



JAMES VAN PRAAGH es un médium de fama mundial, reconocido por su capacidad de recibir y transmitir mensajes de los espíritus. Ha aparecido en numerosos programas de televisión y radio, y fue perito residente en el programa *The Other Side* de la cadena de televisión NBC.

Dicta conferencias y seminarios acerca de la vida después de la muerte, y conduce *tours* especializados a centros espirituales de Sedona, Arizona (EE.UU.) así como de otros países como Brasil, Egipto y México. Vive en Los Ángeles.

James Van Praagh posee un don extraordinario: es capaz de comunicarse con los espíritus de hombres, mujeres, niños y hasta animales que han muerto. Su singular habilidad le permite servir de puente entre el mundo físico y el espiritual.

En este libro sorprendente e inspirador, el médium mas aclamado de los Estados Unidos nos revela lo que se oculta detrás del mundo visible y responde a las preguntas mas profundas sobre la vida después de la muerte, brindando aliento a aquellos que han perdido a ser querido.

Las experiencias que describen en *Hablando con el Cielo* nos conmueven y regocijan: desde la madre que encuentra una razón para seguir viviendo cuando oye las palabras dulces y llenas de coraje de su pequeña hija que murió de sida, hasta el hijo que ruega a su madre que lo perdona por haberse suicidado; o el reencuentro de un hombre con su esposa muerta en ocasión de sus bodas de oro.

A través de Van Praagh los espíritus nos hablan de un lugar maravilloso, lleno de luz y de paz y de la fuerza de los lazos de amor capaz de de trasponer todos los limites.

Hablando con el Cielo – que ya ha sido traducido a 13 idiomas – es un testimonio espiritual y una guía de instrucciones para comunicarnos con el Más Allá. Su mensaje, lleno de esperanza, cambiará para siempre la forma en que vemos la muerte, y también la vida.

Hablando con el Cielo

“Este es un libro maravilloso, inspirador y que recomiendo muy especialmente. Si alguna vez ha sufrido la pérdida de un ser querido o siente temor ante la muerte, las historias y lecciones espirituales de James Van Praagh reconfortarán su corazón. Es hoy, sin lugar a dudas, uno de los médium más talentosos del mundo, y su libro es imperdible.”

–Brian L. Weiss, autor de *Many Lives, Many Masters*

“Brinda explicaciones precisas acerca de los fenómenos paranormales y narra historias conmovedoras. Además, ofrece meditaciones y ejercicios para ayudar al lector a experimentar la presencia de espíritus.”

–*Publishers Weekly*

“Cualquiera que se interrogue acerca de la vida después de la muerte debe leer *Hablando con el Cielo*. No sólo confirma la existencia de un mundo espiritual, sino que también nos alienta para superar el miedo a la pérdida. Esta obra excepcional nos sirve de guía para despertar nuestra propia habilidad de comunicarnos con los seres que han partido.”

–Dannion Brinkley, autor de
At Peace in the Light

INDICE

AGRADECIMIENTOS.....	6
CAPITULO 1. El médium.....	7
Quiero ver a Dios con mis propios ojos.....	9
Una sesión de espiritismo en el atardecer de un sábado.....	9
Otros fenómenos psíquicos.....	11
Crecer en una escuela católica.....	14
Yo no estaba hecho para la vida del seminario.....	15
Comunicación Con el más allá.....	16
La exploración de mis propias facultades psíquicas.....	18
Lo que creo.....	21
CAPITULO 2. El don.....	22
El médium puede tener diversas facultades.....	22
Clarividencia.....	23
Clariaudiencia.....	23
Clarisensación.....	24
Pensamiento Inspirativo.....	24
Gramófono.....	25
Materialización.....	25
Curación espiritual.....	25
Fotografía espiritual.....	25
Comunicación con los espíritus.....	26
Los espíritus no pueden intervenir en la progresión kármica.....	27
CAPITULO 3. Asistentes Espirituales.....	28
Cada persona tiene sus espíritus guías únicos.....	28
Cómo descubrir a tus propios guías espirituales.....	33
CAPITULO 4. Transiciones trágicas.....	34
El avión.....	34
El ahogado.....	35
No es como se piensa.....	37
El marino.....	39
CAPITULO 5: Colisiones fatales.....	42
El muchacho de la motocicleta.....	44
La animadora deportiva.....	45
El policía.....	47
Mi Madre y el Autobús.....	49
CAPITULO 6. El Sida.....	51
La niñita de mamá.....	52
El corazón.....	54
¡Mamá, papá, soy yo!.....	55
Adiós, Bebé.....	58
CAPÍTULO 7. Suicidio.....	59
La tendencia al suicidio.....	60
Visión espiritual del suicidio.....	61
¿Cómo podemos los vivos ayudar a los difuntos?.....	62
¡Lo siento!.....	62
Nunca es tarde para decir "te amo".....	64
Mis padres.....	67
Pena capital.....	71

Máquinas que salvan vidas.....	72
CAPITULO 8. Reencuentros amorosos.....	73
Charlie.....	77
El mal de Alzheimer.....	80
.....	83
Dilo desde la montaña.....	84
CAPITULO 9. Mas allá del dolor.....	86
Cómo reconocer el duelo.....	87
1. Conmoción.....	87
2. Negación.....	88
3. Sentir.....	88
4. Reconocimiento y aceptación.....	89
5. Solucionar asuntos prácticos.....	89
6. Continuar.....	90
Cuidate de las conductas que puedan provocar lesiones.....	90
CAPITULO 10. Establecer contacto.....	91
Motivación y deseo.....	92
Preparación.....	92
Sensibilidad y conciencia.....	94
Energía.....	94
¿Cómo percibirla?.....	94
Centros de energía.....	95
Chakra de la raíz.....	95
Chakra del plexo solar.....	95
Chakra del bazo.....	96
Chakra del corazón.....	96
Chakra de la garganta.....	96
Chakra del tercer ojo.....	96
Chakra de la corona.....	96
Paciencia.....	97
Una mente abierta.....	97
Cooperación.....	97
Amor.....	98
Meditación.....	99
Círculo.....	99
Ejercicios psíquicos básicos.....	100
Psicometría.....	100
Escritura automática.....	101
Sueños.....	101
Visiones.....	102
Haz un pacto.....	102
Resultados.....	102
Otras señales.....	103
CAPITULO 11. Meditaciones.....	104
Cómo meditar.....	104
Preliminares.....	105
Despedirse de los seres amados y ponerlos en camino.....	106
Perdón y arrepentimientos.....	108
Redescubrir tu poder.....	108

A Connie,
El primer ángel que conocí en la Tierra,
Quien me enseñó la manera
De atrapar el Sol.

AGRADECIMIENTOS

Cuando uno se aboca a la tarea de recordar cronológicamente experiencias personales dando aliento a las palabras, lo hace con la esperanza de que, de alguna modesta manera, estas expresiones provoquen una sensación de conocimiento y asombro además de ayudar a iluminar el sendero de otra persona. Escribir este libro fue una empresa que no habría podido ejecutar solo. Lo creó la fusión de pensamientos, ideas, experiencias y vidas de quienes me han conmovido profundamente.

Debo agradecer primero a la "expresión creativa", identificada bajo diversos títulos tales como Dios, Alá, Jehová, Ser Divino y Gran Luz. Me referiré a este Poder simplemente como "Fuente", la fuente de Todo. Me gustaría extender mi gratitud a esas bienamadas almas de este plano terrestre que recurrieron a mí con sus historias de amor y tragedia en busca de orientación, un final curativo y paz. Espero haber satisfecho sus expectativas y dado reposo a su mente y su corazón.

Agradezco a todos esos seres queridos que habitan el mundo de los espíritus y que, en forma de sueños, vuelven a través de mí para transmitir experiencias terrestres a sus familiares y amigos. Estos recuerdos, ahora bordados en el tapiz del tiempo, proporcionarán pruebas y consuelo, y demostrarán que no existe la muerte. Sólo existe la vida. Gracias al poder del amor, y sólo del amor, estos espíritus se unen a nosotros para brindarnos valor, fuerza, poder y guía. Y nos asisten en el logro de nuestros destinos terrestres individuales.

Quiero dar las gracias a mis guías y maestros celestiales, que estuvieron conmigo desde que mi don se manifestó por primera vez. Nunca han dejado de incorporar a mi obra su fuerza, su potencia y sabiduría. Ellos fueron ejemplo de crecimiento e iluminación inspiradora no sólo para mí, sino para toda la humanidad. También deseo expresar mi afecto y gratitud a quienes, en este plano terrestre, me han asistido a lo largo del camino con su amor, aliento y apoyo: Brian E. Hurst, Carol Shoemaker, Mary Ann Saxon, Marilyn Jensen, Peter Redgrove, Linda Tomchin y Cammy Farone.

A todos mis familiares, amigos y amores de esta vida, por vivir en gratitud hacia todos y cada uno de vosotros, pues el tiempo que compartimos juntos en esta tierra no sólo me ha enriquecido el alma, sino que también me ha dado valiosas lecciones para la expresión emocional del corazón humano. El amor consagra la vida. Os agradezco que celebren la plenitud de lo que fuimos, lo que somos y lo que aún llegaremos a ser.

A todos, gracias por compartir vuestra luz y este infinito trayecto de amor y vida tomados de la mano.

CAPITULO 1. El médium.

A menudo me preguntan si nací médium o si llegué a serlo a raíz de alguna terrible enfermedad, un raro accidente que me provocó algún trauma cerebral o una experiencia de muerte. Por escalofriantes que sean esas posibilidades, no puedo pretender que alguna de ellas haya sido el momento dramático que me puso frente a la obra de mi vida. No soy distinto de cualquier otra persona. Todos nacemos con cierto grado de facultades psíquicas. La cuestión está en reconocerlas y ponerlas en práctica. Como tantos otros, yo ignoraba lo que era tener facultades psíquicas. Fue probablemente en algún programa televisivo de juegos donde oí por primera vez ese término. Apenas si podía pronunciar la palabra "psíquico"; mucho menos entender su significado. Pero era la que más se aproximaba a explicar por qué yo sabía cosas de una persona en cuanto entraba en una habitación. También fue el motivo de que mi maestra de primer grado, en la escuela católica, me retuviera un día después de clase.

Había terminado la pausa para el almuerzo y todos los niños iban de regreso al aula. Acababa de guardar mi vianda del oso Yogi cuando entró mi maestra, la señora Weinlick. Cruzamos una mirada y de inmediato me asaltó una sensación de tristeza.

Me acerqué a ella y le dije: -Todo saldrá bien. John se quebró una pierna. Ella me miró desconcertada. - ¿De qué me hablas? - dijo. John fue atropellado por un auto -respondí-, pero está bien. Sólo se quebró una pierna.

Bueno, temí que se le saltaran los ojos del cráneo. Señalando mi asiento, me ordenó quedarme en él por el resto del día. Una hora después, el rector se acercó a la puerta para hablar con la señora Weinlick. De pronto, la maestra se puso pálida y salió a la carrera, gritando de pánico. Al día siguiente la señora Weinlick parecía haber vuelto a la normalidad, pero no dejaba de mirarme fijo todo el tiempo y me pidió que me quedara a hablar con ella después de clase. ¡Dios la bendiga! Fueron sus palabras las que me pusieron frente a mi facultad psíquica. Al parecer, el día anterior su hijo John había sido atropellado por un auto; milagrosamente, sólo se quebró una pierna. Ella me preguntó: -¿Cómo adivinaste que iba a pasar eso?

No supe qué responderle. Lo sabía y nada más. Tuve una percepción. Me miró fijo y me eché a llorar. ¿Era yo el responsable de provocar ese accidente, de lastimar a su hijo? Innecesario es decir que ella me tranquilizó, diciéndome que no debía afligirme.

-Muchos niños y adultos saben las cosas antes de que ocurran - señaló la señora Weinlick. Dijo que yo era "un mensajero de Dios" y que Él me había concedido un don especial.

-Para que algún día puedas ayudar a la gente -continuó. Que no debía sentirme mal por las cosas que pudiera ver en la mente. -Eres especial -aseguró. Pero me aconsejó fijarme bien con quien compartía ese carácter especial. Esa fue la primera explicación que recibí sobre mi facultad psíquica. Cuando miro hacia atrás, me siento agradecido hacia Weinlick por explicármelo. Para mí fue una ayuda en muchos sentidos. Si mi maestra hubiera sido monja en vez de laica podía haber resultado muy diferente.

Hoy en día comprendo plenamente mi facultad de ver y sentir cosas que no son de este mundo físico. La facultad psíquica, a menudo llamada sexto sentido, se conoce también como intuición corazonada o conocimiento que se tiene de algo. Y todos la usamos sin darnos cuenta. Por ejemplo: ¿Cuántas veces, minutos después de haber pensado en alguien, suena el teléfono y esa persona la que está en el otro extremo de la línea? O, en media del tránsito, algo te dice que cambies

de senda y, un trecho mas allá, descubres que había un accidente en la otra, por la cual venías. Quizá, camino al trabajo, tienes la sospecha de que vas a encontrar a tu jefe de mal humor y al llegar compruebas que así es. ¿Cuántas veces pensaste en una canción y, minutos después, la oyes por la radio? Todos estos son ejemplos de facultades psíquicas. ¿De dónde proviene este sexto sentido?

La palabra psíquico significa, en griego, "del alma". Cuando utilizamos nuestra facultad psíquica sintonizamos la energía del alma, la fuerza vital de la naturaleza que impregna a todas las criaturas vivientes. De niños somos más psíquicos aún que en la edad adulta..., No más psíquicos, quizá, sino más abiertos a nuestros sentidos psíquicos, no sólo porque aún estamos muy cerca del otro lado de la vida, sino también porque, al no tener el habla y los pensamientos bien desarrollados, debemos confiar en nuestros sentimientos, nuestras percepciones, para relacionarnos con el mundo físico.

Todos hemos visto a algún bebé llorar cuando lo alza determinada persona y callar al instante cuando pasa a otros brazos. Sin duda, el bebé percibe una vibración más armoniosa o segura en el segundo individuo. Por eso los bebés siempre quieren estar con la madre. Entre una madre y su bebé existe un fuerte vínculo psíquico. Muy a menudo, ella corre al cuarto de su niño, segura de hacerle falta, justo en el momento en que el bebé despierta. Este vínculo continúa desarrollándose, cada vez con más fuerza; pronto la madre percibe las necesidades del infante sin que éste dé ninguna señal verbal.

La energía psíquica opera también en las plantas y en el reino animal. Los vegetales son sumamente sensibles y a menudo prosperan muy bien cuando perciben un medio suave, cordial, donde reciban atención y amor. Esto me recuerda una anécdota muy interesante. Cuando trabajaba como empleado en una oficina, cierto día llevé a su casa a una compañera de trabajo. Al sentarme en su apartamento oí un sonido muy agudo. Esta vibración me rodeaba por doquier, como un alarido. Era como si alguien sufriera y pidiera ayuda a gritos. Miré a mí alrededor y, finalmente, comprendí de qué se trataba: Todas las plantas estaban secas y moribundas. Gritaban pidiendo agua. De inmediato se lo dije a la mujer, quien me informó que llevaba más de dos semanas sin regarlas.

La idea de que las plantas griten puede parecer extraña a muchos. A estas personas les sugiero que lean libros sobre el tema, sobre todo uno de Peter Tomkins, titulado *The Secret Life of Plants*. Es preciso entender que la magia de la vida se presenta en todo tipo de formas, versiones y tamaños, incluso en las plantas. Es posible conocer mejor estas formas de vida si uno dedica algún tiempo a escuchar y abrirse a la propia facultad psíquica y a las energías que nos rodean por doquier.

Además del reino vegetal, también los animales confían en un sexto sentido. Observa la conducta de tu perro o tu gato. ¿Cuántas veces un perro se encoge en un gesto de temor o ladra sin cesar al encontrarse con determinada persona? O también, al vagar por una sala llena de gente, tiende a permanecer más con uno que con otro. Durante desastres naturales, tales como terremotos, tronados o huracanes, los animales suelen mostrarse inquietos y desorientados; con frecuencia se esconden en los roperos o bajo los muebles. El animal no recibe la noticia por televisión, como nosotros. Simplemente la sabe. Por lo común, los animales presienten el desastre antes de que se produzca. También son sumamente sensibles al nerviosismo humano. Si quieres un buen pronóstico meteorológico, observa al ganado de la zona. Antes de una tormenta, las vacas suelen tenderse en la hierba. Desde que el mundo es mundo, los animales han despedido de su sentido psíquico o de su instinto para protegerse y defender su vida.

Quiero ver a Dios con mis propios ojos.

Antes incluso de conocer mi facultad psíquica, solía pensar mucho en la existencia de Dios. Aunque recibí una educación católica y asistí durante nueve años a una escuela de esa religión, la imagen católica de Dios me parecía demasiado limitada y poco realista. Debíamos creer en una deidad con fe ciega; eso me confundía más aún. Me acosaban preguntas como éstas: ¿Cómo sabemos que Dios existe realmente? ¿Alguien lo ha visto alguna vez? ¿Cómo crea Dios las cosas a partir de la nada? ¿Quién escribió los relatos de la Biblia? ¿Son ciertos?

Por mucho que deseara creer en el Dios moldeado por los ritos y las leyes de la Iglesia, no sentía dentro de mí una experiencia personal de Él. ¿Mi obligación era, simplemente, llevar a cabo esa ceremonia cotidiana? Era como si me faltara una pieza del rompecabezas. ¿Acaso las monjas me habían ocultado algo? Durante la misa ¿me perdía algo que todos los demás hubieran captado? ¿Era el único que ponía en duda esas creencias? A mi mente joven el pedido le parecía bastante sencillo: "Si existe Dios, por favor, quiero ver pruebas".

Cuando tenía ocho años obtuve respuesta a mi plegaria. Una mañana temprano, mientras estaba tendido en la cama, sentí en la cara una fuerte ráfaga de aire frío. Me arrojé en las mantas, mientras echaba una mirada a la ventana. Estaba bien cerrada. Levanté la vista, tratando de imaginar cómo había entrado en mi cuarto ese golpe de viento, y entonces vi una gran mano que surgía del techo, con la palma hacia abajo. La mano refulgía con una luz blanca, palpitante. Quedé como hipnotizado, pero por algún motivo no tuve miedo. Aunque no comprendía lo que estaba sucediendo, no sentí temor, quizá porque era niño. Estaba dispuesto a aceptar como real la imagen que veía. De pronto me colmó una sobrecogedora sensación de paz, amor y gozo. Aunque la voz tonante de Dios, como dice la Biblia, no vino a responder mis preguntas ni a revelarme mi destino, supe que esa visión era Dios. También supe que haría cuanto fuera necesario para experimentar otra vez esa sensación de júbilo. Comenzaba a comprender que la vida era mucho más que lo que se me había enseñado y lo que veía con los ojos del cuerpo.

La mano iluminada de Dios fue mi primera experiencia de clarividencia; aunque el impacto fue impresionante, jamás se la mencioné a nadie. Consideraba que era un secreto mío y que, de cualquier modo, nadie me daría crédito. Más adelante aprendería mucho más sobre la clarividencia, que imprime en la mente diversas imágenes, siluetas, escenas, espíritus, rostros y sitios remotos, invisibles para el ojo físico. En el momento de quedarnos dormidos, por ejemplo, por la visión de la mente pasan formas, rostros y escenarios diferentes. La clarividencia es similar a estas imágenes mentales. En el capítulo 2 explicaré el tema más a fondo.

Una sesión de espiritismo en el atardecer de un sábado.

Tras la asombrosa demostración de la mano quedé convencido de la existencia de Dios. Al fin y al cabo, sólo Dios podía manifestarse saliendo de la nada. Sin embargo, me surgía a la mente toda una serie de interrogantes nuevos. Empezó a fascinarme el concepto de la muerte y lo que ocurre después de morir. Me descubrí formulando preguntas sobre el cielo y la vida después de la muerte: ¿Existe un lugar adonde vamos después de morir? ¿Existe realmente un paraíso, un infierno, un lugar intermedio? ¿La vida es infinita? Sólo sabía lo que se me había enseñado en la escuela católica, que era demasiado unilateral. "¿Qué creen otros pueblos sobre Dios y la vida después de la muerte"? Quería entender. Quería saber más, investigar más a fondo. No sospechaba que pronto iniciaría una aventura sobrenatural.

Scott y yo éramos íntimos amigos. Jugábamos a la pelota y compartíamos todas las cosas rutinarias de los chicos. También experimentábamos con los acostumbrados juegos paranormales,

para la mayoría de los niños, parecían ser parte del desarrollo. Interrogábamos en broma a la Bola Mágica, pero pronto se nos borraba la sonrisa de la cara al recibir réplicas tales como: "Respuesta difusa. Vuelve a consultar más adelante". ¿Cómo podía saber? Nos poníamos en contacto con los espíritus utilizando una tabla de espiritismo, aunque cada uno estaba secretamente convencido de que era el otro quien empujaba la plaqueta.

Por eso resultó natural que, una mañana de sábado, decidiéramos celebrar una sesión de espiritismo ese mismo atardecer, a las siete. A los doce años, era lo más cerca de la hora las brujas que podíamos llegar. Recuerdo vívidamente ese día. Parecía que no terminaría nunca. Por la cabeza me cruzaban escenas de todas las películas Vicent Price que había visto en mi vida. De algún modo sabía que esa noche sería especial: Iba a sucedernos algo grandioso. A las siete menos cuarto estaba demasiado nervioso para seguir espiando. Dos horas antes había guardado en mi bolsillo una vela blanca, pensando que nos haría falta para una sesión decente. Corrí a casa de Scott en tiempo récord y, tras un apresurado "hola" a sus padres, me escabullí con él hacia el estudio.

Le entregué la vela. Scott la encendió y, con aire solemne, la pegó en un cenicero que puso sobre la mesa, entre él y yo. Tras cerrar las ventanas y apagar las luces, nos sentamos frente a frente, y esperamos. Ambos estábamos un poco nerviosos, por más que nos decíamos que todo eso era sólo una broma. La atmósfera era adecuadamente fantasmagórica. La vela arrojaba sombras extrañas por todo el cuarto, delineándonos la cara con un esplendor espectral. La mejor parte del juego era ver quién se asustaba y huía primero.

Pasamos treinta minutos en silencio. Por fin, no pude soportar más.

-¿Y ahora? -pregunté, impaciente. Scott se encogió de hombros. -Podríamos pedir por alguien.

Como se cumplía el primer aniversario de la muerte de Janis Joplin, sugirió que la convocáramos a ella. Pasamos diez minutos entonando nuestro llamado a Janis. Esperamos. No pasó nada. Llamamos a Janis otra vez. La llama del candil permanecía quieta. No se oían golpes misteriosos a la mesa. Ningún viento frío cruzaba la habitación. Esperamos un poco más. Constantemente echábamos miradas a uno y otro lado, atentos a cualquier movimiento, cualquier señal de que Janis se hubiera hecho presente. Pero ¡jay!, sólo éramos dos niños de doce años que empezaban a aburrirse. Decidí hacer un último intento:

- Janis: si estás en la habitación, haznos una señal con la vela -ordené, con mi voz más grave y melodramática. La vela tembló apenas. De pronto la llama se inclinó hacia la izquierda y allí se mantuvo un segundo. Luego se desvió hacia la derecha y quedó así. Scott y yo estábamos petrificados. La llama empezó a moverse frenéticamente de un lado a otro. Ninguno de los dos podía respirar: si alguien estaba moviendo la vela no éramos nosotros, por cierto. Estábamos demasiado paralizados para intentar nada. De pronto el candil se apagó y el cuarto quedó sumergido en total oscuridad. En un arranque valentía, ambos escapamos a gritos de la habitación, hacia la presencia reconfortante de los padres de Scott.

¿Nos habíamos puesto en contacto con Janis Joplin? ¿Quién sabe? Creo, si, que abrimos una puerta a algo o alguien separado del mundo físico. No obstante, me resulta irónico que una pretendida broma entre dos niños fuera una iniciación, más o menos entretenida, a lo que habría de convertirse en mi carrera.

Otros fenómenos psíquicos.

Al recordar otros sucesos de mi infancia, veo que tuve muchas experiencias peculiares y ultraterrenas. Se podría decir que esa sesión de espiritismo fue la más dramática, en un sentido macabro, pero fue sólo una de muchas experiencias similares que (ahora lo comprendo) preanunciaban decididamente una vida entrelazada con el espiritismo, el suspenso y el misterio. El credo de mi vida ha sido siempre: *Lo desconocido es lo que todavía no se ha encontrado.*

Formaba parte de mi naturaleza investigar lo inexplicable y buscar respuestas. Por ende, la curiosidad solía llevarme a lugares donde los ángeles no osan pisar. Cuando niño, descubría a menudo diversos juegos, temas y entretenimientos que apoyaran mi validación del fascinante mundo oculto. Dos de mis alicientes preferidos eran las casas embrujadas y los cementerios. La mera idea de que una casa contuviera formas vivas invisibles vagando por los pasillos era toda una intriga. A menudo, el investigador que había en mí tomaba el mando y no me permitía descansar hasta no haber resuelto el misterio que tuviera ante mí.

Uno de esos misterios era la Casa Bell, una estructura amenazante de pintura gris, antigua y descascarada, con persianas carcomidas apenas sujetas de sus goznes. Algunas estaban cerradas a medias contra los vidrios teñidos de amarillo. La Casa Bell vivía en un siglo olvidado tiempo atrás, en que los coches tirados por caballos reinaban en las calles y el ganado pastaba perezosamente en los alrededores. La Mansión, como la llamaban, era una imagen ominosa, escondida bajo árboles frondosos, lejos de la acera. A mis ojos infantiles, sus chapiteles parecían estirarse directamente hasta la estratosfera del paraíso. La Casa Bell estaba abandonada desde hacía más de cincuenta años, pero todavía era un punto intimidante en el trayecto entre mi casa y la escuela.

Recuerdo que, al pasar frente a ella, lo hacíamos corriendo a toda prisa, por las leyendas a las que había dado pie. Una mencionaba a una anciana de cabellos blancos cuyos incesantes gemidos se oían en toda la casa. Según se contaba, esta señora tenía un hijo que era marino mercante. Como llevara muchos meses de ocio, sin trabajar, la dama insistió en que se embarcara en una expedición. El joven partió de mala gana, sin que se lo volviera a ver. Al parecer se produjo un súbito cambio de clima; el barco en el que navegaba fue destruido por una fuerte tormenta. Nadie sobrevivió. Su madre jamás aceptó esa explicación, y pensó que el hijo había huido.

Desde entonces se la veía a menudo vagando por la casa en busca del muchacho, y aullaba de dolor durante toda la noche. De vez en cuando dejaba una vela encendida, en la esperanza de que sirviera de guía a su hijo para volver al hogar. Pero eso no era lo peor. Todos los niños sabíamos que, si mirábamos hacia la casa y, por casualidad, posábamos los ojos en el rostro de la señora, ella acudiría por la noche al cuarto donde estuviéramos durmiendo y nos llevaría a su casa, para que viviéramos para siempre con ella.

Mis amigos y yo nunca olvidamos esa leyenda de la Casa Bell. Aunque no fuera cierta, añadía un poco de emoción a la aburrida caminata entre el hogar y la escuela. Al crecer, probablemente alrededor de los diez u once años, descarté casi por completo el inofensivo cuento de la anciana y su hijo, sin que la casa dejara por eso de fascinarme en extremo. Me detenía frente a ella para observar la ventana del piso alto, en la esperanza de divisar el destello de una vela u oír los suaves murmullos de un grito ahogado. En esa casa había algo, decididamente. Yo lo sabía. Parecía llamarme. Y yo tenía que responder a su llamado.

Un día lo hice. Scott, mi futuro cómplice místico, y otros dos valientes del vecindario decidieron seguirme. De algún modo debíamos halar la manera de entrar en la casa. Resolvimos que

lo mejor era intentarlo por la parte trasera, prácticamente sepultada bajo los árboles. Allí no había cerca que nos impidiera el paso, con lo que el trabajo resultó más fácil de lo que esperábamos. Después de cruzar por entre los árboles, pudimos clavar la vista en una decrepita casa de madera. La fortaleza que, en otros tiempos, había sido objeto de tantas historias horribles y terroríficas, parecía ahora sólo un montón de madera carcomida y cemento viejo.

Quiso la suerte que hubiera una ventana junto a la puerta de atrás. Mientras uno de los muchachos montaba guardia, los demás arrancamos una tabla de la ventana. El torrente de luz se poso en un siglo de oscuridad. Nos escurrimos cautelosamente hacia el interior; por su aspecto, la construcción apenas soportaba el paso del tiempo. Ya en la habitación, sentí de inmediato un escalofrío. Pero mi preconcebida sensación de miedo y horror terminó siendo una percepción de risas y alegría. Al mirar alrededor me encontré en algo que parecía una sala enorme, mucho más larga que ancha. Las paredes estaban manchadas por la lluvia del día anterior; de ellas pendía, desgarrado y mohoso, el papel de tono rosado. Había enormes agujeros en partes de los muros, cubiertos por tablas de madera.

Al recorrer la habitación tuve la extraña idea de que allí se celebraban cenas y bailes. Me era casi posible ver a la gente bailando el vals. En un rincón de la sala visualicé una pequeña orquesta que tocaba para los invitados hasta la madrugada. Continué en línea recta hasta pasar la habitación contigua. Con toda probabilidad era un comedor, lo bastante amplio como para dar cabida a una considerable multitud. Imaginé una mesa para banquetes, cargada de finísimos manjares. En la mesa había candelabros cuyas velas encendidas iluminaban la comida de la noche. De pronto, un grito de mi amigo Kevin me arrancó de mi ensoñación.

-¡Cielo Santo, miren esto! -aulló. Al reunirme en la sala con Kevin y el resto de los muchachos vi lo que había provocado su excitación. Esparcidos por el suelo había varios libros y fotografías de todas las formas y tamaños. Muchos de esos textos trataban de comercio y marinería. Otros eran registros contables con cifras escritas a lápiz. Al ver esos libros de navegación, todos palidecimos al mismo tiempo y giramos hacia la puerta en busca de la salida más próxima. De pronto recordamos vívidamente los cuentos infantiles acerca del marino mercante y su madre. ¿Sería verdad, después de todo? Nos estremecía pensar en lo que podía pasarnos. ¿Y si la casa estaba embrujada, si había fantasmas acechando en los pasillos? No sé si era por hombría, pero ninguno quería demostrar lo asustado que estaba, aunque estoy seguro de que temblábamos de pies a cabeza. Decidimos mantenernos unidos y continuar la investigación del lugar.

Levanté del suelo un par de fotografías para observarlas. Eran fotos de niños. En una se veía a un bebé; en la otra, dos varones pulcramente vestidos; el parecido revelaba que eran hermanos. Mientras sostenía la foto tuve la sensación de que había alguien de pie a mi espalda. Ya sabes cómo es: te parece que alguien camina detrás de ti. Eso fue, exactamente, lo que sentí. Asustado, dejé caer la fotografía. ¡Era la señora de cabellos blancos, que venía a capturarme! Giré lentamente la cabeza para mirar hacia atrás y no vi nada. Debía de ser mi imaginación.

Entonces pasó algo extrañísimo. De pronto se me ocurrió caminar hasta el rincón de la sala para recoger la fotografía que estaba más cerca de la pared. Fui hasta allí, me agaché y levanté la foto. Desde ella me miraba una señora muy elegante, con un largo vestido oscuro, que llevaba en las manos un hermoso ramillete. Su rostro era increíblemente dulce, de ojos demarcados, que parecía mirar a través de mí. Tenía el pelo sujeto en un moño apretado con una cinta. Al acercar más el retrato, tuve la sensación de que era la madre de los dos niños fotografiados. No puedo describir exactamente cómo lo supe, pero así fue. Bajé la vista y vi la figura de un hombre de mostachos, con los brazos cruzados y la mirada fija hacia adelante. La recogí también. Mientras la sostenía en la mano supe que era el esposo de la dama.

Sentí también que recibían invitados con frecuencia. La familia debía de haber sido muy adinerada y con influencia en la zona. Al observar otras fotos familiares percibí que tenían alguna vinculación política. No pude explicar esos sentimientos a mis amigos; todos opinaron que estaba loco o que tenía una imaginación muy vívida. Pero yo sabía que algún tipo de fuerza me impulsaba hacia ese rincón de la sala. ¿Qué era? ¿Quién era? ¿Cómo sabía yo que esa familia gustaba de ofrecer fiestas o que actuaban en política? ¿Me lo decían los fantasmas que aún recorrían los pasillos? ¿Era verdad el cuento de la dama de cabellos blancos y su hijo, el marino mercante?

Tres años después hallé la respuesta a todas esas incógnitas. Jamás lo olvidaré. Estaba en casa y acababa de recibir la correspondencia, inclusive un folleto de la Sociedad Histórica de Bayside, titulado *Bayside ayer y hoy*. Relataba que la ciudad había estado originariamente habitada por diversas tribus indígenas; luego, por los holandeses; por último, por mercaderes ingleses. Mi interés se despertó sólo al llegar a la parte que hablaba de la Casa Bell. Ahraham Bell, rico agente naviero, había adquirido en 1849, ciento veinte hectáreas de tierra, en las que construyó una casa solariega para su familia.

Ésta era bastante numerosa e incluía a dos hijos varones que tenían casi la misma edad. Fue uno de los primeros asentamientos de Bayside. Seguí leyendo: los Bell formaban parte de la elite, o alta sociedad; a menudo agasajaban a funcionarios cívicos de Nueva York y a diversos políticos de Washington. Proseguí, cada vez más fascinado. En la página siguiente se me dilataron los ojos: desde la página me miraban las imágenes del señor Bell y su esposa, ¡las mismas que había tenido en mis manos tres años antes! Eran la confirmación de lo que había sentido en esa agitada visita.

Mis otras experiencias desconcertantes se produjeron también alrededor de la misma edad, cuando tenía diez u once años. Durante un recreo de mediodía, varios de los muchachos decidimos probar algo diferente, aburridos de jugar a la pelota o saltar a la cuerda con las niñas. Los más descarados iban a la ciudad para ver cuántos objetos podían robar del supermercado local sin que los sorprendieran. Por la tarde, al regresar a la escuela, exhibían con orgullo el botín: generalmente estilográficas, reglas y lápices de fibra. (¡Estupenda actividad extracurricular para alumnos de una escuela católica!)

Yo, que no era descarado ni ladrón, optaba por lo que me parecía más audaz: ir con otros al cementerio Lawrence. Este cementerio, propiedad de una familia, fue establecido a principios del siglo pasado. Desde entonces se ha convertido en un sitio histórico. En una de esas excursiones de mediodía tuve una experiencia muy curiosa e interesante. Estaba sentado bajo un árbol, con dos de mis compañeros, terminando de almorzar. Disfrutábamos plenamente de ese soleado y cálido día primaveral en la serenidad del cementerio, y estábamos planeando no volver a la escuela por el resto del día. Mientras discutíamos la idea, oímos súbitamente las risas de dos niños, a poca distancia. Todos miramos en esa dirección, pero no vimos nada.

Decidimos que probablemente había algunos niños en un patio cercano y sus voces habían llegado hasta nosotros. Pero cuando nos sentimos gusto con esa explicación, las risas recomenzaron. Incómodos y algo asustados, decidimos buscar su origen. Mientras caminábamos en esa dirección oímos nuevamente a los niños. Aún no veíamos nada; con renuencia, seguimos caminando.

De pronto mi amigo Peter gritó: "¡Miren!". Había allí dos niñitos, varón y niña, de facciones parecidas. Parecían tener cinco y seis años. Al acercarnos, echaron a correr y no pudimos hallarlos. He aquí la parte extraña: habíamos visitado muchas veces el cementerio sin ver a casi nadie, mucho menos a niñitos. Nos pareció mejor volver a la escuela, pero cuando giramos para regresar, mi compañero Tim lanzó un grito: - ¡Miren esto!

Tenía la vista clavada en una lápida. Allí se leían los nombres de dos hermanos, varón y mujer, que habían muerto a los cuatro y cinco años. ¿Fue una aparición? Francamente, no puedo decirlo, pero mis amigos no quisieron mencionar ese asunto nunca más. Estas experiencias habrían podido predecir mi futuro, si por entonces hubiera sabido entenderlas. Pero, por lo demás, yo era un niño normal, más interesado en los campeonatos de fútbol y las estampas de beisbolistas.

Creecer en una escuela católica.

Entre aventuras en cementerios y casas embrujadas, asistía a la escuela católica del Sagrado Corazón. Como muchos niños de mi edad, nunca comprendí del todo el concepto de Dios. Pensaba que Dios era un hombre bondadoso, de barba, que nos amaba; pero si hacíamos algo malo nos odiaría y nos quemaría en el infierno como castigo. Algo terrorífico para un niño pequeño, ¿verdad? En ocasiones, sentado en la iglesia, observaba el mural pintado por encima del altar. Era una bella y prístina imagen de Jesús, que sonreía al mundo. Recuerdo haber pensado: "¿Cómo puede alguien así ponerte a arder en el infierno?".

Otra de las cosas que se nos enseñaba era que, si orábamos, Dios escucharía nuestras plegarias y respondería a ellas. Bueno, no recuerdo que ninguna de mis oraciones haya recibido respuesta. No entendía en absoluto este concepto. Cuando niño hacía incesantes preguntas sobre Dios, pero rara vez me contestaban. En todo caso, las respuestas no satisfacían la inquietud original y por el contrario, provocaban más interrogantes. Por ejemplo: las monjas de la escuela vestían hábitos negros acentuados por una toca blanca. La primera vez que posé los ojos en esas monjas me dio miedo ir a la escuela. Esas mujeres no se parecían a la imagen que yo tenía de una "esposa de Dios", mucho menos vistiendo completamente de negro. Cuando pregunté por qué iban con esa ropa, no supieron responderme.

Desde temprana edad tuve conciencia del paraíso. Aunque lo imaginaba con puertas de madreperla, ángeles alados y todo eso, también sabía que era algo más. Sabía que, cuando fuéramos al cielo, veríamos a todos los amigos y parientes que habían muerto antes. Las monjas confirmaban que nos reuniríamos allá con nuestros seres queridos, pero los explicaban como almas. Nunca entendí lo que era un alma. Sabía que la gente vivía en el paraíso, pero en ese caso, ¿dónde estaba su alma? ¿Era parte de cada uno? Estas preguntas desconcertaban a las monjas. Por desgracia, su réplica habitual era: "Quédate quieto y no seas tan preguntón". A lo cual agregaban: "Algún día descubrirás adónde van esas almas; entonces te arrepentirás de haber hecho esa pregunta". Probablemente querían decir que lo sabría cuando muriera.

Recuerdo un incidente que me indujo a cuestionar más aún a Dios. Fue en segundo grado; como no tenía un lápiz del color necesario para un trabajo, la Hermana Matilde me dio una bofetada, tan fuerte que caí al suelo y, por un momento, perdí la conciencia. Cuando volví a mi asiento, ella estaba ya en el otro extremo del aula: evidentemente se interesaba muy poco por mi bienestar. Por entonces yo tenía sólo siete años. Recuerdo haber pensado: "¿Por qué me pegó? No hice daño a nadie. No le hice nada malo.

¿Cómo pudo tratarme así alguien que habla de amarse los unos a los otros, alguien que está casada con Dios?". Fue así como, a una edad muy tierna, mi fe y mi confianza en la Iglesia Católica no tardaron en convertirse en delicado equilibrio entre lo que se predicaba y lo que se demostraba. Mis dudas persistían. Si permanecí en la escuela católica fue por mi enérgica madre irlandesa, que iba a misa todos los días y aseguraba que no había otro modo de llegar al cielo. Cuando yo le preguntaba por otras religiones, ella se refería a "esos paganos" (según la Iglesia Católica, la suya es la única religión verdadera). Como yo no quería ser pagano ni arder en el infierno, seguí yendo al

Sagrado Corazón, pero miraba con escepticismo a esas señorotas que tanto se parecían a los pingüinos.

Ahora, mirando hacia atrás, entiendo por qué las monjas maltrataban a los niños y por qué algunos curas (no todos) terminaban alcohólicos, abusaban de menores o tenían amoríos. Me parece muy difícil y algo inhumano vivir en perpetuo estado de gracia. ¡Caramba, somos sólo humanos! Existen, por supuesto, algunos que son capaces de llevar ese estilo de vida tan austero; mejor para ellos. Para la mayoría, empero, es imposible. No me extraña que haya descendido tanto el número de inscriptos en seminarios y noviciados. La Iglesia Católica tiene un sistema de creencias sumamente arcaico. En muchos sentidos mantiene la postura mental del siglo XV. La vida cambia y evoluciona sin cesar. Lo que valía para nuestros antepasados puede no ser ya válido para nosotros.

Crecemos y nos expandimos constantemente como habitantes de la Tierra. En vez de etiquetarnos mutuamente según nuestras creencias religiosas, debemos vernos como un solo ser. No digo que la religión sea mala. Por el contrario; si la mayoría pusiera en práctica los ideales de la religión que profesa, este mundo sería un lugar mucho más feliz, sin duda. Nadie moriría acribillado en las calles ni destrozado en una guerra. Nadie pasaría hambre ni carecería de techo. Por desgracia, creo que los líderes religiosos están más interesados en obtener poder aquí, en la Tierra, que en preparar a sus rebaños para la salvación.

Yo no estaba hecho para la vida del seminario.

Después de los ocho años de escuela primaria en el Sagrado Corazón, asistí al Seminario Preparatorio Eymard de Hyde Park, Nueva York. Lo de meterme a cura no fue idea mía, sino de mi madre. Pero como yo siempre había querido salir de mi ciudad natal, ésa me pareció una oportunidad.

La experiencia del seminario me resultó muy difícil. Lejos de mi casa por primera vez, sufría de nostalgia. Es más: me sentía abandonado. Tenía catorce años y estaba muy deprimido. Por suerte para mí, descubrí que muchos de mis compañeros pasaban por una adaptación emocional semejante. Si hay algo que la Iglesia Católica enseña bien es que el sufrimiento común es estupendo para unificar. Con el correr del tiempo, todos nos habituamos.

En el seminario me encontré una vez más en un medio ordenado y regido por la disciplina. Como era sensible, a menudo detectaba las frustraciones de los curas y los hermanos. Sentía que casi todos ellos habrían preferido un estilo de vida secular, pero por alguna razón entregaban su existencia a Dios. Durante mi temporada de seminarista yo también quería entregar mi vida a Dios, pero no haciéndome cura ni monje, porque ese estilo de vida era demasiado restrictivo. Y dudaba de que las ideas expresadas en misa fueran la verdad absoluta. Además, como en la escuela elemental, no estaba convencido de que mi religión tratara sólo de Dios. Parecía haber demasiadas normas y reglas, pero insuficiente demostración de la palabra de Dios en el mundo. El único acto consecuente era la recolección de ofrendas monetarias.

Durante mi primer año de seminarista pensé con frecuencia en mis interrogantes relativas a Dios. Me reservaba esas ideas, temiendo que todos me creyeran loco. A menudo, durante la misa, meditaba acerca de la idea: "¿Quién o qué es Dios?". En esos casos me venía a la mente la experiencia de la mano extendida, rodeada de luz. Entonces pensaba: "¿Fue esa misma mano la que me guió a lo largo de la escuela católica? ¿Fue esa mano la que me condujo al seminario?". Cuanto más me interrogaba, más crecía mi inseguridad respecto de mi religión. ¿Por qué nadie respondía a esas preguntas? No pasaría mucho tiempo sin que lo averiguara.

Sucedió durante la Semana Santa, específicamente en Viernes Santo. Habían retirado todos los elementos del altar; los objetos restantes, como estatuas y crucifijos, estaban cubiertos con paños. En un altar lateral se había instalado la custodia (una custodia es una cruz de oro ornamentada, muy alta, que contiene las hostias consagradas, representación del cuerpo de Cristo). Todos los seminaristas nos turnábamos para meditar frente a ella, como no teníamos oraciones fijas, nos basábamos totalmente en nuestros sentimientos. Durante todo el fin de semana, cada estudiante permanecía treinta minutos sentado o arrodillado en ese lugar.

