
BRIAN WEISS

y Amy E. Weiss



LOS MILAGROS EXISTEN

El poder sanador de los recuerdos de vidas pasadas



Introducción

En julio de 2010, una preciosa tarde de verano en Nueva York, mi esposa Carole y yo íbamos por la arbolada carretera de Taconic Park hacia el Instituto Omega, un rústico centro de retiro donde damos un curso intensivo sobre regresiones a vidas pasadas. El curso nos encanta. Cada día suceden hechos increíbles, una y otra vez. Los participantes no solo recuerdan vidas anteriores, sino que tienen también asombrosas experiencias espirituales o curativas, descubren almas gemelas, reciben mensajes de seres queridos fallecidos, acceden a sabiduría y conocimiento profundos o se encuentran con algún otro episodio místico o maravilloso. A lo largo de los años, Carole y yo hemos presenciado estos sucesos transformadores en los cursos y talleres, y nos sentimos bienaventurados por haber sido capaces de facilitarlos y observarlos. A menudo no sabemos que en el taller acaba de producirse una experiencia especialmente intensa. Quizá la persona necesite tiempo para procesarla, y nos enteraremos de la misma por una carta o un e-mail posterior.

En ese momento, en la carretera vetada de luz, suena el BlackBerry de Carole con un e-mail que describe alguna de estas maravillosas curaciones del taller, un mensaje transmisor de una sabiduría antigua que, sin embargo, nos llega a través de esta tecnología moderna. La sincronización es perfecta, pues estábamos a punto de volver a entrar precisamente en el sitio donde habíamos observado tantos sucesos similares. Nunca sabemos qué acontecimientos y cambios increíbles ocurrirán — solo que ocurren—. Carole se vuelve hacia mí y me mira, sensata y comedida: «A veces se producen milagros.»

Es verdad, se producen a veces. Los milagros pueden ser grandes y afectar al grupo entero. O pequeños y silenciosos. Con independencia de su alcance, la transformación es permanente. Las relaciones se arreglan. Las almas reciben sustento. Las vidas adquieren un significado nuevo y más profundo. Los milagros ocurren.

A mí me pasó un milagro el día en que una paciente llamada Catherine entró en mi consulta y me introdujo en todo un universo espiritual, cuya existencia yo ni había imaginado. Mis primeros libros contienen una descripción muy detallada de sus experiencias, y explican cómo su vida quedó permanentemente alterada para mejor a raíz de aquello. Mi propia vida se vio afectada al menos en la misma medida. Antes de sacar a la luz sus asombrosos recuerdos de vidas pasadas, yo había sido un académico obsesivo-compulsivo, de cerebro izquierdo. Me había licenciado *magna cum laude* en química en la Universidad de Columbia y era miembro de Phi Beta

Kappa. Saqué, asimismo, mi título de médico en la Facultad de Medicina de la Universidad de Yale, donde fui jefe de residentes en psiquiatría. Totalmente escéptico respecto a campos «no científicos» como la parapsicología o la reencarnación, fui director de un prestigioso Departamento de Psiquiatría en el Centro Médico Mount Sinai, en Miami, y había escrito más de cuarenta artículos científicos y capítulos de libros correspondientes a los ámbitos de la psicofarmacología, la química cerebral o la enfermedad de Alzheimer. Catherine volvió mi escepticismo —y mi vida— del revés.

Aunque han pasado más de treinta años desde ese día, aún recuerdo la primera vez que ella cruzó la frontera invisible de su vida actual y entró en el terreno de sus otras vidas. Se encontraba en un estado profundamente relajado, con los párpados ligeramente cerrados pero concentrada al máximo.

«Hay grandes olas derribando árboles», susurró con voz ronca mientras describía una escena antigua. «No es posible correr a ningún sitio. Hace frío; el agua está fría. Tengo que salvar a mi bebé, pero no puedo... solo lo agarro con fuerza. Me ahogo; el agua me asfixia. No puedo respirar, no puedo tragar... agua salada. Me arrancan el bebé de las manos.» Se le había tensado el cuerpo; tenía la respiración acelerada.

De repente, la respiración y el cuerpo se relajaron por completo.

«Veo una nube... tengo el bebé conmigo. Hay otros del pueblo. Veo a mi hermano.»

Para debilitarse, mi escepticismo necesitaba más tiempo, pero el proceso se había iniciado. Los graves síntomas de Catherine comenzaron a desaparecer a medida que fue recordando más escenas de esa y otras vidas anteriores. Yo sabía que la imaginación no podía disolver esos síntomas crónicos, que eso solo podían hacerlo los recuerdos reales. Catherine pasó a recordar muchos hechos y detalles históricos de sus vidas pasadas, que a veces fuimos capaces de confirmar. También refirió verdades privadas de mi propia vida, que había llegado a conocer o descubrir por algún medio misterioso. Me contaba esos hechos personales mientras flotaba en ese estado deliciosamente distendido entre vidas físicas distintas.

Esos poderosos encuentros probatorios con Catherine empezaron a abrirme la mente y a eliminar mis dudas. Conocí a otros clínicos acreditados que realizaban regresiones e investigación al respecto, y aún quedé más convencido. Desde que en 1988 se publicara mi primer libro, *Muchas vidas, muchos maestros*, he tratado a más de cuatro mil pacientes individuales mediante terapia de regresión a vidas pasadas, y a muchísimos más en grupos grandes durante mis talleres experienciales. Cada caso valida y confirma, enseña y amplía. Cada caso desvela algo más del

misterio de la vida. En todo este tiempo, he conocido a pioneros y lumbreras de las vidas pasadas de todas partes del mundo. Donde antaño hubiera incredulidad, hay ahora sabiduría y conocimiento cuidadosamente reunido. Las historias de este libro impulsarán al lector por el mismo camino y lo conducirán desde la duda hasta el descubrimiento. Solo hay que abrir la mente y dejar que empiece este viaje maravilloso.

En los talleres que dirijo, aproximadamente dos terceras partes de los asistentes recuerdan satisfactoriamente episodios de vidas anteriores. Sus recuerdos y evocaciones suelen curar enfermedades físicas y emocionales. Los síntomas aclaran dudas aunque el recuerdo no sea del todo preciso, pues un error al recordar no niega la verdad o la importancia de lo recordado. Por ejemplo, en una regresión una persona puede recordar el trauma, el caos o incluso toda la reacción emocional de su madre cuando, con tres años de edad y corriendo por la calle, casi fue atropellada por un Buick negro. Si lo verifica con la madre, resulta que el coche era un Cadillac azul marino. Por lo demás, el resto de la remembranza es exacto. Este pequeño grado de distorsión es aceptable. La memoria no es un viaje literal en el tiempo. Y si al describir el recuerdo del accidente usamos una palabra que no aprendimos hasta los doce años, tampoco pasa nada. La mente que observa y describe es la conciencia actual, no el cerebro a los tres años. En realidad, nunca nos metemos en una máquina del tiempo. La hipnosis es la herramienta que utilizo yo para ayudar a la gente a recordar esos episodios de la infancia y otras cosas. Muchos de mis pacientes y de los individuos que he atendido en los talleres son capaces de recordar hechos no solo de su edad temprana, sino también de cuando se hallaban en el útero de su madre, de ese estado místico entre vidas, y de vidas pasadas.

A lo largo de los años he conocido personas, cuyas ideas preconcebidas sobre la terapia de regresión a vidas pasadas las han empujado a rechazar el concepto de plano. Sostienen que los recuerdos están distorsionados o son imprecisos, como he señalado antes, o que sus efectos terapéuticos se pueden atribuir a las meras ilusiones, o que todos los individuos que experimentan una regresión se identifican erróneamente a sí mismos con una figura histórica famosa del pasado. Estos críticos se hacen oír, pero están mal informados. El libro incluye numerosas historias de personas que han tenido o llevado a cabo sus propias regresiones, y en conjunto presentan un catálogo increíblemente diverso de experiencias que pone definitivamente en entredicho tales suposiciones. Sus páginas contienen más evocaciones de pobres y campesinos que de personajes importantes. La imaginación o la fantasía no curan afecciones físicas o mentales muy consolidadas, pero el libro abunda en ejemplos de cómo el recuerdo de vidas pasadas sí lo consigue, y ni el

paciente ni el terapeuta necesitan siquiera creer en este concepto para que se produzca la curación, como nos pasaba al principio a mí y a Catherine. Las historias de este libro, como un microcosmos de todo el ámbito de la terapia de la regresión, ilustran una amplísima variedad de vidas pasadas, aunque también señalan una y otra vez los elementos comunes fundamentales del viaje y la evolución de nuestra alma. Abrir la mente a sus verdades —que somos seres eternos e inmortales que hemos vivido antes y viviremos otra vez, que somos uno, y que estamos aquí en la Tierra para aprender lecciones de amor y compasión— es, recurriendo a una cita conocida, un paso importante para el hombre y un salto gigantesco para la humanidad.

Cada vez que los pacientes y participantes en talleres logran recordar una de sus vidas pasadas, se abre una avenida que conduce directamente a la sabiduría divina y al bienestar físico o emocional. La conciencia de que tenemos múltiples vidas, separadas por paréntesis espirituales en el otro lado, ayuda a disolver el miedo a la muerte y a llevar más paz y dicha al momento presente. A veces, la mera evocación de traumas en vidas pasadas desemboca en percepciones y curaciones increíbles. Esta es la vía rápida.

Quienes no han tenido ningún recuerdo de vidas pasadas pueden llegar a comprender y a tener una perspectiva mejorada presenciando o leyendo sobre las experiencias de otros. Una identificación empática puede ser un poderoso estímulo transformador. Esta es una ruta alternativa, en la que la dirección del progreso es más importante que la velocidad. A la larga, alcanzaremos un estado de conciencia iluminada.

La reencarnación, el concepto de que todos hemos vivido otras vidas, es la puerta de entrada a un nivel superior de conocimiento. Catherine me la abrió a mí, y yo después la he mantenido abierta para muchos más.

No obstante, hay muchas puertas. Ciertas personas han accedido a las esferas superiores mediante experiencias cercanas a la muerte, a través de encuentros místicos o gracias a la meditación. Otras han experimentado una percepción súbita, o momento «ajá». Todas las puertas llevan al mismo sitio: un reconocimiento trascendente de que nuestra verdadera naturaleza no es física sino espiritual. Suele haber una conciencia simultánea de que todos estamos interconectados y de que, de algún modo, somos manifestaciones de una energía.

Paolo Coelho ha escrito lo siguiente: «La vida es el tren, no la estación.» En el viaje de ida y vuelta del alma a un estado de sabiduría y amor infinitos, un viaje lleno de misterios y milagros, descansamos, nos recuperamos y reflexionamos en las estaciones, entre distintas vidas, hasta el momento de subir de nuevo a bordo: otro

tren, otro cuerpo. Solo hay una casa y al final, tarde o temprano, todos regresamos allí. Es la sede de la felicidad. Este libro nos ayudará a encontrar las orillas.

El tesoro del libro reside en las historias cuidadosamente cultivadas y cosechadas por lectores y participantes en talleres durante los últimos veintitrés años. Compartidas aquí, las experiencias subyacen a todo aquello sobre lo que he escrito y dado clases y lo honran. En miles de voces, estas historias validan no solo los fenómenos de las regresiones a vidas pasadas sino la totalidad del universo psicoespiritual. Leeremos sobre almas y almas gemelas, sobre la vida después de la muerte, sobre vidas presentes completamente transformadas por encuentros con el pasado. Las historias tienen en común el modo en que la mente y el cuerpo se pueden curar de manera profunda y permanente. Explican cómo la pena se puede transformar en consuelo y esperanza, y cómo el mundo espiritual impregna y enriquece nuestro mundo físico en todo momento. Estas historias están llenas de sabiduría, amor y conocimiento profundo. Son divertidas y serias, breves y extensas, pero siempre sensatas e instructivas. Extraídas de todas partes, las experiencias compartidas ayudarán a muchos miles de almas que avanzan por la vida a duras penas. Ayudar a los demás a sanar, a entender y a hacer progresos por su camino espiritual es el deber más noble del espíritu.

Leer las historias y las reflexiones de este libro es como experimentar cien regresiones indirectas. Ciertas resonancias intensas de recuerdos latentes de vidas pasadas del lector estimulan el subconsciente y suscitan una conciencia mayor. La mente más profunda descubre nuevas posibilidades de curación física y emocional. Una comprensión de nuestra naturaleza superior —que somos el alma, no el cuerpo o el cerebro— da lugar a profundos cambios en los valores y las aspiraciones esenciales. Y entonces comienza la transformación más importante. Se despierta la conciencia, que abre sus ojos divinos pero aletargados y distingue su camino espiritual. Las historias seleccionadas para este libro no se limitan a describir estas discretas llamadas de aviso, las efectúan. Leerlas equivale a experimentar un cambio de manera inefable pero indeleble.

En ese momento del despertar, cuando descubrimos nuestra naturaleza intrínseca como seres eternos, desaparece la duda. Como si un viejo alquimista nos hubiera echado encima sus polvos mágicos, el miedo se transmuta para siempre en paz interior, la desesperación en esperanza, la tristeza en alegría, el odio en amor. En el plano del alma puede pasar todo.

Las palabras tienen su propio poder alquímico. Este libro no es una recopilación de historias, sino una colección de posibilidades transformadoras. Leyendo sobre

experiencias de regresión de otros y estableciendo lazos de empatía, alcanzamos una profunda conexión con su inmensa sabiduría. Se crea y se fortalece gradualmente un vínculo con un proceso cósmico increíblemente sabio y afectuoso, una historia tras otra. Cada una de las escogidas para este libro facilita estos lazos empáticos y procura percepciones accesibles de la naturaleza más profunda de nuestra alma, nuestra finalidad en la Tierra y nuestra capacidad sanadora. Espero que mis comentarios ayuden a aclarar estos temas. Como ya hemos visto al leer sobre encuentros místicos de otros, ha aumentado la probabilidad de tener uno propio. Las historias ponen la mesa, y ya puede entrar el invitado especial. Alumbran toda una filosofía metafísica. Los conceptos de reencarnación y regresión a vidas pasadas ponen de manifiesto la realidad y la esencia de nuestro yo y nuestra finalidad superiores. Todos podemos valernos de las técnicas y las enseñanzas observadas en los capítulos siguientes para mejorar nuestra vida, seguir por nuestro camino espiritual, experimentar más amor y felicidad ahora mismo, y comprender que no hay por qué tener miedo, pues somos inmortales. Somos solo almas.

