hay que

hacer las compras... ¡El mundo tuvo el atrevimiento de seguir girando! Eso es lo que sentimos. También mucha soledad.

Todo sirve para algo, pero...

Empecé a caminar y luego a pensar. Revisé mis teorías sobre el sentido de la vida. Todo eso que había aprendido y enseñado tanto tiempo y con convicción. Pero esas palabras muy familiares se me hacían ahora trilladas: *«todo dolor sirve para el aprendizaje y el crecimiento; para nuestra evolución»*.

«Pero cuando el dolor es inmenso, su justificación debería ser llegar a la iluminación, para que la balanza esté medianamente equilibrada», pensé abrumada, consciente de que se estaba desmoronando sobre mi cabeza el único sistema conocido de creencias que me podía sostener, ya que era evidente que en los años que me quedarán de vida no iba a llegar a tanto.

Me senté en la arena, recostada sobre una roca que había conocido a Osiris, y tomé temblorosa mi cuaderno de tapas doradas para dejar constancia de lo que verdaderamente sentía: *«no hay crecimiento y aprendizaje que justifique semejante dolor...»*. *«Frase terrible que surgió de los fantasmas del pasado, dejando sin sentido el sufrimiento humano, el dolor de los inocentes, la vida misma»*, reflexioné, recostada en las afueras del antiguo templo con los pies hundidos en la arena, como habían estado antes mis recuerdos. En eso, el viento del desierto movió mi pluma, y pronto me descubrí completando mi frase con estas palabras: *«salvo que lo comprendas dentro del marco de la reencarnación»*.

Lo que mi alma intentaba explicarme era que no es posible alcanzar *la perfección espiritual* en el término de una sola vida, pero sí lo es si tenemos muchas oportunidades, muchas vidas para apren-

der. La arena del desierto susurraba en mi oído, recordándome que las almas son chispas divinas que encarnan en el planeta Tierra para evolucionar, y a veces eligen el sufrimiento para aprender. Súbitamente surgió en mi memoria otra frase: *todo lo que nos sucede lo hemos creado nosotros*. Y mi corazón respondió: «*Es muy fácil de aceptar esta idea cuando todo nos va bien, pero muy difícil cuando algo terrible sucede...*». ¡Qué razón tenía! Es muy peligrosa si se la toma a la ligera, ya que puede generar culpa, resentimiento y aumentar el dolor. Así, continué escribiendo en mi querido cuaderno, mientras sentía que algo subterráneo en mí emergía a la superficie; un estado de reminiscencia que confundía los tiempos, mi mirada se posaba sobre las piedras a medio enterrar en la arena del desierto y los secretos guardados en las pirámides egipcias susurraban con el viento. Me sentí parte de varias vidas simultáneas, paralelas, como dijera Plutarco. Sentí vibrar infinitas voces en mi interior, multitudes secretas, todos los siglos... Las voces de la sabiduría acumulada en tantas vidas. Entonces, desde el fondo de mi alma surgió una frase como un oasis, y escribí temblorosa y como en trance: «*ahora veo que la muerte de mi hijo es el desafío, la puerta, la clave de acceso a mi crecimiento espiritual*».

Poco a poco mi corazón fue sanando

En momentos de crisis, para muchos es difícil cuestionarse o incorporar nuevas visiones, o a veces por el contrario, es una gran oportunidad para ensanchar los horizontes. Mi deseo más profundo es que este libro traiga alivio y esperanza a todos, más allá de las creencias y la religión. La filosofía perenne, las verdades profundas, base de las religiones y valores humanos, trascienden las fronteras de doctrinas, dogmas y religiones organizadas.