Aquel Viernes Santo, sentado allí, fue probablemente la primera vez que tuve la percepción de Dios desde mi visión de la mano. Me senté en el pequeño cuarto, con la vista fija en esa increíble obra de arte decorada con flores. A los veinte minutos cobré conciencia de que Dios estaba dentro de la habitación. No era literalmente una figura de pie a mi lado, sino una sensación de paz y tranquilidad dentro de mí. Repetí exactamente la sensación que había tenido a los ocho años. Una vez más, era la prueba que había estado buscando, la demostración de que Dios vivía. Supe que no era la hostia puesta frente a mí, sino algo más grande.

Hablaba a mi corazón, no en palabras, sino en sentimientos, del increíble amor que Dios tenía por mí y del que yo formaba parte. Comprendí que esa percepción de Dios no se podía hallar en el seminario o en la iglesia, sino en todas partes y en todo. Dios es ilimitado. Por fin tenía la respuesta; supe entonces que para eso estaba en el seminario: debía recibir en mí esa sensación de Dios. A partir de ese día no volví a poner en duda la existencia de Dios: me bastaba mirar dentro de mi propio corazón para verlo allí.

Después de esa experiencia no me sentí obligado a continuar en el seminario. No me quedaba nada que aprender allí. Si los maestros querían prepararme para comprender la presencia de Dios, lo habían logrado. Ya sabía que Dios era parte de mí y de todo cuanto hago. Dios era amor incondicional, comprensión y entrega, justicia y honradez. Comprendía que todos llevábamos a Dios en nuestro interior. La vida en el seminario me enseñó muchas cosas. Retrospectivamente, agradezco haber pasado por esa experiencia. Allí descubrí el sentido del propio yo, que hasta entonces me faltaba. Me vi obligado a tratar con otros y a reconocer en cada uno lo bueno y lo malo.

Cosa irónica: el seminario también me ayudó a entender que el catolicismo no era para mí. Encontré algo mucho más rico y más profundo en qué creer: Dios. No era el Dios sentado en un trono ni el Hijo de Dios clavado en una cruz. Era el Dios del amor que residía en mí. Tras mis descubrimientos comprendí que no podía continuar adorando a un Dios entorpecido por reglas eclesiales anticuadas y caprichosas. Me era imposible seguir creyendo en una mitología centrada en la culpa y el castigo. Todavía me cuesta creer que la Iglesia Católica enseñe esas cosas. No se me interprete mal, por favor. Todo el mundo tiene derecho a creer lo que le parezca. Sólo me refiero a mi propia crianza.

Comunicación Con el más allá.

Abandoné el seminario después del primer año y pasé los tres siguientes en una escuela secundaria pública de Nueva York. Dejé nuevamente el hogar al ingresar en la universidad estatal de San Francisco, para cursar una licenciatura en Medios de Difusión. Sonaba con hacer carrera como libretista. Quiso la suerte que, mientras coordinaba una reunión con el equipo creativo de Hill Street Blues, trabara amistad con uno de los productores del programa. Al saber que me graduaría en poco tiempo me ofreció lo que parecía la primera oportunidad importante. Jamás olvidaré esas palabras mágicas: "Cuando llegues a Los Ángeles, llámame. Quizá podamos incluirte en el

programa como asistente de producción". ¡Asistente de producción! De buenas a primeras, mi vida estaba en marcha.

Una vez graduado, regresé a Nueva York y, sin pérdida de tiempo, compré un auto, preparé mi equipo y me dirigí al oeste. El 7 de julio de 1982 entré en Los Ángeles. Por fin estaba en el gran campo de juego: ¡había llegado a Hollywood! Juré no abandonar la Ciudad de los Oropeles sin haber realizado mi sueño de ser escritor. Llamé a mi amigo, el productor, para hacerle saber ya estaba listo para iniciar mi nueva vida. No me atendió. Sobreviví con trabajos temporarios hasta conseguir mi primer empleo de tiempo completo, en el sótano de la agencia William Morris. Allí tenía la impresionante responsabilidad de arrancar las grapas a los documentos que se preparaban para microfilm. Pasaba la mayor parte del tiempo fantaseando con ser un famoso libretista y llevar una vida deslumbrante. Aunque ese puesto no era el sueño de mi vida, tenía en la boca del estomago la extrañísima sensación de que era importante mantenerme allí. Muy pronto supe por qué.

Un día, estaba conversando de metafísica con Carol Shoemaker, mi supervisor, quien tenía una cita con cierto médium llamado Brian Hurst. "¿Quieres acompañarme?", propuso. Yo no tenía idea de lo que eran un médium, pero me lancé sobre esa oportunidad de abandonar el cuarto de la correspondencia para descubrir algo nuevo. Llegamos a Manhattan Beach algunos minutos antes de la hora fijada para la consulta: las siete de la tarde. Quizá fuera la hora de las brujas, al fin y al cabo. Todo ese asunto me había puesto un poco nervioso. No dejaba de pensar en aquella sesión espiritista con Scott y Janis. Empezaba a preguntarme si sería una buena idea ponerse en contacto con los muertos.

No me serené al ver al sonriente inglés de grandes ojos verdes que nos recibió en la puerta. Cuando se presentó, me dije que era demasiado simpático para dedicarse a eso. Entramos en la casa; mi mente funcionaba a doble velocidad, conjurando imágenes de demonios que ese hechicero podía desatar. No obstante, Carol y yo nos instalamos en un cómodo sofá de color anaranjado intenso. ¿Estábamos preparados para ese viaje? Yo no estaba muy seguro.

Brian dedicó la media hora siguiente a describir lo que íbamos a experimentar. Explicó que él era clariaudiente: literalmente, capaz de percibir con el oído las voces de los espíritus. -Los espíritus están en una vibración muy rápida -dijo-. Hablan con mucha celeridad. A veces suena como el código Morse. Las informaciones que recibo suenan a bip-biiip. -Al terminar esta explicación dijo que el padre de Carol estaba en el rincón del cuarto. -Parece que se lastimó un dedo. Carol confirmó que su padre se había cortado un dedo justo antes de morir. Quedé estupefacto. ¿Cómo podía saber eso? Sentado en el borde del asiento, esperé que continuara. Brian siguió hablando del padre de Carol. Sin embargo, no había golpes en la mesa ni velas que parpadearan.

Veinte minutos después Brian giró hacia mí. Dijo que había otro James en espíritu, quien me enviaba cariños y se interesaba por mi vida. Yo no tenía idea de quién podía ser. Más adelante, me enteré que efectivamente, un tío llamado James que había muerto algunos años atrás. Hacia el fin de la sesión, Brian dijo: - ¿Sabes, James, que eres muy mediúmnico? Los espíritus me dicen que algún día harás lecturas como ésta para otras personas. Ellos piensan utilizarte. No supe muy bien cómo responder a este dictamen. Al fin y al cabo, mis objetivos tenían una orientación muy diferente. No estaba, dispuesto a imprimir a mi vida un giro de ciento ochenta grados. Con cierto nerviosismo, repliqué. -Bastante me cuesta ya entenderme con los vivos. ¿A qué meterme a hablar con los muertos? Brian se limitó a sonreír, asegurándome con toda calma: -Algún día lo harás.

La exploración de mis propias facultades psíquicas.

La predicción de Brian rondó mi mente por varios meses después de aquella sesión. En ese momento, él siguió explicando que no todo el mundo podía elevar su vibración a un plano que permitiera una comunicación directa con quienes se encontraban en estado espiritual. "Por suerte para ti, James, tú serías capaz de efectuar ese ajuste."

Me fascinaba el contacto de Brian con el mundo espiritual y me intrigaba su aseveración de que yo podía hacer lo mismo. El interés de mi infancia se puso a la vanguardia. ¿Por qué yo? ¿Qué había hecho para tener esas condiciones? En el fondo sabía que esa sería mi vida futura, que todas las experiencias me estaban preparando para ese giro de los acontecimientos. No obstante, mi mente no se reconciliaba con perspectiva tan descabellada. Después de todo, no era exactamente la existencia que tenía planeada. ¿Y mi carrera de escritor? ¿No era para eso que estaba en los Ángeles? ¿Podía haber otros planes para mí?

Decidí evaluar mis facultades psíquicas y averiguarlo personalmente. Compré cuanto libro encontré relacionado con el desarrollo psíquico o mediúmnico. Muchos de esos textos describían diferentes técnicas para fortalecer la capacidad psíquica que todos tenemos por naturaleza. Algunas indicaban lo siguiente: yo debía sostener un objeto, cerrar los ojos y ver qué sensaciones relacionadas con él venían a mí. Esas sensaciones podían tomar la forma de imágenes, sonidos, nombres o emociones. Otra técnica consistía en sostener en la mano una foto de una o varias personas y escribir en una hoja de papel cualquier pensamiento que se me ocurriera sobre quienes figuraban en ella: sus edades, preferencias y aversiones, si estaban felices, tristes, tensos, preocupados por algo y cosas parecidas.

Uno de los ejercicios requería la participación de todo un grupo: una persona debía sentarse de espaldas al grupo; otra se instalaba de pie detrás de ella, a medio metro, y la persona sentada debía describir todo lo que sintiera sobre la que estaba de pie. ¿Era una energía masculina o femenina? ¿Cuáles eran sus rasgos sobresalientes? ¿Cómo vestía? ¿Llevaba gafas?

Todos esos ejercicios habían sido ideados para ayudar a percibir el mundo circundante no con la cabeza, sino con los sentimientos. Pronto incorporé varios de ellos a mi vida cotidiana. Por ejemplo: camino a la oficina trataba de adivinar cuál de los ascensores sería el primero en llegar; o intentaba prever de qué color vestirían ese día mis compañeros de trabajo. Cuanto más utilizaba mi intuición, con más frecuencia acertaba.

En varias ocasiones descubrí que esos ejercicios eran útiles y divertidos a la vez. Recuerdo que, en cierta ocasión, organicé una reunión en la sala de conferencias donde trabajaba y traté de adivinar cuántos asistirían. Mi primera impresión fue la cifra veinticuatro, de modo que, sin preguntar a nadie, dispuse veinticuatro sillas y veinticuatro vasos de agua. Como para entonces muchos de mis compañeros ya sabían de mis juegos psíquicos, no se sorprendieron en absoluto al ver la sala ya preparada.

Comenzaron a entrar y a tomar asiento, uno a uno, hasta totalizar veintidós personas. "¿Cómo pude equivocarme en dos?", me pregunté, Jodie, que trabajaba conmigo, me hizo un guiño, como diciendo: "Que tengas más suerte la próxima vez". Innecesario es decir que agaché la cabeza, desencantado. A los minutos de iniciada la reunión, el supervisor anunció que se había tomado a otro empleado: al abrirse la puerta, allí estaba el señor Ryan con Carmen, su nueva secretaria. Ambos ocuparon las dos sillas restantes. Miré a Jodie para devolverle el pino: "¿No te dije?".

A medida que iba adquiriendo seguridad en el desarrollo de mi intuición, comencé a leer la mente. Era mi manera de sintonizar a la gente en un plano emocional; a base de corazonadas, se podría decir. Operaba igual que el ejercicio de las fotografías. Ya trataba de sentir lo que sucedía dentro de determinada persona. ¿Era buena? ¿Ocultaba algo? ¿Estaba alegre o triste? ¿Qué deseaba de la vida? ¿Qué cosas la motivaban? Después de registrar mis sensaciones, observaba a la persona física para ver si lo que había recibido por intuición concordaba físicamente con ella. Al principio tardaba un poco en decidir qué preguntas formularme, pero después de un tiempo podía "leer" a una persona en cuestión de segundos.

Descubrí nuevamente que, cuanto más me guiaba por mi propia impresión, más acertaba. Aprendí a no tener miedo de preguntarme: "La sensación que recibí, ¿estaba teñida por mis prejuicios? ¿Fue la primera, en verdad, o lo pensé demasiado?". No tardé en comprobar que era provechoso aprender a confiar en las corazonadas y en el instinto inicial, cualquiera fuese el motivo por el que lo hiciera o la meta hacia la cual me llevara la vida. Un año después de haber iniciado el programa de ejercicios intuitivos, mi sensibilidad había aumentado en forma dramática. Mis compañeros de trabajo empezaban a llamarme a casa para hacerme preguntas sobre el futuro. Casi todas se referían a cuestiones amorosas; esas vibraciones eran las más fáciles de interpretar. Cuanto menos, captaba de inmediato si algo estaba mal. Empecé a recibir imágenes mentales de las personas de quienes hablábamos, podía distinguir su color de pelo y de ojos, la línea de la mandíbula y, a veces, hasta alguna marca de nacimiento.

Cuando describía esas características físicas por teléfono, casi siempre acertaba. También podía determinar el tipo de relación emocional que compartían. Por ejemplo: cierta vez hice una lectura telefónica para una mujer llamada Paula. Cuando ella me preguntó por Michael, su novio, inmediatamente la sintonicé en una vibración emocional y sentí que estaba sola. (Es mucho más fácil hacer esto por teléfono, pues el aspecto físico no estorba los sentimientos.) Le dije que, según mi sensación, ella estaba emocionalmente sola y desesperada por mantener con Michael una relación equilibrada y normal, pero él no se mostraba asequible. Respondió que así era. Dije también que él, además de mantener la distancia emocional, a menudo se ausentaba físicamente. (En una relación afectiva, la energía de cada uno permanece con el otro. Si la pareja no comparte mucho tiempo, la energía que rodea a la otra persona se disipa notablemente.)

En otra ocasión, una joven llamada Cindy me preguntó qué pensaba de su prometido. Sentí por teléfono la energía de Cindy y le pedí el nombre de su novio. Al sintonizar ese nombre junto con la energía de ella, percibí un desequilibrio total. Le dije que, en mi opinión, no había elegido bien y le sugerí que postergara el casamiento por un tiempo. "Usted está completamente equivocado", manifestó ella, y ése fue el fin de la cuestión. Dos años después, una amiga me trajo a la memoria esa conversación telefónica; según me contó, Cindy se había casado con el joven tres meses después el matrimonio solo duró cinco meses y la pareja acababa de pedir el divorcio.

No quiero dar la falsa impresión de que nunca me equivoco. Sólo pretendo explicar que, para mí, la manera más fácil de leer a alguien es por medio de las emociones. Éstas son las energías más básicas. Casi todos tenemos el corazón a flor de piel, aunque no nos demos cuenta.

Con el correr del tiempo, cuanto más usaba la intuición, más se me fortalecía y más aprendía yo a confiar en ella. Primero fueron los amigos quienes me llamaron para consultarme; Después, los amigos de mis amigos. No se me ocurría cobrarles, pues aún estaba aprendiendo. Además, me entusiasmaba el solo hecho de ver que mis impresiones se verificaban. Fue durante ese período de desarrollo intuitivo autoimpuesto cuando la predicción de Brian se cumplió. Mientras hablaba por teléfono una joven sobre su problema, tuve súbitamente un irresistible impulso de preguntarle si conocía a alguien llamado Helen.

-Sí -respondió-. Helen es mi abuela. Murió hace un tiempo.

-Me está inspirando un pensamiento de Idaho -continuó. -¡Sí! -confirmó la muchacha-. ¡Allí vivía! -Su abuela me dice que solía bordar y que hizo algunos almohadones para su sofá. Dice que siempre quería tener su escabel en el lugar debido. Y que le encanta contemplar el hermoso diseño de rosas de ese escabel. Helen me manda decirle que en el cielo ha hecho uno similar.

Del otro lado de la línea se produjo un largo silencio. La muchacha estaba estupefacta, pero confirmó inmediatamente que cuanto yo le había dicho era verdad. En cuanto corté la comunicación tomé dos aspirinas. No podía creer que me estuviera sucediendo eso. La predicción de Brian se había hecho realidad: ¡Había hablado con los espíritus! Pese a tanto estudio y tanta verificación, no estaba preparado para ese momento. Ante mí se abría todo un mundo nuevo, de increíbles sensaciones y conocimientos. Las posibilidades eran apasionantes; la responsabilidad, enorme. Descubrí que, cuando elevaba mi vibración para pasar al otro lado, la conexión me infundía increíbles sensaciones de libertad, amor y gozo. Era la misma percepción de Dios que me había colmado cuando niño.

Mantener esa alta vibración me dejaba exhausto, pero las recompensas lo valían. La dificultad se presentaba al terminar la sesión, cuando debía regresar al mundo físico y tridimensional. Para mantenerme cuerdo tendría que practicar un nuevo número de equilibrismo. Las consultas llegaron en torrentes. Nunca busqué clientes: todos llegaban por referencias. Pronto las solicitudes fueron tan abrumadoras, que se hizo necesario elegir: ¿Debía conservar mi nuevo empleo en el departamento de contratos de los estudios Paramount o dedicarme plenamente al don que me había sido concedido? En realidad, no había alternativa: Eran muchas las experiencias que me habían llevado a ese momento. Sólo necesitaba valor y confianza para dar el paso siguiente. Y lo hice.

En estos diez años he tenido la gran suerte de hablar con miles de personas, ya por consultas individuales, encuentros grupales, simposios internacionales o, más recientemente, por radio y televisión. Las experiencias, algunas de las cuales relataré en este libro, han sido muy gratificantes, intensamente emocionales, y positivas en grado sumo. He aprendido a desprenderme de los deseos egoístas, dejando que mi vida fluya en la dirección que prefiera. Ha sido una aventura estimulante, por cierto, y no veo la hora de saber qué habrá a continuación.

Lo que creo.

Desde mis años de estudios católicos, incluida la visión de la mano que tuve a los ocho años, he estado en una búsqueda espiritual. A lo largo del trayecto me han preguntado a menudo si creo en la existencia de Dios o del cielo y el infierno. Basándome en las comunicaciones espirituales y en los cientos de libros que leí, he llegado a las conclusiones siguientes.

En primer lugar, creo en Dios, sí. De hecho, creo que todos somos Dios. ¿Qué significa esto? Bueno, creo que todos estamos hechos a imagen y semejanza de Dios. No me refiero a nuestras cualidades humanas, sino a las espirituales. Aunque por fuera parezcamos distintos, por dentro somos la misma cosa. Cuando cobramos conciencia de la persona espiritual, comenzamos a ver la luz de Dios dentro de esa persona y, con esta sabiduría, a comprender que todos somos uno y el mismo. Todos estamos hechos de la chispa divina. Hasta la última de las criaturas que se arrastra por la Tierra está hecha de la misma chispa divina, incluso quienes parecen malos y perversos. Los seres malvados son quizá, quienes más lejos están de lo que es Dios. Dios es la perfección en todo, la creatividad en todas las cosas. Cada uno de nosotros es perfecto en tanto busque su propia divinidad. Sin embargo, casi todos nos dejamos atrapar por el yo, el "ego", nuestra parte humana, y por eso rara vez nos acercamos a saber quienes somos en verdad.

¿Dónde reside Dios? Mi respuesta es: Dentro de ti. En el fondo de ti mismo. Dios es tu esencia. Dios es la vida misma. No imagino a Dios como un personaje que nos mira desde el espacio. Y si bien muchos han representado la gran Luz de Dios con forma humana, la misma chispa divina que existía en ellos existe en cada uno de nosotros. Dios es mi luz, la tuya, y todos los demás tienen esa misma luz. La diferencia puede ser de grado: Algunas luces son más intensas que otras y las hay muy mortecinas. En segundo lugar, creo en el cielo. Personalmente, creo que el paraíso es la otra cara de nuestro mundo físico, muy parecido a este, con imágenes y sonidos similares, aunque más vívidos y coloridos.

El cielo es un lugar donde podemos pasear por un jardín, andar en bicicleta o remar en bote. En realidad, en el cielo podemos hacer cuanto se nos antoje, siempre que nos lo hayamos ganado. Sin embargo, a muchos se nos ha inculcado la idea del paraíso "cristiano". A menudo me he preguntado "¿Adónde van los musulmanes o los judíos cuando mueren?". ¡No ha de ser a un paraíso cristiano, por cierto! Baste decir que cada religión tiene su cielo y su infierno, basados en sus creencias. Creo que el cielo tiene muchos planos; cada uno va al plano que haya creado con sus pensamientos, sus palabras y sus hechos mientras estaba en la Tierra. Los que alcanzamos un mismo nivel espiritual residiremos juntos en el mismo cielo. Quienes tienen una mayor conciencia espiritual habitarán un plano más elevado; las almas menos evolucionadas ocuparán un plano inferior. Nunca se puede ascender a un nivel superior sin haberlo ganado. En cambio, los que están en un plano superior pueden descender a una esfera más baja; en muchos casos, lo hacen a fin de ayudar y auxiliar a las almas que no tienen tanta conciencia. ¿Adónde va, pues, la gente mala? Van al cielo o al infierno que hayan creado con sus palabras, pensamientos y actos durante su estancia en la tierra. Ellos también existen con otros seres que están en el mismo plano de desarrollo espiritual. Confío en poder aclarar en este libro dichas convicciones, a fin de que tus preguntas sobre Dios y el mundo espiritual reciban respuesta, como la tuvieron las mías.

CAPITULO 2. El don.

¿Qué es la energía? Es todo. Para definirla en términos muy sencillos, la energía está compuesta de moléculas que rotan o vibran a distintas velocidades. En nuestro mundo físico, las moléculas rotan a una velocidad muy lenta. Además, todo en este mundo físico vibra a una velocidad constante. Por eso las cosas de la Tierra son sólidas. Cuanto menor es la velocidad, más denso o sólido es el objeto; por ejemplo: la silla que ocupas, el libro que leyendo, la casa en que vives y, desde luego, tu cuerpo físico. Más allá de nuestro mundo tridimensional, las moléculas vibran a una velocidad mucho mayor. Por lo tanto, en un ambiente tan sutil, o dimensión etérea, como el mundo espiritual, las cosas son más libres y menos densas.

Dentro de nuestro cuerpo físico existe otro cuerpo, generalmente denominado cuerpo astral, etéreo o espiritual. Es una réplica exacta del cuerpo físico, en cuanto a que tiene ojos, manos, pelo, piernas, etcétera. La gran diferencia entre el cuerpo físico y el astral es que las moléculas de este último vibran a una velocidad mucho mayor que su equivalente físico. Normalmente no es posible ver el cuerpo astral, pero algunas personas pueden verlo de manera psíquica. Durante la transición llamada muerte, ese cuerpo etéreo se libera del físico. El cuerpo etéreo no tiene las enfermedades ni la fatiga que haya podido formar parte del cuerpo físico, y puede moverse de un punto a otro mediante el pensamiento.

El médium puede tener diversas facultades.

Las personas que pueden sintonizar las veloces vibraciones del cuerpo espiritual después de la muerte, sea de un modo físico o mental, reciben la denominación de sensitivo o médium. Tal como lo sugiere el término, el médium es un individuo que actúa como mediador entre el mundo espiritual y el físico. Un médium es capaz de utilizar energía para atravesar el fino velo que separa la vida física de la espiritual. El concepto de la mediumnidad se puede ver de este modo: los seres humanos están compuestos por la mente supraconsciente, la subconsciente y la consciente. En la mediumnidad todos los pensamientos, sensaciones y visiones se transmiten a través de la mente supraconsciente o espiritual. Constantemente recibimos de este modo impresiones espirituales, pero sólo el médium puede interpretarlas. Luego el mensaje pasa a la mente consciente y así es revelado.

A menudo se utiliza el término "psíquico" de un modo muy general, aplicándolo a cualquier persona que trabaje con lo paranormal. Todos somos psíquicos en cierto grado, pero no cualquiera es médium. El médium no es un adivino. En otras palabras: todos los médium son psíquicos, pero no todos los psíquicos son médium. El psiquismo y la mediumnidad utilizan los mismos mecanismos mentales, pero difieren entre sí. El psiquismo, como la mediumnidad, es telepático. "Telepatía" es otra palabra para designar la transmisión de pensamiento.

Por ejemplo: estás con un amigo y dices exactamente lo que él estaba pensando. Entonces tu amigo dice: "Debes de ser telépata" o "...psíquico". El psíquico es capaz de "leer" un objeto inanimado o una persona captando la energía que emana de ese objeto o esa persona. Es en esa aura donde el psíquico interpreta revelaciones del pasado y el futuro de la persona o cosa. También puede recibir la energía del objeto o persona por medio de la sensación o de la visión. Como en el mundo de la energía no existe el tiempo, son pocos los psíquicos capaces de dar un marco temporal correcto a la información recibida.

El médium, en cambio, es una persona capaz de sentir y/u oír pensamientos, voces o impresiones mentales del mundo espiritual. Los espíritus también emplean la telepatía. El médium es capaz de tornarse completamente receptivo a las frecuencias o energías más elevadas en las cuales vibran los seres espirituales. Por eso, la mente de un espíritu se funde o se imprime en la mente supraconsciente del médium. Desde allí, el mensaje pasa a la mente consciente; entonces el médium revela lo que el espíritu está pensando o sintiendo. La mediumnidad es mucho más comprometida que el psiquismo básico, pues el médium se abre a una energía descarnada. En el psiquismo, la información no proviene de un espíritu descarnado, residente en un plano de frecuencia más elevada. Para enviar su mensaje, el descarnado usa gran parte de la energía vital del médium, quien opera directamente con el espíritu; ambos deben estar dispuestos a tomar parte en el proceso de comunicación; de lo contrario ésta no se produce.

El concepto de la mediumnidad es más fácil de apreciar en los sueños. Muchas veces soñamos con parientes o amigos que han pasado al otro mundo. El sueño parece tan real, que tenemos la sensación de haber estado realmente con ellos. Los sentimientos son fuertes. Esto se debe a que, en nuestro estado onírico, estuvimos realmente con nuestros seres amados en un plano espiritual. Cuando dormimos, el cuerpo etéreo o astral viaja por los reinos ultraterrenos, donde nos encontramos con nuestros seres queridos y podemos comunicarnos con ellos.

La mediumnidad en sí se puede dividir en dos categorías diferentes. El primer tipo -el más común- es la mediumnidad mental. Tal como lo sugiere la palabra "mental", esta forma utiliza la mente, no en su parte racional o lógica, sino en la intuitiva o cósmica. Este tipo de mediumnidad mental se presenta en distintos tipos: clarividencia, clariaudiencia, clarisensación y pensamiento inspiracional.

Clarividencia.

Esta palabra significa "visión clara". El clarividente aplica su sentido innato de vista interior a la percepción de objetos, colores, símbolos, personas, espíritus o escenas. Estas imágenes no son visibles a simple vista, pero surgen en la mente del médium como si los estuviera viendo físicamente. En la mayoría de los casos, las imágenes son reconocibles para la persona que efectúa la consulta, a quien denomino "consultante".

Clariaudiencia.

Significa "oído claro". El clariaudiente percibe con el oído psíquico o sensibilizado. Es capaz de oír sonidos, nombres, voces y música que vibran en una frecuencia superior; a la manera de los perros, cuyo oído capta frecuencias mucho más altas que el de los humanos. El clariaudiente transmite al consultante exactamente lo que oye en esa vibración más alta. Aunque percibe las voces reales o los susurros con la misma inflexión que la persona habría utilizado en la Tierra, al repetir al consultante lo que ha oído lo hace con su propia voz.

Clarisensación.

Ésta es una forma de mediumnidad mental que significa "sensación clara". El médium clarisensible percibe la presencia de un espíritu en la habitación. El verdadero clarisensible suele sentir la personalidad del espíritu en todo su ser. Por medio de las emociones y sensaciones fuertes y empáticas que capta del espíritu, puede transmitir sus mensajes al consultante. En la clarisensación no se utiliza sólo la mente del médium, sino también su cuerpo emocional.

Pensamiento Inspirativo.

Se lo conoce también como habla, escritura o arte inspiracional. En este caso, el médium recibe pensamientos, impresiones, conocimiento, todo sin premeditación. Difiere de la clarisensación en que, en el pensamiento inspiracional, el estado emocional no es tan evidente como cuando se presenta una personalidad espiritual para expresarse. El pensamiento inspiracional es muy objetivo. Al mensaje no se agregan emociones intensas ni la personalidad del espíritu que van asociadas con la clarisensación. Aunque el pensamiento inspiracional proviene del espíritu, la personalidad de éste no se imprime en el receptor.

En muchos casos, una banda o grupo de almas pueden imprimir en un receptor terrenal pensamientos inspiracionales. Este grupo de almas fusiona los pensamientos de cada una de ellas para inspirar a la persona a que escriba cierta pieza musical y pinte determinado cuadro. Una vez más, esto no se produce en el plano emocional; antes bien, es inspiración pura. Muchos grandes artistas, como Miguel Ángel, Monet y Renoir, Bach, Mozart y Schubert, fueron médiums. En el pasado hubo también grandes científicos y médicos que utilizaron el pensamiento inspiracional. En la actualidad tenemos alrededor estupendos artistas plásticos, músicos, escritores, actores y oradores que emplean el arte mediumnico mental del pensamiento inspirado.

El segundo tipo de mediumnidad es la física, que difiere de la mental. En la mediumnidad física se utiliza el cuerpo físico en sí, mientras que en la otra sólo se emplea la mente del médium. Una forma bien conocida de mediumnidad física es la canalización.

Del cuerpo emana una sustancia que se conoce con el nombre de ectoplasma. "Ectoplasma" proviene del griego: *ektos*, que significa "afuera" o "externo", y *plasma*, "algo modelado o formado". El ectoplasma fue descubierto por el doctor Charles Richet, profesor de fisiología francés, al ver una sustancia brumosa que emanaba del cuerpo de diversos médium. Aunque el ectoplasma es invisible, su densidad varía. Puede aparecer como gas, líquido o, más comúnmente, como una sustancia con aspecto de gasa. Es incoloro, inodoro y, según se dice, su peso es de 8,6 gramos por litro. El ectoplasma existe en casi todas las personas, pero en los médium está especialmente desarrollado. Se lo ve por lo general en un ambiente oscuro, pues se trata de una sustancia muy sensible a la luz. Emerge por los oídos, la boca, la nariz o la zona del plexo solar. Este material elástico se puede utilizar de diversas maneras, como se explica a continuación.

Gramófono.

En esta especial mediumnidad, el ectoplasma se modela en forma de gramófono artificial, por el que emana la voz de un espíritu. El sonido es exactamente igual a la voz que tenía esa persona cuando vivía en la tierra, o al menos similar. Asistí a cuatro sesiones en que se hizo presente este fenómeno. Tuve la suerte de consultar a Leslie Flynt, un famoso médium físico inglés. En su época eran muchas las celebridades que acudían a la sala de sesiones de Leslie; entre las visitantes más asiduas figuraba Mae West, quien celebraba sus propias sesiones con regularidad. En mi tercera consulta con Leslie se presentó mi madre, hablando tal como cuando estaba en la tierra. Me llamó por mi apodo, que sólo ella y yo conocíamos. No exagero en absoluto si digo que la experiencia fue inspiradora e inolvidable. Por desgracia, este tipo de mediumnidad es raro; en la actualidad sólo conozco a una persona en el mundo entero capaz de producir este fenómeno.

Materialización.

Esta es la forma más rara de la mediumnidad física y también la más asombrosa. Los que existen en espíritu pueden formar desde partes de miembros, caras y torsos hasta cuerpos completos, réplicas exactas del aspecto que el difunto tenía en vida. La densidad de la materialización depende en gran medida del desarrollo del propio médium. A principios de este siglo hubo muchos médiums famosos por sus materializaciones, entre ellos Jack Webber, Ethel Post-Parrish y Helen Duncan.

Aportes.

Un aporte es un fenómeno en el cual se materializan, en el sitio de sesiones, objetos diversos, tales como joyas, flores o monedas. Una de las creencias es que el objeto se desmaterializa en un lugar para aparecer en otro. También se cree que el objeto es formado directamente por el mundo espiritual.

Curación espiritual.

Otra forma de mediumnidad física es la curación espiritual, en la cual el cuerpo del médium se impregna de energía curativa proveniente del mundo espiritual. Con mucha práctica, el médium puede sanar muchas enfermedades incurables. Esto es distinto de la curación magnética, que emplea, para reparar la salud, las fuerzas vitales del propio médium.

Fotografía espiritual.

Este tipo de mediumnidad es más común: en una fotografía aparecen siluetas fantasmales o réplicas exactas de personas fallecidas. También es posible ver en la foto manchas blancuzcas, "lucos" o "destellos".

En cuanto a mí, soy un médium mental; utilizo los dones de la clarividencia y la clarisensación. Suelo decir a mis consultantes que no soy más que un teléfono para comunicarse con el mundo espiritual. Así como todos recibimos pensamientos todos los días, yo soy sensible a las frecuencias mentales que los espíritus crean y envían a mi conciencia. A fin de sintonizar los pensamientos y las sensaciones de un espíritu, debo elevar un poco mis vibraciones; el espíritu, a su vez, baja un poco las suyas. A veces esto puede resultar muy difícil. Por lo general no oigo frases

completas, como en una conversación normal con seres humanos. Cuando un espíritu dice: "Hola, ¿cómo estás?", oigo algo aproximado a: "Ho, ¿co ta?".

Cuando atiendo una consulta, es importante que la energía del cuerpo sea tan armoniosa para el cliente como para mí. Prefiero efectuar mis sesiones en casa, en un agradable clima de equilibrio, paz y quietud. Cuando el consultante entra, me es posible percibir inmediatamente si está nervioso, enojado, aprensivo, temeroso, reflexivo, abierto o cerrado. En otras palabras: puedo sentir la energía que lo rodea. Si es necesario, hago que el cliente se relaje mediante una breve meditación. Después, cuando se siente más a gusto, le explico de qué modo trabajo y qué puede esperar. También permito grabar las sesiones.

Comunicación con los espíritus.

Cuando siento que a mi alrededor las energías sutiles han cambiado, me relajo y abro la mente a los pensamientos de quienes intentan comunicarse. Voy diciendo al consultante todo lo que recibo, textualmente, sin pensar ni tratar de interpretar las palabras. Aunque el pensamiento no tenga sentido para mí, es muy probable que el cliente lo entienda. Si bien por lo general no trato de analizar lo que oigo, a veces lo hago. No obstante, debo obligarme a recordar que lo que no tiene sentido para mí puede ser de suprema importancia para el consultante.

Además, como clarisensible, percibo la condición de muerte asociada con el individuo que establece el contacto. Cuando el espíritu retorna a la atmósfera terrenal, recoge el recuerdo asociado con la última vez que estuvo en el plano físico. Casi siempre lo más vívido es la condición de muerte. Por ejemplo: Si una persona se fue por un ataque cardíaco, suelo experimentar la presencia espiritual por medio de un fuerte dolor en el pecho. Si alguien murió de cáncer o sida, la sensación es de estar consumido. Si la muerte se produjo de manera súbita, como en el caso de un asesinato, me recorre una sacudida. Si se trata de un suicida, la sensación se basa en el método de autodestrucción. En otras palabras: Si alguien tomó píldoras, siento pesadez estomacal y embotamiento. Si se mató de un disparo, hay un dolor agudo en la zona por donde penetró la bala. Mis impresiones primarias se manifiestan en el plano emocional; por lo tanto, si el espíritu está inquieto y llora, suelo experimentar una súbita depresión y me echo a llorar. Si el espíritu ríe y bromea, yo también río.

Casi siempre la personalidad del espíritu acompaña al pensamiento emocional. Por ejemplo: Si el difunto tenía una personalidad autoritaria, el tono de mi voz se torna imperioso. Si era agresivo al hablar, yo manifiesto ese rasgo. Si el individuo era muy poco demostrativo y nada emotivo, suele requerir un gran esfuerzo de mi parte describir algo en forma emotiva. Por lo general, los espíritus transmiten mensajes fácilmente comprensibles para el consultante. Al comienzo de la comunicación da su nombre, especifica dónde vivía o brinda cualquier otro dato significativo a fin de probar al consultante la presencia del ser amado. Muchas veces dan informaciones triviales, conocidas sólo por el cliente. A modo de ejemplo: La abuela puede comentar que le gusta la manta floreada con que su nieta ha cubierto el sofá. Tal vez hable de los libros que el consultante retiró hace poco de su caja y puso en el segundo anaquel de la estantería.

Muchos me preguntan por qué los espíritus proporcionan datos tan triviales, cuando hay todo un reino de existencia diferente del que podrían hablar. La respuesta es muy sencilla: Es la revelación más simple la que verifica la existencia del espíritu y demuestra que está realmente en comunicación con el consultante. Además; si el espíritu tenía en vida alguna afición o actividad especial, es muy probable que lo mencione durante la consulta

Por ejemplo: Tuve un cliente quien su difunto esposo le recomendó llenar siempre de alpiste el recipiente amarillo que pendía de un árbol, en el patio trasero. "¡Dios mío, es él! -dijo ella-. Todas las mañanas salía a llenar ese recipiente. ¡No lo puedo creer! Tiene razón: durante toda la semana me olvidé de ponerle alpiste. He estado tan loca..." Para cualquier otra persona, la idea habría parecido trivial, pero para el cliente era una prueba de que estaba realmente hablando con su esposo. Una cosa es dar el nombre, pero los pequeños detalles ayudan a demostrar la autenticidad de la comunicación. Brinda la necesaria prueba de que el espíritu es quien dice ser.

Es necesario comprender que, cuando alguien pasa a la otra cara de la vida, no por eso aprende todos los secretos del universo. A la hora de la muerte sólo se descarta el cuerpo físico, más o menos como si uno se quitara un viejo abrigo. De hecho, la personalidad permanece inalterada, con todas sus preferencias, aversiones, prejuicios, talentos y actitudes. Con el tiempo el espíritu puede progresar, pasar a un plano espiritual más alto, y quizá lograr la iluminación; pero esto también depende estrictamente del individuo. Además, debemos comprender que el conocimiento que los espíritus tienen de las cosas en general está algo por encima de nuestra comprensión física.

Los espíritus no pueden intervenir en la progresión kármica.

Muchos clientes acuden a mí en busca de información acerca de dinero, amores o carrera. Por lo general les digo que pueden llevarse una desilusión. Los espíritus pueden proporcionar esa información o no. Todo depende de que conozcan la respuesta y de que se les permita revelarla. Cuando un alma viene a la tierra a aprender ciertas lecciones o para progresar espiritualmente, lo último que necesita es que alguien le proporcione las soluciones de una situación que puede ser una prueba. Debemos recordar que hay leyes espirituales; los espíritus no pueden interferir ni tratar de influir en el progreso espiritual o kármico de otro. Por ende, cierto tipo de informaciones permanecen ocultas o veladas. Ellos nos aman demasiado como para perjudicar nuestro desarrollo.

Permítaseme explicar con un ejemplo qué es una lección espiritual. Una mujer llamada Marcie recurrió a mí para saber si iba a tener un bebé o no. Se presentó su abuelo, quien le dijo: -Primero cambiarás de domicilio y te mudarás a un sitio muy alto por sobre el agua; luego tendrás un varón. ¡Antes, no! -Pero ya tengo más de cuarenta años -objetó ella-. ¿Qué voy a hacer? Y el abuelo dijo: -No sucederá a tu hora, sino a la hora de Dios.

Marcie recibió más informaciones sobre la mudanza y su familia. Se le dijo que todo ocurriría cuando llegara el momento adecuado. Un año y medio más tarde me hizo otra visita; entonces me dijo que hacía poco se había mudado a una casa edificada sobre el océano Pacífico y que estaba en el tercer mes de embarazo.

Otro caso fue el de una muchacha llamada Nancy, que poco tiempo antes había pedido el divorcio. Se presentó su madre y le dijo que abandonaría a su esposo actual, pero volvería a casa con un hombre mucho más compatible. Nancy preguntó: -¿Dónde conoceré a ese hombre? ¿Cómo será? Su madre respondió: -No es correcto que te diga eso, pero debes saber que es verdad. La madre no podía dar respuesta a esas preguntas vitales pues su hija debía continuar con el proceso de su vida y tomar por sí sola algunas decisiones difíciles. Decisiones que quizás debían ayudarla a crecer en fuerza y poder.

La comunicación efectiva sólo se produce cuando existe un fuerte deseo tanto por parte del consultante como del espíritu. Todos podemos comunicarnos con nuestros difuntos queridos. Basta con tener la mente abierta y una mutua comprensión del amor y la energía. En ese caso tendremos

a nuestro alcance descubrimientos maravillosos. En los capítulos 10 y 11 explicaré cómo podemos prepararnos para ser receptivos a la mediumnidad. También describiré diversos métodos y ejercicios para sintonizarnos con los mundos superiores.

CAPITULO 3. Asistentes Espirituales.

La humanidad siempre ha creído en la existencia de seres superiores o ángeles. Aunque el concepto es mitológico, la idea de que alguien cuida de nosotros es una creencia ampliamente aceptada. Según los textos religiosos, un ángel es una entidad espiritualmente evolucionada, que existe en un plano celestial y nos guarda contra peligros o desastres posibles. Casi todos conocemos este concepto en la infancia, cuando se nos dice que tenemos un ángel guardián propio.

La idea del ángel guardián es una de las pocas verdades evidentes que la religión organizada no ha destruido. Por cierto, tenemos ángeles guardianes o guías que intervienen por nosotros y colaboran en nuestras misiones terrenales, pero no son como se los representa a menudo. En otras palabras: nuestros guías o ángeles no tienen alas ni tocan el arpa sentados en las nubes. Estas imágenes se originaron en la mitología y fueron embellecidas por los pintores. En realidad, las alas son las bellas bandas de color que rodean al ángel. Se podría decir que son el aura o campo energético del ángel, algo que rodea a todo ser vivo, desde las plantas y los animales hasta cada ser humano y nuestro precioso planeta.

Cada persona tiene sus espíritus guías únicos.

Existen muchos tipos de guías; a mi modo de ver, el ángel guardián y el guía son una misma cosa. Antes de nacer trazamos un plano para el viaje de la vida. Cuando nos desviamos de ese camino, generalmente un guía nos ayudará a volver a la senda. Según nuestra evolución espiritual particular y el trabajo terrenal que tengamos por delante, nos sentiremos atraídos por diversos asistentes, de tres categorías distintas.

El primer grupo es el de los *guías personales*. Son personas a las que hemos conocido en encarnaciones previas o en los períodos entre una vida y otra, con quienes compartimos cierta afinidad. Estos guías nos ayudan desde los reinos espirituales, imprimiéndonos en la mente la manera de desempeñarnos en determinadas situaciones. Estas impresiones son señales de nuestros espíritus guías. Por lo general estas indicaciones sutiles pasan inadvertidas, pero si nos detenemos a escuchar y a evaluar la jornada, es posible que empecemos a ver y/u oír los mensajes del espíritu.

Para la mayoría de la gente es difícil sentir la guía de los espíritus porque quieren o esperan directivas flagrantes, como si Gabriel hiciera sonar su cuerno. Lo siento, pero no es así como funciona. Los mensajes y las guías son contactos sutiles y suaves.

He aquí un ejemplo de cómo suele funcionar la comunicación espiritual. Es jueves y tienes una entrevista con cierta persona que te ha propuesto una operación comercial. En el trayecto pierdes la dirección o te extravías en la zona. Eso te resulta extraño, pues conoces muy bien esa parte de la ciudad. Después de pasar media hora dando vueltas, localizas el edificio, pero no encuentras lugar para aparcar. Por fin das con un sitio a varias calles de distancia. Cuando vuelves al edificio, la puerta principal está cerrada con llave y debes buscar otra vía de ingreso. Un guardia de seguridad te abre la puerta. Tomas el ascensor hasta el piso indicado, pero cuando llegas, la oficina esta cerrada; una nota pegada a la puerta te informa que debes ir a otro piso. Finalmente hallas la oficina y te reúnes con el posible socio; mientras escuchas su propuesta, tienes constantemente una sensación rara en la boca del estómago, pero no sabes con certeza qué es. No obstante cierras el negocio. Varios meses después, tras haber invertido en la operación los ahorros de toda tu vida, descubres que tu nuevo socio se fugó con todo tu dinero; no quedan rastros de lo que ha resultado ser una estafa.

Sin duda, he exagerado la situación a la enésima potencia, pero lo hice para señalarte cómo opera la guía espiritual. En esta sucesión de hechos hay un patrón: demasiados giros incorrectos, indicaciones equivocadas y puertas cerradas. Si te hubieras dado tiempo para observar esas pistas sutiles, habrías comprendido que alguien trataba de decirte algo. ¡Tus espíritus guías trataban de ponerte sobre aviso! Por desgracia, son demasiadas las personas que pasan por la vida como a través de la niebla; por lo general es preciso golpearlas en la cabeza con un garrote para que cobren conciencia de lo que sucede a su alrededor.