Mi hija Amy es terapeuta además de escritora y editora. Entre ella y yo recogimos centenares de informes de personas que tenían un recuerdo significativo que compartir. Leímos y releímos atentamente uno tras otro, y seleccionamos los que, a nuestro juicio, ponían de relieve una cuestión importante, proporcionaban una plataforma didáctica y, ante todo, iluminaban nuestras lecciones de vida comunes. Su belleza y sus percepciones eran tema habitual de conversación en la mesa familiar. Amy y yo trabajamos en equipo para escribir juntos este libro. A veces, mis palabras dan poesía y finalidad a sus pensamientos; a veces, sus palabras dan forma y final a los míos; pero en todo momento unas y otras se entrelazan a la perfección. Trabajar con ella en este proyecto ha sido una bendición y un placer. En cualquier caso, los colaboradores más importantes son, con mucho, los autores de las historias. Si ellos no hubieran transmitido sus experiencias de modo sincero, valiente y elocuente, el libro no habría visto la luz. Sin ellos no habría palabras. Han sido la inspiración para la creación de la obra y el conducto para sus curaciones.

Este libro no está necesariamente concebido para ser leído de una sentada, pues hay profusión de historias cargadas de lecciones. Deambulemos pausadamente por su sabiduría. Demorémonos en ellas un rato. Sintamos sus emociones y texturas. Quizás encontremos paralelismos con nuestras propias experiencias vitales, que merecerá la pena dedicar tiempo a explorar. Releámoslas todas las veces que haga falta. Cada vez que yo lo hago, descubro indefectiblemente nuevos y más profundos niveles de significado. También advertiremos enseguida que estas historias no tratan solo de vidas pasadas. Como he mencionado, la reencarnación es una entrada a una

conciencia ampliada y a panoramas asombrosamente fértiles de conocimiento y sabiduría. Lo que hay al otro lado de la puerta es más importante que la puerta, aunque en sí misma esta sea fabulosa.

Las historias que nos disponemos a leer son ejemplos de nuestro inexorable avance hacia la perfección espiritual. Señalan el camino; iluminan los pasos. Son como joyas de múltiples facetas pensadas para ser compartidas. Las facetas de una parecen plasmarse en todas las demás. Aunque he creado capítulos, en realidad las joyas se reflejan unas en otras, por lo que podemos localizarlas en cualquier parte, como gemas holográficas.

Años atrás imaginaba a los seres humanos como joyas así, imagen que describí en *Muchas vidas, muchos maestros*:

Es como si dentro de cada persona se pudiera encontrar un gran diamante. Imaginemos un diamante de un palmo de longitud. Ese diamante tiene mil facetas, pero todas están cubiertas de polvo y brea. La misión de cada alma es limpiar cada una de esas facetas hasta que la superficie esté brillante y pueda reflejar un arco iris de colores.

Ahora bien, algunos han limpiado muchas facetas y relucen con intensidad. Otros solo han logrado limpiar unas pocas, que no brillan tanto. Sin embargo, por debajo del polvo, cada persona posee en su pecho un luminoso diamante, con mil facetas refulgentes. El diamante es perfecto, sin un defecto. La única diferencia entre las diferentes personas es el número de facetas que han limpiado. Pero cada diamante es el mismo y cada uno es perfecto.

Cuando todas las facetas estén limpias y brillen en un espectro de luces, el diamante volverá a la energía pura que fue en su origen. La luz permanecerá. Es como si el proceso requerido para hacer el diamante se invirtiera, liberada ya toda la presión. La energía pura existe en el arco iris de luces, y las luces poseen conciencia y conocimiento.

Y todos los diamantes son perfectos.

He aquí más diamantes.

Todos estamos conectados

Una vez, estando en un taller con un grupo grande, advertí una pequeña cartulina en la que había escrito un poema u oración: «La naturaleza de Buda impregna el universo entero, existe aquí mismo y ahora. Dedico el mérito de esta práctica a todos los seres sensibles. Juntos haremos realidad la liberación.»

Mientras leía estas palabras me di cuenta de que esto es verdad para todos y para todo. Si así lo preferimos, podemos sustituir «naturaleza de Buda» por la palabra *amor*, *Dios*, *Jesús*, *poder superior* o cualquier otra figura espiritual. Da lo mismo. Se refiere simplemente a una energía amable, sabia y afectuosa, quizá con atributos que exceden a nuestra comprensión, que llena los átomos, las moléculas y las partículas energéticas del universo entero: una energía de la que estamos hechos y a partir de la cual, en cierto sentido, nos hemos condensado. Esta energía, esta naturaleza de Buda o de Dios, existe justo aquí y ahora, en todo tiempo y lugar. Podemos dedicar la práctica de la vida cotidiana a lograr, de una manera compasiva, la mejora de todos los seres sensibles, esto es, de todas las cosas que tienen conciencia. Juntos —pues estamos todos conectados— podemos hacer realidad la liberación, que es libertad respecto al proceso de nacimiento y muerte y renacimiento, para así licenciarnos en la escuela que denominamos Tierra.

La palabra *juntos*, esta simple palabra, es crucial. En la formación y reunión del grupo hay una energía sagrada. Como ilustran las historias de este capítulo, no es casualidad ni coincidencia que ciertas personas concretas se junten en un momento determinado para una finalidad colectiva. Algunos de los autores de estas historias son capaces de descubrir los intrincados e infinitos hilos que nos unen. Otros que se llaman a sí mismos «desconocidos» averiguan que han estado íntimamente vinculados a lo largo de su vida. No son desconocidos. No hay separación. Nadie está solo.

Por ejemplo, cualquier grupo particular de personas que estén asistiendo a uno de mis talleres no es realmente aleatorio. Ya estaban conectadas entre sí antes incluso de reunirse, empujadas por cierta fuerza coordinadora superior. Es como si un imán cósmico atrajera a esas almas específicas que son necesarias para ese taller. Se congregan almas gemelas y otras personas, algunas de las cuales han compartido vidas pasadas pero en la presente aún no se han conocido. Estas uniones son en

realidad «reuniones».

Recuerdo que, mientras miraba la cartulina, pensé: *Qué importante es esta pequeña oración*. Entonces, mientras seguía dando el curso, con las palabras de esa oración repicando todavía en mi cabeza, comprendí que las 130 personas que estaban en el curso habían acudido no solo movidas por sus propios fines o para experimentar una vida pasada. ¿Y si Dios o un poder superior hubiera juntado a esas 130 personas para curar a tres o cuatro? ¿Y si la intención fuera «bueno, que estas 130 personas y su energía única sanen a esas tres o cuatro de su grupo que lo necesitan»? Vaya privilegio, vaya honor y vaya bendición estar incluido entre las 130.

Esto planteaba una perspectiva diferente, a mí y a todo el grupo. Nos dimos cuenta de que los milagros se producían. Solo teníamos que abrir los ojos.

. EL TEJIDO DE LA CONEXIÓN .

En 1993, recibí *Muchas vidas, muchos maestros* de manos de un desconocido que no sabía nada de mí, pero me dijo que era «para» mí. Aquello hizo que toda mi vida anterior por fin tuviera sentido, no tanto mi experiencia con vidas pasadas como ciertos conflictos personales que tenía yo con la percepción común de la pena. Por primera vez en mi vida no pasaba nada si no me sentía totalmente hundida por la pérdida cuando fallecía alguien. Se suscitó en mí la idea de que si podía trabajar con usted y aprender de usted, sería capaz de ayudar a otros a cambiar su perspectiva, desde el dolor a la conexión.

Más de diez años después, mi esposo, un policía de carretera de California, cayó muerto en una persecución. Al cabo de dos años, le vi a usted en el programa de Oprah Winfrey, y tuve la misma sensación. Con el curso de formación de julio en Omega a solo unas semanas vista, lo reservé todo en cuestión de minutos. Fue coser y cantar.

Tras llegar a Omega, mi conciencia psíquica estaba completamente abierta, como no lo había estado antes. Yo era consciente de mi conexión no solo con los demás, sino también con las plantas y los animalitos. Usted llevó a cabo conmigo una regresión frente a todo el grupo. Como hizo una inducción rápida, vi enseguida la palabra «abrevadero» galopando por mi conciencia y luego el abrevadero real que teníamos para el agua de los caballos en la granja donde me

había criado. Fui conducida al recuerdo de infancia de vernos obligados por las circunstancias a vender nuestros queridos caballos. Recordé la aflicción que eso causara a mi padre: había contado a mi madre que por instinto sabía que no debía vender los caballos a ese comprador concreto, y no había hecho caso de esos instintos con gran pesar. Yo había tomado la decisión consciente de no llorar para así ahorrar a mi padre cualquier culpa adicional. A partir de ese momento hasta que me senté con usted en Omega, la tristeza relacionada con ese incidente había permanecido dentro de mí, profunda y anónima. Mientras describía lo sucedido, el dolor me subía desde el diafragma con cada exhalación. La combinación de conmoción absoluta y alivio era indescriptible.

Pasé a un recuerdo del nacimiento de mi hijo, cuando mis instintos me gritaron durante semanas que algo iba mal, pese a lo cual me dejé convencer una y otra vez por el médico de que eran simples manías mías. Por fin, le supliqué que me provocara el parto y él accedió de mala gana; tras llegar al hospital, me llevaron a una sección de cesáreas urgentes. Mi hijo tuvo que ser resucitado, pues la gangrena había infectado la placenta y el cordón umbilical. Al día siguiente, cuando el niño ya estaba lo bastante estable para que yo pudiera sostenerlo, lo miré y vi sus deditos manchados. Supe que, al pasar por alto mi intuición, en la que debía haber confiado tanto como en el aire que respiro, había fallado en mi primer test real como madre. Me puse a llorar de ira, tristeza y frustración, como mi padre cuando vendiera los caballos. En ese preciso momento, mi hijo empezó a inquietarse y a moverse incómodo, y caí en la cuenta de que él percibía mi aflicción. Preocupada por si le provocaba un dolor adicional, dejé de llorar y me olvidé por completo de la culpa hasta transcurridos esos catorce años, durante mi sesión. Liberé el dolor extremo que había estado albergando de manera del todo inconsciente. Por fin aliviada, me sentí como si del pecho se me hubiera desprendido literalmente todo el peso del mundo.

Luego llegué a ser consciente de la presencia de mis guías, y me invadió el familiar sentido de paz y pertenencia. Me hicieron ver que yo era parte de ellos, igual que ellos eran parte de mí, y cuando le sentí a usted a mi lado derecho comprendí que también usted formaba parte de ese «equipo».

Me preguntó usted si mi esposo estaba ahí. Buscando la respuesta, lo sentí a mi izquierda, y volví la cabeza como para traerlo más claramente a mi conciencia. Y justo al volverme, también lo sentí delante; volví la cabeza hacia delante solo para percibirlo en la derecha sin dejar de estar delante y en la izquierda. «¡Está en todas partes!», dije mientras me daba cuenta de lo que había estado sintiendo. Tras oír esto, las 130 personas de la sala exhalaban un suspiro colectivo. Fui

consciente de la energía que, en forma de hilos azules, había estado conectándome con cada persona de la sala desde las presentaciones de la noche anterior, extendiendo mi diafragma al suyo de forma individual. Cuando suspiraron todos en respuesta a sus propias emociones, agitadas por haber compartido mi conciencia de la presencia de mi esposo, los hilos salieron disparados de cada uno, yendo de uno a otro, en un tejido de conexión hermoso, sencillo y a la vez complicado. Fui consciente de que todo lo que hiciera yo en lo sucesivo afectaría a los demás, y de que todo lo que hiciesen ellos les afectaría también recíprocamente. La conciencia que tenía yo era «sana a los sanadores», con la convicción de que en nuestra conexión estaba nuestra fuerza. Sintonicé de nuevo para oírle a usted preguntar si mis guías seguían presentes. Yo respondí que estaban presentes y siempre lo están, y añadí: «Somos un equipo y tenemos una finalidad.» Usted me preguntó cuál era esa finalidad, y yo empecé a ver infinitos destellos de escenas —solo destellos—, pero acompañada cada una de emociones y detalles. Las pocas que pude captar incluían a un preso sentado en el borde de la litera con la cabeza entre las manos, sintiendo más dolor, miedo y enojo hacia sí mismo del que ninguna de sus víctimas habría podido jamás imaginar, pues ni siquiera él sabía por qué hizo las cosas que hizo, con lo cual no podía confiar en sus propias acciones. Una madre sosteniendo a su hijo, ambos muriéndose de hambre. La madre asfixiándose en su propia pena, sabiendo que el niño moriría de desnutrición antes que ella, temiendo que muriese creyendo que su madre era egoísta por no haberse muerto antes. De todos esos destellos solo pude articular verbalmente «el dolor, el dolor, tanto dolor», mientras lloraba con tal desconsuelo que me sentía como si fuera a romperme en pedazos.

«Todo el dolor viene del miedo, los malentendidos, el temor a ser temido», dije. Sabía que, respondiendo a su pregunta, la finalidad era reducir el dolor colectivo mediante la eliminación del miedo, y gracias a esto a continuación tendría lugar una elevación de todos los seres vivos. Ahora entiendo que ser uno no es un objetivo —ya es— y que todo lo que hacemos, incluso esas cosas aparentemente insignificantes que llevamos a cabo de forma individual, nos afecta real y directamente a todos.

~ *Nina Manny*

En mis clases y talleres, suelo hablar de que estamos todos conectados, de que lo

que hace uno influye en todos los demás. Nina lo expresa a las mil maravillas: en nuestra conexión está nuestra fuerza. Los lazos que nos conectan son de espiritualidad afectuosa. Si somos de la misma energía, estamos compuestos de partículas y ondas, no de sangre y hueso, y entonces lo que hacemos afecta a los demás, y no solo a los seres humanos. Como nuestros pensamientos y acciones tienen consecuencias, tanto más motivo para ser afectuosos y compasivos, no temibles y dañinos. Ellos crean el destino y el futuro.

La historia de Nina explica y se extiende sobre los cables energéticos que nos unen. Pero hay mucho más. Ella percibe la presencia ubicua y afectuosa de su difunto esposo. Es consciente de la constante sabiduría eterna que la gracia, la mano del cielo, nos proporciona en diversas modalidades, sea en forma de guías, ángeles, mensajeros espirituales, etcétera. Ha reconocido vidas llenas de lecciones, pérdidas, dolor y esperanza. Y me ha recordado un mensaje de hace tiempo de un Maestro, transmitido a través de Catherine, grabado en una cinta y escrito en *Muchas vidas, muchos maestros*. Uno que me ha alentado y motivado desde entonces.