Saber que un dolor enorme o una crisis profunda puede enriquecernos con un crecimiento, un aprendizaje, es mucho más que un intento de consuelo. Muchos se han vuelto mejores personas, más sabias y espirituales, o se han sentido impulsadas a hacer algo importante para que este mundo sea un lugar un poco mejor para vivir. Mucha gente ha cambiado completamente su vida después de un gran dolor. Yo misma me he abierto a mi verdadera vocación y al mundo espiritual. Soy más feliz. Mi vida habría estado en parte vacía de sentido si esto no hubiera sucedido. Comprendí que todo lo vivido y aprendido, los maestros que guiaron mi camino, resultaron ser la plataforma necesaria que me permitió lanzarme a un mundo nuevo y mucho más vasto. Fue como pasar de hacer *snorkel* mirando los peces desde arriba con la máscara, a ponerme traje de buzo y tanques con muchísimo oxígeno y sumergirme en un universo sin fin. La Terapia de Regresión a Vidas Pasadas y la Sanación Chamánica llegaron a mi vida en el momento oportuno. Y ya no tuve que creer: sentí y experimenté, tuve la certeza. Poco a poco mi corazón fue sanando. Fui liberando el dolor acumulado en el cuerpo y en el alma. *Fui comprendiendo que algo mucho más profundo y una historia mucho más larga daba sentido a lo vivido.*

Un cambio de mirada

El verdadero cambio que se produjo en mí fue un cambio de mirada; de la mirada lineal y acotada de una vida humana en un tiempo humano a otra más amplia que no sabe de tiempos ni espacios: *La Mirada del Águila*. Es el cambio de perspectiva, de ángulo para abordar los problemas, el dolor, el sentido de la vida. El águila ve el pasado y el futuro desde un presente lleno de posibilidades... Nos enseña a observar nuestra vida dentro de un contexto mayor: la

gran historia del alma. Su mirada es aquella que se acerca a la visión, al contemplar en un único acto intuitivo la totalidad del horizonte. Representa también la fuerza, el vigor, el vértigo que sentimos al superar nuestros más profundos temores, o nuestro más acuciante dolor.

Ella nos dice: *«depende de nuestro propio esfuerzo elevarnos más y más, despertando nuestra fuerza interna, nuestra propia capacidad de sanación. Pero no estamos solos, nuestros Maestros y Guías Espirituales, los espíritus trascendidos, nos asisten en todo momento, ayudándonos a vencer los miedos, hasta alcanzar el aire puro de las alturas, la fusión con nuestra parte más divina».*

Es un término acuñado por los Pueblos Originarios, que por su conexión con la Madre Tierra, aún les place explicar las verdades más profundas con imágenes simples. Es *La Mirada del Espíritu*. La ventaja de ver el bosque, en vez de solo el árbol; de poder encajar varias piezas del rompecabezas y no solo una que parece no entrar en ningún lado; es ver el reverso de la trama.

«Es la posibilidad de ver nuestra vida actual dentro del contexto de muchas vidas más, pasadas y futuras».

Por eso para mí, la comprensión del sentido del dolor solo puede alcanzarse dentro del contexto de la reencarnación. Porque incluye dentro de su filosofía *La Mirada del Águila*. Es duro, es difícil, no es nada agradable saber que vamos y venimos vida tras vida tratando de aprender algo. Les aseguro que me resulta mucho más atractiva la idea de dormir eternamente escuchando el arpa de los querubines, cuando sea mi turno, junto a mis seres queridos. Y algún día será así, solo que falta un poco más de tiempo.

Salto evolutivo

El Águila observa desde lo alto el devenir de los acontecimientos y saca esta conclusión: «*Todo dolor es una experiencia que nos permite alcanzar el más alto grado de desarrollo y plenitud*».

Por eso es que cualquier dolor, por más terrible que sea, para el alma está perfectamente justificado, y vale la pena, siempre que traiga aprendizaje, transformación. El premio es la perfección, la unión con Dios, la iluminación de cada partícula de nuestro ser para volver a ser solo Espíritu.