En el aspecto positivo, la comunicación espiritual podría ser más o menos así. Llevas algún tiempo buscando trabajo, pero no has tenido suerte. De pronto, una amiga con la que no tenías contacto desde hacía tiempo llama para invitarte a almorzar. Al consultar tu agenda, descubres que tu único mediodía libre es el que ella sugiere. Cuando te encuentras con ella, es como si nunca hubieran dejado de verse; todo se desarrolla perfectamente. Le cuentas tus aprietos y ella dice que estará alerta por si puede ayudarte. Un día después, tu amiga llama para decirte que acaba de quedar un puesto libre su oficina. Pides inmediatamente una entrevista, mencionando a tu amiga como referencia, y te citan para el día siguiente. Llegas a la empresa con tiempo de sobra; el jefe del departamento, que generalmente está fuera de la ciudad, se encuentra allí y puede entrevistarte de inmediato. Le gustas y obtienes el empleo.

¿Notas la diferencia? En el segundo ejemplo todo aparecía sin buscarlo. No creo en coincidencias ni en la suerte: nuestros espíritus guías nos conducen hacia lo que nos hemos ganado. La persona que buscaba trabajo actuó según las señales del espíritu; el libre albedrío le permitía no almorzar con su amiga, pero decidió hacerlo. Sus guías estaban en comunicación y ella tuvo el buen tino de dejarse llevar. En adelante, todo cayó naturalmente en su sitio.

A menudo, durante mis consultas, recibo mensajes igualmente útiles. Recuerdo haber dicho a un cliente que poco antes había comprado una casa. Él lo confirmó. Le dije entonces que todo lo referido al inmueble parecía perfecto y que la casa había llegado a sus manos de manera algo extraña: "Puede que alguien no cumpliera las condiciones de compra o que el propietario se desviviera por facilitarle las cosas a usted". Su respuesta fue otra vez: "Sí, así fue exactamente". Le dije que su difunta esposa lo había ayudado a conseguir la casa, brindándole señales durante todo el proceso, y él dijo: "Todo pareció muy fácil". En realidad, no hizo sino actuar según esas señales, aunque no hubiera tenido conciencia de ellas.

Uno de los primeros psíquicos que conocí en Los Ángeles me dijo algo muy profundo. Lo recuerdo hasta el día de hoy y quiero compartirlo contigo: "*Si todo sale bien y no parece haber obstáculos, estás abierto al espíritu y siguiendo a tu guía. Si, por el contrario, nada parece funcionar, no estás escuchando a los guías y acabarás en el sendero equivocado.*" Es muy cierto.

Tu guía personal puede ser también alguien a quien hayas conocido en esta vida: tu madre o tu padre, un abuelo, una tía, un amigo que haya pasado al mundo espiritual. Cuando alguien pasa al otro lado no deja de pensar en ti. El vínculo afectivo creado en la tierra se prolonga en el mundo espiritual. Una vez en el cielo, puede que el espíritu, al repasar su vida, comprenda que, si hubiera actuado de otro modo, habría podido hacer más por ti. Ahora que se le brinda la oportunidad, la aprovecha a fondo y te proporciona todo el apoyo posible, ya sea ayudándote con los acontecimientos cotidianos, en los asuntos familiares, o respaldándote en momentos de cambio o crisis.

Los guías personales suelen hacer vigorosos intentos para orientarnos en la vida diaria y sugerirnos la mejor manera de remediar ciertas situaciones. Al mismo tiempo, empero, es importante notar que estos seres queridos no pueden ni desean intervenir en las lecciones o desafíos que hemos buscado en la tierra para aprender y desarrollarnos. El proceso de aprendizaje nunca es fácil. A fin de que obtengamos el máximo beneficio de una situación o una lección de vida, muchas veces estos guías deben hacerse a un lado y dejar que decidamos sin ayuda. Aunque a veces una situación parezca insoportable, es entonces cuando más aprendemos.

Muchas personas preguntan si nuestros guías nos acompañan constantemente o si debemos buscarlos y pedirles que acudan. Mi respuesta es: Nunca estamos solos. Los guías nos acompañan siempre. Su misión espiritual es cuidar de nosotros y auxiliarnos. El guía puede cambiar de vez en cuando, según la tarea en la que estemos empeñados. Pero no necesitamos convocarlos, pues ellos conocen nuestras necesidades y siempre están dispuestos a prestarnos una mano.

La segunda categoría está compuesta por los *asistentes magistrales o especializados*. Son espíritus a los cuales atraemos debido a ciertas actividades o trabajos a los que nos dedicamos.

Los guías magistrales poseen cierta pericia en un campo que deseamos encarar. Por lo común son expertos en determinadas ramas del conocimiento. Si decides escribir un cuento de misterio, por ejemplo, tus pensamientos atraerán a un autor que se haya especializado en ese género. Este guía puede imprimir en tu mente ciertas formas de desarrollar tu capacidad literaria expresando mejor tus ideas. Lo mismo sucede con los músicos los pintores, matemáticos, científicos, maestros, asistentes sociales y otros profesionales. Cada uno atrae a guías particulares que acudirán si pedimos ayuda. Cuanto más abierto estés a tu, impresiones y sentimientos, más efectiva será la transmisión y mejor el resultado final. Esto vale para todo el

mundo. Es, simplemente, cuestión de mantenerse receptivos. Toda obra, sobre todo la de los grandes maestros, ha sido inspirada por el mundo de los espíritus.

¿Qué motivo tienen estos guías para querer ayudarnos? La respuesta es sencilla: Así debe ser. Cuando pasamos al mundo espiritual cobramos aguda conciencia de que todos somos igualmente uno. Queremos ayudar a la humanidad para que crezca, aprenda, comparta ideas y mejore. Al imprimir sus pensamientos en los seres humanos, y así auxiliarlos, los guías espirituales ayudan a la humanidad a sintonizarse con la fuerza espiritual existente en todas las cosas. Una vez más, según lo abiertos que estemos, los espíritus pueden brindarnos inspiraciones excepcionales o sobrecogedoras o aguardar con paciencia a que les prestemos atención.

La tercera categoría de asistentes es la de nuestros *maestros espirituales*. Estos individuos pueden ser muy evolucionados, no haber vivido nunca en el plano físico o haber participado en algún tipo de trabajo espiritual durante muchas existencias terrenales. Como los otros guías, también ellos gravitan sobre nosotros según nuestro nivel de evolución espiritual y entendimiento. Los maestros espirituales tienen un fuerte deseo de ayudarnos a progresar. A menudo tratan de sugerirnos nuestros dones y potencialidades espirituales. Esta guía es inapreciable para quien esté en la senda de la iluminación espiritual.

La mayoría de nosotros tiene uno o dos maestros, siempre los mismos, durante toda la evolución del alma, vida tras vida. Estos seres están afinados con nuestro ser espiritual y nos ayudarán a crecer espiritualmente durante el tiempo que pasemos en el plano físico, además de asistirnos entre una vida y otra. Por añadidura, tendremos guías magistrales durante cada vida en particular. Una vez más, según sea la evolución de tu alma atraerás a un guía que te ayude con lecciones importantes o aspectos de tu personalidad que necesitan perfeccionamiento. Por ejemplo: puedes tener un guía que te ayude a aprender el amor incondicional, o un guía magistral que colabore contigo en las lecciones sobre el egoísmo. Hay mucha verdad en el dicho: "Cuando el discípulo esté listo, aparecerá el maestro".
Saber de mis guías.

Yo supe de mis propios guías y maestros a través de diferentes medios. Una vez, en Inglaterra, una dotada clarividente llamada Irene Martin-Giles me informó que una monja de las Hermanas de la Misericordia trabajaba conmigo para aprender compasión. Se llama Hermana Theresa. La clarividente la describió con todo detalle, incluso el azul brillante de sus ojos. Cuando me dijo eso quedé atónito. Como expliqué antes, pasé ocho años en una escuela católica. La dirigían las Hermanas de la Misericordia.

Irene pasó a decirme que mi maestro espiritual era un chino llamado Chang, quien se había presentado muchas veces para colaborar en la transmisión de mensajes a mis clientes. Por último Irene empezó a dibujar un retrato del espíritu que veía mentalmente. Al ver el cálido rostro del maestro Chang me sentí afectuosamente atraído. Usaba un gorro pequeño, anaranjado en su parte superior y con un borde azul. Era un tipo de gorro muy usado en la China a principios de este siglo. Una túnica larga, de color azul cobalto, lo cubría por completo, acentuada por un cuello anaranjado de estilo mandarín puños del mismo color. Tenía las manos entrelazadas dentro de las mangas. Su cara era larga y angosta; los ojos pardos daban una sensación de sabia gentileza. Lucía la coleta china tradicional de ese período y una majestuosa barbilla que aliviaba la desnudez de su cabeza calva. En el centro de la túnica, cerca del chakra del corazón, se veía una estrella dorada de diez puntas, símbolo de la sabiduría espiritual. En el medio de la estrella, una piedra preciosa verde representaba el amor incondicional. La rodeaba la luz dorada del plano espiritual más elevado; esa luz identificaba a Chang como espíritu magistral.

No se me habló de su vida más reciente ni se me dijo si alguna vez vivió en esta tierra. Muchas veces un guía viste según el estilo del período que más haya disfrutado o que represente un aspecto dominante de su identificación. Mirando el retrato de Chang, comprendí que esa alma había estado muchas veces en contacto con la experiencia humana. Era un verdadero espíritu magistral.

De otros dos guías míos me enteré por un medio poco ortodoxo. Como médium en ciernes, era importante que desarrollara mis facultades de un modo regular. Para ello, una vez por semana me sentaba en un cuarto a oscuras, con seis personas a quienes elegía como acompañantes. En realidad, esta rutina es bastante común entre los psíquicos que quieren desarrollar plenamente sus dotes extrasensoriales. Durante una sesión, ya en nuestra cuarta semana de adiestramiento, comencé a sentirme sumamente cansado y caí en un ligero trance. En ese estado la mente consciente se cierra, uno deja de sentir el cuerpo y los pensamientos desaparecen. Es más común de lo que pensamos. Muchos de nosotros estamos en trance, por ejemplo, mientras miramos con mucho interés un programa de televisión o leemos un libro que no podemos dejar.

Más comúnmente, entramos en trance justo antes de quedarnos dormidos. Al salir de ese estado, media hora después, pregunté qué había sucedido. El grupo, muy excitado, me informó de algunos resultados notables. – A través de ti se presentó un médico inglés que dijo llamarse Harry Aldrich -comentó alguien.

A continuación me explicaron que Harry Aldrich era un médico residente en el sector noroeste de Londres. Al parecer murió a principios de la década del 30. Uno del grupo había grabado la sesión. Al oír la grabación me costó reconocer mi propia voz; percibí un claro acento británico y una actitud sobria y decidida. Hasta cierto punto, el médico era dictatorial, pero me dio consejos acertados sobre mi salud y para sesiones futuras con el grupo. Dijo que había decidido retornar a esta época para asistirme en mi trabajo de médium.

Una de las maneras que usa este guía para ayudarme es amplificar la energía que rodea mi cuerpo físico durante las consultas. También puede identificar enfermedades físicas de los clientes. Harry Aldrich es un hombre muy amable, pero, cuando se presenta, percibo por cierto una personalidad claramente autoritaria. Varias semanas después, estábamos nuevamente sentados en círculo, cuando caí en trance. Una vez más surgió una manifestación increíble. Al despertar, mi esposa exclamó: -¡No vas a creer lo que ocurrió! -¿Qué? – pregunté. -Se presentó un hombre llamado Pluma Dorada. -Parece indio -observé. – Indio Norteamericano, para ser exactos – continuó ella. Uno de los miembros del grupo rebobinó la cinta par transmitirla. Me costo creer lo que oía: El sonido de un tambor. -¿De dónde salió ese tambor? -pregunté. -No es ningún tambor -fue la respuesta-. Es la mesa que está frente a nosotros.

Un rato antes habíamos puesto una mesa en el centro de la habitación. La observé. Me pareció asombroso que el característico sonido del tam-tam indio surgiera de ese mismo mueble. Mientras escuchaba el batir del tambor, surgió súbitamente el sonido vociferante de un indio que cantaba en su lengua nativa. La melodía era bella y al mismo tiempo, hechicera. Al cabo de cinco minutos, la canción terminó abruptamente y el indio empezó a hablar: "Todos somos hermanos. Ustedes y yo somos hermanos. Venimos a vosotros para traerles amor. Todo es amor. Deben ver el amor en todas las cosas. Me llamo Pluma Dorada. Soy de la hermandad. Estamos siempre con ustedes. Les traemos amor. Como señal damos a cada uno una pluma de nuestro tocado, para que la usen como símbolo de nuestro amor".

Quedé estupefacto. Era muy real, pero yo no recordaba nada de eso. Supe que era un momento especial y me alegré mucho da que hubiera sido registrado en una grabación y

presenciado por nosotros. Desde entonces, nuestro grupo se reúne en sesión todos los martes por la noche. De vez en cuando Pluma Dorada se presenta a través de mí, con palabras de amor y maravilla. En todo caso, estas experiencias me hacen comprender que no estoy solo en esto. Sé que, por cierto, existen seres espirituales, invisibles y desconocidos, que trabajan en beneficio de nosotros para ayudar a provocar cambios en nuestra vida. Al ayudarme a mí, mis guías ayudan a todos aquellos con quienes entro en contacto.

Cómo descubrir a tus propios guías espirituales.

Personalmente, nunca pensé en mis guías hasta que no se me presentaron y otros médium me los describieron. No me parece necesario saber quienes son los guías de cada uno, pero algunas personas necesitan saber con quién está hablando. Es una manera de racionalizar que alguien los ronda espiritualmente para orientarlos. No les basta con saber que tienen maestros, sino que quieren personalizar el contacto. Es muy comprensible. Existen varias técnicas para facilitar el reconocimiento de los guías espirituales.

El primer paso es la meditación. (En el capítulo 11 explico cómo meditar.) Entrás en la meditación con intención de conocer a uno de tus guías espirituales. Cuando has alcanzado una relajación suficiente, comienzas a pedir a tus maestros que se revelen a tu visión interior. Si estás lo bastante relajado y no muy cargado de expectativa, verás mentalmente una cara, quizás parte de la ropa. Por ejemplo: Puede que veas una pluma y la reconozcas como perteneciente a un indio americano. A esta altura puedes pedir que se te muestre más, y permitir que el guía se te revele. Una vez que hayas visto satisfactoriamente a un maestro, puedes pedir que se muestre otro o solicitar al primero que revele las lecciones para las que has venido. Antes de abandonar la meditación, agradece a tus guías. Te sugiero que lleves un diario relativo a ellos, donde registrarás cualquier información que te revele, sobre todo cuál es su misión.

Este primer ejercicio debería dar resultado; depende del grado de meditación y relajación. Si te cuesta discernir o ver a tus maestros, he aquí otra manera de recibir la misma información. Estando acostado, cuando empiezas a quedarte dormido, pide a tus maestros que se te revelen durante el sueño. Repite tu solicitud mentalmente, una y otra vez, a manera de mantra. De ese modo deberías soñar con tus maestros, uno o varios. Ten paciencia, por favor, pues es posible que el éxito no sea inmediato. A, veces hace falta repetir el deseo todas las noches durante un tiempo para obtener resultados.

CAPITULO 4. Transiciones trágicas.

Cuando entra un cliente en mi despacho, no tengo conocimiento previo de su situación ni del motivo que lo trae, como tampoco de los acontecimientos de su vida, e ignoro con quien desea ponerse en contacto. Sin embargo, en el transcurso de una hora habrá compartido conmigo alguno de los momentos más íntimos de su existencia. Al establecer contacto con sus seres amados revela su dolor, su sufrimiento y sus deseos más grandes. A menudo se produce, durante esta comunicación, alguna revelación dramática. Hay una chispa de vida que vuelve a encenderse cuando descubre que sus seres queridos están perfectamente vivos y en cotidiano contacto con él. Para quienes quedan en la tierra comienza a despejarse el camino por venir, como si estuvieran saliendo de una niebla. De algún modo perciben que la vida resulta posible una vez más.

El avión.

Muchos consultantes llegan a la sesión sumamente alterados y nerviosos. Están doloridos por la pérdida sufrida, no saben a qué atenerse y se sienten nerviosos por lo que pudiera surgir. Estas fuertes vibraciones emocionales suelen estorbar la calidad de la comunicación, tal como el funcionamiento de un secador de pelo o de una aspiradora provoca estática en el televisor. Para serenar esas vibraciones y facilitar la sincronización de energía en el ambiente, suelo iniciar la sesión haciendo que el cliente se relaje mediante una meditación. Esto los ayuda a serenarse mentalmente y facilita mi propia comunicación con los espíritus.

Cuando terminamos la meditación, Marilyn estaba notablemente más tranquila. El abrumador malestar con que había entrado en mi oficina había dado paso a una receptividad más calma. La recibí en mi sala de sesiones, tratando de que se sintiera tan a gusto como me era posible. Luego le expliqué brevemente qué podía esperar. Casi de inmediato sentí una presencia masculina a la izquierda de Marilyn.

-¿Le dice algo el nombre de Roger? -pregunté. Respondió que así se llamaba su esposo.

-Lo veo con pelo rubio rojizo. Se la pasa peinándolo. Cuando imité el gesto de peinarse, los ojos de la mujer empezaron a enrojecer.

-Oh, sí, siempre estaba fastidiando con eso.

-Me muestra la cabina de un avión. Los indicadores y las flechas del tablero de mandos han dejado de funcionar. Veo humo y fuego; luego todo se vuelve negro. ¿Encuentra usted algún sentido a esto?

Marilyn empezó a temblar, en tanto se llevaba un pañuelo de papel a los ojos.

-Roger murió hace un año, en un accidente. Su avión cayó en plena noche. Era con él que esperaba hacer contacto.

-Me encarga decirle que la ama mucho y que quería hablar con usted. Está muy entusiasmado. Quiere desearle un feliz aniversario. Ella quedó atónita.

Nuestro aniversario fue la semana pasada. ¡Dios mío! Junto a él hay alguien a quien usted conoce. Marilyn no podía hablar. - Es un niño. Dice llamarse Tommy ¿Lo conoce? Lo mujer, frenética y casi gritando de excitación, respondió: -¡Sí, oh, sí! Tommy es mi hijo. Estaba con Roger en el avión. Así comenzó todo. Tommy quería que el papá lo llevara a pasear en avión.

-Dice: "No te asustes tanto, mamita. ¡Estoy aquí con papa! Le pide que por favor vaya a su cuarto y retire de la pared el afiche de *la guerra de las galaxias*. Ya no lo necesita. Ella meneó la cabeza, incrédula.

-Ese afiche está colgado sobre la cama. -Menciona a un tal Bobby. Quiere decirle algo.
-Bobby es mi otro hijo -explicó Marilyn.

-Dice Tommy que, en realidad, no está enojado con Bobby por haberse puesto la camisa roja que le sacó del segundo cajón. Hubo una exclamación ahogada. Una vez más, Marilyn no podía hablar. Le pregunté si sabía lo que significaba eso.

-Bobby tiene puesta la camisa roja. Se la puso justo antes de que yo saliera.

Marilyn quedó persuadida de que estaba en contacto con su esposo y su hijo. Roger siguió proporcionando información. Mencionó el nombre de su compañero de la Fuerza Aérea, dijo dónde lo habían asignado y cuáles eran sus obligaciones cuando estaba en servicio.

La súbita pérdida de un familiar puede ser devastadora. El impacto es tanto más aplastante cuando incluye, a la vez, la muerte violenta del cónyuge y un hijo. Estas heridas suelen ser muy difíciles de curar. Al término de la sesión, Marilyn se sentía mucho más aliviada. La acompañé hasta el auto.

-Me ha cambiado la vida, James -dijo-. Es como si me hubiera abandonado una nube oscura. Me basta saber que están juntos y bien para sentirme mucho mejor. Gracias.

Le expresé mi alegría por haberle hecho llegar la información necesaria. Ella hizo una pausa; luego bajó la ventanilla del, auto y me miró directamente a los ojos.

-En realidad, es algo más que sentirme mejor. Creo que ahora puedo volver a vivir. Y arrancó sonriendo.

El ahogado.

A menudo, cuando me siento con un cliente, el cuarto se llena de los espíritus de familiares o amigos que intentan hacerle llegar sus pensamientos todos a la vez. Y tal como sucede en el plano terrestre cuando todos hablan al mismo tiempo, resulta difícil descifrar cada pensamiento por separado y saber quién lo envía. En la mayoría de los casos, si el cliente ha estado pensando en alguien, ése suele ser el espíritu que se presenta primero. Pero en algunos casos surge un espíritu que resulta una completa sorpresa para el consultante.

Los espíritus inesperados suelen surgir hacia el final de la sesión. Reconforta saber que, incluso del otro lado, los buenos modales tienen su importancia. Todo espíritu inesperado espera que el consultante se haya reencontrado con un ser querido, hasta que se presente la oportunidad adecuada. Con frecuencia son los que tienen el mensaje más importante para

quien consulta. Mark acababa de poner fin a una estupenda conversación, con su padre, que había fallecido varios años atrás. La sesión fue bastante típica: el consultante recibió respuesta a todas las preguntas que formuló. Cuando la cosa empezaba a perder impulso sentí otra presencia. Le pregunté si conocía a alguien llamado Doug.

Él se puso pálido y asintió vigorosamente con la cabeza. -Sí... sí. ¿Qué dice?

-Dice que no saldrá más cuando llueva. Encarga decirles a sus padres, por favor, que está bien. ¿Comprende usted? - Si - tartamudeó Mark-. Continúe.

- Habla de quedar atrapado en una especie de inundación y expresa lo mucho que lamenta no haber comprendido lo peligrosa que era la situación. Esto es muy extraño. También habla de una bicicleta nueva.

-Entiendo, sí.

-¿Ese muchacho se ahogó? Me está transmitiendo una sensación de caminar por agua arremolinada. Se muestra llevado hacia arriba y hacia abajo; los pulmones se le llenan de agua.

Sentí la presión en el pecho, en tanto la sensación de Doug me llenaba el cuerpo.

-Tengo una percepción de mareo. Él empieza a perder la paciencia y luego todo se vuelve negro. -¡Caramba! -exclamó Mark.

-¿Sabe usted si hubo un grupo de bomberos o de rescate a su alrededor? Me los muestra de pie en la orilla.

-Sí, hubo muchos hombres de rescate que trataron de recuperarlo con cuerdas en diferentes puntos del río. Continué:

-Dice que trató de aferrarse a una cuerda, pero no pudo alcanzarla. Mark estaba muy sombrío. -¿Algo más?

-Quiere enviar saludos a Max. ¿Encuentra usted sentido a eso?

-Oh, Dios mío. Max es mi hijo. Doug solía cuidarlo cuando salíamos. Se hicieron muy amigos. ¡Esto es asombroso! -Habla de Florida. Me muestra una gorra de béisbol relacionada con... No entiendo esto. Espere. Me transmite un pensamiento sobre Marla o Marlin.

-¡Los Marlins de Florida! -chilló Mark-. Acabo de dar a Max la gorra de Doug, que era de ese equipo. A mi hijo le gusta porque le recuerda a Doug.

-Él quiere que la disfrute. También quiere que Max envíe saludos suyos a todos los chicos de la calle. Mark me explicó que Doug era un fanático de los deportes y que todos los chicos del vecindario lo querían de verdad. -Doug está mencionando otra vez lo de la bicicleta. Le encantaba su bicicleta nueva. No sé por qué insiste tanto con esa -confesé. Mark estaba en el borde del asiento.

-Increíble -comentó al fin-. En cierto modo, todo empezó por la bicicleta. Dos días antes de la tormenta le regalaron una bicicleta nueva; Doug bajó con ella hasta el río, para ver el agua arremolinada por la inundación. Al parecer, la creciente le arrebató la bicicleta, Doug quiso recuperarla y cayó al agua. La corriente era demasiado fuerte y no pudo salir.

-Envía cariños a Linda.

-Linda es mi esposa -explicó Mark-. Le daré sus saludos. -Se alegra mucho de que usted haya venido y quiere hacer saber a todos que está estupendamente.

-Dalo por hecho, amiguito. -Mark sonrió de oreja a oreja, doblando la cabeza para mirar hacia arriba. Pocos días después, la familia de Doug me llamó por teléfono. Estaban asombrados de la información que le había transmitido Mark, pues hasta entonces nadie conocía esos detalles, ni si quiera los canales de televisión. Me pidieron una cita; varias semanas después conversaron con su hijo, reconfortados por saberlo en una vida posterior. Tal como Doug explicó a sus padres, su vida no terminó en ese río henchido por la lluvia. Les dijo que pensaba terminar sus estudios y hasta tenía la esperanza de tener novia algún día. Ellos se alegraron de saber que la vida de su hijo continuaba, en verdad.

No es como se piensa.

Al escribir este libro tuve que repasar las sesiones de varios años, a fin de presentar los tipos más comunes de encuentro personal entre quienes han atravesado el velo de la muerte y sus seres queridos. En mi investigación tropecé con una serie de consultas que se destacan entre las demás, quizá por ser puramente distintas o por incluir demostraciones milagrosas de los poderes espirituales, o porque durante la comunicación se revelaron datos increíbles y sorprendentes.

La sesión que sigue me parece un ejemplo extraordinario de todo lo antedicho. Es la historia de una pareja que estaba destrozada por la muerte de su hijo. Ese fallecimiento originaba más dudas que respuestas. El espíritu del hijo se mostró muy agradecido por haber tenido oportunidad de aclarar a sus padres los controvertidos incidentes que rodearon su deceso. Al terminar la sesión, no sólo pudo devolver la paz interior a sus padres, sino que su propia alma tuvo finalmente descanso, lo cual es más importante.

Alan y Sandra acudieron a mí por recomendación de unos amigos. Parecían escépticos y muy indecisos en cuanto a enredarse en algo tan extraño como el espiritismo. Les hice mi presentación habitual, explicando cómo recibía información, qué podían esperar y qué no. Ellos, al escucharme, parecieron comprender que debían estar preparados para cualquier cosa.

La primera persona a quien detecté en la habitación fue la madre de Sandra. Así lo dije:

-Su madre está aquí, Sandra. Se encuentra muy cerca de usted y le recomienda que tenga cuidado con esa cuchilla. -Oh, Dios mío -exclamó ella-. Hoy la estuve afilando y casi me corté el dedo. ¿Ella me vio? -Debió de ser su madre -observé-, porque yo no estaba en su cocina.

Sandra sonrió. La madre seguía enviándome pensamientos.

-Dice su madre que le gustan los muebles nuevos del patio. -Sí, es cierto. Los compramos el otro día. Ella solía pasar mucho tiempo sentada en el porche, cuando vivía con nosotros, -Tiene un gran sentido del humor. Dice que se sentaba allí a esperar la muerte. De pronto me interrumpieron pensamientos de otro espíritu que deseaba enfáticamente hacerse escuchar.

-Sí, te oigo -dije al espíritu-. Hay alguien más con su madre, Sandra. Es un joven que falleció muy bruscamente. Dice su madre que usted ha estado preguntando por él. A la pareja se les llenaron los ojos de lágrimas, pero yo proseguí. - ¿Les dice algo el nombre de Steven?

Los dos palidecieron y comenzaron a llorar. Reconocieron que Steven era su hijo, el motivo por el que habían ido a verme Yo continué:

-Steven está muy agitado. No tiene descanso. Lleva algún tiempo tratando de comunicarse con ustedes. ¿Hace unos dos años que se fue?

-No; alrededor de diez meses, menos de un año. -Hum... Dice que su muerte los destruyó y que lo siente mucho. Trató de corregir una injusticia. No sé de qué habla ¿Ustedes sí? Intervino Alan.

-Sí, creo que sí. ¿Qué más dice?

-Caramba, me está transmitiendo una sensación de ardor. Es como si la cabeza me estallara en pedazos. Lo siento, pero eso es lo que me transmite. ¿Recibió un disparo? -Sí.

-Dice que ustedes lo encontraron en su dormitorio. -En efecto. -Los dos se enjugaron los ojos. -Lamento darles esta información, pero creo que su hijo consumía drogas o, al menos, experimentaba con ellas. -Si, nos enteramos de eso -confirmó Sandra.

- El muchacho es muy fuerte. Grita... ¡Fue Ronnie! ¿Quién es Ronnie? -Un amigo suyo.

Luego les transmití una información que alteró el ambiente, no solo para la pareja, sino también para mí. -Su reloj. Habla de su reloj de oro. Alan dijo:

-Después de su muerte no pudimos encontrarlo. Lo buscamos por todas partes.

-Dice que se lo dio a Ronnie como pago. Ronnie estaba furioso. ¿Saben ustedes si hubo algún tipo de pelea antes de que su hijo muriera? -No.

-Steven me grita: "Yo no me maté. Fue Ronnie. Me lo hizo Ronnie. ¡Yo no me maté!".

Hubo un silencio total. Ni ellos ni yo podíamos creer en lo que había surgido. Es muy raro que un espíritu revele el nombre de su asesino. En este caso, Steven quería justicia. Me recliné en el asiento, tratando de recuperar la compostura para continuar. -Steven dice algo acerca de un suicidio. ¿Su muerte pasó por suicidio? Los dos confirmaron que así era.

-Él trata de hacerles saber que no fue suicidio. No era capaz de eso. ¿Saben ustedes si la policía investigó su muerte?

-No, todos pensamos que Steven se había matado porque consumía drogas. Hallaron restos de ellas en su cuerpo -dijo Sandra.

-Recibo con mucha claridad que su hijo y ese tal Ronnie riñeron. Ronnie quería dinero y drogas. Alan, ¿posee usted una pistola, un revólver pequeño? -Sí. Es el que usó él.

-Me dice que lo sacó... ¿del último cajón de la cómoda? ¿Es así?

-Por Dios, ¿cómo diantre puede usted saber eso? Sí, así es. -¿Saben si ese tal Ronnie tenía antecedentes criminales? -No, no creo -respondió Sandra.

-Su hijo insiste en mostrarme una riña por dinero. Steven debía dinero a Ronnie. En ese momento el tipo estaba realmente alterado. Muy excitado por alguna droga. Me refiero a Ronnie. Escuchen: vuestro hijo me muestra una cochera. Es una cochera de ladrillo, con portón blanco. Tiene tres ventanas pequeñas. El lo abre y va hacia la izquierda, hacia la pared lateral. -En casa no hay cochera. ¿Qué significa esto?

-No se, pero ténganlo en cuenta, por favor. Tal vez le encuentren sentido más adelante. El muchacho está feliz por haberles dicho esto. Dice que algún día comprenderán. Buscar a Ronnie. Menciona un nombre... Sharon o Sherry.

-Es su hermana -apuntó Alan. -¿Acaba de tener un bebé? -No.

-Bueno, no sé qué significa, pero recuerden la información por si adquiriera sentido más adelante. Ahora interviene su madre, Sandra; dice que ustedes han ayudado a Steven, que él está bien. -Gracias.

-También me muestra algo relacionado con pelar patatas. -Ayer hice sopa de patatas... -replicó Sandra-. Con la receta de mamá. Pensé en ella. -Me dice que salió sabrosa. Ante eso los dos sonrieron. La sesión se prolongó un poco más. Steven se refirió a sus funerales y lamentó que su madre se hubiera tomado tanto trabajo con la lápida. Terminó la entrevista y nos despedimos. La pareja se fue convencida de haber estado en contacto con el hijo. Aseguraron que volverían a escuchar la grabación por si encontraban algún sentido a esa información increíble.

Varios meses después recibí una llamada telefónica de Sandra. Quería agradecerme la ayuda en nombre de toda la familia e informarme que, en ese lapso, habían sucedido varias cosas. Llamaron a la policía y hablaron con un detective que sabía de la muerte de Steven y reabrió la investigación. Cuando visitó la casa de Ronnie encontró la cochera de ladrillo con sus tres ventanillas. A la izquierda, en un panel de la pared, había un kilo de heroína, drogas varias y el reloj de oro de Steven. El detective detuvo a Ronnie, quien, durante el interrogatorio policial, admitió finalmente que Steven le debía dinero por una compra de drogas. Ofreció pagarle con su reloj de oro y Ronnie lo aceptó, pero aún quería dinero. El día en que fue a cobrar la deuda, Steven sacó el revólver de su padre para protegerse. Al enterarse que no tenía el resto del dinero, Ronnie se apoderó del revólver y le disparó en la cabeza. Admitió que en ese momento estaba drogado. Se lo sometió a juicio y, en la actualidad, cumple una sentencia de prisión perpetua en una penitenciaría del estado.

El marino.

Cuando abandonamos esta vida lo hacemos de diversas maneras. Algunos fallecen tranquilamente mientras duermen; otros lo hacen por propia voluntad, y hay quienes se ven envueltos en algún tipo de accidente. Aunque todos escogemos nuestra manera de morir mucho antes de ingresar en el plano terrenal, nada parece tan trágico como una transición violenta. Al menos, es la que más afecta a quienes estamos aún en la forma física.

En muchos casos, la persona que se va violenta o rápidamente no tiene conciencia de que se ha producido el proceso de la muerte. Como el trauma es tan veloz, el cuerpo espiritual puede verse literalmente arrojado del cuerpo físico. Entonces es posible que el espíritu pase muchos años sin tener noción del aprieto en que se encuentra. Durante ese período suele visitar todos los sitios que le eran familiares en su existencia terrenal, creyendo, que aún está vivo, pero soñando. Este fenómeno espiritual se denomina "alma extraviada" o, según muchos, "fantasma". Si el espíritu está perturbado, inquieto o desdichado, lo categorizamos como *poltergeist* (duende). Por suerte, en el otro lado hay muchos espíritus dedicados a rescatar a estas almas perdidas y desorientadas.

En ciertas circunstancias, cuando existen espíritus molestos hay diversas maneras de tratar con ellos. Recuerda que sólo, tendrán la fuerza y el mando que tú les permitas. Eres tú quien manda; debes tenerlo presente en todo momento. En casi todos los casos de *poltergeist*, el espíritu no entiende que ha fallecido, de modo que es necesario comenzar por esa idea. Además, el espíritu tiene una serie de circunstancias distintas en torno a su muerte. Aconsejo ir al sector de la casa más afectado por la perturbación. El tiempo que requiere para expulsar esa energía varía según los casos. Antes de empezar, te aconsejo que realices un rito de

protección personal y pida asistencia a tus guías espirituales o ángeles guardianes. Siempre se hace esto antes de cualquier trabajo intuitivo.

Lo primero que se debe hacer es crear determinada atmósfera en la casa o habitación, elevando las vibraciones de ese sector en particular. Esto se logra poniendo música espiritual o religiosa: una grabación del *Ave María*, el *Padrenuestro* cualquier himno, canción o música de alta vibración espiritual. A continuación se purifica la zona afectada limpiando la atmósfera circundante. Esto se consigue muy bien quemando salvia la habitación. Otros aromas igualmente eficaces son el incienso y la mirra. Estos tres aromas son sensibles a las frecuencias muy altas y ayudan a evacuar las energías oscuras.

En tercer término, es preciso dejar entrar toda la luz natural posible: levantar las persianas y descorrer las cortinas. Por último es importante meditar, en un intento por llegar al espíritu perturbado. Si se lo ve la percibe, eso no importa. Es necesario hacerle saber que ha pasado a otra dimensión e indicarle que pida ayuda a un padre o abuelo que lo guíe a la dimensión siguiente. Recuérdele a ese espíritu atribulado, una y otra vez, que ya no necesita permanecer en el lado terrenal del velo, pues en verdad será mucho feliz en el lado espiritual, donde dejará de sentirse esclavizado. Cuida de transmitir estos pensamientos con amor y compasión. Si la situación es muy grave, la purificación puede requerir varios días y hasta semanas enteras.

Existen también muchas situaciones en las que una persona pasa al otro lado violentamente, como sucede en caso de asesinato. Por lo común, tras un breve período de ajuste, ese espíritu conciencia de su aprieto. Generalmente hay un familiar o un guía que lo espera para llevárselo de inmediato. La sesión siguiente ofrece una perspectiva inigualable, cuando el espíritu describe cómo se da cuenta de su propia muerte. Antes de continuar, es importante señalar que siempre, en mis sesiones, digo al consultante todo lo que me pasa por la cabeza. Tengo un acuerdo con el mundo de los espíritus: si ellos me proporcionan la información, lo correcto es que yo diga todo al consultante. Lo hago porque soy sólo el médium. No me corresponde censurar ninguna parte de la información brindada. Además, podría haber algo que el consultante no podría entender si yo no le revelara todo. Por lo tanto, describo los detalles y las escenas tan vívidamente como los recibo, incluyendo colores y cualquier sensación, sea gozosa o incómoda.

Un joven vino a verme por recomendación de un amigo. Yo no sabía nada de este hombre y no entendí la inmediata urgencia que percibí en el otro lado. Alguien estaba deseoso de hablar, de modo que comencé.

-Parece haber mucha separación de su familia. ¿Está usted lejos de los suyos? Quiero decir, ¿ellos viven en otro estado?

-Sí -fue la respuesta.

-El nombre de Laura, ¿le dice algo? -Sí, es mi hermana; vive en Arizona.

-No sé por qué, pero quiero permanecer dentro de la vibración familiar. ¿Hay tres hijos en el grupo familiar, dos varones y una mujer? -Sí... Bueno, había.

-Sí, porque recibo una sensación muy fuerte de un hombre joven. Creo que es su hermano. ¿Puede ser? -En él he estado pensando.

-Me da el nombre de Mike. ¿Correcto? El joven empezó a entusiasmarse. – Si, si, es él. Así se llamaba.

-Dice estar bien. Se alegra mucho de que usted haya venido. Manda decir a su mamá y a su papá que está muy bien. Menciona a Texas.

-En Texas viven mis padres. Allí nos criamos. ¿Cómo le va? -Está muy bien. No puede creer que yo lo oiga. Hace mucho tiempo que deseaba hacer esto. En el mundo espiritual se encontró con algunos amigos. Del servicio militar. Compañero-, suyos. ¿Comprende usted?

-Comprendo, sí. Continúe, por favor.

-¿Estuvo en Vietnam? Porque habla muy de prisa sobre la guerra. La guerra de Vietnam. Dice que se reencontró con sus compañeros del cuerpo de Vietnam. Él no quería ir allá. -¡Es cierto! Por entonces yo era chico, pero mamá me dijo que Mike no quería ir. -Parece haber desaparecido con mucha celeridad.

Sentí que caía en un trance más profundo. Se me arrojaba visualmente en un mundo de fuego y dolor. Estaba en el medio de Vietnam. Era como si el mundo estuviera enloqueciendo. Me rodeaban un ardiente colorido, amarillo y anaranjado. Ante mí percibí un fuerte "pop". Miré fijamente a mi consultante, explicando que debía hacer una pausa. Pedí a mis guías que alejaran esa experiencia de muerte, pues estaba afectando demasiado a mi cuerpo físico. Los guías se la llevaron de inmediato. La escena volvió a desarrollarse, pero ahora yo era sólo un observador.

-Veo a un hombre en los matorrales. Está muy oscuro. El hombre (supongo que es su hermano) parece muy nervioso. Camina con el resto de su batallón. Trata de quitarse la chaqueta, pero la parte de abajo parece enredada en algo que lleva en el cinturón. El joven trató sin éxito de contener las lágrimas. Comprendía que yo estaba reviviendo la muerte de su hermano. Vi que la cremallera de la chaqueta arrancaba de su sitio la parte superior de una granada. La fuerza del aire al estallar atravesó el cuerpo del soldado, que quedó decapitado. La escena pasó a negro. Miré con fijeza a mi cliente.

-¿Su hermano murió por el estallido de una granada que se le enredó en la ropa?

El joven se dejó caer contra el respaldo, moviendo lentamente la boca, en un intento por formular las palabras correctas. -Sí. Es lo que decía el documento enviado por el gobierno. Me costaba creerlo. Nunca se me había presentado alguien de manera tan vívida. Conteniendo a duras penas mi excitación, continué:

-¡Esto es asombroso! Su hermano es un comunicador estupendo. Espere; veamos qué más quiere decir. Está describiendo lo que sintió al despertar. Dice que, pasado un tiempo que le pareció un par de segundos, recobró la conciencia. Miró a su alrededor, pues notó que se sentía muy distinto; su fatiga había desaparecido. Vio a un grupo de compañeros reunidos en círculo; gritaban, pero no pudo entender sus palabras hasta que no se acercó un poco más. Estaban voceando su nombre. ¡Mike! ¡Mike! Él respondió, pero no lo oyeron. Al acercarse al círculo vio que estaban mirando los trozos restantes de una res humana. De pronto corrió por su cuerpo una sensación muy extraña y espectral. Bajo la vista a la insignia que mostraba su compañero de pelotón: en ella leyó su propio nombre. El joven estaba fascinado.

-Eso es irreal. Supo perfectamente lo que pasaba. -Dice que estaba algo confundido, pero comprendió que debía de haber muerto. Está describiendo una fortísima sensación de paz y serenidad. Espere... Dice que fue Alice quien lo recibió. ¿Conocía a alguna Alice? -Es nuestra abuela.

-Bueno, Alice acudió en su ayuda. Él estaba espantado, pero también aliviado y feliz. Dice que la vio de pie a su lado. Me encarga decirle que también ha visto a Pappy y que aún conserva a Jo Jo.

-Pappy era mi abuelo; Jo Jo, su pastor alemán. Mike y Jo Jo estaban siempre juntos. Esto es increíble. ¿Así que los animales, también siguen existiendo?

-Todas las criaturas vivas siguen existiendo. Su hermano quiere hacerle saber lo mucho que lamenta haber causado tanta aflicción y dolor. Por favor, comprenda que está bien y que lleva una vida plena.

-No tiene por qué preocuparse. Dígale que lo amamos mucho y que nos alegramos de saberlo cerca. Estamos deseosos de volver a verlo, algún día.

-Dice que él y todos los que se encuentran allá... Se están riendo... incluido Jo Jo, los estarán esperando.

Cuando en una consulta aparece un animal, como en este último caso, el cliente suele mirarme con cierta perplejidad. A nadie, se le ocurre que el pequeño Pompón o el fiel Rover puedan; sobrevivir a la muerte, pero ¿por qué? Los animales están hechos, de la misma fuerza vital divina que los seres humanos. Cuando, se presenta un animal, la vibración es similar a la de los humanos. Los rasgos de personalidad (los animales tienen personalidad), son claramente visibles. Muchas veces el animal expresa lo mucho que le gustaba un alimento en especial o un determinado sillón. Como su equivalente humano, en ocasiones describe en detalle cómo murió, lo mucho que le costaba tragar cuando estaba enfermo o lo difícil que era caminar hacia el final. Lo que sigue es un bello relato sobre una comunicación captada por una médium inglesa ya fallecida. Creo que encierra el verdadero sentido del amor, pues los animales nos aman incondicionalmente.

Había una vez un sencillo granjero que vivía en Inglaterra. Como suele suceder, su granja pasó por tiempos difíciles y con el correr del tiempo, murieron todos los miembros de su familia. Sólo le quedó una vieja yegua blanca, llamada Patty, a quien él había ayudado a nacer. Patty y el granjero pasaron juntos muchos años, pero finalmente llegó la muerte para la yegua. El granjero quedó completamente solo y muy afligido. Años después, cuando fue su turno de morir, despertó en espíritu y se encontró sentado en una bella pradera, sin saber dónde se hallaba.

Pensando que quizás estuviera soñando, clavó la vista en una colina que se alzaba a la distancia. De pronto vio un caballo que acercaba al galope desde esa colina. Era su vieja Patty, pero no la yegua vieja y artrítica que él recordaba, sino una yegua joven, lustrosa y llena de vigor. Al acercarse el animal, el granjero confirmó que se trataba de su Patty y percibió su amor. Fue el amor de Patty lo que guió al granjero hacia el mundo de los espíritus. Los lazos de amor que nos unen a nuestras mascotas continúan viviendo al pasar al otro lado. Los lazos de amor perduran siempre, sin importar a quién nos unan.

CAPITULO 5: Colisiones fatales.

Algún día todos retornaremos a nuestro hogar espiritual: de eso podemos estar seguros. Sin embargo, la manera en que dejamos esta tierra y el sitio al que llegamos varía en cada caso. Muchos abandonan el cuerpo inesperada y trágicamente, como le sucedió a Mike en Vietnam. Por desgracia, son muchos más los que mueren en accidentes de tránsito. Como intermediario entre el mundo espiritual y el terrenal, he recibido numerosos pensamientos de quienes fallecieron en accidentes. Es necesario explicar por qué ocurre esto.