Tenías razón al suponer que este es el tratamiento correcto para quienes están en un plano físico. Debes erradicar los miedos de sus mentes. El miedo es un derroche de energía; impide a las personas cumplir con aquello para lo cual fueron enviadas... Energía... todo es energía. Se malgasta tanta. Dentro de la montaña hay quietud; el centro es sereno. Pero es afuera donde está el problema. Los humanos solo pueden ver el exterior. Pero se puede ir muy adentro... Debes liberarte del temor. Será la mejor de tus armas.

Es lo que Nina nos recuerda: «Todo el dolor viene del miedo.» El amor y el conocimiento acaban con el miedo.

El gran profesor Jon Kabat-Zinn me enseñó una reflexión sobre una montaña. Pienso en ello a menudo, pues me ayuda a mantener el equilibrio con independencia de lo que pase fuera. Creo que para mí ha sido una imagen potente precisamente porque los Maestros la habían mencionado hace mucho tiempo en la cita anterior.

Imaginemos una hermosa montaña, quizá con una cumbre cubierta de nieve. Cuando la miramos, vemos que tiene un núcleo interior de paz y temperatura constantes, así que da igual lo que pase fuera: el interior no cambia.

Imaginemos ahora que las estaciones van y vienen. El verano llega con rayos, tormentas, inundaciones e incendios, pero el interior de la montaña permanece quieto, tranquilo y en calma. El verano da paso al otoño, con vientos huracanados y hojas que caen de los árboles; luego llega el invierno y sus nevadas y temperaturas gélidas; y este, cuando se funde la nieve y se producen los aludes, se convierte a su

vez en primavera. Sin embargo, el núcleo interno, el bello espacio en las honduras de la montaña, no se ve afectado por ninguno de estos cambios estacionales.

Nosotros somos como la montaña. No hemos de dejar que sucesos de fuera nos quiten la dicha ni la armonía, al margen de lo fuerte que bramen las tormentas o aúllen los vientos. Todos contamos con este núcleo interior de calma y tranquilidad. Está ahí cuando quiera que lo queramos o necesitemos. Si vamos hacia dentro, accedemos a su poderosa presencia sanadora. La montaña, por dentro, es perfecta; como lo somos nosotros.

Imaginemos ahora que aparecen en la montaña unos turistas. Llegan en tren, avión, coche, barco y otros sistemas de transporte. Y todos opinan. Esta montaña no es tan bonita como una que he visto en otra parte. Es demasiado pequeña, o demasiado alta, o demasiado estrecha, o demasiado ancha. Pero a la montaña le da igual, pues sabe que es la esencia ideal de montaña.

Una vez más, somos como esa montaña. Digan lo que digan los demás de nosotros, al margen de sus críticas y juicios o lo que para ellos sean espejos, ya somos ideales y divinos. No tenemos que sentirnos afectados por sus opiniones, ni siquiera de las personas cercanas a nosotros, como la familia, los jefes o los seres queridos. En este sentido, somos sólidos y estamos bien afianzados en la tierra, como la montaña. En el fondo de nuestro corazón, sabemos que somos la esencia perfecta de un ser espiritual. Las palabras de los otros no pueden quitarnos la dicha y la paz interior a no ser que les demos la capacidad para ello.

Suelo utilizar esta reflexión como recordatorio, para mí mismo y para los demás, de nuestro esplendor y nuestra nobleza, como la bella montaña. Aunque lo hayamos olvidado, ya somos perfectos. Siempre lo hemos sido.

. AMADA Y DIGNA DE AMOR .

La semana de octubre de 2010 que pasé en Omega me afectó y abrió el corazón de muchas maneras. Ayudó a llevar a mi mente consciente muchísimas cosas que había olvidado. Surge en mí un renacer que me llena los ojos de lágrimas siempre que me quedo quieta y pienso lo maravillosos que realmente somos.

La primera mañana, el doctor Weiss nos guio hacia una regresión de grupo. No era mi primera vez, pero estaba buscando otra experiencia de vidas pasadas. Por lo general, percibo, siento y visualizo en sincronía con las palabras del guía del

viaje. En esta ocasión, no obstante, con gran sorpresa mía me vi como soy en esta vida y con mi edad actual. Estaba de pie en un espacio donde todo parecía confuso. Miré delante, y había una especie de cortina de niebla. De pronto apareció un brazo desnudo, que me cogió de la mano y me llevó a través de la cortina.

Me vi a mí misma frente a un viejo amigo, Joe, que se había muerto en los setenta, cuando teníamos veintitantos. Joe y yo habíamos estado muy unidos. De hecho, no he estado jamás tan unida a nadie ni antes ni después. Éramos amigos, amantes y confidentes. Hablábamos durante horas sobre las posibilidades de que hubiera vida después de la muerte. Nos prometimos uno a otro que quien muriese primero regresaría y le explicaría al otro cómo era eso. Con el tiempo, cada uno siguió su —mal— camino.

Uno o dos años después, Joe y yo hablamos por teléfono, y quedó claro que lo que hubiera habido entre nosotros ya no era ahora tan fuerte. Me invitó a visitarle la siguiente vez que yo fuera a Santa Bárbara. Dije que sí, pero no lo hice. Tuve miedo; me dije que necesitaba más tiempo antes de verle cara a cara. No mucho después, un amigo común me llamó para decirme que Joe se había suicidado. No me lo podía creer. Enloquecí, me puse triste y enloquecí de nuevo. Si lo hubiera llamado cuando estaba en Santa Bárbara, quizás esto no habría ocurrido.

Pasó el tiempo, y Joe cumplió su palabra. Empecé a recibir visitas tuyas, sobre todo de noche en sueños vívidos. Había también ocasiones en que, tras haber hablado yo con alguien sobre lo furiosa que me había puesto cuando se quitó la vida, me despertaba en una cama temblorosa y oía su voz diciéndome que no estuviera enfadada con él. Conseguí dejar de expresar mi ira en voz alta, y pronto me di cuenta de que lo echaba de menos. Al final dije a Joe que ya no quería más sueños, y estos también cesaron.

A partir de entonces, de vez en cuando, comencé a notar la energía de Joe a mi alrededor: saber sin más que estaba ahí me tranquilizaba. Un día, en los noventa, estando en la cocina pude sentir cerca la energía de Joe. Alrededor y dentro de mí. Le oí decirme que me amaba y que abandonaba esa vibración para pasar a otra dimensión, donde tenía cosas que hacer. Me explicó que iba a dar la bienvenida a las almas que habían muerto a causa del sida. Me mostró una fugaz visión de un espacio donde había mucho dolor, tristeza y confusión. Esta era parte de su deuda, dijo, por haberse suicidado. Sentí que su energía me envolvía y me llenaba de un amor incondicional que yo nunca había experimentado antes. Se me saltaron lágrimas de alegría. No sé cuánto rato permanecí allí de pie antes

de reparar en que estaba en la cocina en mitad del día.

Fue la última vez que noté su energía, hasta la regresión de grupo la primera mañana del curso. Allí estaba yo, delante de Joe. Me llevó hacia él y me abrazó con fuerza y sin cortarse. Ahora tenía alas. Sin hablar, me dejó claro que había progresado. Yo notaba las alas que me envolvían. Sentía que a nuestro alrededor había otras energías que también me transmitían amor. Oí las palabras «eres amada, eres digna de amor». Me dolían las mandíbulas, tenía la garganta tensa, los brazos doloridos y los ojos llenos de lágrimas. Joe continuó abrazándome hasta que acepté y me abandoné al mensaje, momento en que cesó el malestar físico. Apareció un profesor y me puso un «cristal de luz» en el corazón. Seguí la voz del doctor Weiss y abrí los ojos. Otra vez de vuelta. ¡No quería volver! Aquí estaba sola y tenía frío.

Esa tarde, me ofrecí voluntaria para ser hipnotizada delante del grupo para que el doctor Weiss pudiera hacer una demostración de inducción rápida. Salió bien. Mientras estaba hipnotizada, el doctor Weiss me preguntó sobre mi viaje de la mañana. Le hablé de mi encuentro con Joe, aunque oculté adrede su nombre y me referí a él simplemente como «un amigo». Le conté lo de las alas y el mensaje. Dije que mi amigo se había quitado la vida y que no había ido a verle como había prometido que haría. El doctor Weiss me dijo que yo no era responsable y que no debía sentirme culpable de que mi amigo se hubiera suicidado. Para mi amigo yo era, dijo, «amada y digna de amor».

Sentí de inmediato una sensación de alivio. No me había dado cuenta conscientemente de que había soportado esa carga de responsabilidad, pero ahora que se había hablado de ello notaba que se disipaba una capa de tristeza. Podía sentir la emoción del momento, bien que todavía percibía algo que me frenaba y yo no me soltaba del todo.

Al cabo de unos días, aún durante el curso, un amigo y yo íbamos al comedor a desayunar. Una mujer llamada Rachel caminaba hacia nosotros. Me miró de hito en hito y preguntó: «¿Eres Jeannette?»

Tras contestarle yo que sí, ella dijo: «Tengo un mensaje de Joe para ti. Dice que te ama.» Me explicó que había recibido este mensaje y se había sentido obligada a buscarme para transmitírmelo. Le di las gracias con lágrimas en las mejillas. Esta era mi confirmación. Joe me conocía muy bien. Sabía que debía enviar el mensaje a través de alguien más para asegurarse de que yo lo creía.

Y en efecto lo creo. Desde ese encuentro, tengo una sensación de sosiego. Me siento conmigo misma más cómoda que nunca. Ahora sé que todos somos realmente amados de maneras que no podemos imaginar en este nivel físico. Y

ahora, por fin, acepto esta verdad.

~ Jeannette

La Tierra es como una escuela con una sola aula en la que se agrupan alumnos de diferentes cursos: los de primero coexisten con los universitarios, los de recuperación con los superdotados. Los cursos se dan en todas las lenguas y abarcan la totalidad de los temas. Asisten a esta escuela estudiantes de todas las razas y nacionalidades, el conjunto de los seres humanos. Todos siguen el camino que lleva a la graduación espiritual. En esta escuela, las lecciones son difíciles porque aquí tenemos cuerpo, de modo que experimentamos enfermedad, muerte, pérdida, dolor, separación y otros muchos estados de sufrimiento. No obstante, la Tierra también cuenta con poderosas virtudes redentoras, como la belleza increíble, el amor físico, el amor incondicional, las almas gemelas, placeres para todos los sentidos, personas amables y compasivas o la oportunidad para el crecimiento espiritual acelerado. Al final, en el transcurso de muchas vidas, habremos aprendido todas estas lecciones. Nuestra educación será completa y ya no hará falta reencarnarnos más.

Jeannette procura una visión de cómo prosigue la educación en el otro lado, incluso después de que la conciencia ha abandonado el cuerpo físico. La Tierra es una escuela: difícil y popular, pero no la única. En estos ámbitos superiores, no aprendemos mediante sensaciones corporales, emociones, relaciones o enfermedades. Allí, nuestros estudios son más abstractos y conceptuales. Descubrimos las dimensiones avanzadas que hay más allá de nuestra conciencia humana, y comenzamos a desentrañar sus muchos misterios. Allí vemos y sentimos las manifestaciones sublimes de lo que en la Tierra parece ser sólido y material, y adquirimos un conocimiento de estas energías absolutas en su vibración más elevada. Allí exploramos los matices y niveles de la amabilidad afectuosa; en comparación con la Tierra y sus formas físicas, es aprendizaje en una octava superior. Aunque estas lecciones son los cursos de nivel de graduación, aún forman parte del programa de estudios del alma. Siempre estamos ampliando conocimientos.

Joe dice a Jeannette que al quitarse la vida ha contraído una deuda. Al hacerlo, probablemente dejó un cuerpo sano. Su conciencia no resultó herida ni dañada, desde luego, pero sin un cuerpo no puede realizar su labor en el nivel de la Tierra. El cuerpo es fundamental para que el alma se manifieste en una dimensión física. El alma de Joe deberá aguardar a su próxima reencarnación para proseguir su viaje espiritual por el mundo. Sin embargo, no sufre el castigo de la condenación eterna ni

la destrucción. El karma es para aprender, no para castigar. Y así Joe tiene el encargo de trabajar con los espíritus de personas que han muerto de sida. Hay aquí gente que ha sufrido mucho, y que ha muerto muy joven porque su cuerpo ha llegado a estar irreparablemente dañado a causa de esa horrible enfermedad: el mejor sistema para que Joe aprenda el valor de un cuerpo sano, del don de la vida.

Mientras trabajaba con las almas de las víctimas del sida, Joe no padecía dolor ni aflicción. Rebosaba amor incondicional. En cierto sentido, estaba ganándose las alas, como si fuera un ser angelical. Estaba saldando sus deudas kármicas. Si Joe, con todos sus fallos y deudas, pudo hacer la transición de ser humano a ángel, todos podemos. Pues la verdad es que todos somos ángeles disfrazados temporalmente de seres humanos.

En su historia, Jeannette menciona su encuentro con Rachel, que tenía un mensaje especial que darle. A continuación, Rachel explica cómo recibió ella ese mensaje.

. DILE QUE LA AMO .

En el curso del Instituto Omega, una noche experimenté una regresión en la que me llevaron mentalmente a un bello jardín con margaritas. Pasé allí un tiempo hablando con mis guías, que me miraban llenos de amor y felicidad. Recibí mensajes sobre mi dolor de espalda y sensaciones de control. Al rato, ya estaba lista para abandonar ese terreno, pero tenía la impresión de que debía esperar. Fue entonces cuando percibí que aparecía un espíritu para hablarme. Sabía que no tenía nada que ver conmigo. Traía un mensaje para Jeannette.

«Dile que la amo», me dijo.

Sentí el impulso de preguntarle el nombre. Se llamaba Joe. Tuve muchas dudas al respecto, pues sonaba demasiado genérico. Pudo muy bien haber sido cualquier «Fulano de Tal» anónimo. De todos modos, visualicé claramente su aspecto. Se había plantado ante mí un hombre mayor, con el pelo corto, rizado, de un gris blancuzco, piel aceitunada y ancho de pecho. Cuando le prometí que transmitiría el mensaje, bailó una giga de felicidad.

Por desgracia, yo no sabía quién era Jeannette.

Había recibido mensajes antes, pero solo en sueños y ninguno tan claro como este. Y pasaba como con todos los mensajes del pasado, que daban la lata hasta que hacía algo con ellos. No encontré a Jeannette esa noche, así que el fastidio

prosiguió. Cuando iba a acostarme, pedí a Joe que hiciera un paréntesis hasta la mañana, cuando ya podría volver a molestarme.

No tenía ni idea de dónde se originaba la idea del paréntesis, o siquiera si existía un lugar así, pero tuve una noche tranquila y apacible. Una hora antes de que sonara el despertador ya estaba despierta, y Joe junto a mi oído hablando de Jeannette.