Desde *La Mirada del Águila*, TODO DOLOR que traiga crecimiento y evolución está plenamente justificado. El alma desea la perfección. Y es posible alcanzarla a través de las sucesivas reencarnaciones. Somos conscientes también de que la experiencia fue elegida previamente por nosotros. No somos víctimas. Elegimos libremente el desafío para dar un salto evolutivo.

Por eso nos pasa lo que nos pasa, por eso sufren los buenos, por eso la vida no es justa, por eso enfermamos, y todo lo que ya sabemos.

¿No hay justicia en el Universo? En el Universo sí, en el mundo terrenal, no. Es difícil que se equilibre la balanza en el término de una sola vida. Porque al planeta Tierra vinimos a experimentar el desequilibrio, la dualidad.

El Águila, con su mirada desde lo alto, ve todas las vidas que vamos viviendo, las anteriores, esta y las posteriores posibles, y dice:

«*Ahora entiendo...*».

Y mientras tanto el alma entra en el ciclo de las reencarnaciones, en su necesidad, en su elección, de crecer y perfeccionarse a través de la experimentación, hasta terminar siendo *una con Dios*,

hasta iluminar nuevamente la materia más densa cuando finalmente cerremos *El Libro de la Vida*, o cuando todo vuelva a empezar en un nivel más elevado. O cuando nos convirtamos en dioses de nuestro propio universo.

El Alma *ve su vida* como un continuo ir y venir de una experiencia a otra. *No hay muchas vidas, hay una vida con muchas experiencias*, muchas oportunidades de aprendizaje. Y si en este aprendizaje lastimamos a alguien, vamos a tener que aprender que eso no se hace, y así modificar esa tendencia a dañar, ¿y qué mejor manera de hacerlo que ponernos del otro lado del mostrador en la siguiente encarnación y ser los dañados? ¡Así no se olvida seguro!

¿Y si para salir del letargo o para dar un gran salto evolutivo y tomar un atajo en el camino de la evolución espiritual, decide algún alma sufrir una pérdida muy dolorosa, o una grave enfermedad? ¡No lo dudaría esta alma valiente, porque la recompensa es enorme!

No digo que el sufrimiento sea necesario, solo que a veces es la mejor opción, o lo inevitable por estar ya *lanzado* (aunque no recordemos cuándo comenzó a girar esta rueda del karma). Y además si ya te sucedió... Si el sufrimiento ya existe... De ahí habrá que partir para comenzar a andar nuevamente y crear la vida que todos nos merecemos.

Hay quienes piensan diferente

Para los que no creen siquiera en el alma como principio espiritual que sobrevive al cuerpo físico, y consideran la conciencia (o alma) solo un epifenómeno del cerebro, todo esto les parecerá una falsedad. Otros sentirán que es una herejía digna de la hoguera. Pero decir que el alma puede habitar varios cuerpos y que es eterna y

preexistente a la creación de este cuerpo físico, no es una creencia tan opuesta a nuestra cultura occidental y cristiana, como veremos más adelante.

La idea de que es posible crecer y perfeccionarnos y fundirnos en Dios al final de los tiempos, son puntos en común con todas las tradiciones reencarnacionistas y creacionistas. Pero hay algunas diferencias substanciales: los creacionistas postulan la indignidad de nuestra naturaleza por el pecado de los primeros padres (Adán y Eva), cuya culpa debemos asumir pasando por el dolor (la cruz simboliza en el cristianismo esa creencia). En vez de pensar que somos seres libres en vía de evolución, responsables de nuestras propias faltas (aun de las cometidas antes del nacimiento). Los reencarnacionistas, creen en un Universo en el que la justicia es perfecta y las leyes cósmicas claras, ya que Todo está regido por un dios misericordioso y ecuánime, y no severo y castigador. El sufrimiento y las injusticias de esta Tierra tienen que ver con lo que cada cual trae de otras vidas y tiene que purificar o mejorar en su camino evolutivo hacia la plenitud.

Más allá de las creencias de cada cual, les invito a que reflexionemos juntos sobre estos temas tan esenciales como apasionantes.