En primer lugar, no hay accidentes, sino resultados directos de la ley espiritual de causa y efecto llamada karma. Permítaseme explicar lo que quiero decir. Una persona va a una fiesta y decide consumir alcohol. Cuando ya está bastante intoxicado da por terminada la noche y regresa a su casa conduciendo su auto. Al mismo tiempo, una pareja vuelve al hogar tras haber visto una película. El individuo alcoholizado tiene la vista borrosa y sólo distingue al coche que se aproxima de frente cuando ya es demasiado tarde. Por desgracia, se estrella directamente contra la pareja y los dos mueren al instante.

En esta escena, la muerte es resultado o efecto de la decisión que tomó este hombre en cuanto a que iba a beber. Su intoxicación es la causa del accidente y suya es la responsabilidad de haber terminado con dos vidas. Se trata de una situación kármica. En otra vida será necesario efectuar un equilibrio, pues la pareja ha muerto. En otras palabras: todos nuestros actos reciben una retribución similar, en esta vida o en otra. La ley de causa y efecto es una ley natural e inmutable del universo; existe una resolución para toda experiencia, por medio de la acción kármica o por la gracia de Dios.

Lo que parece accidente, e incluso el desastre natural, no siempre es lo que aparenta. Nada ocurre por azar. Todo se basa en obligaciones kármicas, pero además el alma, sola o en grupo, establece un acuerdo en el plano espiritual antes de ingresar en el mundo físico. Todo en la vida es parte de un plan espiritual. La vida consiste en aprender de nuestras experiencias. A fin de conocer la plenitud de la vida, cada alma debe experimentarla por entero. Es preciso aprender la dualidad de la naturaleza. Es mediante lo negativo que se aprecia lo positivo.

Teniendo esto en cuenta, ciertas almas acuerdan en espíritu experimentar un desastre natural o un accidente de aviación, y abandonar el cuerpo de ese modo. ¿Es una decisión consciente? No, no lo creo. El ego no permitiría que el cuerpo sufriera este tipo de daño. Otra manera de considerar los desastres y accidentes es la que sigue: estas almas podrían estar saldando el Karma de otra vida. Pero en este caso se presenta la pregunta: Este accidente o desastre, ¿ayudó de algún modo a otros? En palabras distintas: ¿Cómo afectó la muerte de esa persona a parientes y amigos íntimos? ¿Tendrán una visión más clara del amor, una mayor apreciación de la vida? El fallecimiento del ser querido, ¿Será valioso para ellos en su desarrollo espiritual? No podemos entender estas cosas con la mente racional, pues son asuntos de naturaleza espiritual. Baste decir que nuestra vida forma parte de un cuadro mucho más grande de lo que podemos imaginar.

A menudo los consultantes preguntan si el ser querido sintió dolor en el momento del impacto fatal. En la mayoría de los casos, el espíritu queda en blanco y no recuerda nada. Con frecuencia comentan que, al ver el vehículo destrozado, se preguntaron quién sería el pobre que había muerto. Sólo al reconocer su propio cuerpo sin vida caen en la cuenta de que han pasado por esa experiencia.

Cuando el espíritu se percata de su propia muerte, suele sentirse muy alterado, por decir lo menos, sobre todo si aún se siente lleno de vida. Tras un fallecimiento por accidente, cuando, el espíritu se ve literalmente expulsado de su cuerpo, se presenta por lo general un

familiar, un gran amigo o un guía para auxiliar al recién llegado en esa transición. El recién llegado comprende pronto que existe la vida en la forma espiritual. Contempla su cuerpo espiritual y advierte que parece idéntico a su cuerpo físico anterior. A veces el espíritu despierta en un hospital, que no es como los hospitales de la tierra; allí lo recibe un familiar o un amigo íntimo, el cual le da la bienvenida y le informa de su fallecimiento por accidente.

Es preciso comprender que, en cualquier tipo de muerte sobre todo si es súbita, el espíritu puede necesitar más ayuda y comprensión para aclimatarse a un nuevo medio. Gracias a Dios existen esas bellas almas que los ayudan. En la tierra las denominaríamos asistentes sociales o terapeutas, pues, al igual que ellos, asisten mentalmente al recién llegado para que se introduzca en un medio que no le es familiar.

Cuando trabajo con padres que han perdido a un hijo, suelen decir que ésa es la peor de las experiencias posibles. Nadie está preparado para perder a un hijo. Es inevitable que los afligidos padres se culpen de la muerte del hijo, como si fueran responsables o hubieran podido evitarla. Pero sólo Dios tiene ese poder. Tal como se ve en la consulta que relato a continuación, el hijo trata de reconfortar a su madre, asegurándole que está bien y que no debe sentirse responsable por lo ocurrido. Con palabras de amor, alegría e informaciones íntimas, un hijo busca consolar a madre. Terminada la consulta, noté en ella un cambio absoluto. Ya no lloraba.

El muchacho de la motocicleta.

Esta comunicación se produjo en la casa de una consultante. Había ocho personas en el grupo. Yo no conocía a los presentes ni sabía nada de las personas con quienes deseaban establecer contacto. Al cabo de tres consultas giré bruscamente la cabeza hacia la izquierda y reparé en una señora que estaba sentada en el sofá. Lloraba.

-¿Puedo acercarme a usted? -pregunté. Ella me miró, vacilante. -Sí, cómo no.

-Un joven rubio estuvo sentado con usted en el sofá durante toda la noche. ¿Es alguien a quien usted reconozca? -Sí, creo que sí.

-Me dice que se llama Stephen. ¿Le resulta familiar ese nombre? La mujer rompió en llanto y exclamó: -Sí, sí, claro que sí. Es mi hijo.

-Parece tener un excelente sentido del humor y una risa franca -continuó-. ¿Encuentra usted sentido a esto? -Sí, es cierto.

-Su sentido del humor es seco y algo cortante. No sé si me explico.

La mujer afirma con la cabeza. Sonríe un poco al percatarse de que en verdad está en contacto con su hijo. -Saluda a Diane y dice algo sobre si ella sabía de una fiesta.

-Diane era la novia.

La mujer reflexionó sobre la referencia a una fiesta, sin poder establecer la relación. De pronto exclamó: -¡Oh, Dios mío! La noche en que él murió, Diane estuvo con él en una fiesta, en casa de un amigo. -Me muestra una motocicleta en un camino resbaladizo. ¿Lo entiende usted? -Sí -confirmó ella.

-Toma una curva a mucha velocidad y luego cae por una colina. Hum... Verá usted, estaba algo achispado cuando subió a la moto. La mujer continúa afirmando con la cabeza.

-¿Qué significa "Greenleaf"? Él me muestra un letrero con ese nombre. La mujer explicó:
-Así se llamaba la calle donde ocurrió el accidente. -Comprendo. Ahora me muestra un auto azul oscuro ¿Acaso su motocicleta derrapó hacia un vehículo así?

-Sí, en efecto. Stephen fue arrojado bajo el auto. -La mujer se derrumba.

-Stephen quiere hacerle saber que le encantó la foto suya que incluyeron en el anuario escolar, con ese bello epígrafe. -Cierto. Hasta tenemos una copia colgada en la sala. -Quiere que usted sepa algo muy importante. Dice que usted ha estado cargando mucha culpa por su muerte y que eso es un error. Usted no tuvo ninguna responsabilidad.

-Bueno, si esa noche yo lo hubiera llamado, tal vez no habría ido a esa fiesta.

-Dice Stephen que igualmente habría ido; usted lo sabe. Él siempre hacía lo que deseaba. -Es cierto -replicó la mujer-. Tiene razón. Creo que yo no tenía modo de evitar el accidente. Pero me duele demasiado no haber podido hacer nada.

-Si, pero, ¿Comprende usted que no fue culpa suya?

-Si, ahora lo comprendo, gracias. -Con la cabeza inclinada siguió escuchando el resto de la comunicación. Stephen mencionó varios datos que, según su madre, el padre y la hermana reconocerían. Hasta ese momento la comunicación había sido normal. La información siguiente fue a un tiempo intrigante e increíble. Stephen resultó ser el sueño de todo médium: era un gran comunicador y sabía describir detalles con una personalidad divertida.

-Stephen envía saludos a todos sus amigos. ¡Dios, cuántos tenía! -Sí, muchos.

-¿Sabe usted si sus amigos organizaron un funeral aparte? -pregunté.

-No, no creo. Es decir... pusieron flores en el lugar del accidente, pero no creo que ...

-Me está mostrando las iniciales J.D.; alguien brinda. No sé qué cuernos significa eso.

La mujer se echó a reír, gritando: -Oh, sí. Algunos de sus amigos escalaron la cerca del cementerio y dejaron una botella de whisky Jack Daniel's sobre su tumba. Supongo que es una especie de funeral. Todos los presentes rieron; luego se acercaron para abrazar a esa mujer. Stephen le aseguró que estaría siempre con ella y que se quedara tranquila. La madre elevó la vista hacia el techo y empezó a hablar personalmente con el muchacho. No sólo había podido aceptar su muerte. Estaba libre de la culpa irracional. También la hacía feliz saber que su hijo aún veía cada uno de sus movimientos.

La animadora deportiva.

Así como, en la tierra, cuando algunas cosas nos molestan necesitamos decisión, lo mismo sucede en espíritu. Cuando pasamos al mundo espiritual existimos basándonos en pensamientos y actos de nuestra vida terrenal. Si hicimos algo de lo que nos avergonzamos cuando teníamos forma física, nuestra sensación negativa podría permanecer por largo tiempo en nuestra conciencia.

Si morimos con asuntos pendientes, no podremos descansar en paz ni progresar espiritualmente hasta que no hayamos resuelto nuestros problemas terrenales. Una de las recompensas que tiene mi trabajo es ayudar a un espíritu a buscar y obtener perdón por alguna mala acción. Entonces el espíritu se ve libre de sus ataduras negativas y puede avanzar en su

desarrollo en la otra cara de la vida. Tal como mencioné antes, muchas veces atraigo a espíritus inesperados. En esos casos existe algo muy importante que ese espíritu necesita transmitir a quien consulta. En el caso siguiente, el espíritu es una antigua compañera de la escuela secundaria, que quiere ser perdonada por actos pasados. Durante una reunión grupal, un sábado por la noche, estaba ya por clausurar la sesión cuando me sentí dirigido hacia dos mujeres y un hombre sentados en un sofá, frente a mí. De algún modo supe que los tres estaban relacionados. Dirigí mis preguntas a la joven del medio.

-Disculpe. ¿Puedo acercarme a usted? -Sí -respondió ella.

-Aquí hay una joven que parece tener su misma edad. Me parece que está un poco afligida por algún motivo, como si algo la preocupara. ¿Le dice algo el nombre Stacey?

-Sí. Éramos compañeras de colegio.

-Murió de una manera muy repentina. Me muestra vidrio y sangre; luego se señala la cabeza. No estaba preparada para morir. ¿Encuentra usted sentido a esto?

-Sí, sí, en efecto. Ahora mismo estaba pensando en ella. -Dice que no se habría perdido esto por nada del mundo. Francamente pienso que Stacey era muy fiestera. -Así es.

-Tengo la sensación de que en la escuela era muy popular y la primera invitada a cualquier farra. Todo el mundo empezó a reír.

-Antes de morir se sentía aturdida, como si estuviera drogada o ebria. La veo en un auto. Recibió un impacto en la cabeza. Veo muchos vidrios y sangre. Creo que hubo un accidente de tránsito. Lamento decirlo, pero siento que atravesó el parabrisas. Las dos muchachas rompieron a llorar. -Así fue.

-Me dice que esto sucedió en una intersección. Venía de una fiesta y dice que estaba bastante achispada. -Sí.

-Me dice que las conoce a ambas. ¿Es correcto eso? -Sí. Íbamos juntas al colegio.

Entonces dirigí mis preguntas a Julie, la otra muchacha del sofá.

-Me muestra una foto donde están las tres. ¿Tiene usted la foto a la que ella se refiere?

-Sí. Estuve mirándola.

-Esto es extraño. Ahora me muestra algo que parece ropa deportiva. No sé si es para fútbol o si tiene algo que ver con una hermandad universitaria. Me señala la letra de la tricota.

Julie explicó: -Las tres éramos animadoras deportivas en el colegio. Yo estuve mirando una foto donde estábamos con nuestro uniforme. Los uniformes tienen una letra en el centro. Me enjugué la frente, lanzando un suspiro de alivio, feliz de que ellas comprendieran la información. Luego continué. -Ella siempre quiso tener un hijo.

-Cierto. Hablaba de formar una familia y de todas las cosas que haría con los suyos.

-Me encarga decirles que, allí donde está, se ocupa de niños. Es una especie de asistente social. Eso le encanta. Las dos jóvenes asintieron con la cabeza, sonriendo iban cambiando de humor.

-Esto es muy extraño. Me transmite una sensación de pesadez y empieza a llorar. Está muy afligida por el modo en que las trató a ambas. Dice que se portó como una bruja con ustedes. Las dos asintieron con la cabeza.

-Dice que cortó su amistad con ustedes porque deseaba amigas más populares y más vinculadas con la gente elegante. Dice que era celosa y provocaba discusiones entre la gente. Quería ser siempre el centro de la atención. ¿Ustedes dejaron de hablarle por un tiempo?

-Sí, en efecto. Cuando murió, llevábamos algunos meses sin dirigirle la palabra.

-Me encarga decirles que lo siente mucho. Estaba equivocada y les pide perdón por esa conducta. Dice que, en su obsesión por ser siempre la más popular de la escuela, no cuidó de los sentimientos ajenos. Eso fue una estupidez. Las muchachas se echaron a llorar.

-¿La perdonarían, por favor? Su comportamiento la aflige mucho. -Sí, por supuesto -dijo Julie.

-Quiere hacerles saber que siente el dolor de ustedes. Ha experimentado el trato que tuvo para con ustedes y detesta lo que hizo. Las muchachas se enjugaron las lágrimas.

Julie, ¿usted se casó en el verano con el joven que está a su lado? -Sí, en agosto.

-¿Le habría gustado que Stacey fuera una de sus damas de honor? -Sí, los dos lo pensamos. Qué extraño. -Me está mostrando un vestido rosa y su pelo atado con una cinta del mismo color. Julie gritó:

-Oh, Dios mío, mis damas de honor vestían de rosa. Todas tenían una cinta rosada en el pelo. Continué: -Dice Stacey que, espiritualmente, ella formó parte de esa boda. Dice: "¿Cómo ibas a dar una fiesta sin mí?".

Ante ese comentario, todo el mundo rió: luego agradecemos a Stacey su presencia. Ella, a su vez, dio las gracias a sus amigos por su incesante amor y su perdón. Entonces vi que abrazaba a cada una de las muchachas; por fin se volvió hacia mí con una sonrisa, como señal de gratitud. Lentamente desapareció en el éter. El grupo se tomó unos minutos para asimilar la increíble experiencia y la sensación de paz y amor que todos experimentaban.

Es importante comprender que, cuando abandonamos el cuerpo físico, todavía se nos ofrecen oportunidades de cambiar nuestras actitudes y conductas. Si alguien fue mezquino y malvado en vida, como reconoció Stacey, en el otro lado esa persona puede cobrar nueva conciencia de sí misma. Ella comprendió que se había comportado mal y que, en vida, había despreciado las oportunidades de dar amor, prefiriendo en cambio causar disturbios. Con este esclarecimiento llega la comprensión y el deseo de pedir perdón.

Lo que más piden los espíritus, en mis consultas, es perdón. No sólo es curativo para el espíritu lamentar el mal que hizo en su existencia terrenal, sino que de ese modo inspira a quienes aún están en la tierra para que comiencen a resolver cualquier problema o desacuerdo con otras personas. Los espíritus quieren que vivamos sin prejuicios ni críticas. Expresan, una y otra vez, que el amor y el perdón son el único camino.

El policía.

Una de las preguntas más comunes es ésta: "Si los espíritus pueden ver los acontecimientos antes de que se produzcan, ¿Por qué no nos alertan?". Debemos comprender que no pueden decirnos más de lo que saben, y sólo si es espiritualmente correcto, informarnos. Aunque todo espíritu alcanza un grado de conciencia más agudo y expandido, sólo puede recibir información en el plano de su propio esclarecimiento.

Me explicaré mejor. La tierra es nuestra aula. Venimos para aprender diversas lecciones, que varían de persona a persona. Cada uno de nosotros encarna en un nivel de desarrollo diferente; cada uno necesita pasar por distintas experiencias a fin de obtener sabiduría y expandir su conciencia de la vida. Tal como dijo Jesús: "En la casa de mi padre hay muchas mansiones". Esto significa que hay diversos planos espirituales de existencia. Al morir ingresamos en un plano espiritual que concuerda con los pensamientos y actos de nuestra vida terrenal. Un espíritu puede brindarnos conocimiento sólo desde el plano espiritual que ha alcanzado.

Es más: En el otro mundo, los espíritus respetan las leyes espirituales. Si desobedecieran esas leyes, obrarían contra el natural estado de armonía y equilibrio; de ese modo no les sería posible evolucionar espiritualmente. Por eso, en vez de brindarnos respuestas sobre lo que podría suceder, se atienen a la ley espiritual, permitiéndonos tomar nuestras propias decisiones.

Supongamos, por ejemplo, que alguien pregunta a su madre fallecida si va a casarse o no. Existen dos respuestas posibles. Primero, la madre puede conocer la información requerida e imprimir la respuesta en mi mente; por otra parte, si el casamiento es una lección kármica para el hijo, la madre no querrá afectar su crecimiento espiritual dándole la respuesta a la inminente prueba kármica. Cada uno debe pasar solo por la experiencia humana. Incluso con nuestros guías y ángeles, es preciso que tomemos nuestras propias decisiones basándonos en nuestra propia conciencia. Se podría decir que cada uno de nosotros es constantemente puesto a prueba.

La siguiente comunicación es un maravilloso ejemplo de cómo un espíritu, aunque en la vida terrenal no haya tenido conciencia de algo, ahora puede ver ciertos detalles de un acontecimiento futuro. Debo insistir en que generalmente no sucede, pero cuando ocurre es asombroso.

Esta sesión tuvo lugar dentro de un grupo. Me acerqué a una señora presente en la habitación y sintonicé a su abuela, que estaba de pie a su lado. La abuela se presentó con fuerte información probatoria; relató su propia muerte e hizo un comentario sobre los nuevos almohadones que la nieta había puesto en su diván. Supuse que la comunicación había terminado, pero entonces ocurrió algo muy extraño.

-Carla, ¿conoce usted en esta tierra a alguien llamada Joanne? Ella reflexionó, pero no recordaba a nadie con ese nombre. Entonces continué:

-Bueno, a mi lado parece haber un hombre que así lo asegura insistentemente. Ella seguía sin recordar a nadie llamada Joanne.

-Habla de un accidente de tránsito. Murió al estrellarse con tu motocicleta; dice que fue al regresar a casa desde el trabajo. Ella seguía pensando. De pronto se puso blanca y gritó: -Oh, Dios mío, creo que sí. -Él menciona el nombre de Kathy.

-Sí. Mi mejor amiga se llama Kathy. Paul, su esposo, murió estrellarse con su moto. Carla empezaba a excitarse mucho; tuvimos que hacer una pausa para que recobrar el dominio de sí. Tras un par de minutos, continué: -Paul me muestra un uniforme, un uniforme de policía.

También me muestra un desfile de patrullas policiales; parece una especie de procesión.

-Sí. Es lo que hicieron en sus funerales.

-Veo a varios policías llevando el ataúd. ¿Sabe usted si su tumba está cerca de una especie de pared? -No recuerdo... No, realmente no sé. Tendré que preguntarle a Kathy.

-¿Sabe usted si Kathy colgó en el muro una placa con la insignia de Paul y su foto?

-No lo sé. -Pregúnteselo, por favor. Dice que la vio frente a la placa y hablando con él.

De acuerdo. Se lo preguntaré.

Fue entonces cuando Paul comenzó a dar una información increíble y completamente inesperada. No siempre sé interpretar lo que recibo, y esto me resultó incomprensible.

-Paul dice que vio al bebé. Sabe del bebé. Dice que es una niña y que él estuvo presente cuando nació. ¿Entiende usted esto? Carla parecía estar en blanco. De pronto, llorando, se llevó una mano a la boca.

-Sí, sí -respondió entre sollozos-. Comprendo. Cuando Paul murió, Kathy estaba embarazada de dos meses, pero él no lo sabía. La nena nació hace cinco meses. Se llama Joanne.

Todos los presentes, incluido yo, ahogamos una exclamación. Más adelante Carla supo que, efectivamente, Paul estaba sepultado junto a una pared, en el costado de un mausoleo. Kathy había enmarcado su enseña para colgarla en la sala, junto con su retrato. Según le dijo a su amiga, había estado de pie frente a una foto, pidiendo a Paul una señal que le dijera si estaba bien. Quedó muy complacida con los resultados de la comunicación. Hasta el día de hoy, Kathy se siente reconfortada de saber que su encantador esposo, además de existir en el otro lado, cuida de su hijita desde el cielo.

Mi Madre y el Autobús.

La siguiente sesión se produjo en 1992, durante una función en beneficio del Proyecto Sida Los Ángeles. Me invitaron a hacer una demostración pública, como oportunidad de ver la muerte con una perspectiva menos ortodoxa. Dado que las demostraciones públicas pueden incluir a más de quinientas personas, debo hallar el modo de establecer un vínculo entre el mundo espiritual y los participantes terrenales. Lo consigo por medio de mis guías espirituales, que averiguan la situación de determinado espíritu y lo colocan muy cuidadosamente detrás de mí. Yo no tengo voz ni voto en la colocación o el orden en que recibiré la información; nunca sé quién aparecerá.

Durante la cuarta comunicación comenzó a hablarme un espíritu femenino.

-Aquí hay una señora. Me dice que murió en México. ¿Eso tiene sentido para alguno de los presentes? Como no hubo respuesta, continué:

-Esta mujer me dice que murió en un accidente entre un coche y un autobús. Sí, creo que se estrelló contra un autobús. ¿Alguno de los presentes reconoce esto?

Una vez más, no obtuve respuesta. Es raro que nadie reconozca una información. Cuando eso sucede, más adelante me entero de que alguien identificó el dato, pero ya quedó tan impresionado que no quiso presentarse ante el público o no pudo interpretar correctamente la información hasta terminado el acto. Esa noche ocurrió lo último. Tras dos horas de

demostración, me despedí del público. Cuando estaba recogiendo mis cosas para retirarme, se me presentó un hombre moreno.

-Disculpe usted. Me llamo Ed Auger. -Hola. ¿En qué puedo serle útil? -Pregunté.

-Me preguntaba si la información sobre la dama de México podía ser para mí. Mi madre murió en México y en accidente de tránsito, pero no fue contra un autobús, sino contra un camión.

-No -le dije-. Esta señora me mostraba claramente un autobús que tenía algo escrito en el flanco. ¿Está seguro de que chocó con un camión?

-Creo que sí, pero voy a consultar con mi padre. Muchísimas gracias. Dicho eso, abandonamos la habitación y cada uno se fue por su lado. Un mes más tarde recibí de Ed una llamada telefónica urgente. Me dijo que había hablado con su padre, residente en México, quien le confirmó que el accidente de su madre había sido con un autobús. Hasta envió a Ed un recorte de periódico donde comentaba el asunto. Ed estaba muy apenado por no haber reconocido la información desde un principio; expresó la esperanza de que su madre no estuviera enojada con él. Según dijo, no estaba seguro de los detalles porque, al producirse el accidente, él tenía sólo dos años. Acordamos una cita, esperando que Ed pudiera reencontrarse con la madre, a quien apenas, había conocido.

-Su madre era una mujer muy bonita, Ed: de hermosos ojos pardos y pelo oscuro. La veo recogiendo la cabellera hacia atrás -Tengo una sola foto de ella, y está peinada así -confirmó Ed.

-Bueno, su mamá lo contradice. Asegura que usted tiene otra foto suya en la sala. -No, que yo sepa.

-Dice que no es una foto común, sino algo especial. ¡Que curioso! Menciona que fue hecha justo antes de casarse. ¿Sabe usted algo sobre alguna pintura suya?

-Oh, Dios, sí. En la sala tengo un retrato de mi madre a los diecinueve años. Cuando lo pintaron, acababa de conocer a mi padre.

-Se está riendo. Dice que usted es muy melindroso todo lo que tiene en esa sala. También me muestra algo así con máscaras. Parecen objetos tribales.

-Sí, están colgadas enfrente de su retrato, en la pared opuesta, Colecciono máscaras africanas. ¡Es asombroso!

-Habla de su padre, Ed. Dice algo sobre una medalla que él tiene. Espere, permítame aclarar esto... Bueno, ¿su padre tiene alguna especie de condecoración, una medalla con una cinta? Ed no estaba seguro.

-Su madre provenía de una familia muy respetada. Creo que tenían cierto renombre en un sentido político. ¿Le suena correcto?

-Sí, exactamente. En México mi abuelo era alcalde, un hombre muy encumbrado e influyente. -Ella está tratando de transmitirme su nombre. Me lo da en tres palabras por separado. Una de ellas suena como... ¿Camille o Camilla?

-Increíble. Se llamaba Camila Dolores Garda.

-Oh, bien, qué bien. Su madre es muy buena comunicadora. Hubo una pausa de varios minutos. -Lamento decir esto, pero debo transmitirle exactamente lo que recibo. No omito nada.

-Está bien. Diga nomás.

-¿Sabe usted si su madre se casó por obligación? -¿Qué quiere decir?

-Bueno, ella dice algo de un casamiento forzado.

Ed quedó atónito. Nunca había sabido de eso y le costaba creerlo. Le dije que tal vez yo estaba interpretando mal y que le convenía consultar con el padre. La comunicación se prolongó un tiempo. La madre mencionó un anillo de diamantes, el trabajo de Ed en el ambiente financiero y su reciente mudanza. Ed salió de la entrevista complacido, pero aún desconcertado. Pocos días después llamó para decirme que había hablado del asunto con su padre. Éste confirmó que había recibido una medalla del ejército y que la guardaba en un cajón de su dormitorio, junto al anillo de diamantes que había regalado a su esposa.

Luego Ed explicó el mensaje referente al casamiento forzado. Según resultó, el padre de Ed volvió a casarse dos años después de enviudar. Le contó a Ed que se había visto obligado a contraer matrimonio con esa mujer para no arruinar la reputación de la familia, pues ella estaba embarazada. Nunca se lo había dicho a nadie; lo reservaba como secreto familiar. Ed estaba convencido de haberse comunicado con su madre. Le alegra saber que ella lo acompaña siempre y que lo estará esperando cuando le toque retornar al mundo espiritual. Dijo que aguardaba con ansias el momento de reunirse con ella para siempre.

CAPITULO 6. El Sida.

A lo largo de toda la historia escrita, cada generación ha debido enfrentarse con una plaga devastadora, de uno u otro tipo. Es lamentable que yo deba dedicar un capítulo al tema, pero el sida ha llegado a ser algo común en la sociedad de hoy. Como asesino masivo, ocupa su puesto entre el cáncer y las enfermedades cardíacas. A menudo se me ha preguntado: "¿Por qué existe el sida? ¿Qué debemos aprender de él?". Se han escrito cientos de libros en el intento de responder a estas preguntas. No pretendo tener grandes conocimientos sobre el tema ni trataría de explicar su existencia en este libro.

Creo que los motivos son demasiado complejos y que esas cuestiones no tienen una respuesta sencilla. Sólo puedo transmitir al lector mi experiencia con esta enfermedad desde un punto de vista espiritual: Desde quienes han cruzado el umbral de la muerte y explicaron por qué tuvieron que padecer el sida. Ante todo, quiero reiterar un punto: Todas las cosas han sido creadas a partir del pensamiento universal. Aun cuando no veamos pensamiento alguno, éste existe. He señalado antes que la ley universal de causa y efecto es constante, como el movimiento de energía que anima a nuestro mundo. En otras palabras: Es nuestro pensamiento lo que crea las condiciones en que vivimos. Muy pocos vivimos la verdad de lo que somos. En cambio utilizamos mal el poder de nuestros propios pensamientos. Incluso quienes predicán la verdad parecen incapaces de respetar su divina filosofía. Por eso, en vez de utilizar nuestros pensamientos para compartir los ideales de un Dios de amor incondicional, aplicamos nuestras energías a la intolerancia y el prejuicio.

Es demasiada la gente que quiere jugar a ser Dios sobre la tierra. Algunos utilizan su poder material para dominar a otros. El egoísmo ansía el poder para servirse a sí mismo y lo busca donde sea: en una sala de directorio, en un despacho gubernamental o en un púlpito eclesiástico. Junto con el poder existe la creencia de que cierta cantidad de riquezas materiales nos vuelve privilegiados y valiosos. Todos sabemos que algunos han prosperado y siguen haciéndolo gracias a la explotación de otros seres humanos. En último término, a nosotros, como individuos, nos corresponde saber que nuestro valor no se mide por la cantidad de dinero que tengamos en el banco, el tamaño de nuestra casa o los automóviles que poseamos. Cuando

pasemos al otro lado, lo único que se nos preguntará es la cantidad de amor que tenemos en el corazón.

Todos somos iguales. Dios no ha escogido a un grupo por sobre otro. Cuando nos atrevamos a ser conscientes, elevaremos nuestro entendimiento y nuestra compasión; entonces veremos que todos somos parte de la energía universal de Dios. Estaremos libres de odio y prejuicios en cuanto a color, raza, género o preferencias sexuales. Dios no es limitado. Sólo los seres humanos limitan su pensamiento. Personalmente creo que, al diseminar el odio, el prejuicio y la intolerancia, hemos contribuido a diseminar el sida. Es nuestra errónea manera de pensar, lo que provoca la sensación general de enfermedad y desarmonía que nuestro mundo sufre actualmente. A menudo la gente pregunta si existe cura para el sida. Yo respondo que sí. Existe una cura para todo tipo de enfermedad que nos aflija, pero no se hallará ninguna mientras no comencemos a alejar nuestra conciencia de las actitudes egoístas para apreciarnos y amarnos mutuamente.

El estado conocido como sida, aunque se trate de una enfermedad horrenda, también ha sido una increíble oportunidad para el desarrollo y la iluminación. Aunque en un principio se la asociaba a los homosexuales, en la actualidad ha alcanzado a la población en general. Todos los pueblos del planeta se han mostrado renuentes a darse cuenta de su alcance. Sin embargo, finalmente estamos comprendiendo que todos participamos de este problema. Por causa del sida estamos obligados a aprender lecciones de tolerancia, comprensión y aceptación.

Este mal también saca a relucir rasgos de la personalidad y el carácter que la gente no reconocía como parte de sí misma. Muchos de los individuos afectados cuestionan, entre otras cosas, su espiritualidad, su existencia única universal, su miedo a lo desconocido y (lo más importante) el elemento del amor. Bajo las peores tensiones, el alma crece más. Esto no vale sólo para los afectados, sino para sus familiares y amigos. Durante sesiones con espíritus que han pasado por esta enfermedad, muchos dieron motivos por los cuales tuvieron que vivir dicha experiencia. Los espíritus prologaban su comunicación explicando que habían elegido ese sendero mucho antes de venir a la tierra. Muchos han dicho que están ayudando a equilibrar el karma negativo del planeta, creado por nuestra errónea manera de vernos y tratarnos mutuamente. Quienes han sufrido de cáncer me dijeron lo mismo.

Dedico este capítulo a todos los afectados por esta devastadora enfermedad, a todos los que colaboraron para ayudar a los enfermos, y a quienes han perdido de esta manera torturante a sus preciosos seres queridos.

La niñita de mamá.

Conviene señalar que es importante la habilidad comunicadora del espíritu, ya que ella determina en gran medida el éxito de la consulta. La siguiente sesión fue impresionante por dos motivos. En primer lugar, la criatura hablaba con claridad y precisión y comprendía el proceso de comunicación. Además, los niños que se presentan son siempre puros y hablan con inocencia. Cierta día, una dama muy afligida, llamada Miriam, me llamó para implorarme ayuda. Su pequeña había muerto de sida causado por una transfusión de sangre.
-No puedo vivir sin asegurarme de que mi pequeña este bien -dijo.

Una cancelación de último momento me permitió atenderla. Miriam Johnson, al llegar, me informó que no estaba familiarizada con mi trabajo. Dijo que ya no sabía qué hacer; cualquier poquito de luz que se le brindara sería una ayuda. La hice sentar y le expliqué detalladamente cómo operaba yo y qué podía esperar. Estaba un poco nerviosa, pero cuando comprendió que yo

no era un estafador ni representaba peligro alguno, pudo relajarse y permitir que se desarrollara la experiencia. Comencé con mi oración habitual. Pasaron varios minutos antes de que empezara a oír en la cabeza unos leves susurros. -Creo que su hijita está aquí. Tiene pelo castaño, largo, ojos verdes luminosos y una sonrisa encantadora. Parece algo tímida. Miriam, lacrimosa, preguntó:

-¿Es ella? ¿De veras? -Dice que sí. -¿Cómo lo compruebo? ¿Qué puede decirme? Continué. -Me da el nombre de Bethie. Miriam se echó a llorar incontrolablemente.

-Sí, ese era su apodo. Yo siempre la llamaba Bethie. En realidad se llama Elizabeth.

-Qué extraño... Sostiene algo que no llego a distinguir. Espere. Oh, ¿tenía algún animal de paño?

-Sí, en su cuarto. -Menciona que usted le regaló un animal de paño. ¡Un momento! Me lo está mostrando. Hum, parece un caballito rojo. ¿Encuentra usted sentido a esto?

-No, no recuerdo que tuviera un caballito rojo. Supongo que puede ser, pero no recuerdo.

Pedí telepáticamente a Bethie que me dijera algo más sobre ese animal. Al cabo de unos minutos proseguí: -Bethie me muestra un cuarto de hospital. Usted está de pie allí, con un caballito rojo. En la cabeza de Miriam se encendió una luz.

-Oh, sí, por supuesto. John y yo le compramos uno. Lo tuvo consigo todo el tiempo que pasó en el hospital. Lamento no haberlo recordado.

-Debo reconocer que su niña es muy inteligente; decididamente, vino a esta tierra con una misión. Me encanta su energía y sus ganas de vivir. Seguramente, nadie sospechaba que moriría tan joven. Miriam asintió con la cabeza y se enjugó las lágrimas.

-Habla de un campamento. ¿Recuerda usted si ella fue a algún campamento?

-Sí, este último verano. -¿Oigo algo parecido a "rana"? -No. Era el campamento Rainier.

-Bastante parecido. Su hija me está mostrando una medalla, tiene una especie de cinta. ¿Comprende usted eso? -Sí -exclamó Miriam-. Ganó una medalla que yo estuve mirando. Era campeona de remo.

-Sí; esta mañana, cuando usted sacó la medalla de la caja ella estaba en el dormitorio. Miriam apenas podía creer en lo que oía.

-Envía sus cariños a John y me encarga decirle que esta de acuerdo con la decisión. Lo siento, pero no tengo idea de lo que quiere decir. A Miriam volvieron a llenársele los ojos de lágrimas.

Me miró diciendo: -Le dije a John que me casaría con él, pero no estaba segura de que a mi pequeña le gustara. -Dice que sí. Y que cuando murió, en el hospital, vio a John inclinarse para darle un beso en la frente.

Después de otros datos demostrativos increíbles, pregunté a Miriam si quería saber algo.

-Sí. ¿Mi pequeña estará en el cielo cuando yo llegue? En ese momento me alcanzó una emoción muy bella y amorosa, proveniente de Bethie. Me encargó responder a su madre que no sólo estaría allí, sino que saldría a su encuentro para llevarla consigo al cielo. Al término de la sesión, Miriam sonreía de oreja a oreja. No pudo contener el impulso de abrazarme y expresarme su gratitud. Por fin se sentía capaz de retomar su vida, con la seguridad de que su pequeña estaba a salvo y llena de vida. La mujer desesperada se había convertido en una mujer gozosa.

El corazón.

Lo bueno de mi trabajo es que, además de esclarecer a otros sobre la verdad de la vida después de la muerte, he presenciado, cambios increíbles y milagrosos en las personas que atendí. La sesión siguiente fue una de las experiencias más conmovedoras que he tenido en cuanto a amor eterno. Muchas veces se me brinda alguna información que solo, adquiere sentido más adelante. Tal fue el caso durante la consulta d un joven llamado Tom. Cuando empecé a sintonizar su energía vi a otro joven de pie a su lado. Comenzó a describir las circunstancias de su muerte, de la que yo nada sabía hasta ese momento.

-Aquí hay un caballero que le envía muchísimo amor. Está a su derecha. Tiene ojos azules, pelo castaño y barba. Murió bastante joven. Tengo la impresión de que habría debido morir más adelante. Hum... ¿sabe usted quién puede ser? -Sí, creo que sí -respondió Tom.

-Me transmite una sensación de ausencia, como si estuviera drogado. Creo que era una medicación contra el dolor, algo parecido a la morfina. -Sí, en efecto.

-También percibo que le costaba respirar. Creo que le suministraban oxígeno. También siento una gran debilidad. Parece el estado del sida. ¿Comprende usted esto? Tom empezó a llorar.

-Comprendo, sí. Así murió él. -Le envía su amor y dice que está constantemente con usted. Ha estado tratando de hacérselo saber, pero usted no lo ve, cosa que le resulta muy frustrante. Dice que usted ha recibido un ascenso. -Bueno, sí; el otro día mi supervisor mencionó esa posibilidad. -Su amigo ríe. Dice que él lo ayudó a conseguir el ascenso y que ahora usted está en deuda. Tom rió.

-¿Le dice algo el nombre de Gary? -¡Así se llamaba!

-Menciona algo sobre el jardín delantero. Usted quería plantar flores. Se muestra a sí mismo regando el prado y dice que usted no ha elegido las flores adecuadas. ¿Sabe a qué se refiere? -Sí, creo que sí. La semana pasada fui al vivero y compré unas plantas para el jardín de adelante. Las llevé a casa, pero todavía no las he plantado. -¿Por qué?

-Al llegar a casa las puse junto a las otras y comprobé los colores no combinaban. Tengo que devolverlas. Gary era muy detallista en cuanto a su jardín y solía regarlo todos los días. Me di cuenta de que a él no le gustaría esa combinación de tonos. No me atrevo a plantar flores que no respondan a su esquema de colores. ¡A él no le gustaría! -Y no le gusta -exclamé. Los dos nos echamos a reír.

-Me dice que usted estuvo en la cochera, revisando algunas cajas. Me muestra álbumes de fotos. ¿Encuentra usted sentido a esto? -Sí, esta semana me dediqué a eso. Estoy pensando en mudarme; quería ver qué puedo llevarme y qué no.

-Gary dice que usted ya ha hablado con alguien sobre la venta de la casa y que ha visto una, detrás de donde vive ahora. -No entiendo eso. -Gary dice que espere. Ya entenderá. Me muestra algo relacionado con... dos corazones unidos. ¿Tiene usted algo parecido en su dormitorio? Tom no localizó los corazones. Revisó mentalmente la casa sin hallar lo que yo describía. Le dije que quizás adquiriera sentido más adelante.

-Gary me encarga decirle que lo ama mucho y que siempre lo amaré. Quiere hacerle saber que está siempre con usted. Tom, a su vez, expresó su amor por Gary y su alegría por saber que lo tenía cerca. -Gary le hará llegar alguna señal para que usted sepa está a su lado. -Estupendo. No veo la hora...

Dicho esto, terminó la sesión. Tom me aseguró que se sentía aliviado. Reconocía la personalidad de Gary en muchas de las cosas que se habían dicho. Después de darme las gracias, salió. Cuatro meses después volvió a verme y me relató un hecho asombroso. Dijo que, después

de nuestra sesión, fue a su casa y guardó la grabación, sin volver a pensar en el asunto. Tres semanas después obtuvo el ascenso que Gary le había anunciado. Y siguió explicando:

-Mi compañera de trabajo me dio dos tarjetas. La primera era de congratulación por el ascenso. Luego dijo: "Me pasó algo extrañísimo". Después de comprar la tarjeta, cuando ya salía del negocio, se detuvo frente a otra tarjeta y sintió un irresistible impulso de comprarla. No entendía por qué, pero estaba segura que debía regalármela. Cuando abrí la tarjeta vi que tenía dos corazones unidos y un mensaje impreso: TE AMO.

Tom notó algo familiar en la tarjeta. Al volver a su casa, revisó varias cajas llenas con las cartas y las tarjetas que había recibido de Gary. Al abrirlas comprendió el mensaje: todas terminaban con las mismas palabras: TE AMO... Gary.

¡Mamá, papá, soy yo!

Muchas de las personas que me consultan son sumamente escépticas. Por lo general, sus creencias no les permiten abrirse las posibilidades de una vida después de la muerte. Mi trabajo desafía las convicciones más convencionales, basadas en años de rígidas ideas y pensamientos cerrados.

En torno de cada criatura viviente existe una fuerza energética que llamamos aura. Cuando un espíritu te visita, te ve como una forma de energía. No sólo divisa tu cuerpo físico (la cara, el cuerpo, las piernas, etcétera) sino que también te ve en muchos otros planos. En el aura, el espíritu puede apreciar tus tres cuerpos: el emocional, el mental y el espiritual, así como el estado en que se encuentra cada uno. El campo áurico contiene todos tus pensamientos, palabras, actos, sentimientos y problemas de salud. Por lo tanto, los seres espirituales pueden detectar cualquier enfermedad o malestar emocional que estés experimentando. Cuando los espíritus consideran que se puede hacer algo para ayudar al individuo transmiten especialmente esa información. Además, el ser espiritual puede captar cualquier otra información registrada en el aura, como algún acontecimiento futuro en el que hayas estado pensando.

La siguiente lectura cambió totalmente la manera de pensar de mis consultantes. Una vez más, reitero que no soy yo quien decide quién o qué se presenta. En este caso, alguien a quien ellos no esperaban se presentó con una información que me parece extraordinaria. Vivian y Paul Strauss estaban sentados frente a mí. Como noté que eran escépticos, comencé de inmediato.

-Bueno, no sé con quien quieren ustedes establecer contacto, naturalmente, pero debo preguntarles si perdieron una hija. La pareja intercambió una mirada inquisitiva. Luego ambos se volvieron hacia mí. Habló Vivian. -No, pero ¿de dónde saca usted eso?

-Con ustedes hay una muchacha de unos veinte años. Lo siento, pero no capto su nombre. Veamos. Tal vez me haga saber quién es. Pasaron algunos minutos.

-Vivian, aquí hay una señora mayor relacionada con su madre, que habla de... ¿Chicago?

-Sí, es mi abuela, mi abuela materna. Vivía en Chicago ¿Qué dice?

-Está preocupada por su madre, Vivian. ¿Ella tiene problemas con la vista o acaba de pedir cita con un oftalmólogo? Paul empezó a removerse en la silla, inquieto. La información lo había tocado en lo vivo. -Así es, exactamente -asintió.

-Esta señora menciona que usted ha tenido problemas con su madre, que no habla con ella. Permítame expresarlo de este modo: su madre tiene una personalidad algo abrumadora y suelen chocar. ¿Puede ser? No podían creer en lo que estaban oyendo. Yo había expresado la situación

con exactitud. -Es cierto; no nos llevamos tan bien como yo querría. -dijo Vivian-. Es difícil hablar con ella. -Su abuela quiere que la trate mejor. Dice que debe ser más comprensiva con ella.

La pareja asintió con la cabeza. Continué: -Esta señora les envía mucho amor. ¿Quién es Paul? -Así me llamo yo -dijo el marido. -Pero en el mundo de los espíritus hay otra persona del mismo nombre. Vivian y Paul volvieron a mirarse. Las lágrimas eran visibles en sus ojos. -Se me dice que es vuestro hijo. ¿Es así? -En efecto.

-Paul, quiero repetirle lo que me dice su hijo. Debe usted cuidarse más. Él está muy preocupado por su salud. Dice que usted no ha enfrentado su muerte, que oculta su dolor en vez de expresarlo. Eso es perjudicial para su salud. Le recomienda salir y hacer otras cosas. ¿Le gusta la jardinería? -Sí.

-Su hijo quiere que plante algunas flores en el jardín delantero. -El otro día estuve pensando en eso. La pareja me miró sin comprender. Obviamente, los conmovía la precisión de la información y estaban pendientes de cada palabra mía. -Esto puede resultarles muy extraño -dije-, pero su hijo quiere hacerles saber que allá tiene novia. Vivian se cubrió la cara con las manos, llorando, y murmuró: -Es cierto. ¿Ella está bien?