En cuanto hube entregado el mensaje, confirmando que Jeannette conocía efectivamente a Joe, le pedí que se fuera y se hiciera invisible. Aunque yo no quería, él quería quedarse y ayudarme. Explicó que ayudarme era su forma de decir «gracias» así como parte de su propia curación espiritual. Era algo que necesitaba hacer, y yo no tenía intención de interrumpir su viaje. Al final de ese día, él había ayudado a mis ángeles a hacerme llegar mensajes.

~ Rachel

Nuestra mente racional suele intentar minimizar o incluso negar los encuentros místicos, espirituales o psíquicos que tenemos. Olvidamos la inmediatez y el poder de la propia experiencia. Si recibimos verificación y confirmación, somos capaces de liberarnos de las dudas y aceptar la realidad del suceso.

Joe insistió en que Rachel le confirmase la reunión con Jeannette durante su regresión. Jeannette también sabía que el encuentro en la cocina no era fruto de su imaginación. Joe estaba ayudándola, curándola e irradiando su amor eterno por ella. Los mensajes de Joe y de las otras «energías» no eran solo para Jeannette, sino para todos nosotros. «Eres amada, eres digna de amor.» Nos pasa a unos y a otros. No permitamos que nuestra mente minimice o niegue esta realidad.

Faith, cuya historia conoceremos acto seguido, también recibió un importante mensaje del otro lado. Transmitirlo a sus destinatarios le permitió certificar no solo sus impresiones psíquicas, sino también la importante verdad de que nuestros seres queridos no nos abandonan nunca.

. MENSAJES DE MÁS ALLÁ .

En 2002, el segundo día de nuestro taller en Los Ángeles empezó con una

regresión. Se distribuyeron micrófonos para que todos pudieran hablar de lo experimentado una vez finalizada la regresión. En el otro extremo de la sala, una mujer se levantó, se acercó a uno de los micros y explicó que había acudido ese fin de semana porque su hija había muerto de cáncer hacía poco. Mientras hablaba, yo veía todo el rato una luz a su espalda. Intenté quitarla mentalmente de ahí, pero cada vez se volvía más brillante hasta que por fin se materializó en una chica muy bonita de pelo castaño y ojos azules que estaba de pie justo detrás de la mujer. La chica me miraba directamente.

Supe que debía decírselo. En el descanso fui al vestíbulo, y aunque al acto asistían quinientas personas, las únicas que había ahí eran esa mujer y su esposo. En primer lugar describí con todo detalle a la chica que había visto a su espalda. La mujer y el esposo estaban llorando, y de pronto ella sacó una foto del bolso y me enseñó una imagen de su hija. Era la chica que yo acababa de describir a la perfección.

Luego le dije que no eran imaginaciones tuyas si creía oír la reírse tontamente cuando le salpicaba el agua al lavar los platos; que cuando hacía la cama y creía notar cosquillas, era la niña; y que si mientras leía o veía la televisión percibía un abrazo o una cabeza en el hombro, era eso realmente lo que pasaba.

Llegados a este punto, el esposo ya no podía hablar. Según la mujer, aunque él no creía en nada de todo eso, había comprado los billetes para el fin de semana porque creía que era eso lo que debía hacer. Cuando ella le dijo que quería salir afuera durante el descanso, él no la dejó salir del vestíbulo donde se hallaban ahora, así que habían deambulado por ahí contemplando las obras de arte. Todo lo que yo le había descrito eran cosas que ella había contado a su esposo y a nadie más, cosas que sentía que ocurrían en la casa.

A estas alturas estábamos todos llorando, desde luego. Sonreí y dije: «Por la razón que fuera, su hija me eligió para que yo les dijera lo que acabo de decirles.» No soy la típica persona que ve y habla con fantasmas, pero sin lugar a dudas esta chica transmitió un mensaje a sus padres a través de mí.

No fue hasta que hube regresado a la sala del taller y me hube sentado cuando caí en la cuenta de lo alterado de mi estado de ánimo al recibir esos mensajes. Desde donde estaba yo sentada, era absoluta y físicamente imposible que hubiera visto a esa mujer hablando por el micro. En la sala había dos columnas de soporte; yo estaba sentada junto a una del extremo izquierdo, y el micrófono se hallaba detrás de una del extremo derecho. No había la posibilidad de que yo la hubiera visto allí de pie. Pero así fue. Yo necesitaba ver a su hija y ser ese día el mensajero que llevara a la madre y al padre una pequeña dosis de paz.

Todos poseemos facultades y poderes intuitivos que trascienden en mucho lo que sabemos. Faith no es vidente ni médium profesional, pero al entrar en el estado alterado su visión se volvió extrasensorial y quedó despejada de obstáculos físicos. Veía y oía con el corazón igual que con los ojos y los oídos. Y el padre de la pequeña confió en su intuición de conseguir los billetes para el acto y demorarse en el vestíbulo, aun sin saber exactamente por qué.

Si no hacemos caso de la intuición, creamos obstáculos y oposición, lo que acostumbra a ser peligroso. Sin embargo, si seguimos el corazón, fluimos con el proceso; no forzamos ni bloqueamos, más o menos como señala el principio taoísta de *wu wei*. Los seres espirituales se esfuerzan por comprender y fluir con el proceso, no por luchar contra él.

La niña del cabello castaño quería consolar a sus padres, aliviar su pena. Como los tres adultos abrieron su mente y confiaron en su intuición, llegó el consuelo.

Ante la duda, hay que elegir el corazón, no la cabeza.

. LA FLORECILLA DELICADA .

Asistí a su taller de Omega en julio de 2009. Quiero darle las gracias por mostrar tanto interés en mis problemas médicos en curso y por tomarse la molestia de guiarme por una terapia de regresión uno a uno. Tras la regresión, tardé unos días en comenzar a procesarlo todo. Al principio establecí conexiones concretamente con la vida en la que yo era solo una niña pequeña en un campo de flores amarillas, que eran venenosas y que yo me comí por error. Mi madre, la misma que tenía en esa vida, se suicidó a mi muerte, pues estaba muy consternada por no haber sido capaz de salvarme. En esa vida, ella era sobreprotectora, tal como vimos, y pronto empecé a recordar cosas que me contaba cuando yo era pequeña.

Me explicaba, según recordaba yo, que, después de haber sido concebida, ellos —mis padres— habían decidido separarse sin saber nada del embarazo. Tan pronto mi madre supo que estaba encinta, la discusión giró en torno a abortar.

Sus amigos y familiares y mi padre intentaban convencerla de que seguir adelante sería un error. No obstante, mi madre contestaba que, aun sin saber la razón, sí sabía que no abortaría jamás, y que, por duro que fuera para ella continuar sola, debía tener el bebé. Siempre me dijo que había sentido una fortísima necesidad de traerme a este mundo.

Mi madre, seguía recordando yo, también me confesó que había estado muy obsesionada conmigo mientras yo estaba en el útero. Si llevaba un cierto tiempo sin sentir que yo me movía, iba directamente a ver al médico por miedo de que yo ya no estuviera viva. Tenía constantemente miedo de que me muriese. Además, cuando niña estaba enferma a menudo, y muchas veces esto suponía estancias en el hospital. Y cada vez que me hospitalizaban, mi mamá creía que no iba a superarlo.

Después de la regresión, comprendí que había venido a este mundo con la idea preconcebida de mi madre de que yo necesitaba cuidados debido a su permanente temor a perderme. Curiosamente, recordé que, siendo pequeña, mi madre solía llamarme «su florecilla delicada», por mi fragilidad y mis continuas enfermedades. Al recordarlo me resultó un tanto misterioso, pues usted y yo precisamente descubrimos que, en otra vida, de hecho yo había muerto a causa de una reacción alérgica sobrevenida por haber comido unas florecillas amarillas.

Aún no he hablado de toda mi experiencia en Omega con mi mamá, pero tengo intención de hacerlo. En cuanto a mis hábitos de comer, ahora me permito hasta treinta y seis alimentos distintos, veinticinco más que antes de la regresión. Se trata de un proceso lento, pero soy la mar de feliz y espero ser capaz de comer muchos más. Sigo probando comidas nuevas, y estoy contenta de los resultados tras haber sido incapaz de comer determinadas cosas durante más de tres años. Desde entonces, mi cuerpo ha ido curándose. También quería comunicarle que, después de la regresión, muchas personas se han dirigido a mí para decirme que mi regresión las ha ayudado. Esto me hizo pensar en sus palabras, cuando usted dijo que estábamos todos reunidos con alguna finalidad.

~ Nikki DeStio

Antes hemos vivido con muchas personas con las que vivimos en la actualidad. Nuestras almas se han reencarnado juntas. Cuando se produce una situación que nos recuerda un trauma de una vida pasada, las semillas de nuestro sufrimiento reciben

agua, y florecen nuestras ansiedades. Tememos lo que ya ha sucedido porque hemos olvidado el pasado. Creemos por error que el episodio traumático se producirá en el presente o en el futuro.

Cada vez que me encuentro con padres obsesivamente controladores y sobreprotectores, busco las causas en vidas pasadas. En la mayoría de los casos, el remedio a sus temores radica en esos recuerdos enterrados. Las preocupaciones de los padres se disipan, y el niño, ahora liberado, puede empezar a prosperar. La clave del futuro suele estar oculta en el pasado.

En ese taller, Nikki recordó otra vida pasada trágica en la que había muerto de forma prematura. Curiosamente, otra mujer que no había visto nunca a Nikki recordó exactamente la misma vida. Su historia se relata a continuación.

El mundo funciona de maneras misteriosas.

. AMOR, PÉRDIDA Y VIDAS .

En julio de 2009 tuve la suerte de poder asistir a su seminario. Sabía que todo un fin de semana con usted sería una experiencia emocionante, pero mis expectativas fueron superadas con creces. El último día fue el más profundo.

En mi regresión, sentí que el estómago me ardía todo el rato y que se me tensaba el pecho y me costaba respirar. Vi a lo lejos una granja mientras cruzaba un puente cubierto de niebla. Yo era una mujer joven de rasgos hermosos. Estaba de pie en la hierba, a cierta distancia de la casa, con gran ansiedad sobre si entrar o no. Permanecían el ardor del estómago y la rigidez del pecho. Y luego fui transportada al último día de mi vida. Contaba veintipocos años. Lucía un vestido blanco recién planchado que parecía un camisón. Tenía el pelo largo y oscuro. Dejaba a alguien a quien había amado de verdad, con todo mi corazón. Era muy triste, pero de algún modo sabía que debía abandonarle.

De pronto, mientras dejaba esta vida, sentí la presencia de Vincent. Vincent es un gran amigo, un hombre al que justo comenzaba a reconocer como mi alma gemela. En ese momento, salió a escena una chica llamada Nikki para una regresión con usted. *Qué raro*, pensé. La hija de Vincent, a quien está muy unido, también se llama Nikki.

Tras sentarse con usted, Nikki explicó un problema que había tenido durante toda su vida acerca de tragar y comer alimentos. Había consultado a muchos

médicos, pero nadie encontraba ninguna explicación física del problema. Usted le hizo una regresión a una vida pasada en la que ella era una niña. Estaba asfixiándose con una flor, y su madre intentaba sacársela de la garganta. Se desveló que la flor era venenosa, y que la niña había muerto por esa causa. Abrumada por la pena, la madre de la niña, que resultó ser también la madre de Nikki en esa vida, se suicidó.

¿Recuerda que me ardía el estómago y me apretaba el pecho, que no podía respirar bien? Pensé que era muy extraño tener precisamente esas sensaciones, y aquí Nikki estaba sintiéndolas en una regresión. Pero mientras usted la hacía regresar a ella a una época aún anterior, se me secó la boca. Empecé a jugar con la revista y a agarrarla fuerte; la mujer sentada a mi lado me preguntó si pasaba algo. Le pedí que leyera la descripción de la regresión experimentada por mí ese mismo día, que yo había anotado.

Nikki se describía a sí misma como un hombre. Estaba balanceándose alegremente en círculos con una niña que llevaba un vestido blanco y tenía el pelo largo y oscuro. Ella quería mucho a esa niña. Cuando usted la hizo avanzar, ella describió la vieja granja que yo había visto en mi regresión. Se encontraba de pie, casi como yo, sin querer entrar en la casa. Tenía miedo; allí dentro estaba pasando algo malo. Por fin usted la convenció para que entrase, y ella habló de la niña que había visto, tendida en la cama, moribunda. Había resultado intoxicada. Nikki sentía la gran pérdida de ese amor.

Para cuando terminó la regresión de Nikki, yo estaba llorando, y la mujer sentada a mi lado había terminado de leer lo que yo había escrito esa mañana. Me dijo que debía compartir eso con usted y Nikki, pero yo no quería. Nikki había tenido recuerdos muy emotivos; no quería contarle mi experiencia. Yo había sido muy escéptica respecto a todo eso, y me preocupaba que los demás me considerasen una especie de oportunista por buscar cinco minutos de atención. Con todo, la mujer pidió el micrófono y me lo dio al punto.

«Lo de Nikki es extraño», dije con tono vacilante. «Ha descrito exactamente la misma escena que observé yo al ver la granja. Nikki era un hombre de pie a la misma distancia. Estaba afligido porque iba a perder a su esposa. Ella agonizaba, y él se hallaba desconsolado, triste para el resto de su vida. Cuando yo me moría en mi regresión de la mañana, me sentía muy afectada por el hecho de dejar a mi esposo. Pensaba que no habíamos tenido suficiente tiempo, que había algo inacabado. Notaba fuego en el estómago y tensión en el pecho. Tenía la garganta tan apretada que me costaba respirar.»

Me costó transmitir mi regresión a Nikki. Lloré y en ciertos momentos se me

atragantaron las palabras. Más tarde la busqué entre la multitud para presentarme. Le pedí que me dejara darle un abrazo, pero una amiga protectora que la acompañaba dijo enseguida que no porque a Nikki los abrazos le hacían sentir que se ahogaba y no podía respirar. De todos modos, Nikki me dirigió una amplia sonrisa y me abrazó fuerte durante un buen rato.

~ Shannon

Si mal no recuerdo, la dieta de Nikki resultó muy alterada por su muerte en una vida pasada a causa de comer florecillas amarillas siendo niña. Solo podía comer once alimentos distintos, y si tomaba cualquier otra cosa, experimentaba graves reacciones alérgicas. Le resultaba casi imposible ir a restaurantes. Este problema le limitaba y entorpecía la vida. En cuestión de días tras la regresión, la dieta se amplió a quince alimentos diferentes; al cabo de un mes, ya eran veinticuatro; y con el tiempo llegaron a ser treinta y seis.

No era casualidad ni coincidencia que Shannon, una absoluta desconocida para Nikki, estuviera ese fin de semana en el mismo grupo. Se compartían recuerdos confirmatorios muy intensos, incluso síntomas físicos. Estoy seguro de que Shannon ya no es una escéptica.

Vincent, un alma gemela cuya hija se llama igualmente Nikki, también estaba por ahí, dando clases sobre amor eterno. No somos solo cuerpos o cerebros, sino seres espirituales expansivos. Quizás era el yo superior de Vincent el que ese fin de semana estuvo ayudando y organizando las experiencias de Shannon. ¿No querría un alma gemela ayudar a abrir la mente y el corazón de su escéptico ser querido?

La amiga de Nikki, sin darse cuenta todavía de que la regresión a esas dos vidas pasadas ya había iniciado el proceso terapéutico, estaba siendo protectora. Pero Nikki, intuitivamente consciente de que estaba curándose y sintiéndose mejor, no hizo caso de su amiga y fue capaz de abrazar encantada a Shannon. Estas dos mujeres estaban aprendiendo sobre almas gemelas reconectadas, sobre lazos de amor eternos, sobre trascender la muerte. El largo y feliz abrazo expresaba su transformación y entendimiento mutuos.

No suele suceder que dos personas, a menudo desconocidas, recuerden la misma vida pasada. No obstante, cuando sucede, tenemos una nueva certificación de que esas vidas fueron efectivamente reales. No son fruto de la imaginación o la fantasía, ni símbolos o metáforas. Como hemos vivido centenares o incluso miles de vidas, es perfectamente realista descubrir que hemos compartido algunas de ellas con alguien,

igual que todos compartimos partes de la actual.

En medicina tenemos un dicho: «Si oyes ruido de cascos, no busques cebras.» Lo cual significa que, antes de contemplar una posibilidad más exótica, has de buscar caballos: en otras palabras, la explicación más probable. Hay varias maneras de explicar la existencia de recuerdos compartidos en vidas pasadas, pero son cebras. Por ejemplo, es posible atribuir los recuerdos al inconsciente colectivo, concepto de Jung según el cual en cierto nivel profundo todos lo sabemos todo, aunque hayamos olvidado cómo acceder a ese banco de conocimiento infinito. El vidente americano Edgar Cayce ha escrito sobre los registros Akashicos, que se parecen al inconsciente colectivo en el hecho de que son un conocimiento de todas las cosas. Sin embargo, la explicación más realista —el caballo— es que son vidas pasadas reales sin más. La especificidad de los detalles observados en cada regresión y las curaciones derivadas procuran un respaldo adicional a esta idea.

No estamos limitados a las regresiones a nuestras vidas, sean compartidas o individuales. En la siguiente historia, Raymond observó que era capaz de visualizar la vida pasada de otra persona, alguien a quien no hubiera conocido siquiera la semana anterior. Cuando liberamos la mente, se producen milagros.

. EL SÍMBOLO SHAIVITA .

En su curso de formación en Austin, Tejas, experimenté personalmente regresiones «de alta definición» que alteraron mi vida para bien. También hubo un episodio no planeado de conciencia compartida con alguien totalmente desconocido. Ese suceso ha quedado grabado en mi mente para siempre. El desconocido en cuestión era otro hombre que asistía al curso conmigo. A la hora del almuerzo, mi esposa y yo nos sentábamos junto a ese tipo agradable, un psiquiatra del Canadá. Su historia es la mía.

Ese hombre y yo estábamos hablando una noche durante la cena, y de pronto se entristeció porque no experimentaba regresiones, mientras que yo le había relatado a él la mía y le había expresado mi incredulidad, por no decir conmoción, ante todo lo que me había encontrado. Empecé a sentir una fuerte empatía hacia el hombre, y tuve interés en que hallara su camino hacia una experiencia. En parte porque yo reconocía que su capacidad para hacerlo podría tener un gran impacto no solo en él, sino también en sus pacientes. Tenía

presente su circunstancia en mi cabeza y en mi corazón.

En una pausa para un café en una de las sesiones, me tropecé con Brian y Carole saliendo del edificio por atrás y pedí excusas. Tras las oportunas formalidades, aproveché para hablarles del psiquiatra y lo bueno que sería, a mi juicio, que pudiera tener una regresión. Al día siguiente, Brian le llamó para hacer una demostración delante de la clase, y el psiquiatra experimentó una maravillosa y detallada regresión en la que había sido formado por un santón de la antigua India, muchos siglos atrás, para ocupar el puesto de gobernante provincial. Luego pasó a relatar una ceremonia de coronación con gran minuciosidad. Me alegraba muchísimo que Brian hubiera realizado esa regresión, durante la mayor parte de la cual me quedé sentado con los ojos cerrados, agradecido hasta ese punto que podríamos denominar alivio. Mientras permanecía así, me pasó por la cabeza la imagen súbita de un símbolo de forma extraña, con un aspecto de chinche. Se veía nítido y claro, pero no tenía ni idea de qué era ni de por qué aparecía durante la regresión de mi compañero.

Esa noche, mi esposa y yo compartimos mesa con el psiquiatra. Le expresé lo contento que me sentía, y él explicó que estaba pasando por el tipo transicional de pensamiento que había tenido yo en la semana posterior a mi primera experiencia de vida pasada. Mientras hablábamos de su regresión, mencioné el misterioso símbolo que había visto yo mientras él estaba hipnotizado. Me preguntó qué era; le contesté que no tenía la menor idea pero se lo podía dibujar. Cogí una servilleta, hice un esbozo, y él puso una mirada que soy incapaz de describir. Asombrado y serio a la vez, dijo lo siguiente: «Es el símbolo que había en las banderas de mi coronación.» Ninguno de los dos sabíamos de qué se trataba. A estas alturas de la semana, me había resignado a alucinar sobre la experiencia de mi regresión, pero esto era demasiado: ahora estaba experimentando conciencia compartida con un absoluto desconocido.

Pasé los años siguientes intentando averiguar el significado de aquel símbolo. Escribí a diversas universidades de la India. Llamé a muchas personas sin decir nunca toda la verdad, solo que había visto algo en algún sitio y quería saber qué era. Nadie sabía nada.

Mi esposa y yo teníamos previsto un crucero por Alaska, pero antes nos matriculamos en una clase de *reiki* en Seattle. (Tengan en cuenta que, antes del seminario de las regresiones a vidas pasadas, yo creía que todos esos individuos estaban chiflados; es curioso cómo la experiencia puede iluminarnos y volvernos humildes.) Cuando acabó la clase de *reiki*, preguntamos a la profesora si conocía alguna cafetería en Seattle, y ella habló de una con la que estaba

familiarizada y que «tenía algo diferente», pues servía comida india y se encontraba en una parte singular de la ciudad. Nos indicó el camino, y allá fuimos. Enseñé los dibujos a varias personas y les pregunté si habían visto antes el símbolo. Nadie.

Cuando íbamos a marcharnos, echamos un vistazo en una vieja librería; al salir, el hombre del mostrador dijo: «¿Ha encontrado todo lo que buscaba?» «Todo menos una cosa», respondí.

Él inquirió al respecto, diciendo que estaba muy versado en historia de la India, y me pidió que le dibujara el símbolo. Eso hice. Y entonces el hombre supo al instante qué era: la representación de un símbolo shaivita de una pequeña secta. Había sido dibujado por poquísimas personas. Cinco años después de ver el símbolo en la regresión de un desconocido, fui a parar frente a otro desconocido que supo descifrarlo.

~ *Raymond Wilson*

La fascinante historia de Raymond desvela cómo su conexión empática con el psiquiatra canadiense desplegó sus propias capacidades intuitivas. Con sus ojos discretamente cerrados durante la regresión del otro, de repente vio la forma rara del símbolo shaivita. El psiquiatra confirmó la visión de Raymond esa noche durante la cena. Cinco años después, Raymond recibió una segunda confirmación en la vieja librería de Seattle.

Después de leer este relato, recuerdo que, tras volver a casa de ese taller de Tejas, repasé algunos recuerdos de mis experiencias de esa semana. Enseguida encontré mis notas sobre Nikhil, el psiquiatra:

El primer recuerdo de vida pasada de Nikhil se remontaba a 2.500 años atrás en la antigua India. Nikhil era un niño de seis años rodeado de otros niños, uno de los cuales era su mejor amigo. Vio al gurú del lugar donde vivía. Ese gurú no llevaba camisa sino un cordel de cuentas de madera de sándalo, que Nikhil alcanzaba a oler; durante la regresión, sus sentidos se habían acentuado. El gurú dictaba lecciones a los niños, y después Nikhil recogía leña y realizaba otras tareas. Sentados en torno al fuego, agarrados de las manos en círculo, oyó y fue capaz de repetir a todo el grupo del taller las enseñanzas del gurú sobre humildad, sencillez, generosidad, compasión y amabilidad.

Nikhil tenía un segundo recuerdo de vida anterior en la India, en el que era el príncipe de un pequeño reino. En esa vida, su mejor amigo se había sacrificado

en una batalla para salvarle la vida. En la existencia actual, ese amigo es su cuñada. El recuerdo ayudó a explicar buena parte de su relación: la conexión inmediata y el sentido de seguridad, protección y amistad profunda.

Raymond tardó cinco años en identificar el símbolo shaivita. La transformación de Nikhil fue inmediata, sobre todo al recordar e incorporar la sabiduría de dos mil quinientos años. Estas enseñanzas son antiquísimas, pero en la actualidad resultan de lo más pertinentes. Son las lecciones de los Maestros compartidas con nosotros a través de Catherine, amén de las lecciones de las grandes tradiciones espirituales. Hemos de ser humildes, amables, generosos y compasivos. Somos seres espirituales, y así es cómo estos sienten y actúan. Es una sabiduría eterna, y así es cómo podemos salvar el mundo.

Raymond vio en la vida pasada de Nikhil y visualizó el símbolo exhibido en las banderas de la coronación. Mientras veía a una mujer del taller experimentar una regresión, Eileen, la siguiente en contar su historia, abrió sus intuitivos ojos para descubrir la cara de un viejo monje que la miraba a su vez. Las regresiones a vidas pasadas son transformativas en un sentido bastante literal. Eileen llevó a cabo su proeza de forma espontánea, pero en mi libro *A través del tiempo* describo un ejercicio denominado «Caras» que permite al lector experimentarlo por sí mismo:

Siéntate cerca de un amigo, a media luz y con música suave de fondo. Mira la cara de la otra persona. Fíjate en si esa cara cambia. Observa y describe los cambios que ves. A menudo los rasgos parecen cambiar. Los ojos, la nariz y el corte de pelo se disuelven y vuelven a formarse. A veces aparece un gorro o un sombrero.

También puedes intentar el ejercicio a solas, usando un espejo y observando los cambios que ves en tu rostro...

El único secreto de «Caras» está en probarlo en una habitación tenuemente iluminada. Esto libera el cerebro izquierdo y facilita el paso de las impresiones intuitivas.

Las caras pueden proporcionar pistas de muchas vidas anteriores diferentes. Como pasa en otros métodos, la meditación, la visualización y/o la asociación libre de los cambios observados pueden rellenar la memoria. Deja que se expandan y desarrollen, sin censurar el material. Una cara puede convertirse en un conjunto de caras, o detrás de la cara puede desplegarse una escena entera. Acaso oigas una voz o una palabra importante. Prueba a ver.

. SABIDURÍA DE UN MONJE .

En 2008 estuve en un taller del estado de Nueva York. Yo no tenía recuerdos de ninguna vida pasada, pero en estas sesiones de grupo sí experimentaba profundas meditaciones: una noche, una especialmente interesante con otro asistente. Yo no era profesional y había ido allí por mi cuenta.

Uno de los participantes, una mujer llamada Erin, se sentía afectada debido a dos recuerdos de vidas pasadas de los que yo no sabía nada salvo que ella estaba apenada. Al día siguiente, Brian condujo a Erin a una regresión hasta una vida anterior bastante criminal y violenta. Ella notaba la muerte y la corrupción, incluso las armas de fuego. No era un sitio agradable en el que apeteciera estar. En otro caso recordaba haber sido un hombre en el sudeste de Asia, trabajando en la tierra y el agua, muy solo. En esos recuerdos había mucha tristeza y nubes oscuras, y reinaba la soledad.

La siguiente regresión fue a un lugar que aclararía o explicaría las dos regresiones que habían traído consigo tanto pesar. Erin se veía a sí misma en un sitio de mucho saber, una biblioteca antigua con personas sentadas en torno a una mesa enorme y escribiendo en todas las lenguas. Allí se guardaban libros de aprendizaje y conocimiento, que había que ocultar en caso de atentado o guerra. Hablaba del lugar como si contuviera las verdades del mundo.

Mientras transcurría la regresión en el escenario, miré a Erin y ya no vi ni su cara ni su cuerpo, sino la cara y el cuerpo de un monje, de cabeza enorme y cejas muy largas, finas, oscuras y pronunciadas. La cara transmitía inteligencia y tenía la piel clara. Parpadeé varias veces por si me engañaban los ángulos o la luz, pero allí seguía. Se trataba de un hombre corpulento, que lucía un hábito marrón de monje, con un gran cuello plisado en pico de hombro a hombro.

El monje, como Erin, pronunció estas sabias palabras: «Todas las religiones tienen límites que provocan divisiones, y la finalidad no es esta. Hemos de ir más allá de los límites, superar la estrechez de miras. Hemos de saber que verdaderamente la vida es eterna, y que para la tierra son tiempos importantes. La verdad del conocimiento es que todos somos uno. Debemos ser conscientes del conocimiento y de las verdades y buscar la unión, no la separación. El conocimiento es más profundo, casi, que la sabiduría, pues es un cambio interno en la percepción.»

Yo conocía la implicación de las palabras. Sabía que el conocimiento es unión

con el alma profunda y Dios en el interior. En la sala no se oía ni un sonido. Las percepciones estaban muy agudizadas, sobre todo en mi caso. Tuve la idea de que el lugar donde estaba Erin tenía altas murallas con escaleras hasta los «volúmenes»: creo que ella lo dijo así. También se me ocurrió la idea que el lugar era antiguo y existía realmente en la Tierra. No estoy seguro de que ella lo dijera, pero evoco la imagen en mi mente. El monje desapareció, y allí estaba Erin de nuevo.

Brian dijo a Erin que había experimentado las vidas tristes porque para ella era preciso tener el conocimiento de esas cosas en el viaje de su vida, de que todo eso contribuía a su aprendizaje en la Tierra. Para Erin era importante saber que estaba muy desarrollada.