Como no entendía la situación, pedí a los padres que me aclararan ese mensaje. -¿Su novia terrenal también falleció? -Sí, varios meses después que él. Para nosotros era como, una hija -explicó Vivian.

-Oh, Dios mío, esto es increíble -continué-. Ella quiere hacerles saber que están juntos. Ah, ella es la muchacha que se presentó al comienzo de la sesión. Ambos afirmaron con la cabeza. La consulta se prolongó por un rato más, mientras yo transmitía rasgos de personalidad y las circunstancias en que había muerto el muchacho.

-Su hijo parece algo loco. Para él era difícil sentar cabeza. Se que está con esa chica, pero tenía muchas aventuras, -Sí, es cierto. Tenía muchas chicas. Al menos, eso decía. -Creo que le gustaba la música. ¿Saben algo de una guitarra en la cochera? Respondió Paul. -Sí, la estuvimos mirando. Paul quería tocar en una banda. Solía practicar constantemente. -Dice que, cuando vuelvan a casa, vayan a echarle un vistazo. Verán que tiene la segunda cuerda rota. Paul dijo que no estaba seguro, pero que lo verificaría. -Me dice algo sobre un auto. ¿Tienen ustedes una rural? -Sí.

-Habla de cubiertas nuevas, de comprar cubiertas nuevas. ¿Necesita cambiarlas? Temí que al hombre le fallara el corazón. Se había puesto, blanco como una piedra. -Se las cambié justamente el viernes.

-Dice su hijo que revise las luces traseras, pues debe cambiarlas. -¡Oh, Dios mío! Apenas anoche me di cuenta de eso. Los dos estaban estupefactos. -Su hijo murió muy pronto. Tengo una sensación muy extraña en la cabeza, como si estuviera drogado, aunque no creo que muriera por una sobredosis. Antes bien, eso se relaciona con el interior de su cuerpo. Repite que no tuvo que sufrir por mucho tiempo, lo cual lo alegra. ¿Tenía algo malo en la sangre?

-¡Sí! -¿Era sida? Volvieron a sollozar. -Sí.

-Qué extraño. Casi todos los que fallecen de sida han estado bastante tiempo enfermos antes de pasar al otro lado. No recibo eso de su hijo. Es decir: parece enfermar y morir muy pronto.

-Sí. Descubrió que tenía la enfermedad y, apenas una semana después, lo internaron y murió. Fue muy rápido -confirmó el padre.

-¿Y esa jovencita también falleció de sida? -pregunté. -Sí -dijo la madre.

-Les envía sinceramente su amor y... ¿saluda a Carrie? ¿Comprenden ustedes eso? Quiere enviar amor y gratitud a esa persona. -Carrie es su madre.

-Su muchacho quiere hacerles saber que lamenta haberles hecho pasar por todo esto. Dice que ahora está bien. Va a hacer música. Vivian y Paul se tomaron de la mano. Aquello por lo que habían orado, una mirada a un mundo flamante, se había cumplido. Aunque el hijo jamás les sería devuelto, a través de mí recibían indiscutible prueba de que estaba vivo en el otro lado. Ya podían iniciar el proceso de curación. Desde entonces, la relación de Vivian con su madre ha mejorado mucho y Paul ha empezado a cultivar un bello jardín, donde se sienta a meditar y contemplar la vida desde una perspectiva distinta.

Adiós, Bebé.

Como ya he mencionado, nunca sé qué parte de la consulta causará la mayor impresión en un cliente. Gran parte de la información parece prosaica, pero comprendo, claro está, que esta destinada a servir de prueba. A veces recibo mentalmente un mensaje y lo racionalizo, pensando que estoy alterando la información o que es demasiado superficial. No obstante, después descubro que esa determinada palabra, esa frase o descripción tenía un significado especial para el cliente. Pese a los años que llevo en esta práctica, me descubro aprendiendo constantemente a confiar en mi comunicación con los espíritus. La sesión siguiente ejemplifica a las mil maravillas cómo algo trivial puede cambiar para siempre la vida de una persona.

Asistía a una sesión grupal en la casa de una mujer, en San Bernardino, California. Después de comunicar para tres de los presentes, me volví hacia una joven que estaba sentada sola en el sofá. Se llamaba Laurie. Durante media hora le transmití un mensaje de su abuela, la cual describió las posesiones familiares, quién tenía ciertos objetos suyos y en qué sitio de la casa estaban dispuestos. Ya cerca del final, emergió el espíritu de un joven, que se sentó junto a la muchacha. Pareció tomarla de la mano y comenzó a enviarme información.

-Debo decirle que veo a un hombre sentado junto a usted. Dice que él es el motivo de su asistencia a esta reunión, Laurie. ¿Comprende usted eso? Pensé que iba a desmayarse. Se puso blanca y los ojos se le abultaron en el esfuerzo por contener las lágrimas. Entreabrió los labios. -Sí. ¿Está él aquí?

-Tengo a un hombre que dice amarla. Y que lo siente mucho. Siente mucho lo que hizo. Laurie se enjugó las lágrimas para dedicarme una sonrisa jubilosa. Me transmite una inicial. Un nombre que comienza con M. ¿M al principio e Y al final? Así es. Se llama Marty. -¿Era su novio, Laurie? -Sí.

-Habla de de un problema, de que no fue sincero con usted en algunos aspectos.
-Lo sé. No importa. Dígale que no importa, por favor. Entonces expliqué a Laurie cómo podía enviarle sus pensamientos sin necesidad de mí.
-Marty parece un tipo recio. Tiene muy buen sentido del humor, pero reconozco que parece algo retorcido. ¿Comprende usted eso? Dice cosas que no vienen al caso y la gente puede hacerse una idea equivocada de sus intenciones.

Laurie sonrió, comprendiendo. Dijo que a menudo él "volvía loca a la gente" con sus dichos.
-Dice que ustedes iban a vivir juntos, pero que usted no pudo o que hubo alguna dificultad. Dice que hubo demasiada interferencia ajena. ¿Comprende usted?

-Bueno, mi madre no simpatizaba con Marty y no quería esa relación, de modo que nos hostigó mucho cuando hablamos de convivir.

-Él comprende. Dice que tenía un pasado turbio y que usted lo ayudó a enderezarse. Creo que tenía malas amistades. Laurie asintió con la cabeza. Continué: -Creo que estaba muy enredado con las drogas. Fue así como pilló el virus: compartiendo agujas. ¿Usted sabe algo de eso?

-No sé. Él no me decía nada. Supongo que así se contagió. Antes de conocernos estaba muy mal.

-Dice que usted fue lo mejor que pudo sucederle. Es algo irónico. Habla de un compromiso. ¿Estaban pensando en casarse?

Laurie vuelve a sollozar. -Hablábamos de eso, sí. Él quería. Hablábamos de fijar fecha. -Él menciona un anillo de compromiso. Dice que lo escogió para usted. Laurie se derrumbó. Después de varios minutos nos mostró un anillo de diamantes que llevaba colgado del cuello con una cadena. Entre lágrimas, explicó:

-Su madre encontró esto con una carta dirigida a mí. El pensaba dármele el mismo día en que murió. Todo el mundo ahogó una exclamación simultánea. Aguardé unos pocos minutos a que Marty suministrara más información. -Quiere darle las gracias por cuidar de él, Laurie. ¿Usted ayudaba a bañarlo y a darle de comer?

-Sí, yo lo cuidaba. Nadie más quería saber nada con él. A mí no me molestaba. Lo amaba. -Fue usted muy bondadosa. Se la estaba sometiendo a prueba del espíritu, que por cierto aprobó.

Durante el resto de la consulta, Marty volvió a darle las gracias por enderezar su vida y por atenderlo durante su enfermedad. Trató de transmitirle que aún la amaba. Laurie creía estar hablando con el espíritu de su difunto amante, pero me di cuenta de que tenía ciertas dudas. Como mi energía estaba en descenso, guías me indicaron que diera la sesión por terminada. Después de agradecer a todos los presentes, me volví hacia Laurie.

-Marty dice: "Adiós, bebé".

Ella se levantó con un grito. Le pregunté si se sentía bien -Anoche -exclamó-, al pensar en Marty, le dije: "Si lo de ese hombre es verdad y te presentas, llámame por mi sobrenombre". Mi sobrenombre es Bebé. Ante eso, todos dejamos escapar una exclamación colectiva y meneamos la cabeza, asombrados por el espíritu y el poder del amor.

CAPÍTULO 7. Suicidio.

Como individuos vivientes, estamos compuestos por todo lo que hemos experimentado en vidas pasadas. En otras palabras, nuestra vida actual es una recopilación de pensamientos y actos anteriores, positivos o negativos, que traemos con nosotros. "Por nuestro karma anterior, por lo tanto, renacemos en determinadas familias y con determinada situación económica y social, según sea necesario para nuestro crecimiento espiritual.

Antes de venir a una encarnación terrenal, el alma se prepara en los reinos espirituales para su nueva vida. Es común que el alma vuelva a un campo laboral que cultivó o le interesó en vidas anteriores. Supongamos que un alma proyecta experimentar la vida terrenal en el año 2021 como profesional médico. Pasará un tiempo con sus guías y maestros, perfeccionando las técnicas necesarias, y estudiará los avances médicos y tecnológicos disponibles en esa época. Es posible que también sepa de las enfermedades o plagas nuevas que puedan afectar a la humanidad; aprenderá a difundir conocimientos y amor a todo el mundo a través de su obra potencial sobre la tierra. Cuando un alma cobra conciencia de este conocimiento, se la integra en una nueva personalidad. Es vital que comprenda el valor de su participación en el futuro de la humanidad y el modo en que afectará la vida de muchos otros.

Como seres espirituales, aprendemos, crecemos y evolucionamos constantemente. Contemplamos nuestra encarnación futura como una especie de plano de lo que deseamos lograr aprender durante nuestra estancia en un cuerpo físico. Por lo tanto, recogemos en la tierra oportunidades y experiencias que sean óptimas para el desarrollo espiritual y la conciencia. Nuestro

karma está entretejido con el momento de la próxima encarnación y la experiencia que ha de brindarnos.

En último termino, todos hemos venido a aprender el amor. Puede parecer simple, pero en realidad no es fácil. El amor tiene muchos aspectos. Una de las primeras lecciones que deben aprenderse es el amor del yo. Sin amor y conciencia del yo no sabremos amar al prójimo. Una vez que hemos dominado ese amor incondicional del yo y del prójimo, estamos iluminados y respetamos la ley natural de causa y efecto, no porque deseemos una mejor situación en la vida, sino porque sabemos que es el único camino. Al comprender esta ley y vivir de acuerdo con ella, llegamos a respetar la condición única de cada uno. Entonces podemos vivir en armonía con nuestros compañeros humanos para el bien de todos.

La tendencia al suicidio.

Esta tierra es un lugar donde podemos experimentar elementos y aspectos de la condición humana que no podríamos, conocer en ningún otro lugar. Es un lugar de crecimiento, y crecer nunca es fácil. Casi todos los que aquí viven se enfrentan constantemente con la preocupación de sobrevivir. Nos vemos, bombardeados por dificultades económicas, laborales, emocionales o de salud. Muchas veces estas preocupaciones se asocian a sentimientos de autodestrucción. "No puedo sobrellevar esto", pensamos. O: "Sería mejor morir".

Es muy común que una persona sienta impulsos suicidas al menos una vez en la vida. Sin embargo, este sentimiento viene y se va según cambien las situaciones. El tipo de personalidad que, obsesionada con la idea de la autodestrucción, atenta varias veces contra su vida suele caer en una de las siguientes categorías:

1. Personalidad dominante que no puede controlar su situación.
2. Individuo con una imagen muy negativa de sí mismo. Se considera inútil porque no cree aportar nada a la sociedad. Cree que el planeta estaría mejor sin él.
3. Enfermo terminal que no quiere soportar el dolor y el sufrimiento de morir.
4. Enfermos mentales o personas afectadas por un desequilibrio bioquímico.

Es comprensible que, dados ciertos sentimientos, circunstancias y convicciones, alguien encuentre una perfecta justificación para acabar con su propia vida. Sin embargo, desde un punto de vista espiritual, no es correcto. Cada uno tiene un destino para el cual ha nacido. Su destino kármico puede durar sólo un mes, treinta y cinco años u ochenta. Antes de retornar a esta tierra nos colmamos con un fuerte deseo de renacimiento y experiencia física; de ese modo, ingresamos en este mundo con un mecanismo de sincronización incorporado en nuestra red psíquica. Cuando se abrevia la vida, nuestro cuerpo físico deja de existir, pero debemos entender que aún están activos los lazos magnéticos que nos atan a la tierra.

Esos lazos sólo se cortan cuando hemos completado nuestra prefijada estancia en el plano físico, pues, como está escrito, "cada estación tiene su tiempo". Cuando una persona se mata, una de las primeras cosas descubre es que no ha muerto. Tiene una abrumadora sensación de gran peso, pues los lazos terrenales siguen formando parte de su naturaleza. En cierto sentido podemos decir que el alma no se ha liberado por completo. La personalidad mortal muere, pero el alma inmortal no. El alma permanece atascada entre el mundo físico y el espiritual: Viva, pero imposibilitada de comunicarse, con sus seres queridos o con cualquier otro.

Experimenta culpa dolor y angustia por la vida que ha abreviado. Se entera entonces, que tenía un destino y de lo significativa que habría podido ser su vida si hubiera seguido existiendo. En el estado espiritual descubre por qué debía pasar por las mismas experiencias que lo llevaron al

suicidio. También percibe el dolor y la ira de aquellos a quienes abandonó. La circunstancia más desdichada es que se encuentra en un limbo. No puede ir a los mundos celestiales ni puede regresar al mundo físico. Está varado en una tierra de nadie, con el recuerdo constante de su horrendo acto. Ve su muerte una y otra vez, reproducida como una mala película. Está atrapado y no tiene manera de salir del teatro.

Si bien algunos tienen conciencia de lo que han hecho, muchos suicidas pueden ignorar que han fallecido. En general, estas almas reviven automáticamente su muerte, una y otra vez. El acto suicida se convierte en un círculo interminable, que puede ser bastante horrible. Con el correr del tiempo llegan a comprender que en verdad han muerto para el plano físico.

Visión espiritual del suicidio.

Detrás de cada acto existe una fuerza poderosa: El motivo. Este motivo es el factor determinante no sólo del suicidio, sino de cada uno de los actos de nuestra vida. A través del motivo llega la acción; creamos acciones basándonos en los motivos. Como he dicho muchas veces, existe una ley natural de causa y efecto. En otras palabras: La acción es resultado directo del motivo.

En el caso de los enfermos terminales o de los ancianos, algunos se suicidan por ahorrar a la familia tiempo, dinero y sufrimiento. Estas personas no tienen conciencia del flanco espiritual de sus actos. Puede que, antes de entrar en el plano físico, los miembros de la familia hayan establecido ciertas condiciones y situaciones a fin de resolver su karma grupal. O tal vez debían experimentar el servicio a quien está enfermo. Más aún, algunos aducen que es preferible el suicidio asistido, pues abrevia el sufrimiento y brinda cierta dignidad a la muerte. Pero, ¿quién puede atribuirse el papel de Dios? ¿Cómo sabemos que el alma no decidió vivir la experiencia de una enfermedad fatal, a fin de resolver su karma? Si abreviamos el tiempo natural de una persona sobre la tierra, jamás sabremos si habría podido aprender algo valioso o si esa experiencia no era necesaria para alcanzar otra meseta espiritual.

En todo caso, cuando se produce un suicidio, el alma tendrá que volver a pasar por la experiencia de aprendizaje, se verá obligada a retornar en otra vida con la misma enfermedad u otra parecida. La dolencia puede no ser tan grave como en la existencia anterior, pues parte de ella ya ha sido vivida. Por lo común, el alma debe agotar una enfermedad para que no vuelva a afectarla nunca más. Hay dos excepciones en las que el suicidio no es error:

1. Si es cometido por un individuo mentalmente enfermo o con un desequilibrio bioquímico. En esas situaciones la persona no tiene plena conciencia de su decisión. Al fallecer se encuentra en una especie de hospital, donde se lo ayuda a curar su alteración mental, y la naturaleza de su alma recupera el estado debido.
2. La segunda excepción al suicidio es la del alma que regresa al mundo físico antes de lo que corresponde, por lo que no está lo bastante madura para asimilar las lecciones como debería. Aun cuando el alma cree tener determinada fortaleza, al llegar a la tierra no se siente a gusto. Los que padecen esa deficiencia suelen decir a menudo, antes de su muerte, frases como: "No me adapto"; o: "No creo que sea el momento adecuado para mí".

Como la naturaleza del alma implica crecer y aprender, siempre traemos a la vida situaciones específicas que debemos superar o equilibrar. Si pudiéramos entender que, durante la estancia en la tierra, es normal experimentar sufrimientos físicos, mentales o emocionales, y también que el suicidio no acaba con nada de esto, creo que habría menos suicidas. Debemos

educarnos y educar especialmente a nuestros jóvenes, explicándoles los “males” del suicidio y acentuando la responsabilidad de vivir plenamente la existencia.

¿Cómo podemos los vivos ayudar a los difuntos?.

Muchas personas me han preguntado que se debe hacer con el cadáver de quien se ha suicidado. El cuerpo es sólo un envase. Al abandonar ese envase, el espíritu no siente ningún apego por el. Es como una prenda de vestir ya muy gastada. En caso de suicidio o de un accidente trágico es importante cremar el cadáver. Si el espíritu permanece en un estado más o menos terrenal, la cremación destruye prontamente el cuerpo, con lo cual el espíritu ya no se sentirá físicamente ligado a él. Será más fácil para el alma cobrar conciencia de su nueva situación.

Debemos comprender que este problema no tiene una solución simple, pues cada caso está rodeado de circunstancias diferentes. Pero es posible ayudar a quienes han cometido esa terrible equivocación. Es importante entender que la única manera de comunicarnos con esas víctimas es con el pensamiento. Primero, podemos enviar pensamientos al suicida indicándole que no debe malgastar sus energías en tratar de regresar al mundo físico. Debe comprender que ha abandonado el cuerpo físico. A continuación podemos enviarle pensamientos de amor, paz y perdón. De este modo reconfortaremos al alma atormentada, que cobrará mayor conciencia de su situación.

Como hemos dicho antes, existen muchos motivos distintos tras un acto de autodestrucción, pero el resultado es el mismo para todos. Hasta el día de hoy no se ha presentado ningún espíritu decirme que está conforme con su decisión ni que volvería a cometer el mismo acto. Por el contrario: Todos los suicidas comparten una sensación de arrepentimiento por el crimen cometido contra su alma. Puedo asegurar que todos los que han vuelto lo hacen para advertir a otros que no repitan su error. El suicidio demoró su progreso espiritual y les resultó muy difícil perdonarse. He escogido las siguientes sesiones como ejemplos de circunstancias y motivos por los que se puede producir el suicidio y la reacción del espíritu cuando, por fin, puede hablar con sus seres queridos. Muchas veces me ha sido imposible establecer contacto con un suicida, simplemente porque no tenía conciencia o se encontraba en un estado de limbo.

¡Lo siento!

El caso siguiente demuestra claramente la perturbación de un espíritu que, después de aniquilar su vida, sólo quería demostrar a sus seres queridos que estaba con ellos y necesitaba su perdón. También revela la confusión de quienes se ven abandonados. Al promediar la comunicación, la consultante se derrumbó, suplicando al espíritu que la perdonara, pues se sentía culpable por el suicidio de su amiga.

Ocurrió en ocasión de realizar una demostración mensual en la Iglesia Metodista Unida de Hollywood. Mi sala, el sitio habitual de esas demostraciones, resultaba demasiado pequeña para dar cabida a la multitud que iba a asistir: Allí podía alojar a treinta personas; en la iglesia, a doscientas. Esa noche el cielo estaba amenazador, como si en cualquier momento fuera a descargarse una lluvia torrencial que inundaría las calles. Desde el altar observé a la numerosa audiencia. El momento parecía extraño. Observé al gentío y luego miré a mí alrededor. Parecía imposible estar celebrando una sesión espiritista en una iglesia. Riendo para mis adentros, pensé: "¡Ja! ¡Si me viera el cura de mi familia!". Inicé mi meditación; mientras la recitaba oía el ruido de las gotas contra el tejado. No era una lluvia común, sino un auténtico aguacero. Se oyó el retumbar de un trueno, seguido de un deslumbrante relámpago que iluminó los vitrales. Era todo un espectáculo; Spielberg no lo habría hecho mejor.

Dije a la congregación reunida ante mí: -Bueno, si hasta ahora no tenían miedo, ¡puesto a que ahora sí!. En las sesiones grupales nunca sé quién se presentará primero. En este caso, como en la mayoría, empecé a percibir pensamientos de un ser espiritual.

-Aquí hay una mujer. Me repite el nombre de Susan. Inmediatamente oí gritar a una mujer en el segundo banco de la izquierda. La miré y le pregunté: -¿Comprende usted eso?
-No estoy segura-respondió ella-, pero conozco a alguien de ese nombre. Continué:
-Me dice que usted conoce a su madre. Justamente ayer estuve hablando con ella. Discutimos. La mujer dejó escapar otro chillido, como si perdiera el control. Todo el mundo la miraba. Era obvio que padecía un sufrimiento horrible. Aguardé algunos segundos.

-Esta mujer quiere venir a usted. Es extraño, pero no parecer ser de la familia. Sin embargo, tiene una relación muy íntima con usted y dice que la ama. La mujer inclinó la cabeza. Continué: -Me da el nombre de Kathy. ¿Comprende usted eso?
La mujer se enjugó las lágrimas; sus palabras se escurrieron sin que levantara la vista. -Así se llama ella.

-Dice que usted acaba de cambiar de empleo y quiere hacerle saber que ella la ayudó a conseguir el nuevo. También me muestra dos gatitos: uno a rayas grises, el otro, blanco con manchas negras. Se refiere a ellos llamándolos “los chicos”.

-Es cierto, son mis gatos. ¿Ella los ve en la casa? -preguntó la mujer.
-Sí, quiere hacerle saber que así es. Habla de la campana con que juegan en la cocina. Creo que está atada al pomo de una puerta. La mujer asintió.
-Me está mostrando una casa. Pero es una casa diferente. Hum... es de madera, de madera clara. Parece una casa de montaña. Tiene una barandilla de madera en torno del porche exterior. ¿La conoce usted? -Sí, era nuestra.

-Dice que planeaban reconstruir algo o hacer una ampliación. Es curioso, pero insiste en decir que los contratistas eran idiotas. La mujer alzó la voz.
-Sí, estábamos reconstruyendo un muro exterior cerca del porche y no hallábamos a un buen contratista. Todos arruinaban el trabajo.

-Me muestra un cuadro. Tiene un marco en forma de corazón. ¿Sabe usted a qué se refiere? -Sí, es la única foto que tengo de Kathy. Por favor, dígame que lo siento.
-Ella sabe que usted lo siente, pero dice que no fue culpa suya. ¿Entiende usted?
-Pero fue culpa mía. Ha muerto por culpa mía.

Presté atención y de pronto sentí un revólver en la boca. -Siento un revólver en la boca. El caño está muy frío. Lo siento, pero creo que ella se mató por un disparo en la boca. ¿Correcto?
La mujer ahogó una exclamación. -Sí.

-Dice que estaba muy confundida y que se encerró en el dormitorio un par de horas.
-Sí. Reñimos. Es cierto. Por favor, dígame que lo siento y que la quiero mucho.
-Sí, ella lo sabe -afirmé-. Su amiga me dice que fue ella quién decidió matarse. En ese momento quería que usted se sintiera culpable, ahora sabe que no actuó bien y le pide perdón por el dolor que le ha causado. Quiere hacerle saber que no tenía valor para cortar la relación entre ustedes y que no soportar imaginarla con otra persona. ¿Eso tiene sentido? -Sí. Comprendo, pero jamás podré perdonarme.

-Es preciso. Usted no apretó el gatillo. Trató de hablar con Kathy pero ella no quiso escuchar. Usted no es Dios. Comprenda: Su amiga no halló dentro de sí el amor necesario para entender que era especial. Ha vuelto para decirle que usted no tuvo culpa.

La mujer parecía escuchar lo que yo decía. La sesión se prolongó por un par de minutos; luego recibí un mensaje para otro miembro de la congregación. Durante la pausa, la mujer se acercó para abrazarme, diciendo. -Nunca había creído en estas cosas, pero sé que fue Kathy quien se presentó. -El mensaje de Kathy la había ayudado muchísimo, dijo. -Dio demasiadas pruebas de que se trataba de ella.

Añadió que trataría de perdonarse a sí misma, que rezaba por su amiga pidiendo su ayuda. Más adelante supe que esta mujer mantenía relaciones amorosas con otra mujer. Cuando le dijo a Kathy que no deseaba prolongar su relación con ella, pues era hora de continuar su camino, discutieron un buen rato. La amiga entró en el dormitorio, tomó el revólver y lo cargó. Luego se encerró en el baño y se disparó en la boca. Un último detalle: Kathy había mencionado a su amiga que aún la acosaba el recuerdo de su muerte, pero que estaba recibiendo ayuda de personas en estado espiritual.

Nunca es tarde para decir "te amo".

Es realmente una pena que un hombre joven, con todas las razones posibles para vivir, decida quitarse la vida. La familia se siente inmediatamente culpable y cree que habría sido posible impedirlo. El espíritu del hombre, avergonzado, tiene dificultades para perdonarse y volver a sentir amor por sí mismo.

Tal es el caso siguiente. Un joven regresó para hablar con su madre sobre el amor que sólo comprendió cuando ya era demasiado tarde. Aunque había allí mucho sufrimiento y dolor, también capté optimismo. Fue una sesión muy conmovedora; nunca estuve tan cerca de experimentar el verdadero significado del amor incondicional. Cuando el amor es tan fuerte no hay críticas. Al abrir la puerta me encontré con una mujer de contextura mediana, bella sonrisa y piel suave. Parecía tener unos cincuenta y ocho años; irradiaba paz y seguridad. Se expresaba muy bien y era práctica en su visión de sí misma y de la vida en general.

Al comenzar afirmó que nunca había estado en una sesión espiritista y que no creía mucho en esas cosas, pero su psicoterapeuta opinaba que eso podía ayudarla a resolver temas pendientes del pasado. Dijo que, para vivir el presente, era "materia dispuesta para cualquier cosa".

-Además -continuó-, me gusta estudiar todas las opciones.

Esas palabras me hicieron sentir una afinidad inmediata con la mujer. Tenía una personalidad encantadora y un refrescante sentido del humor. Naturalmente, yo no contaba con ninguna información sobre ella o la persona con quien deseaba establecer contacto.

-¿Se siente cómoda? -pregunté. -Estupendamente -respondió la mujer. Entonces inicié la comunicación. -Hay un hombre detrás de usted. Me encarga desearte un feliz cumpleaños.

-Bueno, muchísimas gracias. Mi cumpleaños fue hace dos días.

-Este hombre tiene una relación muy estrecha con usted menciona algo del África, un viaje al África. ¿Encuentra usted sentido a eso?

-Sí. Mi esposo y yo pasamos bastante tiempo allí y esperamos volver pronto. ¿Qué le parece? -¿Tienen ustedes dos hijos, varón y mujer? -No: dos varones.

-Este hombre me dice algo sobre un hijo varón. No sé si el es su hijo, señora, o si se refiere a uno de ellos. -No sé.

-Espere. Ah, ya veo. Su hijo menor falleció, ¿verdad? -Sí.

-Está aquí. Es quien se encuentra detrás de usted. Está perplejo porque no puede creer que estemos haciendo esto. Que lo esté haciendo usted. -Eso tiene muchísimo sentido.

-¿Sabe algo sobre una colección de antiguos artefactos tribales?

-Sí. Mi esposo comercia con antigüedades. Tenemos la llena de ese tipo de cosas. Dios mío, esto es asombroso. -Se me da el nombre de... Andrew o Andy.

-Así se llama él. Le decíamos Andy. Lleva el nombre de su padre.

-Me muestra una hermosa casa; en las paredes hay bellas pinturas al óleo. Parecen provenir del mundo entero. Se parece mucho a un museo.

-Correcto. ¡Caramba, usted es asombroso! Colecciono obras de arte, sobre todo óleos, y tengo una colección bastante amplia. Dios mío.

Comprendí que la mujer estaba tratando de imaginar cómo recibía yo esa información.

-También me muestra algunos objetos exóticos. Mantas o chales que usted tiene también por toda la casa. De hecho, me muestra que cuelgan de las paredes. Ella afirmó con la cabeza.

-¿Qué es esto de vivir en la parte trasera? Andy habla de vivir en la parte trasera.

-Tenemos una casa para huéspedes. Andy la usaba como taller de arte. Pasaba casi todo su tiempo allí. Concordé.

-Por eso me muestra esos colores tan bellos. Sí, en realidad lo que veo es una paleta de pintor. La reunión continuó por media hora más, por lo menos, proporcionando algunas increíbles evidencias de la vida después de la muerte. Andy me describió con cierto detalle dónde estaba y qué experimentaba.

-Me dice que, cuando llegó, se encontró en una especie de hospital. Dice que lo ayudaron con su estado mental. También dice que ahora vive en una colonia de artistas, donde cada uno ejerce su propia expresión artística. Dice que con esas personas puede entenderse. Está aprendiendo mucho acerca de todo. Luego procedió a hablar de la relación que tenía con su madre y de cómo había muerto.

-Su hijo era una persona muy sensible, señora. Creo que era muy desdichado. En realidad no era desdicha, sino depresión. Siento que no podía dominar sus emociones. ¿Tomaba algún tipo de droga?

-Sí, una medicación recetada por el médico, pues era maniaco-depresivo. También consumía muchas drogas ilegales; -Hum, sí. Sé que consumía algún tipo de drogas, pero el está convencido de que padecía un desequilibrio bioquímico. Fue eso lo que lo condujo a la muerte. Me dice que a menudo le decía a usted que la odiaba. -Sí, es cierto.

-No era verdad, por supuesto, y usted lo sabe. Su hijo estaba enfermo. -Oh, sí, lo sé.

-Quiere hacerle saber que hablaba por las drogas y por su propia frustración. Sólo vio las cosas como usted las veía después de fallecer. Según dice, usted trató de ayudarlo años enteros, sin rendirse jamás. Dice que usted nunca le alzó la voz cuando hacía algo malo. La mujer se removió en la silla, incómoda.

-No sé, pero lo amaba, sí. Sabía que él tenía un problema. ¿Qué otra cosa puede hacer una madre? Lo amaba pese a todo y le prestaba apoyo.

-Aun en los malos momentos -añadí precipitadamente. Por lo que dice, él la trataba muy mal y usted lo aceptaba.

-Yo sabía lo que estaba pasando. Al menos hacía lo posible por comprender. Hacia lo posible para que Andy no corriera peligro. Quería que fuera feliz, pero fue siempre un solitario. Lo amaba: siempre lo amaré. El padre y yo hacíamos lo posible, aunque creo que el padre perdió la paciencia.

Pero, cosa rara, yo comprendía a Andy. A veces me parecía ver hasta el fondo de su alma. Sabía lo angustiado que estaba. Era una gran pena que él sufriera tanto. -Él lamenta las que le hizo pasar. -No hace falta. Lo amo.

La comunicación cambió de rumbo. Con una gran carga emocional, Andy describió su propia muerte.

-Su hijo está en la parte trasera de la casa. Se siente muy alterado. Tiene la idea de terminar con todo. Siente que no puede continuar. Contempla sin cesar sus pinturas, preguntándose qué será de ellas cuando muera. Al fin eso ya no le importa. Se siente muy deprimido. Hay mucho odio contra sí mismo. Se siente inestable. ¿Usted estaba ausente cuando él murió?

Sí, mi esposo y yo. En realidad, esa misma tarde volvimos de nuestro viaje. Lo encontró el padre. -Su hijo me muestra una parcela detrás de la casa. Parece un largo patio trasero.

-Correcto. Esto es increíble. No sé qué decir, pero eso es absolutamente correcto. Interrumpí la comunicación para preguntarle si se sentía bien y si quería continuar. Respondió en forma afirmativa y me rogó que prosiguiera.

-Su hijo me muestra un árbol grande. Parece un roble. Muy grande y grueso. Trepa. Inmediatamente sentí que se me cerraba la garganta y no pude respirar. Al momento experimenté la circunstancia de la muerte, pues Andrew me transmitía con exactitud lo que le había sucedido. Volví a interrumpir la comunicación, para pedirle a Andrew que me mostrara su muerte de manera visual, a fin de no obligarme a experimentarla. También pedí a mis guías que vigilaran esa comunicación, pues el espíritu no podía controlarla. Después de varios minutos seguí transmitiendo. Andrew me imprimió visualmente la escena de su muerte.

-Su hijo se ahorcó en un roble del patio trasero. Trepó por una escalerilla hasta una rama. ¿Eso le suena correcto?

La madre rompió en sollozos. Después de sacar un pañuelo de papel para enjugarse los ojos, reconoció que la información era exacta.

-Me siento muy mal -continué-. Rara vez he sentido o visto algo de este modo. Su abandonó el cuerpo por la cabeza. Andy se muestra flotando por encima de su cuerpo. -No puede creer que haya muerto, pues se siente lleno de vida. Cree haber fallado en algo y está haciéndolo reingresar a su cuerpo a través de la cabeza. Como no puede se siente muy frustrado. ¡Se echa a llorar!. La experiencia me abrumaba. Seguí describiendo para la madre la asombrosa visión. Después de algunos segundos recomencé.

-Dice Andy que esperó, sin saber qué hacer. Vio que su padre lo descubría y se alteró mucho. De inmediato comprendió que había cometido un error. Se sentía muy mal por usted y por el padre. Observó el momento en que el padre hablaba con usted y la vio quebrarse, señora. La oyó pensar que usted siempre había temido que sucediera eso. También percibió sus sentimientos de amor. Se sentía muy mal por haberle causado este dolor. -Dígale que comprendo, por favor.

-Dice: "Gracias, mamá. Perdóname. Té quiero mucho, y también a papá. Aquí me están ayudando, mamá. Hay gente muy buena que me ha hecho volver a ser como antes. Fue demasiado difícil, mamá".

Explicué a la mujer que el espíritu tiene libre albedrío y puede volver a una encarnación en mal momento. -Cuando ocurre eso, generalmente el individuo vive con una horrible sensación de no poder adaptarse. -Le aclaré que su hijo no se adaptaba porque era mal momento para que su alma experimentara la vida en la tierra. No había madurado lo suficiente para soportar lo que tenía ante sí. -Muy a menudo la experiencia es tan abrumadora que el alma busca escapar. Por eso el individuo se suicida.

La mujer comprendía perfectamente. Me informó que Andy nunca se había adaptado. Aun cuando pequeño -dijo-, parecía muy distinto de su hermano mayor y de casi todos los niños de su edad. En cierto sentido, esa comunicación confirmaba el concepto del regreso a la tierra antes de tiempo. La madre quedó muy complacida por haber hecho contacto con su hijo. Según dijo, esperaba que algún día se produjera un milagro, y ese milagro acababa de suceder. Dijo a Andy que pasaría el resto de su vida pensando en él, para que pudiera experimentar a través de ella algo de lo terrenal.

Al despedirme de esa mujer, me sentí bendecido por haber estado en presencia de un alma antigua y sabia. Ella sabía ver el amor en todos y en todas las experiencias.

Mis padres.

Una de las experiencias más devastadoras que puede enfrentar una familia es que uno de sus miembros se quite la vida. No sólo se crea un vacío imposible de llenar, sino que todos se sienten acosados por una interminable embestida de preguntas: "¿Por qué lo hizo? ¿Pude haberlo impedido? ¿Estará arrepentido? ¿Qué le sucederá ahora?".

En un año cualquiera, son millares los que sufren la desoladora experiencia de que un familiar se suicide. Aunque soy sólo un individuo y el número de personas que atiendo es limitado, recibo mucha satisfacción cuando me es posible responder a sus preguntas gracias a sus seres queridos que están en el plano espiritual.

En la comunicación siguiente pude también proporcionar un esclarecimiento muy necesario en cuanto a las motivaciones del espíritu, y por qué se había comportado de determinada manera durante su vida en la tierra. La información era valiosa para la consultante por dos razones: No sólo resolvía sus sentimientos con respecto al suicidio, sino que también le aclaraba dudas sobre su propia relación con los padres, tras haberse pasado la vida tratando de comprenderla. Se produjo una curación; desde entonces su vida no ha vuelto a ser la misma.

Al abrir la puerta me encontré con una mujer muy atractiva llamada Nancy. Era encantadora, pero se la veía algo aprensiva y nerviosa. De inmediato me senté con ella en la sala, para explicarle qué revelaría la velada. Ella me comentó que se sentía algo incómoda y espeluznada ante la idea de establecer contacto con el mundo espiritual. Le aseguré que no había nada que temer pues yo trabajaba con la luz de amor de Cristo; si durante la sesión se sentía molesta por algún motivo, la interrumpiríamos.

Nancy preguntó qué significaba eso de "luz de amor de Cristo"; le expliqué que es un amor puro, sin críticas, del mayor calibre, corporizado por el maestro que conocemos por el nombre de Jesús. Es el mismo amor en el que se basan casi todas las religiones cristianas.

Siempre invoco a esa luz de amor o luz de protección cuando realizo mi trabajo. Ella me dijo que me tenía confianza; subimos lentamente la escalera hasta la sala de sesiones. Después de rezar mi oración de apertura, comencé.

-Nancy, un guía egipcio que trabaja conmigo me informa que aquí está su familia. Me dice que son las personas con quienes usted desea hablar.

Ella me miró con grandes ojos azules, boquiabierto y sin habla.

-Detrás de usted veo a una señora. Lleva un vestido verdoso y es muy bonita, de pelo castaño claro. Podría describir su sonrisa como pequeña, pero dulce. Sé que eso suena extraño. Los ojos son de un azul muy bello. Me encarga decirle que ahora está bien. Nancy continuaba mirándome fijamente.

-Siento que esta persona es una figura maternal. ¿Le dice algo el nombre de Joan?

-Sí, era el nombre de mi madre, que falleció. Y era exactamente como usted la ha descrito.

-Creo que es mucho más joven de lo que usted recuerda. Sí, me dice que usted tiene una foto de ella tomada en su boda. Ese es su aspecto en espíritu. -Sí, anoche la estuve mirando.

Nancy se enjugó algunas lágrimas. Repitió que no podía creerlo. Proseguí con la comunicación.

-Su mamá quiere hacerle saber que ha visto a Margaret y a Katherine.

-Margaret es su madre; Katherine, su hermana -explico- Nancy.

-También menciona el nombre de John. ¿Conoce usted a alguien de ese nombre?

-Oh, Dios mío, John es mi esposo. Así se llama. ¿Mamá lo ve?

-Sí, en efecto. Quiere saludarlo y encargarle que cuide bien de usted.

Nancy, totalmente sobrecogida, sacudió la cabeza con incredulidad.

-Su madre me transmite la sensación de que, antes de morir, estaba bastante enferma. Siento que había muchas drogas o píldoras. ¿Eso tiene sentido? -Sí, así era.

-¿Sabe usted si fue su papá quien la encontró? ¿En el suelo del dormitorio? -Sí, fue papá.

-Su madre lo siente mucho. Le pide perdón. Dice que no tenía intención de causarle tantas aflicciones. Debo decirle que su madre no estaba mentalmente bien. ¿Padecía depresiones frecuentes? -Aja. No sé qué era, pero mamá estaba siempre enferma. Siendo yo niña, la recuerdo así.

-Su mamá se disculpa por no haber sido buena madre para usted. ¿La internaban a menudo en clínicas psiquiátricas? -Sí, casi toda su vida. Sufría de depresión maníaca. Respondí rápidamente.

-Lo sabía. Se siente descentrada. Se dejó arrastrar por la vida en vez de gobernarla. Trata de hacerle saber que la ama profundamente y que lamenta no haber sabido decírselo en vida, Nancy. Creo que su madre no entendía de amor y no sabía cómo darlo.

-Eso suena a gran verdad, Dios mío.

-Nancy, creo que la muerte de su madre se debió a su estado mental. ¿Se mató?

La mujer se echó a llorar.

- Sí traté de ayudarla, pero ella no me permitía acercarme. Creo que estaba demasiado deprimida. Lo intenté, James, pero no sabía manejarla. ¿Hay algo que yo habría podido hacer para impedir lo que pasó?

-No. Su mamá era su propia enemiga. Usted no pudo haberlo impedido. Su madre no le habría prestado atención. No prestaba atención a casi nadie. Nancy meneó la cabeza, sonriendo.

-Su mamá lamenta no haber podido ser buena madre. No quería hacerle daño. Me encarga decirle que ama a los animales. -Oh, Dios, sí. Mamá adoraba a los animales.
-Tiene consigo a Skippy o Skipper. ¿Qué es?

Nancy dilató los ojos y quedó un poco más boquiabierta. -Era el perro que teníamos cuando yo era chica. Mamá lo adoraba. Oh, eran muy buenos amigos. Skipper solía dormir con ella todas las noches. Quiero preguntarle algo, James: ¿mamá es feliz? Quiero saber si está en un buen lugar y qué le sucederá, adónde irá.

Envié mentalmente la pregunta a Joan, su madre. La respuesta se demoró algunos minutos. A veces, cuando se formula una pregunta a un espíritu, éste tarda un poco en comprenderla y formular su respuesta. Al cabo de un rato dije:

-Su madre me encarga decirle que ha recibido ayuda de otra persona. Una especie de consejera. Aunque Joan puso fin a su propia vida, no lo hizo de modo consciente. En realidad estaba mentalmente enajenada. Desde que falleció ha estado trabajando en cambiar su situación mental y aprender a recuperar el amor. A reconocer el amor en sí misma. Está en un buen lugar, muy parecido a la tierra, pero más bello. Dice que, a pesar de haber muerto, no descansa ni mucho menos: trata de recobrar el tiempo perdido.

A partir de ese momento, la sesión tomó otro cariz. Continué transmitiendo a Nancy los mensajes de su madre.

-Quiere hacerle saber que está bien, con su familia, aunque todavía debe trabajar sobre sí misma. Sabe que nadie puede hacerlo por ella. Su madre se sentía muy mal con respecto al esposo. Insiste en que se sentía responsable. No entiendo qué significa esto.

-Yo sí. -Con esas palabras, Nancy volvió a llorar. -Bueno, permítame continuar. Su padre, hum... ¿es una persona blanda? Debo decirle que, en cuanto Joan habla de él, detecto inmediatamente la vibración de un hombre. Está de pie a mi lado. ¿Su papá también falleció?

-Sí, poco después de mamá. ¿Está bien? Necesito saberlo, por favor. ¿Él me oye?
-Sí, su papá está bien. Está con su madre. Dice que él sólo quería estar con ella y ya lo ha logrado.

Habla de lo diferente que es todo allí donde están. Él imaginaba el cielo como un lugar con ángeles y arpas, pero todavía no ha visto nada de eso. Está en el campo. Repite que fue un estúpido. -Sí, continúe.

-Esto es muy extraño. ¿A su padre le gustaban los caballos? -Bueno, se crió en una granja. No dudo que tuvieran caballos, pero no estoy segura. Yo...

En ese momento la interrumpí porque su padre me decía algo más.

-No, su padre hablaba de caballos de carrera. Le gustaban los caballos de carrera. Apostaba. -Oh, Dios mío, es cierto. Iba todos los sábados al hipódromo. Esto es increíble. ¿Sigue haciendo lo mismo?

Dice que, si quiere, puede hacerlo, porque allá hay cosas de ésas, pero que no intercambian dinero. Se hace por deporte, mas, o menos. Nancy, dice su papá que él le falló. Lo siente, pero sentía muy solo. Por eso la dejó.

Nancy comentó: -Comprendo, papá. Era difícil. – No se que significa esto. Su padre me muestra un revólver. Parece un cuarenta y cinco, pero... Perdóneme, pero no distingo un arma de otra. Es una pistola nada pequeña. Me la muestra. También me muestra una habitación, una especie de estudio. allí hay estantes con libros hasta el techo. También veo un señuelo para patos.

-Él los coleccionaba. -Su padre me muestra un charco de sangre; él está reclinado en una silla. Dios mío, ¿se mató de un disparo?