Yo había esbozado el perfil de la cabeza del monje; en mi bloc no había más que líneas simples. Tuve ganas de hablar con ella, pero entonces iniciamos todas las progresiones grupales a doscientos y dos mil años por delante, y ya estaba yo otra vez en las estrellas.

Sentí el impulso de preguntar a Erin por el lugar que había visto y si había estado con monjes. Conseguí hablar con ella apartando a alguien que se me había adelantado... ¡fui un poco grosero! Pero tenía que irme enseguida y quería saber. Erin me explicó que el lugar que había visto estaba entre Inglaterra y Escocia. Me pregunté si sería Lindisfarne, cerca de las fronteras de ambas, así que le pedí que bosquejara el sitio en mi bloc. Eso hizo. Dibujó el contorno de las islas Británicas y el continente europeo. Marcó una isla justo al sudoeste de las islas Británicas y luego dibujó el continente norteamericano. Dibujó esta isla frente al sudoeste, que es Cornualles y está cerca de las islas Sorlingas, con trazo más fuerte, y luego, al este del continente norteamericano, dibujó unas islas más pequeñas. Dijo que lo que había visto estaba en esa isla: la cercana a las islas Sorlingas.

Yo estaba estupefacto, pues aquella es la famosa zona de Avalon, más allá de las islas Sorlingas, donde descansa en paz el rey Arturo. Caí en la cuenta de que Erin hablaba de Escocia e Inglaterra porque la mayoría de las personas no sabían acerca de las islas Británicas, razón por la cual mi primer pensamiento fue para Lindisfarne. Sin embargo, ella se refería a la región más suroccidental y a aquellas largas y escondidas islas al oeste de las islas Sorlingas. Esto me pareció asombroso.

Después reflexioné sobre todas esas cosas e intenté recordarlo todo. Soy consciente de que «saber» trasciende las percepciones terrenales, y que las profundas verdades y palabras del monje pertenecían a ese género de cosas. Mi

conocimiento del rey Arturo y los Caballeros de la Mesa Redonda es tal que, aunque soy consciente de que es todo una leyenda, soy igualmente consciente de que las historias proceden de los druidas, establecidos en Inglaterra hace más de cinco mil años, y de que la familia de Arturo era pagana (druida) y estaba ligada a las religiones «viejas» (Merlín). Arturo reunió lo viejo y lo nuevo; cuando llegó el cristianismo a las islas Británicas, él fue la fuerza unificadora. El lugar de Bretaña donde vivo yo ahora era también región de druidas, quienes de hecho siguen ahí. Buena parte del territorio no ha experimentado desarrollo industrial, por lo que existen aún lugares antiguos, intactos, incluida una zona de tumbas y otras piedras de hace al menos tres mil años. Existen también muchos pozos sagrados que se remontan a épocas anteriores al cristianismo. Al llegar este, los pozos conservaron sus usos religiosos y se construyeron iglesias cerca, de modo que el vínculo entre lo viejo y lo nuevo fue una fuerza unificadora, no separadora. De hecho, cerca de mi casa hay una capilla que en un principio fue un lugar de adoración druídica; más adelante, los romanos la convirtieron en un templo a Venus; y por fin llegó a ser una iglesia cristiana. Esto me fascina, pues pone de manifiesto la perfecta adaptación de monumentos y lugares de culto antiguos y sagrados de una época a otra, sin conflictos ni divisiones. Lo cual, naturalmente, me hace pensar en las profundas palabras del monje que percibí en Erin.

~ *Eileen de Bruin*

Eileen observó al monje de Erin con la misma facilidad con que esta observaba la metamorfosis desde la catedral de la naturaleza al templo, la capilla y la iglesia. Recuerdo una ocasión en que visité una mezquita construida sobre las ruinas de una iglesia cristiana, que había sido levantada sobre las ruinas de un templo romano, que a su vez había sido construido sobre las ruinas de un templo griego aún más antiguo. La reencarnación arqueológica se revelaba sin contratiempos igual que la reencarnación de las almas, como había descrito Eileen.

Durante su regresión, Erin habló —como el monje— de cómo las religiones suelen dividir mientras la espiritualidad unifica y conecta. Tanto si Nikhil se hace eco de su viejo gurú como si Erin evoca el conocimiento druídico primordial, los mensajes son similares. Hemos de tratarnos unos a otros como pertenecientes a una familia afectuosa, pues somos lo mismo. Estamos todos conectados.

Aunque hemos caminado sobre la luna y hemos dividido el átomo, todavía

discriminamos y libramos guerras en nombre de la religión. Parece que en nuestras creencias respectivas solo vemos las diferencias, o las verdades comunes. Los árboles no nos dejan ver el bosque.

Hay una parábola clásica en la que se permitía a unos hombres ciegos tocar solo una parte individual de un elefante y luego se les pedía que describieran la forma y la naturaleza del animal entero. Unos tocaban la cola y decían que un elefante era como una cuerda; los que palpaban la trompa lo consideraban una serpiente; los que tanteaban una pata pensaban que se parecía a una columna; y quienes se centraban en las orejas y el trasero tenían su propia idea. Todos acertaban, pero todos se equivocaban. Tenían razón en cuanto a los rasgos concretos, pero no respecto al conjunto. Es como si nosotros fuéramos también ciegos. Para encontrar el núcleo espiritual de nuestras religiones, el conjunto es más importante que las partes constituyentes.

Erin habla con precisión de este núcleo cuando dice: «Hemos de saber que verdaderamente la vida es eterna... la verdad del conocimiento es que todos somos uno... y buscar la unión, no la separación.»

Recordar nuestras vidas pasadas y el estado místico tras la muerte posibilita ese conocimiento. El conocimiento es mucho más profundo que la creencia, la razón o la lógica. Es el fruto de la experiencia directa, y su poder es inmenso. Cura y libera. Conocer la verdad de nuestra esencia espiritual puede tranquilizar el mundo y traer consigo paz, pues quienes sepan renunciarán a la violencia y abrazarán la compasión. La vida es eterna. Todos somos uno. Odiar o hacer daño a otro es odiar o hacerse daño uno mismo. La violencia nos perjudica de inmediato, ya que todos estamos conectados. La violencia también nos hace daño después, pues hay que cancelar la deuda kármica, a menudo en una vida futura.

¿Y qué pasa cuando permitimos que la religión, la nacionalidad u otras características similares constituyan la base de tal violencia? Para obtener la respuesta, solo hemos de poner las noticias. La autora de la última historia de este capítulo nos ofrece otro ejemplo al recordar una vida anterior en el Holocausto. Sin embargo, lo más importante es que presenta la antítesis: un mundo donde superamos nuestras divisiones en vez de perpetuarlas; donde nos unimos para constituir un todo afectuoso y amado; y donde «todos importan, todos son iguales, y... donde no hay barreras que nos separen».

. COMUNIDAD .

Necesité varios años y mucha sincronización acumulada para organizar mi calendario como pastora de parroquia de tal modo que pudiera asistir al taller de Brian y Carole sobre terapia de regresiones al pasado en el Instituto Omega. Tras haber incorporado la hipnoterapia y el *reiki* al ministerio sacerdotal, creí que acaso sería interesante añadir la terapia de regresión a mi repertorio de habilidades. Ni que decir tiene que jamás habría imaginado los numerosos cambios acaecidos en mi vida debidos al taller.

La primera mañana, Brian hizo la regresión de grupo. Tras llevarnos a un recuerdo de infancia y luego al útero, nos presentó una puerta que daba a nuestras vidas anteriores. Cuando la hube cruzado, no estaba preparada para lo que iba a experimentar.

Me miré los pies y vi que sin duda pertenecían a una mujer madura con medios económicos holgados. Los zapatos eran de piel marrón bruñida, de un estilo sólido pero un tanto sofisticado. Las medias eran de una mezcla de nailon grueso que me recordaron las que solía llevar mi abuela. Yo lucía una falda recta de lana marrón hasta media pierna, una blusa color crema y un collar de perlas y pendientes con perla engarzada. Mi cabello también era castaño, y estaba echado hacia atrás desde los lados de la cabeza formando una especie de «U» en el cogote. No tenía ni idea de cómo había llegado a tener ese aspecto. Era relativamente delgada y medía alrededor de metro sesenta... ¡nada que ver con lo de ahora!

Me hallaba cerca de una ventana en lo que parecía ser el comedor o la sala de estar. A todas luces se trataba de la planta superior de un edificio, pues yo estaba mirando a la calle de abajo. El edificio del otro lado tenía una estructura parecida, con una fachada de piedra o cemento y unas molduras decorativas a lo largo de la línea del tejado y en la parte superior de las ventanas. Era sin duda un paisaje urbano. La estancia donde estaba yo tenía los techos altos; el mobiliario era macizo pero elegante a su manera. Sobre una mesa de madera oscura colgaba una araña de cristal. En la mesa se veían desparramadas fotos de familia, joyas, candelabros y otros objetos pequeños.

Varios niños, adultos y sus cónyuges se movían inquietos por ahí. Estaban jugando y persiguiéndose unos a otros, pero sus padres parecían muy agitados. Estábamos esperando algo cuando mi esposo entró por la puerta y anunció que

debíamos recoger todo lo que pudiéramos y presentarnos en la estación de ferrocarril en una hora. Nos deportaban a un campo de concentración. Mi esposo se parecía a mi esposo actual, solo que era más alto y delgado.

Brian nos hizo avanzar en la regresión, y me vi a mí misma aguardando en la estación de tren y luego en el vagón de ganado. Había una terrible combinación de miedo, dolor físico y claustrofobia. Me sentía como si estuvieran aplastándome, lo que casualmente es una fobia que he sufrido durante toda mi vida actual. Cuando Brian nos hizo salir de la regresión, yo lloraba a lágrima viva.

El segundo día del taller, Carole estaba buscando personas que hubieran tenido una experiencia de regresión el primer día y estuvieran dispuestas a trabajar con ella delante del grupo. Le conté mi historia mientras andaba cojeando ayudada de un bastón debido a un problema crónico de mi rodilla y a un reciente achaque debilitante. Me escogió para que yo fuera su «cliente», y decidimos ahondar en mi primera regresión.

Me entró un poco de pánico, pues me preocupaba no ser capaz de dejarme hipnotizar, ver solo una pared en blanco, o que el hecho de estar frente al grupo entorpeciera mi capacidad para experimentar cualquier cosa. Pero pasó todo lo contrario. La inducción fue como deslizarse en la relajación más profunda que hubiera experimentado jamás. Carole me guio con mano experta hasta ese recuerdo de las vías del tren. Averigüé que mi esposo era médico y yo su enfermera. En la estación había un caos tremendo mientras los soldados nazis gritaban órdenes. La gente estaba aterrorizada, los niños lloraban, y todos parecían recurrir a mi esposo para conseguir información y tranquilidad.

Cuando vimos llegar los vagones de ganado, el puro terror empezó a corroer mi, por lo demás, carácter fuerte, pero hice todo lo posible por aguantar. Las condiciones eran espantosas: un cubo en el rincón para la orina y las heces, una ventanilla que dejaba entrar luz y aire. Los soldados metían en los vagones todos los cuerpos que podían, y todos gritaban y sostenían en alto a los niños para evitar que los aplastaran. Era imposible sentarse; no había sitio. Me dolían horrores las piernas y la espalda, igual que en esta vida de ahora, pero seguí calmando a los pequeños. Recé para que mis hijos tuvieran fe en que Dios nos protegería. Pensé que peor no podían ir las cosas. Me equivocaba.

El tren llegó a un campo de trabajo lejano. Habíamos viajado durante horas, y luego fue difícil descender y andar. Todos estábamos despeinados, sucios, hambrientos y asustados. Se produjo un caos inicial y luego se oyeron más gritos y órdenes. Entonces fue cuando nos separaron. Las mujeres nos pusimos a chillar

cuando se llevaron a los hombres. Pero aún estábamos menos preparadas para que nos quitaran a los niños. Nos dijeron que estarían todos juntos en una «guardería», pero a esas alturas ya no nos creíamos nada.

A mis hijas, mi nuera y a mí, junto a otras mujeres que conocíamos, nos llevaron a un edificio en el que fuimos obligadas a entregar las maletas y la ropa. Estábamos desnudas y teníamos frío. Alguien nos puso en fila para cortarnos el pelo («Para evitar los piojos», dijeron), y acto seguido nos condujeron a una gran sala con duchas. El agua estaba fría y no había jabón. Después nos dieron un atuendo de tela basta y áspera. Tampoco había toallas. Fue humillante y degradante.

Mientras Carole me guiaba a través de esta pesadilla, recuerdo que revelé a los oficiales del campo mi condición de enfermera. Me había enterado de que mi esposo estaba trabajando como médico en la enfermería de los hombres. Pero en vez de aprovechar mi capacidad profesional, me ordenaron ir con las demás a ayudar a mover piedras para construir una carretera. Esto me fastidió en serio la espalda.

Entonces Carole me llevó a mi muerte. No morí en la cámara de gas, sino en la enfermería de las mujeres. Vi a mi esposo una última vez a lo lejos: nuestras miradas se cruzaron un instante. Supe que él había encontrado un modo de que me llevaran a la enfermería (¿sobornando a alguien?). Yo tenía los pulmones llenos de líquido, y las manos y los pies fríos, sucios y cubiertos de llagas. Al menos estaba en un catre.

Sin embargo, también recuerdo que las escasas mujeres que intentaron ayudarme fueron amables, aunque no tenían nada para mejorar mi estado. Me mostré muy agradecida, y me dejaron en paz. Yo había hecho todo lo posible para consolar y apoyar a quien lo necesitara, si bien siempre tenía la sensación de no poder hacer lo suficiente. Di gracias a Dios por morir con un mínimo de dignidad. No sabía qué le había pasado al resto de mi familia, pero casi no importaba ya. Sabía que estábamos conectados de maneras que ni siquiera los nazis podían destruir. La muerte era bienvenida.

Salta a la vista que fue una sesión muy reveladora y emotiva. Toda la vida he tenido miedo de que me gritaran, me regañaran o me ridiculizaran. Tras un episodio así, me siento como un perro apaleado, y los sentimientos de culpa, vergüenza y miedo me saturan. Cada célula de mi cuerpo reacciona. Justo antes de escribir esto, mientras regresaba a casa desde la iglesia, al final de la calle había un policía dirigiendo el tráfico. Aquí siempre es difícil girar a la izquierda, y me estremecí ante la idea de que él parase la circulación. Cuando

pasé por su lado, él gritó «¡vamos!»). Me sentí mareada durante todo el camino. ¿Por qué me había gritado? ¡Yo iba todo lo rápido que podía! Por dentro me sentía fatal. Entonces recordé mi regresión al Holocausto. Oía a los guardias gritarme que caminara más deprisa, llamándome de todo, haciéndome sentir indigna e inútil. Fue para mí una revelación increíble.

Sigo sintiendo un intenso proceso curativo en el cuerpo y el espíritu. Me muero de ganas de continuar este trabajo en mí misma, y veo el tremendo potencial de percepción y curación de otros. Esta regresión fue un gran regalo recibido por mi vida. Pero la historia no termina aquí.

A primera hora de la mañana de nuestro último día juntos en Omega, pedí a mis guías, en meditación, que me dieran algunos nombres para su comprobación. Me dijeron «Ruth» e «Hiam» (o «Hermann», no estoy del todo segura). Pedí un apellido para verificarlo en la lista de víctimas del Holocausto de Yad Vashem. Oía una y otra vez la palabra *Gemeinschaft*. Al principio no sabía ni siquiera deletrearla, pero fluía del bolígrafo. Se me ocurrieron distintas variaciones, pero *Gemeinschaft* seguía destellando de forma intermitente.

A última hora de la tarde estuve buscando desesperadamente en las bases de datos, pero no encontré a nadie con ese último nombre. Me sentía muy decepcionada. Busqué en todas partes, pero no me salió nada. De todos modos, la palabra seguía chillando en mi cabeza. Así que, a medianoche, frustrada y triste, decidí averiguar si *Gemeinschaft* era siquiera una palabra. Lo que descubrí me dio escalofríos.

Gemeinschaft fue acuñado por un sociólogo alemán a finales del siglo xix. Significa «comunidad». La doctrina de *Gemeinschaft* tiene que ver con un organismo vivo, una comunidad orgánica y real en que las personas están conectadas entre sí por creencias, lazos culturales y otros identificadores. En *Gemeinschaft*, todo el mundo es importante, todo el mundo es igual y todo el mundo tiene algo que aportar al conjunto. *Gemeinschaft* trasciende la sociedad, y cuando uno es parte de esta comunidad, se le reconoce como miembro intrínseco de la misma dondequiera que se encuentre. Todo eso tiene que ver con la comunidad «amada», en la que no hay barreras que nos separen.

Percibí que los guías estaban enviándome un mensaje más importante que un apellido. Me gustaría hacer más trabajo de regresión, pues noto que necesito y quiero aprender muchísimo más. Pero entretanto voy a tomar este mensaje en serio y veré adónde me lleva. La comunidad que creamos en Omega era *Gemeinschaft* en grado sumo, sin lugar a dudas.

~ *Cindy Frado*

Aunque Cindy sentía menos dolor y dormía mejor, el aspecto más llamativo de sus regresiones era la extraordinaria agudeza del detalle. Alcanzaba a ver, oler, sentir, saborear y oír el vagón de ganado. Estaba atendiendo a su *Gemeinschaft* del Holocausto judío y en esta vida es, de hecho, una pastora de la Iglesia que también atiende a sus feligreses, de nuevo con gentileza y dignidad.

Nuestras almas adoptan un millón de formas distintas. Podemos convertirnos en león o diente de león, en planta o persona. Si hemos asumido una forma humana, podemos ser de cualquier color, raza o sexo. Con independencia de la forma elegida, bajo la superficie somos exactamente lo mismo. Estamos todos conectados; somos todos la misma sustancia y energía, procedemos de la misma fuente, nos componemos del mismo material espiritual.

Realmente carece de sentido mortificarnos con tantas guerras y acciones violentas, pues cada vez que hacemos daño a otro nos lo hacemos a nosotros mismos. Los nazis se han reencarnado en judíos, y los judíos alemanes en cristianos americanos, como en las dos vidas de Cindy. Hemos sido los asesinos y los asesinados, los violentos y las víctimas de la violencia. Si en una vida hemos lastimado a otros, en otra hemos sido un monje que no mataría ni a una hormiga, y ahora estamos en algún lugar intermedio, aprendiendo sobre el equilibrio. Así es como evolucionamos. A menudo nos metemos en el cuerpo de nuestros enemigos para aprender la verdad de que el color de la piel, la nacionalidad, la religión o el género son unos arreos exteriores ajenos al alma. El odio tergiversa la realidad. Debemos aprender de todas partes. Cuando nacemos en el cuerpo de nuestros enemigos, ¿qué opción nos queda salvo la de amarlos? Vemos a sus bebés indefensos; observamos que cuidan de los ancianos, se preocupan de tener alojamiento y comida suficiente, y se enfrentan a los mismos miles de detalles cotidianos que nosotros. Les reconocemos como iguales. Esta sabiduría trae la paz de la mano.

Nuestra comunidad, nuestra verdadera *Gemeinschaft*, es la totalidad de la comunidad humana, y más que eso. En cuanto miramos a los ojos a otra persona y nos vemos a nosotros mismos devolviendo la mirada, somos capaces de crear un cielo en la Tierra.

Confirmación de los recuerdos

Por lo general, los terapeutas de la regresión a vidas pasadas actúan en dos niveles. El nivel terapéutico está continuamente presente y acaso sea el más importante. El nivel confirmativo es de vez en cuando posible, pero siempre fascinante. A lo largo de los años, muchos de mis pacientes han sido capaces de corroborar la precisión de sus recuerdos de reencarnación mediante documentación de nombres, hechos históricos o incluso placas de identificación militar. Han recordado domicilios particulares, nombres de barcos y otros muchos detalles que confirman sus evocaciones.

Internet ha facilitado mucho la documentación. Se pueden realizar búsquedas *on line* de forma rápida y económica. Varias personas se han valido de la información de internet para certificar la breve descripción de Catherine de una de mis vidas anteriores, mencionada en unos cuantos párrafos de *Muchas vidas, muchos maestros*. Esta clase de investigación era mucho más ardua treinta años atrás, cuando Catherine era mi paciente.

Las confirmaciones basadas en la observación también son importantes. Los individuos que durante las progresiones son capaces de hablar lenguas extranjeras que nunca han estudiado procuran otro tipo de ratificación sobre la validez de experiencias en vidas pasadas. Esto recibe el nombre de *xenoglosia*, y no cabe atribuirlo a la mera fantasía o a la imaginación. A veces, puede que las lenguas habladas en la regresión hayan desaparecido, como el arameo antiguo. Si la sesión ha sido grabada, un departamento universitario de lingüística puede verificarlo.

Una cirujana de Pekín, que me visitaba en su primer viaje fuera de China, hizo una regresión a una vida anterior en California en 1850. Como ella no hablaba nada de inglés, la sesión se llevó a cabo con la ayuda pericial de un intérprete de chino. La mujer recordaba haber tenido una discusión con su esposo en esa vida, por lo que se puso a hablar un inglés muy fluido y subido de tono. El intérprete, sin darse cuenta de lo que estaba pasando, empezó a traducir automáticamente lo que decía ella al chino. «Alto», dije yo con discreción. «Entiendo inglés.» El intérprete casi se desmaya, pues sabía que la mujer no había hablado nunca una palabra de ese idioma. Jamás olvidaré la mirada de asombro en su rostro.

. REGRESO A CASA .

En el verano de 2008, participé en su seminario (soy el director de vida espiritual y capellán del Nichols College, y en la tanda de presentaciones me describí como «el hombre de nombre con guion —Wayne-Daniel—, mitad portugués, mitad judío, ¡un porjudío!»; la gente se rio). Desde que recibí su formación en Omega, he experimentado regresiones con gran éxito, lo cual se ha convertido en una herramienta importante en mi trabajo como capellán.

Hice una serie de regresiones a vidas pasadas con la doctora Sylvia Hammerman, de Massachusetts, todas centradas en la misma vida, durante el siglo i d.C. La regresión comenzaba siendo yo un niño, más o menos de seis años, llamado Yosia (o «Yossi»). Al parecer era un huérfano criado por los esenios. A esa edad, escapé de la destrucción de mi casa, en el asentamiento esenio que hoy es Qumram, a manos de los romanos. En mis sesiones con Sylvia, experimenté recuerdos de esa temprana edad hasta mi muerte como Yossi ya con veintitantos años.

Tras mi huida del incendio del poblamiento esenio, vagué dos noches por el desierto de Judea. Al final, fui descubierto por una cabrera que me llevó a su casa. Al cabo de unas semanas, apareció su hermano para llevarme consigo. Con los esenios yo había empezado a aprender los rudimentos de la lectura y la escritura, y ese hombre, llamado Ismael, tenía una escuela donde yo podría vivir y seguir aprendiendo.

Cuando Sylvia hizo avanzar los recuerdos en el tiempo, me experimenté como un adolescente joven, el principal alumno y ayudante de Reb Ismael, muy progresista en sus enfoques y enseñanzas: utilizaba no solo textos judíos tradicionales, sino también conceptos de la filosofía griega y de otras fuentes. Esto enojaba a muchos de la Academia de la Torah, donde vivíamos y él enseñaba, por lo que llegó un momento en que tuvimos que huir de noche. Nos dirigimos al sur, y con el tiempo acabamos en Alejandría.

Al principio, Sylvia había pedido que yo no intentara investigar sobre los recuerdos que estaba experimentando; quería que yo simplemente permitiera a la experiencia ir calando. Aunque había oído hablar de los esenios, en realidad sabía poco de ellos y tardé unas cuantas sesiones antes de entender dónde había estado y con quién. Al final, Sylvia me dio permiso para empezar a investigar un

poco sobre mis recuerdos. Y lo que me encontré me dejó cuando menos estupefacto.

Esa noche, busqué «Josías» *on line*, pero solo hallé cosas sobre los viejos puritanos de Nueva Inglaterra. Luego tecleé «rabino Josías» y me salió una página web que hablaba de un maestro talmúdico del siglo ii llamado Josías, del que se sabía muy poco: vivía en el sur, y la Mishnah palestina había sido escrita sobre todo en el norte, en Galilea. Decía también que había sido el principal discípulo del rabino Ismael ben Elisha. Tecleé este nombre y encontré información.

Una conjetura de los expertos era que Ismael ben Elisha era solo un nombre en clave de otro rabino, llamado Elis- ha ben Abuya, al parecer un hereje de infausta memoria, condenado y expulsado del Sanedrín. Había varias explicaciones posibles: que era demasiado devoto del pensamiento griego y había intentado introducirlo en la asamblea, que era gnóstico, que era cristiano, y así sucesivamente. El artículo precisaba que todo lo que sabemos de Ben Elisha provenía de sus enemigos y no era muy fiable. Se sabe que fue un importante erudito que hizo montones de aportaciones al Talmud; hasta tal punto, prosigue la conjetura, que algunos rabinos no querían suprimir todas sus enseñanzas, debido a lo cual inventaron ese nombre en clave y así se curaban en salud. En el Talmud también se alude a él como «Akbar» y «el Otro».

Bueno, ¡estaba pasmado! Advertí que, a diferencia de otros nombres que estaba viendo, ese rabino Josías no aparecía acompañado de *ben*, que significa «hijo de». Solo Josías, como si no tuviera padres. Yo no había oído hablar nunca de Elisha ben Abuya y no sabía nada de su pasado. Esto solo me confirmaba la validez de las regresiones.

En 2009, en el verano siguiente a mis regresiones al pasado, tuve la oportunidad de viajar a Israel, donde me alojé en un monasterio cristiano del monte Sión. Estaba decidido a ir a Qumram. Acompañado de alguien con quien había trabado amistad en el monasterio, un profesor de una escuela católica de América que había escuchado el relato de mis experiencias de regresión y no me había tomado por loco, tomé el autobús y partí para allá.

Llegamos, pagamos la entrada y nos acercamos a las ruinas del asentamiento esenio.

«Bueno —dijo mi nuevo amigo—, supongo que sabrás adónde vamos.»

«Desde luego que sí —contesté—. Justo por ahí.»

«Pero ahí pone “Salida”.»

«Me da igual lo que ponga —repliqué—. Por ahí se entra.»

Nos movimos por las ruinas con facilidad y parsimonia. Yo sabía exactamente dónde estaba todo y qué era.

«Por este callejón —dije a mi amigo— está el sitio donde comíamos. Los hombres se sentaban sobre mantas, y los niños les servíamos. Después comíamos nosotros.» Y desde luego al final de ese tramo había unas ruinas en las que ponía REFECTORIO, con un dibujo de unos hombres sentados sobre mantas, comiendo.

»Por aquí abajo», dije mientras seguíamos andando, «está el lugar donde fueron escritos los pergaminos. Los niños nos quedábamos a un lado, y los escribas nos pedían más tinta o un nuevo utensilio de escritura. Se valían de juncos cortos y huecos, afilados en un extremo». Huelga decir que, tras doblar una esquina, nos metimos en unas ruinas señaladas con un letrero que ponía *SCRIPTORIUM*.

En mi primera sesión de regresión, había visto ese *scriptorium* con una chimenea redonda y elevada ardiendo. Era muy particular. Se lo describí a mi amigo diciendo: «Estaba justo por aquí.»

«Wayne-Daniel —dijo él—, mira.» Allí, a mis pies, se apreciaban una serie de círculos concéntricos, hechos de piedra, apretados en la tierra... exactamente como los había visto yo.

~ Wayne-Daniel Berard

En la historia de Wayne-Daniel, en la que había un rabino de hace unos dos mil años y un capellán actual, vemos el hilo conductor de una vida espiritual. Las afinidades y los intereses de nuestra vida actual suelen tener su génesis en las vidas pasadas. Diversos talentos y capacidades se han afinado en encarnaciones previas antes de reaparecer en la presente. Somos la suma de nuestras experiencias, perfeccionadas por nuestra sabiduría intuitiva y nuestra conciencia en evolución.

Por lo general, la labor de confirmación más amplia corre a cargo de la persona que recuerda la vida pasada, como se pone aquí de manifiesto. Los terapeutas están ocupados y suelen tener muchos pacientes, pero estos se sienten muy motivados para corroborar los recuerdos, pues las experiencias son suyas. La confirmación de detalles da todavía más poder a la regresión. Aunque las primeras investigaciones que Wayne-Daniel llevó a cabo antes de su viaje a la antigua comunidad esenia habían sido importantes e interesantes, las que realizó *in situ* fueron extraordinarias. La sensación *déjà vu* de familiaridad y de conocimiento del camino no se aprende en los mapas. Deriva de la experiencia real. Wayne-Daniel era capaz de describir las

actividades, los escenarios y los detalles, que fueron confirmados de inmediato.