Nancy estalló en lágrimas y movió los labios en la palabra "sí". Quedé apabullado. Un suicidio ya es mucho; que se suiciden ambos padres, inconcebible. El corazón se me llenó de pena y compasión por Nancy. Necesité algunos minutos para calmarme Me costaba creerlo.

-Lo siento, Nancy. No quiero ser gráfico, pero debo transmitirle lo que recibo. Su papá se disparó en la sien izquierda. Dice que usted lo sabe. ¿Es verdad?

-Sí, fui yo quien lo encontré. Durante todo el día estuve tratando de comunicarme con él, como no me atendía. Al salir del trabajo fui a su casa. Cuando entré en el estudio lo encontré reclinado en la silla, con el revólver en el suelo, por debajo del brazo.

-Oh, lo siento mucho. Eso es horrible. Su papá me encarga decirle que se equivocó. No sabía cómo seguir sin su madre. Dice que no quería ser una carga para usted y para John. Vosotros debíais vivir vuestra propia vida. Esto es muy interesante. Me lo dijeron antes. Su papá comenta que no debió esperar demasiado porque, de cualquier modo, le quedaba poca vida.

-¿Qué quiere decir?

Explicué a Nancy que, cuando alguien se suicida, queda atado a la tierra hasta que llega la hora en que debería haber muerto. La vida de su padre estaba por terminar; cuando se mató, el tiempo que le restaba pasar en el plano físico era relativamente corto. También transmití a Nancy que la madre lo estaba esperando. -¿Cómo es posible? -preguntó ella.

-Su madre, Nancy, estaba en un plano levemente superior dentro del mundo espiritual. Quienes ocupan un plano superior pueden regresar a los niveles inferiores para ayudar a otros. Los que están en un plano inferior, en cambio, no pueden ascender sino cuando se lo han ganado. Esta idea desconcertó un poco a la consultante, pero era su primer encuentro con el mundo metafísico. Le aseguré que cuanto más lo estudiara, más sentido encontraría a la idea.

-Su papá me encarga decirle que ahora ha vuelto a ser feliz, Nancy. Está con su mamá. -Eso me pone muy contenta. Estaba tan preocupada por él, Dios mío... Me alegra que esté bien y que se hayan reencontrado. ¿Es así?

-Están juntos, sí. Qué curioso, su papá menciona un lago o una casa junto al lago. Dice que su mamá, Nancy, ha estado observándolo pescar desde un muelle. No sé qué significa eso. -Yo sí. Cuando era pequeña teníamos una casa de veraneo junto a un lago; mi padre solía llevarnos a pescar desde el muelle. Él me enseñó a hacerlo.

-Bueno, su padre quiere hacerle saber que está en el paraíso -Si puede pescar, está en el paraíso.

Dicho eso, dimos por terminada la sesión y agradecemos la presencia de los espíritus y de nuestros guías. También añadí una oración especial, pidiendo que Nancy pudiera utilizar la información para curar. Sé que mi oración recibió respuesta, pues en el momento de salir se volvió hacia mí, con los ojos aún lacrimosos, y me dijo:

-No sé qué decir, James. Esto ha sido un milagro. Me siento tan aliviada, tan en paz... Es la paz que estuve buscando inútilmente por más de diez años. Muchísimas gracias por ayudarme a hallarla. Esto fue muy especial. ¡Que Dios lo bendiga!

Pena capital.

Quiero incluir en este capítulo otras dos ideas sobre el final prematuro de la vida. Aunque ni la pena capital ni la intervención médica equivalen al suicidio, estos dos temas también se refieren a la interrupción del destino de un alma. Al decir esto quiero señalar que no sólo el suicidio es incorrecto, sino también la condena a muerte.

Una de las peores cosas imaginables es que un ser humano quite la vida a otro antes de tiempo. Es un acto devastador y horrendo, que resulta totalmente imperdonable. En el caso del asesinato, lo que agrava la situación es la necesidad de aplicar justicia. Existe la increíble idea de que, al liberar a la sociedad de semejante villano, su acto brutal quedará vengado. Eso no es verdad, pero agreguemos a este argumento el hecho de que una ejecución acelerada ahorra dinero a los contribuyentes y la pena capital se torna aceptable.

Sí: Es incorrecto que alguien quite la vida a otra persona, y esto vale en cualquier circunstancia, incluida la pena de muerte. Te pido que te detengas un momento a analizar la situación, no ya desde un punto de vista emocional, sino desde una postura espiritual. El universo es mucho más grande de lo que podemos concebir; debemos empezar a contemplar esta situación y todos nuestros actos con los ojos del espíritu. Dios, en su increíble sabiduría, ha dado un ritmo a todo lo vivo. El Sol sale y se pone, los planetas rotan en torno del Sol, las mareas suben y bajan. Y cada alma tiene también un ritmo de amanecer y ocaso. Gracias a este ritmo, hay un momento natural para que el abandone este mundo y retorne una vez más al plano del espíritu. Y solo Dios conoce todo el plan.

Cuando una persona es violentamente arrancada de su cuerpo físico antes de la hora predeterminada, ello acarrea consecuencias espirituales. Como ocurre con el suicidio, las mareas magnéticas del alma deben permanecer dentro de la atmósfera terrenal hasta que llegue el momento natural de la partida. Cuando el espíritu de una persona es obligado a abandonar el cuerpo mediante la pena capital, la personalidad del criminal permanece tal como era antes de la ejecución. Cuando llega al otro lado, generalmente está asustado y furioso, pues con toda probabilidad no es muy evolucionado e ignora las leyes espirituales. En la mayoría de los casos, esas almas vagan interminablemente por el mundo astral inferior, con otras almas similares. Como estos espíritus atormentados están cargados de odio y cólera, a menudo buscan vengar su muerte prematura. Para eso recorren la tierra en procura de seres humanos de voluntad débil, sobre quienes puedan ejercer una influencia mental que los lleve a matar o herir a otros. Parece una película, ¿no? Pero es muy cierto.

Lo mejor que podemos hacer es rehabilitar y educar a estas personas en nuestro sistema penal, inculcándoles la santidad de la vida. Sé que parece un delirio de opio, pero si destruimos a alguien antes de que llegue su tiempo le quitamos toda posibilidad de reforma y rehabilitación. Basta un instante para que alguien vea la luz de Dios y se transforme. Ese individuo rehabilitado puede algún día impedir que otra persona destruya su vida. Es preciso mantener siempre abierta la puerta del desarrollo y la iluminación. Mediante la pena capital continuamos propagando la violencia mutua. No estemos tan prontos a operar la llave sin pensar en las consecuencias de nuestros actos.

Al entender las ramificaciones espirituales podemos empezar a corregir nuestras creencias y no apresurarnos a sancionar una condena a muerte. Nuestra sociedad tiene la responsabilidad espiritual y ética de asistir a estas almas atormentadas y sin evolución. No las tratemos como si fueran basura de ayer.

Compréndase, por favor, que no tolero el asesinato. Quiero, señalar que, si una persona quita la vida a otra, lo hace porque aún no ha desarrollado plenamente la conciencia de su propia divinidad. Si uno tiene plena conciencia de su divinidad, sabrá que matar a otro no es siquiera concebible. ¿Quiénes somos para juzgarnos mutuamente? ¿Conocemos tan bien las leyes de la vida como para asumir el papel de Dios? Te aseguro que no somos tan poderosos. Una vez más, es preciso mantener la mente abierta y aprender a observar las cosas desde una perspectiva espiritual y responsable.

Máquinas que salvan vidas.

Cuando se mantiene vivo a alguien con un equipo especial como el respirador, creo que hay un plan divino en operación. Con cada enfermedad o crisis de salud hay crecimiento, una especie de evolución, en la que solemos aprender como individuo, y como sociedad. Los descubrimientos médicos y la tecnología innovadora forman parte de este crecimiento. Todo descubrimiento surge en el momento debido. Quizás habría otros avances, e inventos increíbles si el orgullo humano no se dejara gobernar tanto por el interés político o financiero.

Sin embargo, la humanidad ha recibido grandes conocimientos para crear todo lo que ayude a la gente a mejorar su calidad de vida y su productividad. La tecnología médica moderna ha salvado muchas vidas; en esto debemos incluir los potentes medicamentos y vacunas, desconocidos hace un siglo. La ciencia debería enorgullecerse de estos logros, sobre todo de la posibilidad de mantener la calidad de vida de una persona. La palabra clave es "calidad". Los profesionales de la medicina no están aquí para jugar a ser dioses; aunque quisieran, no podrían. No voy a tomar posición en cuanto a que sea correcto o no mantener a una persona con vida gracias a estas máquinas, pero debo señalar lo siguiente:

Como ya he dicho, hay un momento para el principio y para el fin de una existencia. Creo que, cuando llega la hora de que el espíritu se retire del cuerpo, así lo hará. La ciencia no puede detener el gran reloj universal pese a lo que crea o por mucho que lo intente. Una vez más, creo que el alma pretende experimentar todas las situaciones posibles. Al estar sujeta a un respirador artificial, el alma puede estar ayudando efectivamente a la ciencia a descubrir otro gran invento para las generaciones futuras, no sólo en el sentido médico, sino también en otros aspectos. Debemos analizar la situación desde el punto de vista del alma, la cual, antes de encarnar, puede haber acordado que pasaría por esa experiencia. La situación podría inducir a familiares y amigos a aprender lecciones de amor y compasión. No olvidemos que cada alma tiene ciertas lecciones que aprender sobre el amor y la santidad de la vida.

Como cualquier juicio moral, cada alma debe tomar por sí misma este tipo de decisión. Una vez más diré que cada alma es única; cada una tiene sus propias necesidades espirituales y debe experimentar lo que sea mejor para su crecimiento. No hay respuestas correctas o equivocadas. No nos incumbe a nosotros juzgar las decisiones de otros en estos aspectos, sino considerar la experiencia y la lección desde un punto de vista espiritual.

CAPITULO 8. Reencuentros amorosos.

Personalmente, creo que el aspecto más crucial de mi trabajo es disipar el poder que otorgamos al miedo. El miedo, además de ser una ilusión, es lo que más bloquea el crecimiento personal y la facultad del espíritu humano de destacarse. El miedo nos ata al conflicto interior, privándonos de la libertad individual. Al vivir con miedo, no podemos vivir con amor, indirectamente, nos despedimos de un estilo de vida rico en creatividad y productividad.

El miedo es como un círculo vicioso: Cuando lo sintonizamos le damos vida; entonces atraemos justamente aquello a lo que temíamos y, por lo tanto, el miedo se convierte en nuestra realidad. En otras palabras, hay verdad en el viejo dicho: "Aquello que temas te sobrevendrá". Debemos recordar que los pensamientos crean. El pensamiento es la energía o creatividad de Dios.

Podemos utilizar esta energía a voluntad porque tenemos libre albedrío. También debemos comprender que somos responsables de las consecuencias de nuestros pensamientos. Cuando insistimos en pensar de determinada manera (con miedo por ejemplo), esa energía mental toma forma en nuestra vida. Cuando inicio el proceso de lectura psíquica para un cliente, le informo que el miedo, al entrar en su mente, afecta el cuerpo, la salud general y la vida en general. Tan sencillamente como es posible, lo ayudo a reconocer a este adversario y a buscar la manera de cambiar las convicciones que llevan al miedo. Si lo logra, tendrá acceso a una enorme cantidad de posibilidades creativas dentro de sí mismo.

Al principio es muy difícil. La gente no suele cambiar con tanta celeridad, sobre todo tras décadas de condicionamiento impuesto por la familia, la sociedad y la religión. Pero, en todo caso, puedo plantar una semilla e iluminar al consultante para que aprecie todas las posibilidades. Al abrir una puerta en su pensamiento puedo guiarlo de modo que utilice sus pensamientos de manera positiva y afectuosa.

Uno de los peores miedos es el miedo a la pérdida. Para algunos, este miedo se presenta como la imposibilidad de reconocer en sí mismo un grado ninguno de felicidad, bondad o abundancia. Quienes tienen todo lo que siempre desearon pueden pensar que no merecen la felicidad o no son dignos de abundancia. Otros no pueden siquiera imaginar una vida de plenitud y gozo, porque es "demasiado bueno para ser verdad". Piensan que algo saldrá mal y; por lo general, así es. A menudo recomiendo a mis clientes recordar que estamos hechos de la Luz. La Luz lo abarca todo, es siempre creativa y siempre generosa. Aun cuando no la veamos, debemos creer que a través de Dios (la Luz) todo es posible. Dios siempre dice que sí. ¡Somos nosotros quienes decimos que no!

Incluido en este miedo a la pérdida está el miedo a la muerte. Creo decididamente (y esto puede remontarse a mis clases de psicología freudiana) que el deseo inconsciente de conservar la vida es más fuerte. Muchos de nosotros, primariamente basados en el ego, no queremos aceptar siquiera que la vida tiene fin, y por lo tanto tememos a la muerte. Este miedo resulta del hecho de que la muerte es un estado sobre el que no tenemos control alguno. La muerte es el absoluto desconocido. Está fuera de nuestros sentidos humanos y del pensamiento racional y lógico. Tememos a lo desconocido porque no sabemos qué esperar sólo ignoramos qué se puede esperar de la muerte, sino adonde vamos, si acaso vamos a algún lugar. Por desgracia, la muerte es la noticia periodística definitiva: Este tipo de pensamiento medros, constantemente moldeado por la visión primitiva que nuestra sociedad tiene de la muerte, viene a reforzar nuestro miedo.

Me asombra ver cuántas personas creen todavía que al morir, dejamos de existir. Considero que mi trabajo es valioso para disolver ese punto de vista, abriendo así la mente a algo que está más

allá de los sentidos físicos. En el momento en que transmito el mensaje de un espíritu a un ser querido, la vida de la persona suele cambiar para siempre. Al mirar hacia atrás, a lo largo de los años, lamento no haber grabado estas increíbles experiencias en vídeo. Resulta difícil relatar las reacciones humanas con palabras; no es lo mismo que verlas personalmente con toda su gloria. En este libro he tratado de compartir con el lector parte de esa sensación. Cuando se establece un contacto, entre dos mundos, el físico y el espiritual, lo que se produce es en verdad, un reencuentro milagroso.

Es bastante comprensible que una persona esté nerviosa cuando acude a mí. Con toda probabilidad, se trata de su primera experiencia espiritista; no tiene nada en qué basarse, aparte de un poco que haya leído o los relatos inexactos que haya visto en el cine o la televisión. Cuando atiendo a clientes nerviosos y cargados de expectativa, debo establecer desde el comienzo que los espíritus usan su propia energía, además de la mía. Les informo que la energía es bastante parecida a una corriente eléctrica: Si ellos están nerviosos, emitirán una onda, un efecto de ondulación, a través de esa línea eléctrica; entonces los pensamientos, llegarán incomprensibles. Cuanto más serenos estén, mejor será el contacto y más fácil me resultará discernir los pensamientos del espíritu. Lo más importante, para mí, es hacer que me tengan confianza. Sólo cuando les digo algo que nadie más sabe sobre ellos mismos comprenden que soy sincero; entonces empiezan a bajar las barreras y puedo avanzar, abrir la puerta al espíritu e introducirlos en lo desconocido.

Una sesión puede comenzar cuando capto un nombre o un rasgo de personalidad característico; otras veces describo al espíritu que veo. Quizá digo, sencillamente: "Tengo aquí a su padre; me dice que murió de un ataque cardíaco". En cuanto el consultante reconoce la información y su fuente espiritual, toda la energía de la habitación se transforma. Se ha iniciado el reencuentro; el ambiente se carga de entusiasmo. Para el cliente, el cambio no es sólo mental, sino también físico: los ojos se dilatan, la boca se entreabre, se forman gotas de sudor en su frente y el corazón se acelera. A esa altura el cliente quiere saber más y comienza a dirigirse personalmente al espíritu. Por lo general debo pedirle que se contenga y se calme, pues el espíritu se esfuerza mucho por concentrar un pensamiento en mí y cualquier estímulo indebido puede afectar la señal.

Además de una visible exaltación, el cliente también experimenta una gran emoción y con mucha frecuencia se echa a llorar. El llanto es una mezcla de tristeza, sumo placer, felicidad y alivio. A medida que yo le transmito gestos e inflexiones de voz, comprende que el ser amado no ha muerto. Por añadidura, puede percibir el amor que surge de él. Como sigue recibiendo mensajes detallados, cualquier incrédulo descarta su escepticismo y cobra esperanzas. La actitud doliente pronto se transforma en puro gozo, bienaventuranza y contento. Es más: Los mensajes probatorios sirven como demostración de que existe un mundo más allá de la tumba; eso deja un efecto bastante profundo en todos.

Cuando se produce el reencuentro entre vivos y difuntos, los primeros suelen entender por primera vez que la muerte no los ha privado del amor que antes experimentaban. Por el contrario, descubren que los seres amados los acompañan aún y se interesan mucho por sus asuntos cotidianos. Entonces se sienten en paz, sabiendo que, cuando les llegue el turno de pasar al mundo del espíritu, serán recibidos por seres queridos. También comprenden que su vida ya no será la misma, pues han sentido el amor y escuchado los testimonios del otro lado; lo que antes era desconocido ya no lo es. Con la seguridad de que no existe la muerte, están en libertad de vivir. En un instante, la existencia assolada por el dolor queda dispuesta a vivir cada día y cada momento como si fueran algo nuevo.

Con esa nueva conciencia, los vivos reconocen que tienen una contribución importante que hacer en esta tierra; ya no quieren seguir malgastando el precioso tiempo restante. También comienzan a contemplar la vida con la seguridad de que todos somos uno y que cuanto afecte a

una persona afectará a todos. Pasan a considerar cada pensamiento y cada acto con marcada responsabilidad, pues saben, a través de sus seres queridos, que se medirán con sus actos en el mundo espiritual. Más, aún, los espíritus de sus familiares les han informado que la tierra no es el único lugar para reencontrarse. Ellos también han experimentado reuniones con antiguos familiares, amigos y compañeros de estudios. Al cabo de años enteros de separación, vuelven a vincularse con los que habían perdido en el otro lado, donde el amor nunca concluye.
Feliz aniversario.

Uno de los reencuentros más conmovedores se produjo hace varios años. Involucra a otra sólida y afectuosa relación entre dos personas. Recibí una llamada telefónica de un hombre llamado Larry Gray, hombre de unos setenta y ocho años, que hablaba con voz grave y teatral, combinada con una actitud suave. Dijo que un amigo le había hablado de mí y quería saber si yo podría ayudarlo a hacer "algo especial". -¿De qué se trata? -le pregunté.

Me dijo que se acercaban sus bodas de oro y que deseaba celebrarlas con su esposa. El único obstáculo era que ella había muerto. Le contesté que era posible y establecimos el día y la hora. Al llegar el día fijado para nuestro encuentro, a las doce y media de la noche, sonó el timbre. Fui a abrir; allí estaba Larry Gray, un metro noventa de estatura, con un elegante traje pardo al estilo de los años setenta. Al primer vistazo no pude menos que pensar: "Qué buena persona". Larry fue el primero en hablar. -Hola. ¿Molesto? -No, en absoluto. Usted ha de ser Larry Gray.

-Sí, sí. Espero no haber llegado tarde ni haberlo interrumpido en algo. Larry tenía por costumbre disculparse a cada paso. Al parecer, no quería perjudicar a nadie ni estorbar.

-No, en absoluto, Larry. Lo estaba esperando. Pase, por favor. Lo hice pasar a mi sala de reuniones y tomar asiento en el sofá. De inmediato retomó la conversación; comprendí que le gustaba hablar mucho. Tuve que interrumpirlo; de lo contrario no habría quedado tiempo para la sesión. Cuando se lo dije respondió con mucha cortesía.

-Oh, lo siento mucho. Ya se sabe cómo somos los viejos; nos gusta parlotear. Disculpe. Naturalmente, es usted quien más debe hablar. Para eso he venido, ¿no? -Dejó escapar una risita. Me senté para explicarle cómo trabajaba. Al terminar mi oración inicial, miré hacia la derecha de Larry; había allí una hermosa morena, vestida al estilo de los años cuarenta.

-Creo que Kay está sentada a su lado -dije-, con un vestido rosado. Me recuerda mucho a una actriz. -Porque era actriz. Nos conocimos cuando actuábamos en Berkeley -aclaró él. -Lo llama "Amor" -continué-. Dice "Amor", no Larry. -Qué bien. Nos dábamos muchos apodos. Caramba, estoy tan viejo... Ahora tengo el pelo gris. -Ella dice que se casó con su corazón, Larry, no con su pelo. Los dos reímos. Luego continué:

-Dice Kay que usted tiene una hermosa voz. Que canta constantemente.
-Sí, es cierto. Todos los fines de semana voy a la iglesia de la Ciencia Cristiana y canto en el coro, por ocuparme de algo. allí me tratan muy bien.
-Ahora habla de la boda. ¿Ustedes se casaron fuera de California? ¿En Nueva York, quizá?
-En Nueva York, sí. ¿Puede ella decir el año?

-Creo que me está diciendo mil novecientos cuarenta. -Sí, eso es. ¿Y la iglesia? ¿Le diría el nombre de la iglesia? -Veamos. -Esperé algunos minutos. Sólo recibía algo sobre una iglesia de actores. Larry aclaró:

-La iglesia estaba a la vuelta de la esquina y a ella iba actores de todos los teatros. ¿Le diría dónde vivíamos? Envié mentalmente esa pregunta a su esposa. Tras alguno, momentos respondí:

-Dice algo sobre los suburbios. Algo parecido a West Side, en un apartamento muy pequeño. -Oh, qué bien, qué bien. Sí, la zona se llamaba Altos de Washington. Caramba, esto me apasiona.

-Ella menciona algo referido a Filadelfia, Larry. ¿Tenían ustedes alguna vinculación con Filadelfia? -Sí.

-Porque habla de ir en tren a Filadelfia. ¿Tenían parientes allá? ¿Comprende usted de qué se trata? -Fue por la época de la boda. ¿Ustedes vivían en Nueva York y fueron a Filadelfia?

-Después de casarnos. Por un tiempo tuve que viajar a Filadelfia todos los domingos, hasta que dejé mi iglesia y busqué otra en Nueva York. Aplaudí, riendo.

-Bien, bien. Espere, veamos qué más hay - Kay me dice, que cuando murió, estaba sola; ella lo quiso así. Por favor, no se aflija por eso.

-Sí, me afligí mucho por eso. Kay, por el amor de Dios, podías haber esperado.

-No, ella debía irse en el momento debido. Es una mujer muy dulce. Usa un hermoso sombrero. Parece algo de los años cuarenta. Me dice que le encantaba usar sombrero; con frecuencia decía: "Voy al centro a comprar un sombrero".

-Sí, exactamente. Caramba, cuánto tiempo ha pasado. Pero a Kay le encantaban los sombreros. Tenía una hermosa colección. Vestía siempre tan bien... Le encantaban los colores y las cosas bonitas. -Todavía le encantan. Habla de un piano.

Larry se echó a reír e insistió en que Kay tenía que contarme lo del piano.

-Me dice que usted tiene el piano en casa y que ella solía tocarlo. Tocaba todo el tiempo. También menciona algo relacionado con Wagner. ¿Entiende usted eso?

-Sí. ¡Es asombroso! Compré ese piano para Kay y todavía lo tengo en casa. Pero lo tocaba yo. Ella, nunca. Yo solía tocar y ella me acompañaba cantando. Habíamos hecho un pacto. ¿Te acuerdas de eso, Kay? Oh, sí, todavía lo toco. ¿Ella me ve tocar? -Lo ve tocar el piano y se sitúa en el mismo lugar: a la izquierda, como acostumbraba. ¿Qué es eso de Wagner?

-Bueno, caramba, me avergüenza decirlo, pero me encanta coleccionar discos viejos. Tengo una gran variedad. Me gusta sobre todo la música clásica; hace poco había puesto un disco Wagner en el fonógrafo. Tal vez sea una locura, pero lo dejo puesto todo el día. Me relaja. No creo hacer daño a nadie. -No, sólo a la púa -repliqué. Y los dos nos permitimos una buena risa. Proseguí con el resto del mensaje.

-Kay quiere hacerle saber que estuvo con usted en el cementerio.

-Bueno, hoy es nuestro aniversario. Yo quería hacerle saber que la amaba y que pensaba en ella. ¿Lo sabes, Kay?

-Sí, la complace mucho que usted haya estado allí. Le encantan las rosas que llevó al cementerio. -Oh, cosa de nada. Supuse que le gustarían.

-Le gustaron -confirmé-. Me muestra una cripta. ¿Está en una cripta?

-Sí, en efecto, y a mí me pondrán a su lado.

-Lo muestra a usted con las flores. Qué curioso, le pone un palo en la mano. No sé qué significa eso. ¿Usted lo comprende? -Bueno, creo que sí. Cuando fui al cementerio para verla tuve

que tomar un palo para poner las flores delante de su cripta. Está muy arriba. ¿Es posible que se refiera a eso?

-Sí, es eso. Y habla de la subida. -Kay empezó a enviarme otro mensaje muy de prisa. Levanté la vista para responderle -Entiendo. Entiendo, gracias. -Luego me volví hacia Larry -¿Su sepultura está en la parte de atrás? Da un poco de miedo lo que uno debe hacer para llegar hasta allí. Está en la parte trasera, descendiendo por una escalera de mármol y hacia el costado, dice.

Larry no estaba seguro. Al tratar de descifrar el mensaje de Kay, lo que conseguí fue desorientarme completamente en el laberinto y confundir también a Larry. Proseguí.

-Hay una dama junto a Kay. Tiene una voz muy característica, muy teatral. Creo que también cantaba ópera. Saca otra vez a relucir el piano. ¿Sabe usted por qué?

-Sí, por supuesto. Es Esther. Era una cantante increíble. solíamos trabajar los tres juntos en el teatro. Por años fue también mi profesora de piano. Oh, Dios, qué gusto saber de ella.

-Esta señora me encarga decirle que allá hay una gran comunidad teatral. Muchos maestros de canto y de música. Pero dice que es diferente. La música no es como en la tierra, sino menos diluida. "Aquí tenemos armonía pura", dice. En la tierra sólo se habla de eso, pero nadie se acerca a la verdad. -Qué belleza.

La comunicación se prolongó por algún tiempo; su esposa y su profesora revivían recuerdos de los días compartidos en la tierra. Fue un bello festejo de las bodas de oro. "¿Qué más podría decir ella para coronar todo esto?", me pregunté. Y en ese momento ella lo hizo.

-Larry, ¿sabe usted algo referente a París? ¿Pasó usted algún tiempo allí con Kay?

-Sí, es cierto. ¿Qué dice del asunto?

-Quiere que mencione algo sobre la Torre Eiffel. Dice que fue uno de los momentos más felices de su vida. ¿Entiende usted a qué se refiere?

Larry se echó a llorar. Sacó un pañuelo de papel para enjugarse los ojos y me miró de frente. -También para mí fue uno de los días más felices de mi vida. Así pasamos el primer día de nuestra luna de miel. Sonrió. Yo continué con el mensaje.

-Estará siempre con usted, Larry...Espere. Dice que usted debe volver a casa y tocarle una canción de amor en el piano. Ante eso, Larry sonrió.

-Pues sí, ésa es Kay, sin duda. No sabe cuándo parar. -No parará nunca -le aseguré.

Charlie.

La riqueza de mi trabajo se mide, en gran parte, por las situaciones que encuentro entre personas que se quieren mucho. Así pensaba yo hasta el día en que, al atender el teléfono, el operador dijo que una mujer sorda deseaba hablar conmigo. -Está bien -dije.

El operador tradujo nuestra conversación. La dama se llamaba Susan; estaba muy deprimida y pedía una consulta. Quería saber si era posible. Dije al operador que sí y fijamos una fecha. El día de la consulta yo no estaba seguro de que surgiera algo. A las once sonó el timbre. Allí esperaban dos mujeres: una bastante delgada, de pelo oscuro; la otra, algo más corpulenta y pelirroja. La delgada se presentó con el nombre de Kathy y dijo que era la interprete. Las invité a pasar y les ofrecí un poco de agua.

-Espero que no hayan tenido dificultades para encontrar la casa -dije.

Kathy, detrás de mí, transmitía afanosamente para Susan el lenguaje de signos. Cuando pasamos a la sala de sesiones no, pareció mejor que Susan se sentara frente a mí y Kathy quedara de pie a mi espalda, para transmitirle por señales.

Inicié mi introducción explicando el proceso de la comunicación espiritista. Como toda persona criada en Nueva York, tiendo a hablar con mucha celeridad, pero Kathy no se quedó atrás en ningún momento. Me sorprendió la rapidez con que indicaba por señas lo que yo decía. Al repasar esta situación recuerdo lo que sentí, sobre todo en cuanto al amor y el cuidado que ella ponía en su trabajo. Sus cualidades de intérprete me asombraron tanto como a ella las mías.

Comencé la transmisión efectuando una carta psíquica de Susan. Cuando hago la carta psíquica de alguien, por lo general tomo papel y lápiz, sintonizo el patrón de energías del sujeto y luego escribo o dibujo mis impresiones. A veces lo hago al comenzar la sesión, a fin de facilitar la comunicación. Si doy al consultante informaciones psíquicas correctas sobre sí mismo, le permito saber de inmediato que soy auténtico. Eso levanta cualquier barrera de dudas y facilita el proceso de comunicación con los espíritus. Susan parecía ser una gran solitaria y capaz de mucha testarudez. Le describí a su familia, que no era comunicativa ni abierta; agregué que su sordera se debía a que, al nacer, los dos huesecillos de los oídos no estaban completamente desarrollados. Reconoció que eso era correcto y le alegro que yo pudiera darle una información tan específica. Al terminar la carta dije mi oración e inicié mi proceso de apertura. Inmediatamente empecé a recibir información sobre su casa.

-Esto es muy extraño, pero se me muestra una casa que, según creo, es la suya, Susan. ¿Tiene usted un sofá pardo bajo una ventana, cubierto por una manta o edredón de colores?

Tras el intercambio de información, Kathy me transmitió la respuesta de Susan.

-Sí, en efecto. Está justo bajo la ventana; la manta no siempre está en el sofá. Debo reconocer que era muy distinto recibir la retroalimentación de alguien que estuviera de pie a mi espalda, aunque fuera un intérprete. Continué:

-En un estante metálico, a la derecha del sofá, hay varias fotografías. También parece haber allí unas flores de seda o de plástico. ¿Acepta eso? -Sí, exactamente.

-También se me muestra una alfombra anaranjada. Está gastada en un par de sitios, sobre todo cerca de una puerta. Creo que es la puerta principal de su apartamento. También se me muestra una cocina. Espere. No sé quién me está proporcionando esta información. Déjeme preguntar.

Pedí mentalmente al espíritu que se identificara. Como no hubo respuesta, permanecí muy quieto. Luego se me mostraron varias fotos en un refrigerador: Las describí para Susan.

-Me muestran muchas fotos en el refrigerador. Muchas de un perro.

Susan se echó a reír. Me dijo que eran fotos de su perro. Al continuar sentí de pronto que una increíble cantidad de amor llenaba el cuarto. Era un amor que parecía noble e incondicional. Entonces barboté: -Charlie.

Ante eso, Susan rompió en un llanto histérico. La miré totalmente confundido, a la espera de una respuesta o una exclamación. Era evidente que había tocado un punto sensible y quería saber de qué se trataba. Kathy habló por ella.

-¡Sí! Charlie era mi perro. He venido para ponerme en contacto con él. Murió hace dos meses y lo extraño mucho. Apenas podía creer lo que oía. Comprendí entonces por que me costaba identificar al espíritu. Sin lugar a dudas, la información provenía del perro. El perro me estaba mostrando cosas que él comprendía.

Susan se afanó haciendo señales. Por fin Kathy tradujo: -Dice Susie que a Charlie le encantaba estar sentado en el sofá y que su lugar favorito era la manta. De vez en cuando rascaba también la alfombra, frente a la puerta, fingiendo que enterraba algo.

-Comprendo. Ya me parecía extraño ver las imágenes desde un ángulo tan bajo, pero ahora entiendo por qué: Las estoy viendo desde la altura de Charlie.

Después de un momento proseguí con la comunicación: -Charlie le da a usted una cantidad enorme de amor. Me está mostrando una luz roja y me dice que hizo algo con ella. Susan, muy excitada, hizo señales febriles a Kathie.

-Sí, es la luz que me anunciaba cuándo sonaba el teléfono. Al verla, Charlie venía a tocarme con el hocico. ¡Era estupendo! ¡Tenía cualidades muy humanas!

-Me está transmitiendo un pensamiento... Tenía un bonito collar rojo con piedras preciosas... Parecen diamantes, pero no creo que sean auténticos.

Susan, riendo, nos dijo que no eran auténticos, pero brillaban mucho. Según dijo, la irritaba que la gente se burlara de Charlie por usar "un collar tan femenino". Después de una risita, continué:

-Charlie cuenta que usted lo llevaba caminar hasta la tienda de la esquina, para comprar pan y leche. -Sí, es cierto. Entonces me eché a reír. Charlie me había enviado un pensamiento muy divertido. Lo transmití. -Dice que no le gustaban los baños en el fregadero.

-Sí. Yo lo bañaba todos los viernes por la noche. Y usted tiene razón: no le gustaban en absoluto. Se la pasaba forcejeando. Creo que, después de un tiempo, se acostumbró. ¿Puedo hacer una pregunta? -Sí, por supuesto.

Susan lloraba suavemente mientras hacía sus señas. -¿Sufrió mucho al morir? Y dígame, por favor, que lo siento. Pregunté.

-¿Hubo un momento en que Charlie tuviera dificultades con las patas? Es decir, ¿no podía caminar? Porque siento dolor en el costado derecho.

-Sólo al final. Lo medicaban. -¿Sabe usted si tenía diabetes? -En efecto. También tenía problemas renales. ¿Él le dice eso? -Sí, me transmite el pensamiento de lo que le pasaba antes de morir. También dice que la ama mucho y que usted lo ayudó. ¿Lo hizo sacrificar? -Sí, pero contra mi voluntad.

-Hacia el final, su perro sufría mucho. Usted realmente lo ayudó, ¿sabe? Susan no respondió, pero movió la cabeza inclinada en un gesto afirmativo.

-Charlie aún duerme con usted a los pies de la cama. ¿Encuentra sentido a eso?

-Sí, siempre venía a la cama en medio de la noche. Al despertar yo lo encontraba con la cabeza en la almohada, a mi lado, -¿Conoce usted a alguien que se llame Ivy o algo parecido. Sé que es un nombre extraño, pero creo que es ése.

Susan reflexionó, pero no pudo reconocerlo. Pocos minutos después estalló, la semana pasada hablé con ella por teléfono. Me está ayudando a conseguir otro perro. Es muy difícil conseguir perros para sordos; me dijo que tal vez tuviera uno.

-Este animal me envía una vibración o sensación muy fuerte de que usted lo va a conseguir. No estará sola por mucho tiempo más. Dice Charlie que se ocupará de que el nuevo sepa lo que debe hacer. A propósito: Me muestra un perro blanco. Casi parece un siberiano. Susan se entusiasmó mucho.

-Es el tipo de perro que Ivy está tratando de conseguirme. -Lo tendrá, no se preocupe. Charlie me dice que usted nunca estará sola. Dicho eso, agradecemos al mundo de los espíritus que nos hubiera ayudado y les pedí que colaboraran con Susan en su camino.

Como dije antes, los animales sobreviven a la muerte. Cuando pasan al mundo de los espíritus aceptan su transición como cosa natural. Deberíamos aprender de ellos, por cierto. A menudo me preguntan: "¿Adónde va mi amorosa mascota?". Nuestras mascotas van a un cielo, un tipo físico de mundo muy hermoso: El mismo que ocupamos los humanos.

Cuando fallece un animal, salen a recibirlo los seres humanos (uno o varios) con quienes mantenía una buena relación en la tierra. Si no hay nadie disponible, si el animal no compartió su experiencia terrenal con un humano, a menudo lo reciben cuidadores de animales, almas generosas que cuidan de nuestras mascotas hasta que alguien con quien mantuviera fuertes lazos afectivos se reúna con él en el mundo espiritual. Con toda probabilidad, esos cuidadores son personas que, en la tierra, adoraban a los animales.

Es bastante común que el animal recientemente fallecido regrese a su residencia terrenal. Con toda probabilidad se sentará en la misma silla, dormirá en el mismo sitio y te observará con toda atención. Recuerda la bondad y el amor que recibió de ti en la tierra; a menudo volverá para velarte y protegerte.

Por eso, te ruego no dar por seguro a ningún animal ni otras formas de vida. Estamos aquí para compartir el misterio de un plan divino de amor para todas las criaturas de Dios.

El mal de Alzheimer.

La muerte lenta y debilitante del mal de Alzheimer no sólo es indigna, sino a veces casi inhumana. No obstante, de año en año son cientos de miles los que contraen esta larga enfermedad. En el cerebro del afectado se degeneran las células nerviosas y la materia cerebral se encoge. La enfermedad se presenta acompañada de pérdida de memoria y desorientación en cuanto a tiempo y espacio. En las etapas finales el enfermo puede sufrir una psicosis severa, que incluye alucinaciones y paranoia.

Aunque la causa de la enfermedad permanece todavía en el aire, existen varias teorías. Algunos creen que es genética; otros culpan a factores ambientales como ciertos metales. Una cosa es segura: A medida que crezca la población de ancianos, también aumentará la carga sobre las familias y la comunidad médica. Espero que los estudios rindan algunas conclusiones para poner fin a este devastador trastorno.

Muchas veces la gente me pregunta, de un amigo o un afectado de Alzheimer, cosas tales como: "¿Puede oírme? ¿Me ve? ¿Dónde está? ¿Sigue aquí? ¿Ha muerto? ¿Su alma ha abandonado el cuerpo? ¿Acaso el alma puede continuar? ¿Cómo es la cosa?".

Un día tuve un encuentro con una encantadora mujer llamada Sydelle. Me la envió un amigo íntimo. Al comenzar la sesión mencionó que el padre había muerto y que ella necesitaba resolver algunas cuestiones. Sobre todo, quería saber si estaba en paz.

Iniciada la sesión, recibí una sensación muy fuerte de Sydelle estaba muy nerviosa e insegura, no sólo por la consulta por su propio futuro. Parecía tener muchas dudas bailando en su cabeza. Le aseguré que, con un poco de suerte, nuestra comunicación con el espíritu eliminaría sus miedos y ansiedades. Comencé a sintonizar su energía. De inmediato capté que había un poco de hostilidad entre ella y su madre.

-Sydelle, ¿habla usted con su madre? -Hablo con ella, sí.

-No quiero ser entrometido, pero recibo la sensación que usted y ella no están del todo juntas.

-No estoy segura de entender a qué se refiere.

-Es como si, a veces, ella resultara una carga para usted, en esos casos no le tiene paciencia.

-Oh, sí, es cierto. Me cuesta mucho decirle algo.

El contacto cambió de dirección; sentí que a mi espalda se abría una especie de puerta. Súbitamente se presentó una multitud.

-De pronto siento que la habitación está atestada. Espere. Déjeme captar quién está aquí.

Al cerrar los ojos vi la silueta de un caballero. Se mantenía muy erguido, con expresión seria. Me daba la sensación de estar ajeno a todo.

-Creo que tengo aquí a su padre, Sydelle. Siento que, antes de morir, tuvo algo malo en la cabeza; me da la clara impresión de que la zona de la cabeza estaba afectada. También siento que pasó mucho tiempo en el hospital o en un hogar para convalecientes. ¿Estuvo mucho tiempo en cama? -Sí, papá tuvo Alzheimer durante trece años.

-Oh, Dios mío, por eso me sentía tan ausente. Él no puede creerlo. Debo decir que aún no se considera totalmente aclimatado. Es decir: Cuando mira a su alrededor tiene una sensación de incredulidad.

-Bueno, no creo que creyera en este tipo de cosas. -Puede ser, pero... Su padre quiere agradecerle que encendiera la vela. ¿Encuentra usted sentido a eso?

-Sí. Cuando estaba enfermo encendí algunas velas para ayudarlo a pasar al otro lado.

-Él quiere agradecerse, al igual que todas esas oraciones. Lo ayudaron mucho. Dice que todavía está confundido, pero lentamente comienza a dilucidar las cosas. ¿Sus funerales se realizaron en un templo? -Sí.

-Él estaba allí. Dice que los vio a todos. Pero lo sorprendió un poco que hubiera ido tan poca gente. Dice que esperaba el doble.

-Tenía muchos amigos, pero como pasó tanto tiempo fuera de la vida no le quedaron muchos.

-¿Quién es Jack? -Es él. Así se llama.

-Menciona una manta africana y algo relacionado con fotos. Él vio todas las fotos. ¿Se exhibieron fotos de su padre, de toda su vida?

-Sí, en efecto. En el funeral extendí una de sus mantas africanas y sobre ella puse fotos. Quería hacer un collage de la vida de mi padre.

-¿Quién es Rose? -Su madre.

-Quiere hacerle saber que Rose fue a recibirlo cuando falleció. No la veía desde hacía mucho tiempo, ¿verdad? -Murió cuando él era niño.

-Es divertida. ¿Sabe usted que ella la observa cuando esta en la cocina? También le gusta el tipo de ropa que usted usa. Me muestra vestidos vaporosos.

Sydelle ríe con ganas y me agradece que trajera a su abuela. -No la conocí, pero me alegra que esté cerca. Jack volvió a hablar y yo continué con los mensajes.

-Su padre menciona el nombre de Mark. Dice que lo ayuda. -Mark es mi hermano. Qué interesante. Porque Mark se hizo cargo de la empresa de mi padre cuando él murió.

¿Sabe usted si Mark tiene los gemelos de Jack o su broche de corbata?

-Sí, usa los gemelos de mi padre.

-¿Sabe si ocupa una oficina con trofeos y condecoraciones en la pared?

-Sí, es la oficina de mi padre. Se mantiene tal como él la dejó. Los trofeos están dedicados al mejor vendedor. Penden en la pared, tras el escritorio.

-Su padre me muestra una silla verde oscuro. Es la que ahora usa su hermano en la oficina. Por favor, pregúntele si tiene un pequeño desgarrón en el asiento. Creo que está en el costado derecho, bajo la pierna del que la ocupa.

-Esto suena muy extraño, pero ¿sabe una cosa? Mark mencionó que debía cambiar la silla, porque la vieja está raída. No sé si tiene un desgarrón, pero no dejaré de preguntárselo. Es asombroso.

A continuación, Sydelle cambió de tema: -¿Cómo nos irá con la empresa?

Rara vez el cliente pide en el otro lado consejos sobre asuntos comerciales. Nunca dejo de informarles que, en el mundo espiritual, no siempre se sabe cómo será todo. Como ya dije, entran en juego demasiados factores, incluida la ley kármica. Como digo a mis clientes: "Podemos preguntar al espíritu, pero recuerde por favor que es usted quien debe tomar sus propias decisiones. No incumbe a los espíritus decirle cómo manejar su vida o sus asuntos económicos".

Eso fue lo que dije a Sydelle. Ella me respondió que recibía de buen grado el consejo de su padre, puesto que la empresa había sido suya. -Confío que me dará un buen consejo comercial. Le dije lo que estaba recibiendo.

-¿Sabe usted si su hermano ha pensado en tomar un socio? -No estoy segura, pero se lo preguntaré. -Bien. Él me dice que ha sido muy difícil ganar dinero con esa empresa. Pero recomienda esperar, pues las cosas cambiarán; con el correr del tiempo ustedes venderán la empresa.

Sydelle ahogó una exclamación. Dijo que no tenían intenciones de venderla. En todo caso, pensaban mantenerla dentro de la familia por todo el tiempo posible.

-Dice su padre que él se preocupaba mucho por la empresa, que le dedicaba toda su vida. No quiere que ustedes hagan lo mismo. Lamenta no haber tenido más tiempo en la tierra para hacer otras cosas. Piensa que habría podido hacer mucho más si se hubiera dado tiempo. Era rígido y exigente en cuestiones de trabajo. Quería hacer cosas para demostrar su valor. Dice que usted habría podido enseñarle mucho. Que ahora también le enseña.

Sydelle se emocionó mucho, al igual que su padre. Luego él mencionó a la esposa.

-Está preocupado por su madre, Sydelle. Me dice que discutían demasiado. Una parte de él la ama todavía y la comprende mejor. Ella no está a gusto consigo misma. Espera que el mundo la sirva. Usted debe vivir su propia vida. Dígaselo. -Lo haré.