Recuerdo mi propia experiencia de vida pasada en Alejandría, hace unos dos mil años, donde en un período correspondiente al recuerdo de Wayne-Daniel deambulé entre las comunidades esenias del desierto del norte.

Quizá su presencia en el seminario haya sido más un reencuentro que otra cosa.

Según un estudio de 2009 llevado a cabo por el Foro Pew sobre Religión y Vida Pública, casi tres cuartas partes de los americanos creen en la vida después de la muerte, y aproximadamente una cuarta parte cree en la reencarnación. Casi la mitad dicen haber tenido una experiencia mística o espiritual —porcentaje que se ha más que duplicado en los últimos cincuenta años— y alrededor del treinta por ciento afirma haber estado en contacto con alguien que ha muerto. Aunque el número de personas que creen en la reencarnación es superior en Asia y otras regiones donde el concepto lleva siglos aceptado, el mundo occidental está recuperando terreno.

Diversos investigadores, como Ian Stevenson, director ejecutivo, fallecido presidente emérito del Departamento de Psiquiatría de la Universidad de Virginia, han documentado centenares de casos de reencarnación, sobre todo mediante entrevistas conducentes a la identificación de la familia de la vida pasada más reciente de esa persona y la subsiguiente confirmación de los detalles evocados. La labor del doctor Stevenson, centrada ante todo en recuerdos espontáneos de vidas pasadas de niños, revelaba la frecuencia con que las heridas mortales en una existencia anterior se manifestaban como marcas de nacimiento en el cuerpo actual del niño.

Hace casi una década, la Canadian Broadcasting Corporation produjo una hermosa serie de documentales de gran calidad acerca de vidas pasadas en los que fui entrevistado y participé como asesor. Después de que se eligiera a varios voluntarios para que experimentasen regresiones a vidas pasadas, una periodista llamada Sarah Kapoor viajó por todo el mundo, incluyendo poblaciones rurales y cementerios, para verificar los recuerdos. Sarah habló, entre otros, con sacerdotes, viejos de los pueblos e historiadores, quienes fueron capaces de certificar las vidas anteriores experimentadas por los voluntarios. Ví la convincente y corroborativa documentación del vídeo, que en algunos casos aún me emociona. En 2008, cuando dirigí la regresión de varias personas en el *Oprah Winfrey Show*, los productores del programa entrevistaron a Sarah. Una vez más se confirmaron los primeros hallazgos, aparte de que en el transcurso de esos años en que Sarah siguiera con los voluntarios, habían surgido detalles adicionales.

En mis anteriores libros he documentado exhaustivamente casos clínicos que han

confirmado recuerdos de vidas anteriores. Las historias ratificadas son innumerables. Jenny Cockell, británica, descubrió a los niños a los que había dado a luz en su encarnación anterior como Mary Sutton en Irlanda a principios del siglo xx. Cinco de los hijos de Mary seguían vivos cuando Jenny los localizó en la década de 1990. Fueron capaces de verificar totalmente el recuerdo de Jenny incluso respecto a episodios insignificantes de su infancia, acaecidos más de setenta años antes del reencuentro emocional con la reencarnación de su madre.

Tenemos un relato de la reencarnación minuciosamente documentado en el libro *The Reincarnation of a World War II Fighter Pilot*, de Bruce y Andrea Leininger. Los padres de James Leininger observaron a su hijo de dos años recordar una vida anterior como James Huston, un hombre muerto en la batalla de Iwo Jima. El grado de confirmación, aun de los menores detalles, es un testimonio de la esmerada investigación realizada por los padres del pequeño James.

Al margen de si se trata de informes sobre casos individuales, como las experiencias de Jenny o los Leininger, o de estudios en curso sobre material vinculado a la reencarnación, se han acumulado muchísimas confirmaciones de la validez de vidas pasadas. La verificación ayuda a las mentes a abrirse a posibilidades nuevas. Una mente cerrada es incapaz de aprender nada nuevo. Una mente cerrada está atascada en el pasado. Gracias a los incansables esfuerzos de los investigadores, ahora podemos afirmar con razón que es posible aceptar la reencarnación basándonos en datos clínicos, no solo en la fe.

En realidad, las verdades no precisan respaldo de investigaciones, desde luego. Existen más allá de la confirmación científica, pues la ciencia está sometida a las limitaciones de sus instrumentos de medición. No puede demostrar lo que no puede medir. Cuando se crean las herramientas adecuadas, las verdades están ahí, aguardando a ser descubiertas: son independientes y no se ven afectadas por las creencias de los seres humanos. No obstante, es comprensible que muchas personas encuentren consuelo y apoyo en pruebas estadísticas y científicas. Lo ideal es que la verdad y las pruebas coincidan. Este ha sido el caso en cuanto al concepto de la reencarnación.

Veamos un ejemplo. Sir Isaac Newton describió la gravedad, pero no la inventó. La gente llevaba milenios conociendo la verdad: todo lo que sube baja. Hizo falta el desarrollo de herramientas matemáticas para que Newton pudiera explicar bien el fenómeno. Y a medida que las herramientas de la física se vayan perfeccionando, la gravedad se entenderá aún mejor. Podemos describir igualmente la reencarnación aunque no conozcamos sus mecanismos con exactitud. Todavía aguardamos a nuestro

Newton.

Tras un taller de formación, expliqué una breve experiencia que había tenido Claire, una de las participantes. Irlandesa, Claire nunca había estado en Norteamérica ni Sudamérica antes de asistir a mi curso. Pero resultó que tenía un recuerdo de vida pasada en Chichén Itzá. Se trataba de un lugar que no conocía y que para ella no tenía sentido alguno, pero que recordaba a la perfección.

Comenzó describiendo una aparición que parecía un ángel grande y espléndido de colores cambiantes. Claire era una mujer joven que, junto a otras, estaba participando en una especie de ceremonia. Lucía una túnica blanca con cinturón. Había pirámides con techos planos y muchos escalones que conducían a un templo donde ella meditaba para purificarse antes de la parte siguiente del ritual. Claire estaba sola en el templo, en lo alto de los escalones, las pirámides de techo plano debajo de ella. De repente se vio sola en un gran hoyo en la tierra. Fue capaz de explicar lo que había alrededor y en el agujero con profusión de detalles. En algún momento de la ceremonia había acabado envuelta en un enorme helecho. Por lo visto se trataba de un sacrificio, pero Claire no se mostraba nada traumatizada, pues consideraba que ser elegida era un honor. Su familia se sentía igualmente honrada. La decisión de participar en la ceremonia se había tomado de buen grado.

Estos detalles fueron verificados más adelante por otro miembro del curso que resultó ser un antropólogo mexicano bastante entendido en ceremonias antiguas. Me impresionó el hecho de que, en el pequeño grupo, hubiera un antropólogo de México especializado en culturas mayas e indígenas que certificó inmediatamente los recuerdos de Claire, mucho más elaborados y detallados de lo que yo recuerdo o describo aquí.

Ni Claire ni yo habíamos hablado con el antropólogo antes de la regresión. Si considero las posibilidades de encontrarme en el mismo pequeño taller con un profesional especializado en el mismo tema del recuerdo de Claire, reitero mi idea de que en la vida no hay coincidencias.

Jill, la protagonista de la siguiente historia, descubrió la misma verdad. Las fuertes conexiones entre su presente y su pasado distaban de ser fortuitas; por otro lado, no era ninguna casualidad que los detalles que recordó en una regresión correspondieran a los que más adelante observó en documentos históricos.

. SIEMPRE SOMOS LIBRES .

Mi paciente, una mujer blanca de cincuenta y tantos años, me contó una historia en una sesión terapéutica. En su vida presente, Jill era una asistente social que sin ayuda de nadie había puesto en marcha un comedor de beneficencia en una zona urbana deprimida. Siendo niña, contando aproximadamente diez años, fue a Mount Vernon a visitar la casa del presidente Washington. En esa visita, empezó a recordar una vida pasada. Sus reacciones, tanto para ella como para su tía, que la había acompañado, al ver la casa y mirar las fotografías fueron extrañas. Jill reconoció a una niña pequeña de quien dijo que había jugado con ella en esa casa. También habló largo y tendido de la colocación de los muebles en la finca de Mount Vernon y de que todo estaba mal. Yo identifiqué esa historia como un recuerdo de una vida anterior, y Jill se mostró abierta a la idea de explorar más a fondo. Acudió a uno de mis talleres y efectuó la regresión sin dificultad. Entonces juntó todas las piezas del inquietante recuerdo.

Como contó Jill al grupo del taller, se había descubierto a sí misma como niña negra esclava de diez años en la casa de George Washington de Mount Vernon. Allí había jugado con una niña llamada Nell, que luego se mudó con su familia a Filadelfia. Recordó que su madre era una esclava negra que trabajaba como costurera, y que su padre era un sastre blanco. Se llamaba a sí misma «mulata». Más adelante, esa joven huyó en barco hacia la libertad y se instaló en Portsmouth, New Hampshire, donde se casó con un marinero negro libre y tuvo tres hijos. Recordó que vivía con miedo a que la descubrieran y la devolviesen a la esclavitud, pero siguió siendo una mujer libre hasta que murió de vieja en la paz del Señor. Mi paciente era capaz de dar fechas y señalar emplazamientos, y aseguraba que su nombre era «Oney Judge». Cuando le pregunté qué lecciones aprendió en aquella época, respondió con una voz muy distinta, la voz de su alma: «Siempre somos libres.»

Esa misma noche, la pareja de Jill entró en internet y le gritó que acudiera enseguida. En la pantalla había una página web con una historia afroamericana que explicaba la vida de una valiente esclava joven que había huido a la libertad: Ona Judge, la esclava fugitiva de George Washington.

Todo lo que Jill nos había contado al grupo esa noche en el taller fue verificado por la página de internet. Muchos de los detalles eran correctos. Jill no recordaba haber estudiado jamás esto en clase de historia, lo que seguramente era verdad, pues en la época en que ella iba a la escuela no se explicaba historia afroamericana. Tampoco se había criado en Portsmouth.

Jill todavía está procesando e integrando toda esa información. Se siente muy consolada y aliviada al averiguar por qué tuvo esos recuerdos a una edad

temprana, más o menos a la misma edad que tenía Oney en Mount Vernon. La regresión también le ha ayudado a integrar partes de su personalidad en esta vida, así como a determinar sus objetivos futuros.

~ *Maria Castillo*

De vez en cuando, un estímulo geográfico precipitará el recuerdo de una vida pasada. No hace falta hipnosis alguna, solo la visita al escenario. En este caso, la paciente de Maria empezó a recordar espontáneamente pormenores de la colocación de mobiliario y otros hechos históricos. Años después, su regresión y algo de investigación en internet procuraron una nueva confirmación. Curiosamente, la profesión y los proyectos de la actual vida de Jill reflejan los temas observados en la vida de Ona Judge.

Wayne-Daniel también experimentó un recuerdo de vida pasada al visitar la excavación arqueológica en la antigua comunidad esenia. Volver físicamente al emplazamiento de una vida anterior es un poderoso desencadenante y puede suscitar tanto emociones fuertes como recuerdos minuciosos. Si visitamos una ciudad desconocida y notamos una aversión acusada o, en su caso, una conexión positiva con el lugar, los orígenes de estos sentimientos acaso residan en las vidas anteriores.

Hemos vivido muchas vidas y conocido las creencias y culturas de países de todos los rincones del planeta.

La posibilidad de verificar los detalles de una vida pasada es sin lugar a dudas un aspecto fascinante de la regresión, sobre todo en el caso de aquellos que pueden mostrarse escépticos respecto al recuerdo recién evocado. La persona que se pregunta si *ha sido realmente el recuerdo de una vida pasada o solo fruto de la imaginación* tal vez considere que ciertas evidencias objetivas confirmatorias de los datos de la experiencia le ayudarán a aceptarlo como real, o al menos a reconocer que la mente es capaz de saber cosas a un nivel que va más allá de los cinco sentidos tradicionales. Esto desde luego funcionó conmigo cuando estaba tratando a Catherine, mi primera paciente en hacer una regresión a una vida anterior. Yo no creía en absoluto en ese concepto, si bien no podía negar que ella estaba curándose rápidamente ni que era capaz de proporcionarme información personal incognoscible y muy detallada sobre mi hijo, mi padre y mi hija. Si ella no me hubiera suministrado este nivel de «pruebas», quizá yo no habría tenido tantas ganas de investigar y explorar el campo de la regresión a vidas pasadas.

Casi todos, en algún momento, hemos tenido un sueño que ha sido

cronológicamente impreciso, o quizás incluso ilógico, que sin embargo nos ha llevado a un nivel nuevo de conocimiento o percepción tras despertar. A un analista de sueños jamás se le ocurriría descartar un episodio profundamente evocador por ser «impreciso» o «falso». Es el mismo caso que se da con las regresiones a vidas pasadas. Las regresiones, al igual que los sueños, como a veces se recuperan de estados muy profundos de conciencia, acaso contengan símbolos y metáforas junto a recuerdos reales. Para que el significado y el mensaje estén claros, hay que interpretar estos símbolos. Un recuerdo de vida anterior simbólico u onírico no es menos potente que uno literal. A veces la mente despliega escenas de vida anterior más en forma de poema que de texto histórico.

El recuerdo de vidas pasadas también está expuesto a las mismas distorsiones potenciales que cualquier otro recuerdo que tengamos en nuestra conciencia regular de vigilia. Puede que el recuerdo sea totalmente exacto, pero a veces las fechas y otros detalles quizá sean algo borrosos. La memoria es así. Por ejemplo, lo que estamos seguros de que nos pasó en el jardín de infancia puede haber ocurrido realmente en el primer curso. De todos modos, el noventa y nueve por ciento del recuerdo es correcto, y ese error no invalida la precisión general. Las emociones y los temas tienden a ser sumamente precisos. Las distorsiones más habituales se dan con los números y otras funciones lógicas o del cerebro izquierdo. La mente profunda se ocupa más del entendimiento y la curación que de los detalles y las fechas.

Mis libros anteriores ofrecen una exploración más minuciosa de la convalidación de casos. No obstante, como han ido pasando los años y he testificado en muchos de estos casos, mi centro de atención ha cambiado un poco, desplazándose desde la confirmación del recuerdo de la vida pasada a su valor terapéutico. Pocas veces, si acaso alguna, son los hechos, los detalles o la precisión histórica de las regresiones los que tienen un efecto curativo significativo en el paciente: lo que se revela es más bien el contenido emocional, los sentimientos y las relaciones, lo que se cosecha son las percepciones de la vida y la naturaleza más profunda. Las historias del próximo capítulo ilustran el modo en que estas interpretaciones pueden curar vidas de personas de forma clara y permanente.