Le pregunté si quería interrogarlo sobre algo en especial. Su pregunta me ayudó a ver de otro modo a los enfermos de Alzheimer.

-¿Dónde estaba mi padre durante el tiempo que sufrió del mal de Alzheimer? ¿Dónde estaba su espíritu? ¿Murió y fue a otra parte?

-Dice su padre que esa pregunta es muy interesante y que tratará de responder del mejor modo posible.

Hay una gran diferencia de entendimiento entre el mundo terrenal y el celestial. Dice que la mayor parte del tiempo estaba inconsciente, como en un sueño liviano. Menciona que en distintos momentos abandonó su cuerpo; lo que podía ser su espíritu contemplaba su cuerpo tendido en la cama y la gente que estaba en la habitación. Para él era difícil, porque no tenía sentido del tiempo tal como lo conocemos. No tenía plena conciencia del tiempo y el espacio como lo tenemos en la tierra. -¿Veía formas espirituales a su alrededor?

-En cierto modo percibía algunas energías, pero sólo al fallecer supo quiénes eran. Habla de una figura paterna y de Rose que le salieron al encuentro.

Explicué a Sydelle que muchos otros espíritus, afectados en vida por el mal de Alzheimer, dan respuestas similares. Algunos, no saben dónde estaban. Otros permanecieron totalmente dormidos durante toda la experiencia. Hay quienes abandonaban a menudo el cuerpo y estaban muy conscientes de la presencia de sus familiares; muchas veces intentaron hacerles llegar mensajes.

Ella insistió: -¿Por qué tuvo que pasar por esa enfermedad?

-No cree que usted pueda comprenderlo con exactitud, pero aunque no lo crea, él lo decidió antes de venir a la tierra. Dice que debía pasar por esa experiencia para equiparar las cosas. Luego agregué mi conocimiento de la situación: muchas veces un espíritu debe sufrir alguna enfermedad y superarla a fin de hacerse fuerte; de ese modo rompe el vínculo para que la enfermedad abandone la estirpe familiar.

Después de esa sesión, hace ya muchos años, Sydelle y yo nos hicimos amigos. Cada tantos meses me llama para ver cómo estoy; hace muy poco me informó:

-No sé si lo recuerdas, pero en una de las primeras transmisiones que hiciste para mí pregunté a papá sobre la empresa. Él dijo que encontraríamos un socia y acabaríamos vendiéndola. Sólo quería hacerte saber que, hace algunos meses, mi hermano tomó un socio. En este momento está firmando los documentos para vender la empresa.

Dilo desde la montaña.

El caso siguiente es uno de los más reconocidos de mi carrera. Un año después de la sesión se divulgaron los increíbles detalles que surgieron en ella y la Nbc quiso recrearla para su programa *Unsolved Mysteries*. Pocos meses después se hicieron las pruebas, en busca de un actor que se pareciera a mí, y se grabó el programa. En los dos años transcurridos desde la grabación, se ha convertido en uno de los episodios más populares del programa y el canal de cable lo presenta con frecuencia. Es una de mis sesiones más memorables.

En junio de 1995, yo estaba sentado a la puerta de mi apartamento, esperando al cliente citado para las seis. Consulté la agenda, pero no conocía esos nombres: Don y Sue Raskin. A las seis menos cinco, una pareja se acercó por el camino. Recuerdo mi primera reacción al verlos. El caballero no tenía buen aspecto. Se lo veía bastante enfermo; supuse que la acompañante era su hija, pero resultó ser su esposa.

Después de rezar mi oración, noté inmediatamente que me rodeaban varios espíritus. Detecté a varios femeninos y algunas energías masculinas muy fuertes. Comencé a transmitir mis sensaciones y observaciones, en la esperanza de que los espíritus presentes fueran en verdad las personas con quienes ellos deseaban comunicarse.

-Cuando usted franqueó esa puerta, Don, había un muchacho a su espalda. Parece haber fallecido siendo joven. ¿Tienen ustedes un hijo en estado espiritual? ¿Se llama Doug? Intercambiaron una mirada de asombro. Muy despacio él se volvió hacia mí, y admitió que así era.

-Dice que los ama muchísimo y que no deben temer nada. Los ama, los ama. Me lo repite sin cesar. La inicial A ¿Significa algo para ustedes? ¿Conocía él a alguien llamado Adam? -No creo -respondió Sue. -Dice el muchacho que aquí están sus padres, Don. Han venido de la mano con su hijo. ¿Reconoce la inicial M?

-Sí, es mi padre. Se llama Mike -respondió Don. -También tengo aquí a una señora llamada Lillie, Millie o Ellie. -Ésa es mi hermana -dijo ella de inmediato-. También murió.

-¿La llamaban también Babs? -Sí, entre otros sobrenombres.

-Es muy divertida. Ella y Mike bromean todo el tiempo. Se llevan bien. Pero Doug quiere hablar. Dice que esta noche es el invitado de honor. ¿Estuvo en un hospital? -Sí.

-Dice que estaba muy incómodo. ¿Fue muy sorpresivo? Dice que la gente estaba horrorizada, que fue muy inesperado. Parece algún tipo de accidente. ¿Hubo lesiones en la cabeza? -Sí, en efecto. Los Raskin se tomaron fuertemente de la mano.

-Me transmite un dolor en la cabeza. También creo que tenía afectado el cuello. ¿Estuvo en un helicóptero? Porque sabe lo del viaje en helicóptero.

-Sí. Lo llevaron al hospital en helicóptero.

-Me transmite una fortísima sensación de escalamiento. Me muestra una montaña. También tengo una sensación de deslizamiento o caída. ¿Comprenden ustedes eso? Ambos reconocieron, llorando, que la información era correcta. Continué.

-Según dice, siempre supo que le sucediera algo así. Siempre vivió sobre el filo de la navaja. Ustedes no podían hacer nada. No deben sentirse culpables, por que no podían detenerlos. ¿Alguna vez pensó en practicar paracaidismo? Me esta mostrando un paracaídas. Dice que, si no hubiera muerto escalando una montaña, habría sido arrojándose en paracaídas.

Habló Don: -Siempre fue aventurero. Se la pasaba haciendo esas cosas. -¿Le gustaba la fotografía? Dice que ha tomado fotografías de todo el mundo. Sabe que ustedes estuvieron mirando sus álbumes. Dice que allí no hay ninguna foto capaz de describir el lugar donde está. Los colores del cielo... son tan ricos... ¡Indescriptibles! Violáceos claros y rosados. No se preocupen por mí, dice. Aquí estoy en una gran aventura. ¿Quién es Tam o Tammy? -La hermana.

-Le manda decir que la ama y le agradece todos sus buenos deseos y pensamientos, sus oraciones y su amor- ¡Es muy importante!

-Se lo diremos, sí. -¿La sobrina le escribió una carta o tarjeta? -Sí, creo que sí -respondió Don-. En el funeral. -A Doug le encantó y quiere que se lo digan, por favor. También menciona a alguien llamado Mark. ¿Conocía a alguien de ese nombre? -Sí, era su gran amigo.

-Saludos de Doug para él. Díganle, por favor, que él estará siempre cerca y que continuarán siendo buenos amigos.

Luego miré a Don, que no tenía buen aspecto. Comprendí, que el dolor había invadido su vida; parecía sólo una cáscara vacía. Le transmití la preocupación de su hijo por su salud.

-Don, dice Doug que se cuide o acabará con una ulcera. Dice que a usted le cuesta dormir.

¿Ha consultado con el medico por este problema? -Sí, la semana pasada. Me recetó unas píldoras. -Doug quiere decirles que ustedes lo ayudaron a vivir vida con plenitud. Siempre lo apoyaron y tuvieron fe en el. Que son estupendos. Estupendos, dice. ¿En el servicio fúnebre había una foto de él? -Sí.

-Me muestra un tablero con muchas fotos y en el medio, una grande. Dice que les costó hallar esa foto principal. Los dos rieron. Luego Sue explicó:

-La buscamos por todas partes. Teníamos muchas fotos de Doug en sus diversos viajes.

-Comenta que había mucha gente y que ustedes se tomaron mucho trabajo.

-Lo hicimos con gusto. Fue una celebración de su vida. -Doug me dice que ustedes escogieron la música para los funerales. Era algo escocés o irlandés, como Enya. -¡Exactamente, pusimos Enya! -confirmó Sue.

Miré a Don, pues Doug le dirigía la pregunta siguiente. -¿Suele usted hacer ejercicio, Don? Porque Doug me muestra un caballo. ¿Por qué no salen los dos a cabalgar un poco? Don respondió:

-Salgo con un amigo. Ésta es la camisa que me regaló Doug -Que la disfrutes, papá. Por favor, diviértete por mí. Disfruta. A esta altura surgió una pregunta muy curiosa, cuya respuesta me asombra hasta el día de hoy.

-¿Ustedes hicieron duplicar o reproducir una foto de él? Su esta riendo por esa foto, como si fuera una broma o algo así. -La foto fue tomada durante un viaje que hicimos. Nuestra hija detectó en el centro un destello de luz que parecía una bocanada de humo en forma de corazón. En ese corazón leyó las palabras "Te amo". ¡La hizo ampliar!

-Eso lo hice yo, dice Doug. Se está riendo. ¿Comprenden? Fui yo. Fue un regalo para ustedes. Tómenlo como una postal enviada desde el cielo.

Esta última información demostró una vez más el poder del amor para trascender hasta lo físico. En el resto de la sesión se presentaron los padres de Don y su tía Bea. Cada uno describió detalladamente cómo era Don cuando niño. Luego intervino Doug y habló hasta el final. Con cada pensamiento presentaba pruebas sorprendentes de la vida después de la muerte. Pregunté a Sue:

-¿Usted estuvo recortando artículos del diario con unas tijeras? -Sí. -Todos estaban a su alrededor, observándola. ¿Cuándo fue eso? -La semana pasada. El diario publicaba un gran artículo sobre Doug y su muerte. No era un aviso fúnebre. Hablaba del monte Fuji.

-¿Piensa hacer un álbum de recuerdos o algo así? Él dice que usted está reuniendo todas las cosas, pero aún no las ha pegado. Las guardó allí. Él está enterado.

Los dos sonrieron. Continué: -Kieto. ¿Qué significa eso? -Es un lugar de Japón, muy cerca de donde se produjo el accidente. Estuvimos en Kieto con él. -¿Doug tenía una bicicleta de montaña? ¿Saben qué pasó con la bicicleta? -Hemos pedido que nos la envíen a casa.

-Menciona lo mucho que le gustó la foto que le tomaron al pie del monte Fuji. ¿La tienen ustedes? -Bueno, el equipo de montañismo está haciendo revelar algunas fotos que todavía no hemos recibido.

-¿Quieren tenerla en cuenta, por favor? -Sí, por supuesto.

La entrevista duró un cuarto de hora más. Cuando los Raskin salieron de mi casa, su actitud era muy diferente que al principio. La expresión de Don era señal segura de que había iniciado la senda de la recuperación. No sólo sabían que el hijo estaba todavía vivo sino que los acompañaba constantemente.

Más adelante descubrí que Doug Raskin no era un muchacho común. Parecía ser un ángel venido del cielo. Pasó varios años viajando por países extranjeros y ayudando a los pobres. Llegó a nadar por aguas tormentosas con alimentos sujetos a la espalda, a fin de poder darles de comer. Era aventurado y solidario; todo el que estuvo en contacto con él percibió su luz, por cierto.

Pasados unos dos meses de aquella primera sesión, Sue Raskin me llamó por teléfono. Acababa de recibir la correspondencia. El equipo de montañismo de Doug les había enviado unas fotografías. Me dijo:

-La primera que saqué mostraba a Doug sonriendo de oreja a oreja, al pie del monte Fuji.

CAPITULO 9. Mas allá del dolor.

Hay un tiempo para todo, y una estación para cada actividad bajo el cielo: un tiempo para nacer y un tiempo para morir.- Eclesiastés 3.

¿Nos sobreponemos alguna vez a la muerte de un ser amado? ¿Es posible seguir viviendo sin compartir la existencia con él? Los recuerdos de los momentos felices que pasamos juntos, ¿Nos ayudarán a recomenzar la vida?

No hay respuestas sencillas a estas preguntas. Una vez que alguien pasa del mundo físico al espiritual, jamás volveremos a estar con él tal como lo conocimos. Pero siempre es posible experimentarlo y hacer que comparta nuestra vida, si mantenemos vivo su recuerdo en la mente y el corazón y si comprendemos que, como seres espirituales no limitados a las propiedades físicas, están a nuestro lado más a menudo que nunca.

Tal como dice la Biblia, hay un tiempo y un lugar naturales para cada suceso o experiencia de esta tierra. Cada vez que volvemos al mundo físico, pasamos por una experiencia de crecimiento del alma. Cada acontecimiento de la vida determina y mide nuestro crecimiento. Así como en el ciclo de las estaciones algo muere para renacer en primavera, es imposible tener vida sin un fin y un nuevo principio. Todo lo que hacemos es para crecer.

A tal fin, todo ser viviente de este planeta conoce la pérdida, de un modo u otro. Puede ser por un despido laboral, un divorcio, accidente o crimen. Puede tratarse de un objetivo sin alcanzar o del simple envejecimiento. Aunque estas pérdidas nos parezcan penosos cambios de vida, a menudo descubrimos que también ellas tienen su lugar y su tiempo en la vida. A fin de experimentar una pérdida y transformarla, hay pasos a dar en el exitoso trayecto hacia una vida más sana, plena y centrada. El primero de esos pasos es reconocer y manejar nuestra pérdida.

Cómo reconocer el duelo.

El duelo tiene muchos aspectos: físico, mental y emotivo. La sensación de impotencia, la ansiedad, el insomnio, miedo, depresión, irritabilidad, ira, depresión, náuseas, dificultades para respirar, palpitaciones cardíacas y hasta pensamientos suicidas: todo esto puede ser tomado como síntomas o señales de duelo. Es importante notar que el duelo por la pérdida de alguien (incluso de algo, como un empleo) es muy normal y natural. Cuando sufrimos, tenemos la sensación de que la vida se nos ha terminado, que jamás volveremos a ser como antes. No nos sentimos capaces de continuar ni un día más sin la persona que hemos perdido.

Es como si el mundo entero se nos hubiera puesto de cabeza. Nada parece tener sentido. Estamos completamente desequilibrados en todos los aspectos de la existencia. No podemos pensar con claridad ni tomamos las decisiones correctas. A menudo somos incapaces de controlar nuestras emociones, y el menor de los desafíos nos provoca el llanto.

Todas estas sensaciones forman parte de la experiencia del duelo; nunca deben restarles importancia ni pensar que están mal. En esos momentos es común que el individuo afectado muestre cierta apatía respecto a su propio bienestar físico, emocional y espiritual. A fin de devolver cierto bienestar a la vida, es de ajustar cuentas con su dolor.

¿Cómo se hace? ¿Cómo nos recobramos del dolor? Aunque el tema central de este libro es la pérdida de un ser querido, las etapas que se describen a continuación son aplicables a cualquier tipo de pérdida: una persona, un animal mimado, la casa o el empleo, así como vivir con una prolongada enfermedad. Este proceso de curación se aplica a la mayoría de las situaciones en las que experimentamos una pérdida.

1. Conmoción.

Cuando alguien se entera de que ha muerto un ser que ama, su primera reacción puede ser de conmoción; también puede experimentar un entumecimiento, y pensar: "No puede ser". A veces se rechaza la idea de que se haya producido esa pérdida. Es como si se estuviera en trance, en estado

de zombi; el individuo se mueve arrastrando los pies, casi sin reparar en lo que le rodea. Más adelante puede no tener memoria del día en que sufrió la pérdida. Ese olvido es la ayuda que nos presta la naturaleza; la mente, al cerrarse, trata inconscientemente de enfrentar el cambio súbito.

Esta conmoción inicial puede durar unas pocas horas o unos cuantos días; cuando pasa, es importante contar con un amigo íntimo o un ser querido que nos asista en el dolor. A menudo la familia y los amigos están a nuestro lado durante los funerales, pero luego se van. Por lo general es entonces cuando salimos de la conmoción. En ese momento es cuando más necesitamos de alguien, pues al pasar el aturdimiento comienza el verdadero dolor. Cuando sufras, recuerda que la ira y el resentimiento son reacciones normales ante una pérdida. Ya la superarás. La vida volverá a ser más o menos normal.

2. Negación.

Cuando nos sentimos heridos, tendemos a negarlo. De ese modo parece que el dolor se alivia. Es tal el deseo de que no exista que, al negarlo, nos engañamos pensando que no está. Una vez más, se trata de la parte inconsciente del ser, que intenta manejar la pérdida. La negación puede manifestarse de muchas maneras:

1. Perdemos interés o dejamos de participar en los asuntos cotidianos.
2. Dormimos demasiado o tenemos insomnio.
3. Perdemos el apetito.
4. Nos desentendemos de la higiene personal.
5. No podemos salir de la depresión.

Es importante comprender que la negación es una etapa normal en el proceso de duelo y que, llegado el momento, la dejaremos atrás.

3. Sentir.

El primer paso en la ruta hacia la curación es aceptar la realidad de la situación: Que hemos sufrido una pérdida. La pérdida es real y resulta importante reconocerla. Sentir es normal. ¡No dejes de sentir! No reprimas la ira, la tristeza, los nervios ni la desesperanza. Estos sentimientos son muy naturales. No disimules tus sentimientos, creyéndote inmaduro o pensando que ese tipo de conducta es inaceptable. Si tienes deseos de llorar ¡llora! El llanto es una reacción natural, muy necesaria para curar el cuerpo. De hecho, se ha comprobado científicamente que las lágrimas de tristeza tienen una composición bioquímica distinta de las de alegría y risa. Por lo tanto, llorar te ayuda a eliminar ciertos elementos del cuerpo.

Es natural que pienses a menudo en el ser querido que has perdido; al hacerlo, a veces tus pensamientos se entremezclan con ira. Si te enojas, deja que la ira surja sin perjudicarte ni perjudicar a otros; desahógalas en alguna actividad física: practicando deportes, golpeando una almohada o gritando hasta cansarte en algún lugar remoto. Es comprensible que sientas dolor y enojo; es saludable expresar eso de un modo benéfico.

Tampoco debes calificar tus sentimientos. Todos somos individuos; nuestras relaciones mutuas son siempre únicas. Por lo tanto, cada uno reacciona a una situación de modo diferente, sobre todo ante una pérdida. No te juzgues por lo que sientan otros. No hay una manera de sentir que sea correcta o equivocada. También es bastante común que deseemos evadirnos del

dolor cuanto antes, por lo que algunos tratan de medicarse con sedantes. A veces son necesarios para lograr un alivio rápido y pasajero. Sin embargo, a largo plazo, las drogas estorban nuestro progreso y esos sentimientos que tratamos de reprimir suelen emerger de un modo u otro.

En mis sesiones, con el correr de los años he conocido a cientos de personas: Me es posible percibir de inmediato cuando no han elaborado su duelo. El cuerpo lo demuestra, pues lo exterior es espejo del mundo interior. Han reprimido sus sentimientos al punto de perjudicar mucho su salud. El duelo no elaborado los carcome, literalmente, y se manifiesta en una miríada de dolencias y enfermedades: obesidad, alergias, dolores sordos o agudos, problemas respiratorios y, en algunos casos, cáncer.

Por lo tanto, a fin de conservar la salud, debemos pasar plenamente por la experiencia del sentir. Los sentimientos son nuestro barómetro de la vida.

4. Reconocimiento y aceptación.

Una vez que hemos pasado por la conmoción, la negación del dolor, el resentimiento y la ira, avanzaremos hasta una etapa de reconocimiento y aceptación de la muerte. Es el primer paso para devolver un poco de equilibrio a nuestra vida. Aceptar la muerte de un ser querido no significa que la aprobemos. Simplemente, vemos la situación de un modo realista. Entendemos que ha que ha fallecido, que no volveremos a verlo físicamente. Sin embargo, nos reuniremos con él cuando nos llegue el turno de pasar a los reinos espirituales.

Una pérdida es una pérdida y no tiene remedio. La cantidad de dolor que experimentes será directamente proporcional a la intensidad del amor que te inspiraba el difunto. Pero es importante comprender que, al sentir tu dolor, te estás curando. Ya recobrarás las fuerzas; entonces volverás a la vida y continuaras con el aprendizaje para el que viniste.

5. Solucionar asuntos prácticos.

Además de elaborar una pérdida, también es importante establecer cierto orden en la vida diaria desde el punto de vista económico y práctico. Esto vale especialmente si era el difunto quien manejaba el dinero de ambos. No temas pedir ayuda a un pariente o amigo en este aspecto. Quizá puedan ayudarte mucho más de lo que imaginas.

Si debes efectuar algún trámite con empresas de medicina o seguros, haz que alguien se encargue de ello, a fin de conceder un poco de paz y despreocupación financiera. Cuanto antes se solucione este aspecto, mejor te sentirás en general. También te conviene investigar tu situación económica, hacer listas y repasar lo que sepas de tus bienes, cuentas bancarias, inversiones, etcétera. Otra lista necesaria puede ser la de los gastos, deudas o préstamos pendientes, a fin de asignar el dinero para saldarlos. Quizá te convenga liquidar tus bienes, si es posible. En la mayoría de los casos hay que informar a los acreedores del fallecimiento reciente, para que ellos hagan los ajustes necesarios en sus registros. En estos momentos tendrás que ocuparte de todos los asuntos legales tuyos y del difunto. Para la mayoría de los trámites prácticos y financieros necesitarás copias del acta de defunción. Si hay una herencia a liquidar, conviene que te pongas en contacto con un abogado.

6. Continuar.

Cuando el Sol se pone, también vuelve a salir. Has pasado por un increíble período emocional, que por momentos pareció insoportable y te quitó las ganas de seguir adelante. Sin embargo, ha llegado el momento en que estás dispuesto a evaluar tu vida y seguir andando. Se inicia un nuevo capítulo de tu existencia. Ahora te encuentras en el momento perfecto para buscar orientación en un grupo de apoyo. Existen muchos grupos semejantes para personas, que han experimentado pérdidas específicas, como por ejemplo, la viudez, la muerte de un hijo o un hermano, sida o cáncer. Los miembros que lo componen han pasado por una pérdida similar y, como tu, están sufriendo.

Todos necesitamos ayuda para poner nuevamente la vida en marcha. Te sugiero que asistas a una de esas reuniones para observar al grupo de apoyo. Así verás si te sientes a gusto con los otros miembros. La primera vez te conviene ir en compañía de un amigo u familiar. Lo más importante es no tener miedo de pedir ayuda.

En esta etapa también es conveniente practicar alguna actividad física regular: gimnasia, tenis o golf, caminatas diarias. Esto es importante a fin de mantener la mente alerta, el cuerpo en buena forma y las emociones en equilibrio. La actividad física te ayuda a liberar la ira y superar la depresión; además, hace circular hormonas benéficas por todo el cuerpo.

Tal como ya he señalado, el duelo y la curación no se producen de la noche a la mañana; no hay manera de calcular el tiempo que necesita cada uno para iniciar personalmente una nueva vida. Siempre estarás rodeado de tus seres queridos, aunque no notes su presencia. Siempre tendrás la felicidad y la alegría de los recuerdos que te dejaron. No desperdicies esos recuerdos, pues son tan especiales como las experiencias, que les dieron origen.

Cuídate de las conductas que puedan provocar lesiones.

Es importante comprender que habrá retrocesos e inconvenientes; por eso es necesario vigilar los sentimientos y los cambios de humor. Por ejemplo: Muchas personas vuelven a la negación, a no creer que se haya producido la muerte. Ciertos individuos no pueden salir de esa etapa; entonces pueden mostrar algún tipo de conducta autodestructiva. Debes estar alerta a las siguientes señales; si se prolongan mucho, hace falta ayuda profesional.

1. Algunos albergan ideas suicidas. Esto es común al principio, pero si una persona insiste en buscar el modo de llevarlo a cabo, hay luz roja. Busca asistencia preventiva.
2. Al principio puede ser necesario tomar alguna medicación, como sedantes o antidepresivos. En estos casos se requiere una vigilancia atenta, pues es muy fácil caer en la dependencia de esas drogas. A veces una persona trata de pasar por encima del dolor y el trauma. Se requiere la asistencia regular de un profesional. Cuanto antes se abandone la medicación, antes se levantará la bruma y será posible iniciar el proceso de curación.
3. Si alguien se mantiene completamente ajeno a sus actividades normales, si da muestras de obsesión o se mantiene a solas, deprimido por largos períodos, es hora de buscar un profesional especializado en duelos. Un especialista puede ayudarnos a regresar a la realidad.

Aunque el proceso del duelo es doloroso, forma parte de la experiencia de vida por la que todos debemos pasar. Todos sufriremos la pérdida de algún ser querido. Es preciso comprender que

sobreviviremos. Aunque ahora no puedas verlo, la tierra necesita de tu luz. No hay nadie en el mundo como tu, por que eres en verdad único. ¡La gente te necesita! En un momento de perdida, puedes experimentar una sensación de culpa auto impuesta, de inutilidad. Tal vez pienses: “Si yo hubiese hecho esto o lo otro...” No tienes por que maltratarte así. ¡No caigas en eso! Debes comprender que el dolor te ayuda a ser mas solidario con otros que están en situación similar. algún día podrás ayudar a otra persona que esté elaborando su duelo. La pérdida que sufres, por grande que sea, no puede compararse con la grandeza que hay en ti. Sé bueno contigo mismo y date un buen abrazo. Exprésate lo mucho que te amas y te agradeces el estar vivo, con la fuerza y el valor necesarios para realizar esta increíble aventura llamada vida.

CAPITULO 10. Establecer contacto.

Es enorme el interés demostrado por personas que desean establecer contacto con sus difuntos por su propia cuenta. Hay otros que también creen poseer un fuerte vínculo psíquico o mediúmnico y quieren desarrollarlo mejor. En este capítulo proporcionaré información con ambos fines. No sería correcto dar instrucciones a quienes sólo quieren establecer contacto con sus seres queridos, sin ofrecer también un conocimiento básico de la mecánica de la mediumnidad. Creo que, cuantos más conocimientos se tengan de este material, mejores serán los resultados. Insto al lector a que estudie los conceptos que siguen, a fin de aplicarlos cuando sea necesario.

Esto no es un juego. No es mi intención enseñarte algunos trucos para que puedas entretener a otros con tus facultades psíquicas. Debes tomar el desarrollo de la intuición con seriedad y respeto. No es posible tocar un timbre y pretender que el espíritu se presente de buenas a primeras. A fin de lograr éxito es preciso trabajar. Recuerda que los resultados reflejarán la disciplina, el tiempo y la voluntad que pongas en desarrollar tus facultades.

Al mismo tiempo, debes comprender que tu familia espiritual también comparte el deseo de entrar en contacto contigo y harán todo lo posible para hacerte saber que están vivos. Estamos constantemente rodeados de espíritus; aunque algunos pueden presentarse sin mucho esfuerzo por nuestra parte, a otros puede resultarles bastante difícil. Todos somos médium por derecho propio.

Tal como hemos visto, el médium es un instrumento, un intermediario que utiliza el mundo espiritual para transmitir determinado mensaje. ¿Qué es la mediumnidad si no dejarse inspirar por pensamientos, palabras o sensaciones distintas de las nuestras? Los pensamientos inspiran a pintores, músicos, médicos, cocineros y casi cualquier criatura viviente. Muchas veces suponemos que esos pensamientos nos pertenecen, pero con gran frecuencia emanan de los reinos espirituales. A través de ellos surge la mejor parte de nuestro temperamento creativo. La creatividad no se limita a las artes. El médico que maneja el bisturí es tan creativo en su ciencia como una bailarina clásica al ejecutar una pirueta.

Cuando pensamos en establecer contacto con los reinos espirituales, primero debemos acercarnos a ellos con la noción de que el mundo espiritual, el sentido creativo de Dios, no se limita a un sector de nubes fuera de nuestro alcance. Por el contrario, este espíritu creativo nos rodea por doquier. Se entremezcla con nuestro propio mundo. Debemos comprender que este mundo físico es sólo uno entre muchas dimensiones, que nuestro sistema solar es sólo uno entre muchos, que el ser conocido como humano es sólo uno de muchas especies. Nuestra primera lección será, pues, poseer una mente totalmente abierta y entrar en este mundo con humildad y amor. Cuando nos abrimos a los reinos espirituales, debemos encarar ese trabajo con todo el conocimiento disponible. Cuanto

más conscientes y seguros estemos de las técnicas, el protocolo requerido y las leyes espirituales naturales, más efectiva será la mediumnidad, más claros y exactos los resultados.

Cuando inicié mi propio viaje leí más de un centenar de libros, procedentes de diversas partes del mundo; entre ellos textos escritos hace cincuenta años o más. Hablé con todos los psíquicos, médium y maestros espirituales que pude hallar. Visité muchas iglesias no convencionales de mi zona. Claro que mi intención era llevar a cabo este trabajo para ayudar a la humanidad, difundiendo el amor y el conocimiento de la vida después de la muerte. Si sólo quieres establecer contacto con tus seres amados o tus guías, tu motivación es muy distinta. No necesitas realizar todo el trabajo que yo hice; pero recuerda que, cuanto más conozcas de este trabajo, más fácil te será comprender y lograr ciertos resultados.

La disciplina desempeña un papel muy intrincado en el desarrollo de cualquier don espiritual. Aunque sólo desees ponerte en contacto con tu familia espiritual, eso no significa que aparezca por arte de magia en cuanto apagues la luz. Debes realizar este trabajo con disciplina y seriedad. Lo que se haga a la buena de Dios puede ser peligroso y rendir resultados muy poco satisfactorios. Repito: Si quieres abrirte a los mundos espirituales, te insto a hacerlo no por diversión o curiosidad, sino con sentido de reverencia, humildad, disciplina y respeto. Tu evolución espiritual no es un truco barato ni una loca diversión. Atraemos a lo semejante; por lo tanto recibirás de tu trabajo lo que pongas en él. Aventúrate, pues, en esta obra con conocimiento de las leyes físicas y espirituales que la gobiernan. Para comenzar, debes tener una idea de esas leyes básicas y cómo se aplican a tu evolución.

Motivación y deseo

¿Cuál es la razón oculta detrás de tu interés por desarrollar tus facultades interiores y ponerte en contacto con los seres que amas? ¿Es algo frívolo, como preguntar qué número saldrá en la lotería? ¿Es averiguar dónde dejó el difunto su testamento, para recibir tu parte de la herencia? ¿Es conocer el nombre de la persona que asesinó a tu hijo? ¿O sólo curiosidad ociosa?

Si tu interés se debe a uno de estos motivos, mi mejor consejo sería que leyeras una buena novela de suspenso o misterio para satisfacer tu necesidad de emociones. No puedes buscar contacto a fin de obtener venganza o satisfacer la codicia personal. En el espíritu no hay espacio para la autoindulgencia: Es sólo la obra de un amor sin egoísmos. Pues el amor es el más fuerte de los elementos que nos aproximan al espíritu. Si quieres establecer contacto y explorar los reinos espirituales y, a su vez, esclarecer a otros, sólo entonces reconoceré que tus motivaciones son correctas.

Preparación.

Cuando realizamos un trabajo psíquico, debemos prepararnos de modo acorde, a fin de ser un canal limpio para el espíritu. La preparación no se produce sólo en el plano físico, sino también en los niveles emocional, mental y espiritual. En lo físico deberíamos comer según una dieta sana. Cuanto más puros los alimentos, mejor canalizará el cuerpo al espíritu; conviene seguir una dieta mayormente vegetariana, en lo posible sin azúcares refinados ni cafeína. La carne roja, en especial, retarda la vibración del cuerpo, y entorpece los estadios más altos de la sensibilidad.

El sistema glandular más utilizado en este tipo de trabajo es el de las glándulas endocrinas, específicamente las suprarrenales. Por lo tanto debemos protegerlas, imponiéndoles el menor estrés posible. Los dulces y la cafeína, además de crear el caos en nuestros niveles de azúcar en

sangre, también afectan perniciosamente al sistema suprarrenal, acelerándolo. El alcohol disminuye el ritmo vibratorio natural del cuerpo, por lo que jamás debe ser consumido cuando uno se prepara para abrirse a los mundos espirituales. El consumo regular de alcohol o drogas puede atraer a entidades que están en los ritmos vibratorios inferiores del mundo astral.

Estas entidades podrían influir fácilmente en ti, dándote información negativa o perjudicial. Recuerda que vas a abrirte a muchos planos del espíritu. Te conviene hacer todo lo posible por vincularte con los más elevados.

También necesitas preparar tu estado emocional y mental, conservándolos bien equilibrados. Tus pensamientos son reales y tienen un resultado directo en lo que sientes. Por lo tanto, trata siempre de mantener una visión positiva de la vida. Para eso te recomiendo practicar por la mañana, al despertar, algún tipo de meditación, visualización o afirmaciones positivas. Recuerda, muchos de tus primeros pensamientos influyen en la manera en que pasarás el resto del día. Las emociones van de la mano con el sistema nervioso. Si tu sistema nervioso está alterado y tenso, puede cerrar importantes canales de energía psíquica que recorren la zona espinal del cuerpo etéreo. Cuando estos centros se bloquean es imposible recibir información espiritual limpia y refinada.

Es muy interesante apuntar que cuando, en mis transmisiones, un espíritu se presenta llorando, porque lo excita hablar con sus seres queridos, el estado emocional de ese espíritu bloquea mis propios centros o canales receptores. Todos los sistemas operan al unísono, sin que uno tenga más importancia que otro. Te conviene asegurarte de que eres un individuo bien equilibrado.

Otro elemento vital es la preparación del yo espiritual. Nuestra obra consiste en servicio y amor. Debes aspirar siempre a poner todo el amor y la comprensión posibles en tus contactos. Nuestros amigos y guías espirituales quieren trabajar con nosotros. Cuidemos de darles un instrumento digno del tiempo que nos dedican. A los seres espirituales les gusta como a nadie impartir su conocimiento de los mundos más elevados. Están siempre en busca de alguien que les permita transmitir su mensaje de amor a cada zona del planeta, pero sólo pueden brindar la información que esté al alcance del médium.

Por ejemplo, si se me pidiera que tocara el concierto para piano en fa menor de Brahms, sin que yo tuviera conocimiento alguno de música, me sería imposible hacerlo, pues está fuera de mi experiencia. Por el contrario, si yo estudié piano por varios años y sé de música, tocar a Brahms me resultaría elemental. Por ende, a fin de transmitir desde los mundos celestiales conocimiento del más alto calibre, debemos afinarnos constantemente con las propiedades espirituales más elevadas, de las cuales la más alta es el amor.

Comienza a poner amor y servicio en todo lo que hagas. Conviértete en ejemplo viviente del precepto del amor. Considera todo lo que existe como expresión de ese amor creativo llamado Dios. Debes saber que no hay necesidad de juzgamiento, pues este pertenece al yo físico inferior, al ego. ¿Que derecho tienes a juzgar a otros, sólo porque no han aprendido todavía determinada lección humana? El juzgamiento surge a menudo del temor. Temer es no vivir en la Divinidad. Por el contrario, el miedo te impulsa a volver la espalda a la verdad. Cuando te esfuerzas por comprender mejor la expresión del yo, debes desechar todo lo que no es real: las críticas, los prejuicios y las mezquindades del orgullo. Ábrete en cambio a la luz de la tolerancia y el amor (amor en su forma más pura); no intentes empañar la imagen con trivialidades innecesarias.

Quando intentamos desarrollar el yo espiritual, debemos esforzarnos por enriquecernos con lecturas espirituales, meditación y cosas parecidas. También me resulta muy educativo y favorable para la humanidad caminar por la calle, experimentando las condiciones de vida de nuestro planeta y extendiendo, psíquicamente luz y amor a quienes han perdido el rumbo y necesitan orientación.

Sensibilidad y conciencia.

Cuando tratamos con los reinos espirituales, estamos en contacto con un mundo muy diferente de todo lo que hayamos visto con los ojos físicos. Para llevar a cabo esta tarea en forma adecuada, debemos apartarnos del mundo exterior, y disponernos a ingresar en un mundo de introspección y conocimiento. En cada una de las clases que dicto, comienzo mi conferencia indicando al público que vamos a iniciar la exploración de un universo completamente: El mundo de nuestro ser interior.

Este mundo está a disposición de todo el que dedique tiempo a cobrar conciencia de él. Al explorarlo, abriéndonos a nuestro ser interior, ponemos una conciencia nueva en todos los aspectos de nuestra vida. Comenzamos a llevar, realmente, una vida más plena de lo que imaginábamos, una vida más feliz, como la que uno sueña. En el centro de este mundo nos encontramos con nuestra Divinidad y contemplamos las ilimitadas posibilidades que forman parte de lo que somos. A medida que nos familiarizamos con la utilización de esta sabiduría interior, aprendemos a reemplazar el miedo por confianza en todas las situaciones de la vida. Una vez que hemos llegado a esa parte del viaje, jamás podremos ver el mundo físico como antes. Resulta muy difícil volver a nuestra percepción anterior de la vida.

Para cobrar conciencia del mundo interior conviene empezar por una meditación. El primer paso es cerrar los ojos y concentrarse en la respiración. Al hacerlo notarás que cada inhalación es un don de Dios, por lo que merece reverencia y respeto. Nunca se sabe qué aliento será el último. Al exhalar piensa en todos los pensamientos innecesarios y los sentimientos negativos, las frustraciones y las dudas que albergas, y déjalas ir. ¡Presta atención al cuerpo! Percibe cada uno de tus músculos, cada órgano, cada tejido. Observa la sangre que fluye libremente por todo el cuerpo. ¡Siente! Dios no te dio el cuerpo sólo para que sustentara tu vida en este planeta físico, sino también para que evolucionaras desde adentro a fin de convertirte en el ser más espiritual que puedas. Por eso debes tener conciencia de todo.

Cuando abras los ojos, no mires simplemente la silla que tienes delante, la puerta o las flores. Míralas con ojos nuevos: los ojos del alma, los ojos de adentro. Usa los ojos como si fueran manos. Siente la fuerza vital de las flores y los árboles. Sintoniza la vibración de la energía existente en cada criatura viva. Estas energías son muy reales, pero no abiertamente obvias. Son energías sutiles que sólo puedes percibir mediante los sentimientos.

Energía.

Todo está hecho de energía. Debemos familiarizarnos con este concepto. Nos rodean las moléculas de una fuerza vital, que circulan constantemente a través de nosotros. Por ende, cada uno es un centro de energía individual, un pequeño mundo propio, con círculos de energía y vínculos que corren por el cuerpo y a su alrededor. Mientras tengamos los canales abiertos y sensibilizados, nos será posible proyectar y recibir energía.

¿Cómo percibirla?

Comencemos por un sencillo ejercicio que nos presentará a esa energía. Con los ojos cerrados, pon las palmas frente a frente, a unos sesenta centímetros de distancia. Mantenlas así durante tres o cuatro segundos. Pon toda tu conciencia en la zona abarcada entre las palmas y acércalas muy lentamente, como si estuvieras cerrando un acordeón. Percibe la sensación entre las

manos que se acercan. Acércalas en un movimiento circular, captando los sutiles cambios de energía. Tal vez tengas que intentarlo un par de veces, pero no te preocupes: Con el tiempo llegarás a percibirla.

Puedes poner una mano a siete u ocho centímetros del cuerpo, en cualquier zona, y acercar lentamente la palma. Cuanto más lo practiques, más percibirás las sutiles energías que rodean el cuerpo. Quizá notes que algunas partes parecen más densas que otras. Algunas zonas del cuerpo parecen tener más energía, por varios motivos. Uno es la consecuencia de alguna antigua herida. Cuando sufrimos una lesión, no sólo el cuerpo físico queda afectado, sino también el etéreo.

Por lo tanto, en cada lesión suele haber cierta señal indicativa: Generalmente, una energía más concentrada. También puede suceder que hay un problema de salud. Como he mencionado antes, el estado de salud imperante se registra en el cuerpo etéreo; la energía que lo rodea suele ser de aspecto más denso y de color distinto del resto del aura.

Centros de energía.

Si vas a desarrollar tus facultades psíquicas, es importante que te familiarices con los siete centros de energía principales. Se los conoce con el nombre de *chakras*, palabra sánscrita que significa "rueda de energía". Estos siete *chakras* están situados en el , limite del cuerpo etéreo y constituyen la puerta o entrada a tus energías etéreas.

El cuerpo etéreo o doble etéreo, como a veces se lo llama, es la masa de energía que rodea al cuerpo físico, del cual constituye una réplica exacta. El cuerpo etéreo es el que más se aproxima al estado físico. Cada *chakra* tiene un color y un aspecto diferente y vibra o gira a su propia velocidad, enviando energía (espiritual, mental, emocional o física) a su correspondiente nivel.

Chakra de la raíz.

Está localizado en la base de la columna vertebral y se le conoce como asiento de nuestra fuerza vital. En el plano físico se asocia con la columna, las glándulas suprarrenales, los riñones y el colon. Es una energía roja y representa nuestro instinto de supervivencia: una fuerte capacidad y vitalidad física. Se lo usa para arraigar las energías en el cuerpo. También para extraer energías cósmicas de la Tierra, a fin de vitalizar otros *chakras*.

Chakra del plexo solar.

Este centro, conocido también como *chakra* del sacro, está localizado cinco centímetros por debajo del ombligo. Ésta es la sede de toda la intuición y la sensibilidad psíquica. Se lo conoce como centro del sentimiento; allí se almacenan todas las emociones vivas. Como este centro existe principalmente en el plano de la sensación, de esta zona emanan la clarisensación y la psicometría. En el plano físico se lo asocia con los órganos sexuales, brazo y la vejiga. Se corresponde con el color anaranjado.

Chakra del bazo.

Este centro está localizado por sobre el ombligo, en la zona del bazo. En este plano, las emociones vivas se elevan a una vibración más fina. Es el centro de nuestros sentimientos, de la voluntad y la autonomía. Esta zona influye en la digestión y los órganos del estómago, el páncreas, las suprarrenales, el hígado y la vesícula. En el plano físico es la conexión con el "cordón de plata", que nos permite los viajes astrales. El cordón de plata es una concentración de energía en forma de amarra, que vincula el cuerpo etéreo con el físico. Los clarividentes lo ven de un color blanco plateado. Por la noche, al dormir, abandonamos el cuerpo físico y viajamos largamente por el mundo astral. Si podemos hacerlo es porque el cuerpo etéreo, el que viaja, está conectado al cuerpo físico por este cordón. En el momento de la muerte física el cordón de plata se rompe y el cuerpo etéreo queda liberado. El *chakra* del bazo suele manifestarse como el color amarillo.

Chakra del corazón.

Este *chakra*, localizado en el centro del pecho, entre los omóplatos, es la sede del amor incondicional. Aquí se experimentan los elementos espirituales más elevados de la compasión, la confianza, el dar, el recibir y el cultivar, así como el deseo de servir al prójimo. Se lo asocia con el trabajo de trance y con la percepción de los espíritus. Físicamente está asociado al corazón, el timo y el sistema circulatorio. El color de este centro es el verde.

Chakra de la garganta.

Cuando este centro está desarrollado, se lo utiliza para la clariaudiencia: Para oír a los espíritus. Se puede percibir una voz de sonido físico, proveniente del ser espiritual, o escuchar sus pensamientos. También funciona con el centro del corazón en el trabajo de trance. En la mediumnidad, el *chakra* de la garganta, junto con los del bazo y el plexo solar, colaboran con la mediumnidad de voz directa o canalización. Este centro es la fuente de toda expresión creativa. En el cuerpo físico afecta directamente la tiroides, el hipotálamo, la garganta y la boca. Para abrir este centro, medita con el color azul.

Chakra del tercer ojo.

Este importantísimo centro, probablemente el *chakra* más conocido para el público, está localizado en el centro de la frente. Cuando se lo desarrolla en un plano psíquico, se utiliza para el don de la clarividencia. Quienes lo tienen abierto ven las auras, imágenes de formas y colores diversos, y a los espíritus. En el cuerpo físico está asociado con los oídos, la glándula pituitaria, la pineal y la nariz. A esta sede de visión corresponde el color índigo.

Chakra de la corona.

El séptimo centro está localizado en la coronilla misma. Este centro es la puerta hacia las fuerzas más elevadas o cósmicas. Cuando está desarrollado, se lo puede utilizar para influir sobre todos los otros centros y aplicar la más alta verdad espiritual a todos los trabajos sensibles. Es la sede de la plegaria y la oración, el misticismo y la iluminación. Medita con un bello color violáceo, que representa a este *chakra*. Influye sobre la corteza cerebral y el sistema nervioso central del cuerpo físico.

Paciencia.

Para crecer con nuestras experiencias, debemos concedernos el tiempo necesario para desarrollarnos, pues todo tiene un ritmo y una energía creativa propios. En muchos casos, sobre todo en lo paranormal, no hay reloj que mida nuestro avance. Una de las herramientas más importantes es la paciencia. Comenzamos a dar vida a un nuevo flanco de nuestra persona, una parte que estaba dormida desde hacía muchos años. Los años anteriores han estado plenos de diversos sistemas de creencias, conductas y experiencias emocionalmente cargadas; debemos excavar entre ellas a fin de volver a la verdad y a nuestra fuente infinita.

Hablo de esa parte infantil que clausuramos a la edad de seis o siete años, cuando la inocencia fue reemplazada por el pensamiento racional. En esta obra, cuanto más utilicemos la mente racional, menos avanzaremos. Cuando dedicamos demasiada energía a analizar un pensamiento o mensaje, dejamos poco de esa preciosa energía para utilizar en el trabajo psíquico y espiritual en sí. El progreso lleva tiempo.

Con paciencia y disciplina apreciarás los cambios. Sé bueno contigo mismo y disfruta cada poquito de sensibilidad que vayas notando. Disfruta con la aventura. No te desilusiones si los resultados no se presentan de inmediato. Tus guías y maestros espirituales saben de tus esfuerzos, ellos también harán lo posible por operar con lo que se les brinda. Recuerda que viniste a este mundo con una postura mental antigua y que al espíritu le lleva tiempo remodelar tu mente y despertar tu sensibilidad. ¡Ten paciencia!

Una mente abierta.

Cuando ingresas en el mundo de los espíritus, entras en un ámbito en cuya existencia pocos creen. La mayoría ha cerrado sus sentimientos hace tiempo, en la esperanza de que ese entumecimiento la ayudaría a sobrellevar el caos emocional del mundo físico. Todos los días experimentamos cosas que no se pueden explicar. Para algunos, estas experiencias son casualidades, accidentes o cuestión de suerte. ¡No hay tal cosa! Cuando uno es, fiel a sí mismo y proyecta en pensamientos sus necesidades y deseos, a menudo lo que piensa con persistencia se hace realidad en su vida. Atraemos las experiencias que pueden ayudarnos a aprender y crecer. Durante mis consultas digo a los clientes que se liberen de toda idea o expectativa preconcebida de lo que sucederá. De ese modo estamos preparados para todas las posibilidades. Con la mente abierta captamos claramente ideas y expresiones que, de otro modo, habríamos pasado por alto.

Cooperación.

No estás solo en el esfuerzo: Lo haces en sociedad con los del mundo espiritual. Como he dicho, tú haces tu parte y el espíritu, la suya. Cuando quieres ponerte en contacto con el mundo espiritual, debes comprender que los espíritus tienen libre albedrío: Si ellos deciden acudir, trabajarán con las vibraciones energéticas, concentrándose en transmitirte un mensaje. Pero es posible que no quieran hacerlo. Si deciden trabajar contigo, deben comprender lo que tú tratas de comunicar. El hecho de que hayan pasado al otro lado no significa que conozcan enseguida la mecánica de la comunicación espiritual. Debes hacerles saber cómo quieres que transmitan.

Diles que te respondan de cierto modo. Por ejemplo: Si quieres saber si la energía que se presenta es femenina o masculina, pídeles que te revelen su sexo. En segundo lugar, si quieres saber si estás hablando con una madre o un padre debes establecer un sistema de señales y explicar cómo funciona, a fin de que el espíritu pueda darte el gusto.

He aquí un ejemplo de cómo trabajo. Si estoy en comunicación con un padre o una persona de la familia paterna, invito al espíritu a ponerse a la izquierda del individuo. Si el espíritu de la familia materna, le indico que permanezca a la derecha del consultante. Si es un niño, que se instale delante de esa persona; si es un abuelo, atrás. De este modo hay un sistema claro que el espíritu puede utilizar.

Además, si no alcanzas a oír, debes enviarles mentalmente indicación de que lo hagan con más potencia. El espíritu no siempre conoce las diversas frecuencias a las que debe adaptarse a fin de hacerse oír. Eres tú quien debe decírselo.

A menudo la gente me ve girar la cabeza y decir al aire: "Si, ya oí. No, levanta la voz". Es mi manera de informar al espíritu sobre nuestra comunicación. Ya ves que debes establecer sus propias reglas, basadas en la colaboración y la confianza.

¿Con cuanta frecuencia es posible comunicarse con los espíritus? ¿Se los molesta al hacerlo? Son muchos los que me han formulado esas preguntas. Sólo puedo repetir lo que ya mencioné: Los parientes y amigos que han pasado a otro estado de conciencia no te olvidan. Están más a tu disposición en ese estado que cuando vivían en la tierra. Saben más sobre el camino de tu alma y tus motivaciones que cuando tenían existencia terrenal. Muy a menudo vienen a observar tus vibraciones. Al mismo tiempo, no porque se lo llame, el espíritu dejará todo para ponerse en contacto contigo. Ellos tienen libre albedrío y lo utilizan como en la tierra.

Así como tú vas todos los días a trabajar a fin de ganarte la vida en este planeta, los familiares y amigos que pasan al mundo espiritual también llenan su existencia con "empleos" para progresar espiritualmente. Cuando los convocas con el pensamiento, ellos te oyen con toda claridad. Si los llamas constantemente es como si el teléfono de tu despacho sonara sin pausa: Te sería difícil terminar con tu trabajo. Naturalmente, puedes llamarlos de vez en cuando; es lo que esperan. Pero no te obsesiones con eso, pues no sólo los estorbarás en su avance, sino que tú tampoco cumplirás con el trabajo que debes realizar aquí.

Amor.

Estás en esta tierra para aprender lecciones básicas de amor y responsabilidad para contigo mismo y para con el prójimo. Estas lecciones se presentan en las experiencias cotidianas. Cada vez que trabajes con los espíritus debes hacerlo desde un centro de amor. Que no haya codicia ni deseo de sobresalir. En el trabajo espiritual no hay lugar para el ego. El ego es importante para realizar el trabajo, pero no debemos permitir que se anteponga al amor. A medida que evoluciones comenzarás a ver el amor en sus muchas y variadas formas. Cuanto más te involucres en este trabajo, más reconocerás como importantes hasta los más pequeños actos de amor. Ejercicios de desarrollo.

Meditación.

Para aumentar tu sensibilidad y conciencia interior de los reinos espirituales, debes iniciar una práctica regular de meditación. El deseo que tengas de progresar determinará el tiempo que le dediques. Si estás apenas en los comienzos, te recomendaría meditar al menos dos veces por semana. Toma la costumbre de hacerlo a la misma hora en el día fijado. De ese modo, no sólo empiezas a crearte una disciplina, sino que también haces saber a los espíritus que ésa es tu hora para la práctica y el desarrollo. El tiempo de meditación varía. Si puedes, comienza por dedicarle al menos quince minutos y aumenta gradualmente el tiempo hasta llegar a cuarenta y cinco. No obstante, no debes sentirte presionado por el rato que aplicas a esta tarea. A su debido tiempo serán los espíritus y no tú quienes determinen la duración de la práctica.

En el capítulo siguiente he incluido una descripción detallada de diversas meditaciones que puedes utilizar. No hay una manera correcta o equivocada de meditar. El propósito de este ejercicio es que estés relajado. Tu esfuerzo se dirige a establecer contacto con los mundos interiores y a sensibilizarte más para captarlos.

Círculo.

Casi todas las personas que se interesan por cultivar sus dotes mediúmnicas dicen que es mucho benéfico y rápido, además de meditar a solas, formar lo que se denomina círculo de desarrollo. El círculo de desarrollo se compone de dos o más individuos que se reúnen todas las semanas a la misma hora, a fin de desarrollar las habilidades mediúmnicas de los participantes.

Por lo general, el círculo se compone de los mismos participantes semana tras semana. Es importante que entre las energías de los diversos miembros haya armonía. No deben presentarse conflictos ni problemas de ego. De otro modo, esos conflictos tendrán un efecto negativo en el desarrollo del grupo, dificultando la captación de las enseñanzas espirituales más elevadas. Cada grupo atrae siempre a los espíritus que trabajan bien con la vibración creada. Ser miembro de un grupo es un compromiso; no ingreses en uno si no estás dispuesto a sacrificar al menos una o dos horas por semana, siempre a la misma hora.

El motivo es muy simple. Para perfeccionar y sensibilizar a uno o varios miembros del grupo, el mundo espiritual reserva un tiempo para ponerse a tono con las energías de ese grupo a fin de ayudar a incrementar sus energías. Lo ideal no es rehacer constantemente lo que ya se había hecho, sino construir sobre los cimientos elaborados cada semana.

Cuando se crea un círculo, conviene escoger una persona para que lo lidere. Generalmente es alguien que ya tiene cierta experiencia con el desarrollo psíquico. Al abrir el círculo se debe decir una plegaria de bienvenida a los guías espirituales y a los amigos que se presentan para trabajar con ustedes, y luego se les pide ayuda para proteger al grupo. Al terminar la plegaria pido a los participantes que visualicen una luz de amor blanca en torno del círculo y en toda la habitación, como dosis adicional de protección.

Después de la oración, el grupo puede escuchar música espiritual como fuente adicional de energía. Los espíritus también utilizan este tipo de música. A esta altura algunos abren la discusión. Sugiero que se hable lo menos posible para no molestar a los espíritus dispuestos a colaborar en el trabajo.

Antes de establecer el círculo de desarrollo, todos los participantes deben decidir a quién se dirigirá la energía del grupo. Tal vez haya sólo uno con dotes mediúmnicas; entonces al le conviene

trabajar en común para desarrollar más la sensibilidad de esa persona. Cuando los mediúmnicos son varios, es importante distribuir las energías en forma pareja. Es aquí cuando entra en acción el líder. Esa persona debe medir el tiempo, dando aviso al grupo del momento en que corresponde pasar a otro miembro. La idea es centrar todas las energías mentales en esa persona, visualizándolas con el color blanco, que representa la luz cristiana del amor.

Cuando se participa de un círculo, es común sentir cierto frío en la parte inferior del cuerpo. Esto revela por lo general la presencia de espíritus que están sintonizando las energías de la habitación. También se pueden ver signos y símbolos triviales en el tercer ojo. Estas imágenes pueden precipitarse dentro de la conciencia con diversas formas: círculos o cuadrados, luces de colores, escenas, objetos, caras y formas a la deriva en el espacio. Muchas veces estas imágenes son equivalentes a las escenas u objetos que se ven durante el sueño. No las descartes como meras tonterías: Pueden significar algo para otro miembro del grupo. Hasta donde te sea posible, trata de recordar todo lo que veas, sientas y oigas. Aun cuando no puedas interpretar la información, puedes llevarte la gran sorpresa de comprobar que esa información es importante para otro miembro del grupo.

Llegado el momento alguien suele sentir algo extraño alrededor de la cabeza o en la zona del pecho. En mi caso parecen telarañas. Una vez más, esto significa que hay directores espirituales que están trabajando con tus energías. Por lo general es un aura ectoplasmática que te rodea. Este ectoplasma se desarrolla más y más con cada reunión del grupo. Es más importante cuando alguno de los participantes tiene facultades mediúmnicas físicas. Los espíritus acumulan esa energía en torno de ese individuo y entonces los otros oyen a menudo golpes secos o sordos, en tanto los espíritus prueban la energía de esa persona.

Cuando llega el momento de cerrar el círculo, el líder indica a todos que vuelvan lentamente a la conciencia del cuerpo físico. Una vez que todos han regresado sanos y salvos (y es importante esperar a que todos estén de vuelta), el líder pronuncia una oración de cierre, agradeciendo a todos los espíritus que colaboraron. En mi caso, me gusta proyectar amor y luz hacia los menos afortunados del mundo. Cuando la oración ha terminado, es hora de que cada miembro del grupo comparta con los otros cualquier sensación, mensaje o señal recibidos durante la sesión.

Ejercicios psíquicos básicos.

En el mundo espiritual, el éxito se mide por la sensibilidad de un individuo. Trabaja con la meditación o en círculo. Ambas cosas te prepararán para sentir y quizá, para ver y oír a los espíritus. Llegará el momento en que puedas poner en práctica tus facultades psíquicas y espirituales. Como he dicho a lo largo de este libro, todo es energía. Después de tu preparación puedes comenzar a utilizar esta energía y ver qué percibes con ella. He aquí algunas maneras de poner a prueba tu destreza.

Psicometría.

La psicometría es la capacidad de sentir o percibir la historia de un objeto o de la persona a quien pertenece, gracias a la energía que emana ese objeto. Se la puede utilizar para saber de alguien que ya ha fallecido o de una persona que todavía en el plano físico. Primero, por supuesto, debes entrar en este estado meditativo o en un trance ligero, a fin de estar totalmente relajado. A continuación, sosteniendo el objeto en la mano izquierda percibes inmediatamente su energía. Puedes

recibir impresiones, tales como las características físicas o el aspecto de quien lo portaba. A veces se reciben sensaciones con una base emocional. Recuerda que se puede probar la psicometría con cualquier objeto, inclusive las fotografías. Mediante este ejercicio no solo recibes impresiones de los vivos, sino también mensajes del mundo espiritual. Tampoco en este caso debes pensar en lo que estás recibiendo ni aferrarte al pensamiento. Expresa exactamente lo que has recibido.

Escritura automática

La escritura automática es un ejercicio utilizado específicamente por quienes desean ponerse en contacto con los guías espirituales y los seres amados. Requiere, para comenzar, un estado completamente meditativo. También es necesario enviar un pensamiento al espíritu con quien se desea establecer contacto, especificando el lugar y la hora exacta en que se realizará el trabajo. Lo que se hace, en esencia, es establecer una cita con el mundo espiritual. Cuando llega el momento fijado, entra en meditación. Recuerda que en el cuarto debe haber pocas o ninguna distracción. A continuación siéntate ante una mesa, con la espalda erguida, y pon material para escribir delante de ti. Sostén con ligereza el lápiz sobre el papel. No pienses qué puedes escribir.

Cuando sientas un cambio en la energía de la mano en torno al cuerpo, empieza a formular preguntas al espíritu. Es muy probable que experimentes el impulso de empezar a escribir; déjate llevar por él. Una vez más: no pienses en lo que escribes. Conviene no mirarlo hasta que no hayas terminado. Cuando sientas que la energía se ha ido, deja el lápiz y lee lo que tu amigo espiritual declaró. Tal vez te sorprenda lo que recibiste.

Sueños.

Muchas personas me preguntan si es posible establecer contacto con los difuntos. La respuesta es un inequívoco ¡Si! Todas las noches, mientras dormimos, el cuerpo astral abandona el cuerpo físico. El cuerpo físico repone sus energías cósmicas y el cuerpo espiritual hace otro tanto en un plano más elevado. En estado de sueño somos muy susceptibles a las impresiones enviadas por el espíritu, porque no participamos en un plano consciente o mental. En otras palabras: Gran parte de nuestro control está en reposo. Por lo tanto, es mucho más fácil imprimir un pensamiento en nosotros. En el cuerpo espiritual nos es posible ver a nuestros seres queridos y a nuestros guías e incluso, aunque no siempre, prever hechos futuros y hasta vidas pasadas.

También es el momento en que nuestra familia espiritual establece comunicación. Como al soñar estamos más cerca de los planos espirituales, es mucho más fácil tomar contacto con quienes se han ido. Como dije en un capítulo anterior, la manera más sencilla de comunicarse con los espíritus mientras se sueña es pensar en ellos antes de dormir. Muchos de mis clientes han usado con éxito este método. Sin embargo, muchos olvidan esas visitas o recuerdan sólo fragmentos. Por lo general los sueños parecen no tener sentido. Recordar los sueños requiere práctica y disciplina.

Hay diversas maneras de recordar los sueños. Una es poner un grabador junto a la cama, para registrar en cuanto uno despierta cualquier impresión, escena y sensación que nos haya dejado el sueño. También puede anotarse, pero a casi todos les resulta difícil continuar con este método por mucho tiempo. Si adquieres el hábito de registrar tus sueños, te asombrará ver cuánto más fácil te resulta recordarlos.

Visiones.

Muchos dicen haber visto a un ser querido de pie en su habitación, junto a la cama, o sentado en un sillón de la sala. Cuando estés más receptivo, sin bloqueos mentales, es muy posible que en verdad lo veas.

Haz un pacto.

Otro ejercicio para ponerse en contacto con el mundo espiritual consiste, simplemente, en pedir a tu espíritu amigo que se presente a determinada hora del día. Explícale que, para darte una prueba de su existencia, debe hacer algo en particular. Por ejemplo: Una clienta mía cuyo hijo había fallecido le pedía todas las noches: "Quiero que, si estás aquí, me hagas una señal. Haz parpadear la lámpara de la calle una vez si tu respuesta es sí, y dos veces si tu respuesta es no". Después de hacer este pedido diario durante dos meses, la mujer descubrió que su hijo respondía exactamente como ella solicitaba.

Esto puede no ser efectivo para todos. Evidentemente, esta madre y su hijo en espíritu tenían mucha voluntad y los resultados fueron buenos. Resulta más fácil pedir a los espíritus que demuestren su presencia realizando una pequeña tarea. No les pidas que muevan la mesa, o que abran puertas o canten una canción. ¡Facilítales las cosas! Por su composición energética, la manera más fácil de darse a conocer es utilizando algo eléctrico. Los espíritus pueden influir sobre la electricidad de diversas maneras. Muchos pueden afectar el campo de protones y electrones, introduciendo cambios en diversos objetos eléctricos de la casa. Esto suele suceder sobre todo si el difunto era de temperamento muy emotivo. La energía emocional se puede utilizar como conductor.

Resultados.

He aquí diversas formas por las que los espíritus pueden hacer conocer su presencia sin necesidad de médium.

- **Luces.** Muchas veces uno ve parpadear las luces de la habitación o una bombilla nueva se quema al instante. Con mucha frecuencia, las luces se ven afectadas cuando el espíritu pasa mucho tiempo cerca de uno o cuando sabe que es una manera de llamar la atención.
- **Televisión.** Se ha sabido de espíritus que modificaron efectivamente las imágenes del televisor. En algunos casos aparece su rostro o el aparato se enciende y se apaga solo a cualquier hora del día.
- **Radios.** Muchos radio-relojes puestos junto a la cama del ser querido se encienden a distintos horarios. A veces es un momento que tenía cierta importancia para el difunto. En ocasiones la radio se enciende cuando está transmitiendo una canción especial.
- **Música.** Muchas veces, a su manera, los espíritus pueden imprimírte una canción o hacerte pensar en ellos cuando la transmiten por radio.
- **Relojes.** Se ha informado de casos en los cuales un reloj se detiene en el momento exacto en que falleció un ser amado; otros dejan de funcionar sin motivo evidente.

- **Teléfonos y contestadores.** Cuando alguien muere, es posible recibir una llamada telefónica sin que haya nadie del otro lado de la línea. En ocasiones se oye de hecho la voz del espíritu. En algunos casos la voz ha quedado grabada en contestadores automáticos.

- **Aparatos eléctricos.** Se sabe de casos en que los aparatos del hogar se han detenido o puesto en funcionamiento en distintos momentos, sin que hubiera nadie cerca de ellos. Es otra manera de los espíritus de llamarnos la atención. He descubierto que esto es bastante común, sobre todo si el espíritu se dedicaba mucho a la cocina o pasaba gran parte de su tiempo en ese ambiente.

- **Computadoras.** En los últimos meses, el FVE Fenómeno de Voz Electrónica, se ha vuelto muy frecuente. El mundo espiritual, además de utilizar teléfonos y contestadores, también se ha presentado en las pantallas de las computadoras. Esta actividad no tiene más motivo que el deseo del difunto de reconfortar a un ser amado, haciéndole saber que está vivo. También es posible que se haya interesado por la computación.

Otras señales.

- **Olores.** Una señal muy común, inmediatamente después de la transición o pasados varios meses, es el olor. De pronto uno cobra conciencia de un leve olor a cigarrillos, rosas o un perfume familiar. Estos aromas están decididamente vinculados con el que se ha ido. Por ejemplo, la dueña de casa usaba un perfume en especial y de pronto, ese aroma invade la habitación. Lo mismo sucede con el olor a tabaco, si el difunto fumaba. Por medio de estos olores, los espíritus nos hacen saber que están cerca.

- **Regalos.** Los espíritus envían muchos regalos y objetos materiales, sin que nosotros sepamos que provienen de ellos. Muchas veces, al atender una consulta, un espíritu se presenta para decir: "Espero que te haya gustado el collar de oro que te compré la semana pasada". La clienta me mira estupefacta, y pregunta: "¿Qué está usted diciendo?". Le explico entonces que un espíritu puede inducirnos a comprar ciertas cosas. Distintas maneras de intervenir en nuestro favor son, por ejemplo, que recibamos una docena de rosas como caídas del cielo, que compremos una casa sin tener ningún problema para cerrar la operación, o que obtengamos súbitamente el empleo que deseábamos. Todas éstas son señales de que nuestros seres amados nos acompañan y desean ayudarnos.

- **Animales.** Es frecuente que los espíritus usen a un animal. Muchos pueden influir en un pájaro u otro animal pequeño e inducirlo a que se nos acerque y nos llame la atención de algún modo. Es otra señal de su proximidad. En febrero murió una gran amiga mía. Viajé a Nueva York, sepultada en ese entonces bajo medio metro de nieve, para visitar su cripta al aire libre. Mientras intentaba localizarla, súbitamente se acercó un camión, del que se apeó un cuidador. "La tiene delante de sus ojos", me dijo.

Le di las gracias y él se alejó con su vehículo. Me pareció extraño que hubiera pasado justamente en ese momento. Al levantar la vista hacia el nicho vi, junto a él, un azulejo de color muy intenso posado en la rama de un árbol. Tengamos en cuenta que hacía mucho frío y había nieve por doquier. Eso no me pareció extraño sino por la tarde, cuando visité a su esposo en el hogar de ambos. Al hacerme pasar, las primeras palabras de Jack fueron: "Si quieres algo de Connie, no tienes más que tomarlo". Giré la cabeza hacia la derecha; desde un estante me miraba un azulejo de vidrio.

CAPITULO 11. Meditaciones.

Brinda consuelo saber que en este mundo frío y descorazonador, donde parecen dominar la tragedia y la intolerancia donde ser razonable es sólo un sueño, exista un refugio en el que el amor reina supremo. Es un mundo de un potencial ilimitado entrelazado con bienaventuranza divina. Este mundo encantador está a disposición de quien quiera abrir la puerta. ¿Dónde se encuentra ese centro de satisfacción y amor? Este dominio de paz se encuentra en el *Silencio*. Es el silencio de ser... sólo ser. Pues en el dorado silencio de nuestro propio yo; es allí donde se encuentra lo divino.

Cuando nos concentramos y prestamos atención a esa voz interior, todavía pequeña, estamos entrando en el silencio del ser. Esta autoconciencia se puede utilizar en todos los aspectos de la vida para enriquecerla y madurarla. Muchas personas sobrellevan la existencia cotidiana en busca de un sentido para su vivir. Se quejan de su destino y sufren mucho. Si dedicaran un momento a escuchar su voz interior, comenzarían a abrirse a un plano de incansable comprensión.

Pero, ¿Cómo entramos en el silencio? ¿Cómo entramos en nuestra conciencia interior? ¿Cómo discernimos nuestras voces recónditas? La respuesta a estas preguntas, y la mejor manera que conozco para ello, es a través de la meditación.

¿Qué es la meditación? Simplemente, una concentración de la conciencia de un estado del ser a otro. En esencia, nos desconectamos del exterior, del mundo cotidiano, y cobramos conciencia de nuestro mundo interior. Cuando nos sentamos en silencio y concentramos la atención hacia dentro, la conciencia del yo se fortalece y se revelan las dimensiones espirituales del alma. Cuando meditamos o concentramos las energías en nuestro existir, retornamos a la integridad, a la unidad de lo que somos, de nuestro yo infinito. En esa unidad empezamos a descartar la idea de dualidad que nos separa de nuestra Divinidad. Esta dualidad se basa en lo falso de la negatividad, el miedo, el nerviosismo, la enfermedad, el dolor y el desencanto, todo lo cual se nos vuelve real cuando no estamos en sintonía con nuestro yo divino.

A1 meditar utilizamos energías cósmicas que, a su vez, iluminan y energizan los diversos centros espirituales del cuerpo. Esta energía se concentra primariamente en el *chakra* o centro del corazón. Cuando meditamos, se enciende en nosotros la luz del amor incondicional, que crece más y más con cada meditación. Debemos recordar que el centro del corazón es la corporización de la Conciencia de Cristo o sede del alma.

Cuanto más nos concentramos en este centro, más evolucionan los sentimientos de amor incondicional y más transformamos todos los aspectos de la vida, influyendo en quienes entran en contacto con nosotros. Todo se inicia en el centro del corazón. Cuando meditamos, los centros psíquicos se acentúan, pues la corriente de la Conciencia de Cristo que se origina en el centro del corazón fluye por todos los centros psíquicos (*chakras*) del cuerpo. Con el correr del tiempo, nos ponemos en sintonía con esta energía o torrente de luz que corre por nuestro cuerpo.

Cómo meditar.

Cuando la gente oye la palabra "meditación", la primera imagen que se les aparece es la de un yogi en la posición del loto, entonando el "Ohm" en una habitación impregnada de incienso. Algo de esto es verdad. Podemos sentarnos en la posición de loto y entonar el "Ohm", pero no tenemos por qué hacerlo. La meditación es nada más que una focalización concentrada. Cuanto más la practicamos, más se nos facilita entrar en el flujo de una infinita fuerza vital.

Al mismo tiempo hay muchas otras formas de meditaciones que no requieren una absoluta inmovilidad física. La que analizaremos más adelante es la meditación formal, pero se pueden meditar de muchas maneras. Por ejemplo: Esta misma focalización se puede lograr mientras pintamos, cuidamos el jardín o actuamos, durante la danza, el trabajo, el ejercicio, cuando conducimos el auto, etcétera. Cada vez que sintonizas la fuerza creativa que existe dentro de ti, en esencia estás meditando.

Preliminares.

Las siguientes sugerencias pueden utilizarse al principio de cualquier meditación o ejercicio de relajación. Yo las llamo "preliminares".

1. Reservar un sitio para meditar.

Lo primero que debes hacer es escoger un lugar en tu casa para la práctica de la meditación. Puede ser un dormitorio, la sala o el cuarto de huéspedes. Recuerda que este cuarto será utilizado para tus ejercicios espirituales, de modo que puede, considerarlo como un taller espiritual. Lo importante es tener en cuenta que lo reservas para la relajación y el trabajo interior. Puedes apartar un sector del cuarto donde puedas meditar sin interrupciones ni interferencias del mundo exterior.

Antes de comenzar, desconecta los teléfonos, los contestadores automáticos y cualquier aparato de llamada sonora. Apaga todo lo que te pueda distraer o molestar. Si quieres, puedes encender una varilla de incienso o poner un jarrón con flores frescas. Se puede emplear música suave y relajante, pero nada que sea estridente. Todas estas herramientas ayudan a la focalización interior.

2. Escoger una posición meditativa.

Puedes sentarte en el suelo, si te resulta cómodo, o en una silla de respaldo recto, como yo prefiero. Cualquiera sea tu decisión, es importante mantener la espalda erguida, como si te estuvieran estirando con una cuerda desde lo alto de la cabeza. De este modo las energías fluyen con más facilidad por la columna. Si te sientas en una silla, no cruces las piernas, apoya bien los pies en el suelo y las manos en los muslos, con la palma hacia arriba. Si te sientas en el suelo, flexiona las piernas en una posición yoga, con los pies frente a frente, las rodillas en el suelo y las manos en los muslos, palmas hacia arriba.

3. Ejercicio de relajación.

Una vez adoptada la postura, concéntrate en la respiración. Éste es un elemento vital para meditar. Es posible que, en un comienzo, te resulte difícil y cansador entrar en el ritmo de la respiración. Esto vale para cualquier cosa, pero más aún para la meditación. Después de cierta práctica no repararás siquiera en ella: Se regulará naturalmente en la forma debida. La clave es respirar lenta y profundamente, sin esfuerzo, a partir del vientre, en vez de hacerlo con aspiraciones rápidas y poco profundas.

Cuando empieces a respirar, cierra los ojos. Piensa que tu aliento es todo, pues sin él no podrías vivir. Inicia lentamente la inhalación por la nariz. Al hacerlo, imagina una luz dorada, blanca, que representa la luz de Cristo, a unos cinco centímetros por encima de tu cabeza. Inhala esa luz a través de todo tu ser; visualízala como entrando por la cabeza, viajando por la garganta y el pecho hasta los brazos y las manos; luego imagina como desciende por el resto del torso, las piernas y los pies. Detén el aliento contando hasta cuatro y visualiza el color dorado llenando todas las células de tu cuerpo con una sensación de amor incondicional, pureza e integridad.

Al final del cuatro, exhala el aliento por la boca. Al exhalar imagina que cualquier negatividad, tensión o nerviosismo que hayas retenido en el cuerpo se retira lentamente por la boca, en forma de una bruma gris. Con cada exhalación te sentirás más leve, a medida que vayas liberando de energías pesadas y más densas. Estas energía más densas serán reemplazadas por las vibraciones más livianas y elevadas de la luz dorada de Cristo.

Cuando estés más relajado, visualiza cada parte de tu cuerpo y suelta cualquier tensión que hayas retenido. Puedes hacerlo tensando la zona para luego relajarla; de ese modo liberas la tensión. Con el ojo de la mente, visualiza los dedos de los pies, ponlos rígidos y aflójalos. Haz lo mismo con los tobillos, las pantorrillas y los muslos. Pasa a las nalgas, la zona pélvica, el estómago, la cintura y la zona del pecho. Te conviene relajar plenamente la espalda, el cuello, los hombros y toda la zona de la cabeza. Por último tensa y relaja los brazos, incluidos bíceps y tríceps, y las manos. Cierra el puño con fuerza y luego aflójalo. No olvides que debes llevar la luz dorada a cada una de las partes de tu cuerpo, en tanto tensas y relajas.

Terminado este ejercicio, se supone que ya estás completamente relajado y listo para la meditación. En ese estado de relajación es más fácil concentrar las energías en la práctica de la meditación. A continuación incluyo tres ejercicios. Sin embargo, si quieres una manera rápida de liberarte de las tensiones cotidianas, puedes hacer el ejercicio de relajación por sí solo.

Despedirse de los seres amados y ponerlos en camino.

Cuando hayas completado los preliminares, puedes utilizar este ejercicio para liberar a tus seres queridos en espíritu. Empieza por visualizar al ser querido como la imagen viva de la perfecta salud, de pie delante de ti. Cualquier enfermedad que haya tenido ya no ejerce efecto alguno sobre su nuevo cuerpo. Aunque su fallecimiento haya sido rápido y hasta traumático, imagínalo integro, feliz y lleno de vida frente a ti.

Pinta todos los detalles posibles. Puedes visualizarlo con ropas conocidas, imaginar su aroma, concentrarte quizás en una marca de nacimiento, una postura característica o un peinado en especial. Cuanto más detallada sea la visualización, más efectivo resultará el ejercicio.

Una vez que tengas un retrato detallado en la mente, inicia una conversación. Pregúntale por su transición al estado de espíritu, cómo se siente ahora. Cuéntale cómo te has sentido desde su muerte. Háblale del dolor que aún sientes. Habla con tu ser querido y luego escucha sus respuestas. No interrumpas el ejercicio, aunque te parezca que no haces sino hablar contigo mismo. Es importante llevarlo a cabo hasta el final sin racionalizar parte alguna. Disfruta de su compañía una vez más. Quizá te traiga el recuerdo de algún momento que compartiste con él o ella en el plano físico, y del placer que les dio a ambos la mutua compañía.

El siguiente paso de tu viaje es tomar al ser querido de la mano para viajar juntos a un bello jardín, lleno de hermosas flores, de diferentes formas y tamaños. Huele la fragancia de ese increíble jardín. En este magnífico paisaje hay espléndidas estatuas y fuentes donde los pájaros retozan y

gorjean. A la distancia se oyen juegos y risas de niños. Todos los elementos que te rodean son perfectos. Disfruta del esplendor, la paz y la tranquilidad de este lugar especial.

Mirando a lo lejos, vemos edificios imponentes. Ambos, el espíritu y tú, van hacia ellos. A medida que se acercan, ves centellantes columnas de perlas en un edificio increíble, que reverbera en un color rosado claro. Está rodeado por otras construcciones que se extienden perfectamente separadas entre sí. Cada uno difiere levemente en cuanto a diseño; de cada uno emana una sensación de mundo celestial. Penetras con tu ser querido en ese gran edificio y te encuentras dentro de una sala inmensa. En el centro de esa habitación hay una gran pantalla cinematográfica.

Cuando la miras, las luces se atenúan y se inicia una película. Refleja los hechos y las experiencias que alguna vez compartían con el difunto. La película comienza cuando lo conociste y continúa a partir de ese punto. Mientras miras esas vívidas experiencias compartidas, percibes la emoción que corresponde al momento. Hazlo por todo el tiempo que sea necesario. Disfruta de los momentos que compartiste con él o ella.

A1 terminar la película experimentas una sensación de alivio, de cosa completa y terminada. Ambos han compartido una porción de tiempo, pero aún no ha terminado, pues habrá más experiencias para compartir en otro momento. Empiezas a comprender que tú y el difunto han compartido otras vidas en el pasado y que volverá a suceder en el futuro. La vida continúa, en esta tierra o en el cielo.

Después, ambos salen del edificio y vuelven al jardín. Entre los maravillosos, increíbles paisajes de bellas flores y verdor, se destacan varios seres vestidos de blanco. "¿Quiénes son?", preguntas. Tu ser querido responde: "Son mis maestros. Me están ayudando a conocer mejor este lado". Miras al fondo de esos ojos sapientes y ves en ellos compasión. Ellos te devuelven la sonrisa para infundirte seguridad; entonces sabes que tu ser querido está donde debe estar: en casa, en un sitio de increíble vida y crecimiento.

Uno de los maestros se acerca a ti y te entrega un corazón de plata que cuelga de una cadena del mismo metal. Te dice que abras el corazón y lo haces. Luego agrega: "Llena el corazón con todas las cosas maravillosas que quieras dar a tu ser amado para que las conserve en este nuevo mundo". De pronto, tu mente está plena; todos tus pensamientos se vierten en el corazón de plata: lo que deseabas decirle a tu ser querido, todas las palabras que pensaste sin pronunciarlas, todos los sentimientos, expresados o no, todo lo que querías que el recordara. Visualiza estas ideas, sensaciones y palabras llenando el interior del corazón de plata, entonces el corazón empieza a refulgir.

Refulge tanto que apenas puedes mirarlo. Lo cuelgas al cuello de tu ser amado, para que lo acompañe siempre; es una parte de tu amor que no puede morir jamás. Lo abrazas y el dice: "Siempre estaré contigo".

Llega el momento en que debes volver a la tierra, pues así como tu ser querido debe seguir aprendiendo y trabajando donde se encuentra, tú debes realizar tu trabajo donde estás. Y así se hace. Abandonas esta tierra de esplendor con una sensación de vida real y la seguridad de que volverás a encontrarte con él en el jardín de las delicias celestiales una vez que completes tu aprendizaje en la tierra. Cuando llegue ese momento, el ser que amas saldrá a recibirte y te acompañará de regreso al hogar.

Perdón y arrepentimientos.

Cuando fallece alguien, sus parientes y amigos se quedan con sentimientos inexpresados y cosas de las que se arrepienten. "Si yo hubiera..."; "Si pudiera..."; "Si tan sólo...": tales parecen ser las palabras que oigo más a menudo. Los deudos se sienten abandonados e incompletos, como si se les hubiera roto el corazón y ya no pudieran continuar con vida. Se sentirían mucho mejor si pudieran compartir una vez más sus sentimientos con el ser amado. No saben cómo seguir adelante con la carga y la culpa. La meditación siguiente ha sido ideada para facilitar la desaparición de esos arrepentimientos.

Después de los preliminares, imagínate frente a una cabaña, en medio de una hermosa pradera. La cabaña es exactamente como a ti te gusta en cuanto a color, madera, etcétera. Quizás haya un porche con una mecedora, un borde con encantadoras rosas junto al camino de entrada. Considéralo tuyo, pues no pertenece a nadie más que a ti. Al entrar en esta casa ves de inmediato una sala de estar muy cómoda, con un mullido sofá lleno de almohadones. Al lado hay un gran ventanal, por donde entra un sol radiante. El empapelado es finísimo. El cuarto está totalmente lleno de todos los artículos que alguna vez has deseado en la vida.

Cuida que todos estos objetos estén impregnados de tus sentimientos. En la pared izquierda se ven varias fotografías de diversas formas y tamaños, que muestran a todos los miembros de tu familia. Ves los rostros de quienes han pasado al mundo del espíritu y de los que aún viven. Retira la foto del individuo cuya pérdida sufres ahora. Pon esa fotografía enmarcada en el escritorio del rincón. Visualiza ese escritorio exactamente como tú lo tendrías. Allí realizas tu trabajo especial, el del corazón. Ubícate frente a él y pon la foto delante de ti. Toma un pergamino y una estilográfica.

Mientras estudias la foto, pregúntate: "¿Qué cosas deseo que me sean perdonadas?". Toma la estilográfica y redacta tu lista en el papel. Tal vez criticabas demasiado a tu ser querido; quizá no le diste suficiente amor, o temes haber estado ausente cuando te necesitaba. Anota cualquier sentimiento por el que quieras pedir perdón. Ahora toma otra hoja y anota todos los arrepentimientos que has sentido desde que él se fue. Quizá no estabas de acuerdo con él en algunos asuntos y los dejaste sin resolver. Tal vez piensas que habrías podido amarlo más. Anota cualquier sentimiento que aún tengas y del que no puedas liberarte.

Terminadas las dos listas, enróllalas por separado. A continuación acércate al bello ventanal; siente la brisa primaveral que cruza el cuarto. Junto a la ventana hay dos globos blancos. Introduce cada una de las listas en los globos, ínflalos y déjalos que salgan volando por la ventana. Sigue con la vista la lenta danza de los dos globos que ascienden al cielo. Mientras vuelan, raudos, experimentas una sensación de levedad pues todos los arrepentimientos abandonan tu ser. En tanto los globos se elevan más y más, comprendes que van hacia tu ser amado en espíritu. Visualízalo recibiendo los globos y leyendo las notas. Dedicar unos momentos a contemplar el cielo por la ventana; allí ves un mensaje de tu ser querido. Dice: "A pesar de todo, te amaré siempre".

Redescubrir tu poder.

Con frecuencia, lo que más deseamos en esta vida es ser amados, y tendemos a ser víctimas de ese deseo. Nos esforzamos demasiado en ser la mejor esposa, el mejor padre, hijo, empleado, amante o amigo. Como pensamos que eso es necesario para obtener el amor del otro, ponemos en peligro lo que en verdad somos. En general lo hacemos de manera inconsciente, sin reparar en nuestra conducta. Al cabo de un tiempo, esa conducta se convierte en parte de

nuestro carácter. En tanto los días suman años, tratamos constantemente de responder a la imagen que los demás tienen de nosotros. Con el correr del tiempo descubrimos que estamos deprimidos, desencantados de la vida y con nuestros sueños insatisfechos.

A esa altura resulta difícil remontarnos al porqué y el cómo de esa sensación. No solo hemos entregado a otros nuestro poder y una parte de nosotros, sino que (lo más importante) no hemos sido fieles a lo que en verdad somos. Hemos renunciado a nuestra personalidad y cedido una parte de nuestra querida integridad. Por desgracia, no puedes ser realmente feliz si no vives tu propia vida. Muchas personas se sienten angustiadas cuando fallece un ser querido; gran parte de este dolor es resultado de haber cedido: Demasiado a menudo se ha renunciado a una parte de lo que se era.

Esas personas han comprometido su individualidad; no fueron fieles a sí mismos, a causa de su necesidad o su deseo de complacer a otros. Por eso, cuando muere el ser amado, quedan privados de autoestima, pues gran parte de su identidad estaba ligada al difunto. Sólo les queda una sensación de vacío y soledad.

La meditación siguiente se puede utilizar para recobrar esa parte de ti que te arrebataron, perdiste o entregaste. Utilízala para atraer nuevamente el poder creativo que te pertenece. Una vez más, comienza por los preliminares. Al terminar, imagínate frente a un lago apacible y sereno. En un suave lago azul, que refleja la miríada de magníficos colores del paisaje: verdes lozanos, azules, amarillos y violáceos.

Te llega el olor y la frescura del estimulante aire campestre. Dos cisnes nadan en el agua, aumentando la serenidad del lugar. Cuanto más contemplas el lago, más relajado te sientes. Das un paseo hasta la orilla opuesta y ves un arroyo que desciende desde una montaña y desemboca en el lago. Subes la montaña para localizar la fuente del arroyo. Cuando llegas a la cima, descubres una bella cascada. Miras al cielo y notas que la cascada no tiene principio. Parece caer directamente del cielo.

Te quitas la ropa y la dejas sobre una roca cercana. Caminas bajo la cascada, sintiendo la caricia del agua fresca y prístina, como nunca la habías sentido. Es como si te tocaran el cuerpo con plumas; en un instante te sientes totalmente purificado. Contemplas el arroyo y es como si miraras al fondo de un espejo mágico: Ves todas las distintas circunstancias en las que cediste tu poder. Ves las ocasiones en que deberías haber sido fiel a ti mismo. Ves cuándo no te amaste lo suficiente ni te trataste con respeto. Mientras contemplas estas imágenes, cada una de ellas se aleja flotando lentamente por el arroyo.

De pie bajo la cascada, reparas en una bella luz que brota por entre el torrente. Cuando esa luz te toca, sientes de pronto un brote de energía y una nueva creatividad. Comienzas a sentir el amor que te circula por todo el cuerpo. Sientes amor hacia ti mismo, pues eso es lo que estas, por fin, recobrando. En tanto sientes ese gozoso amor, miras dentro del agua. Las imágenes que ahora ves son muy distintas: te ves feliz, dedicado a cosas que siempre deseaste hacer pero nunca te permitiste por falta de tiempo. Ves que la gente te aplaude por lo maravilloso y encantador que eres. Ves tu verdadero yo. Sientes tu nueva liviandad, tu fuerza, el potencial perdido que vuelve a ti. Ahora toda esa seguridad en ti mismo reside en tu interior. Estás libre del dominio ajeno. Has iniciado un maravilloso viaje para redescubrir tu verdadero yo. Disfrútalo.

Abandonas la cascada sintiendo dentro de ti un ser nuevo y maravilloso. Te estimula. Miras tus ropas. Han sido reemplazadas por una bella túnica espiritual. Te la pones como recordatorio de que eres invencible. ¡En verdad eres DIOS!

FUENTES.

After we die, What then? Answers to questions about life after death, por George W. Meek, publicado por Metascience Corporation, Franklin, Carolina del Norte.

Everyone's guide to the hereafter, por Ken Akehurst (el médium ciego que pasó a la vida superior el 28 de Julio de 1978); transmitido por G. M. Roberts, publicado por Neville Spearman Publishers, C. W. Daniel Company Limited, Essex, Inglaterra.

Kundalini and the Chakras: A Practical Manual - Evolution in This Lifetime, por Genevieve Lewis Paulson, publicado por Llewellyn Publications, Inc., St. Paul, Minnesota.

Life in the World Unseen, por Anthony Borgia, publicado por M.A.P Inc., Midway, Utah.

The Mechanics of Mediumship, por Ivy Northage, publicado por Ivy Northage, Emsworth, Inglaterra.

Opening up to your psychic self: a primer on psychic development, por Peter Stevens, publicado por Nevertheless Press, Berkeley, California.

The Transition Called Death: A Recurring Experience, por Charles Hampton, publicado por Quest'Books, Wheaton, Illinois

Para más información sobre James Van Praagh, escriba a:

Spiritual Horizons, Inc. 7985 Santa Monica Boulevard, Suite 109-135 West Hollywood, California 90046

O puede contactarse a través de Internet a: <http://www.VanPraagh.com>